

# 4. Lebensmittel

regional und saisonal





## 4.2 GÜNSTIG, ABER GUT ESSEN

Eine starke, regionale Lebensmittelversorgung ist lebensnotwendig, wenn unsere Gemeinschaft selbstständiger sein soll, weniger abhängig von Öl und globalen Preisschwankungen, die die Preise für unsere Lebensmittel bestimmen.

In Zeiten der globalen Verknappung oder bei lokalen Versorgungsengpässen ist es wichtig, dass wir uns zu einem fairen Preis gesund und schmackhaft ernähren können.

Früher war unser Selbstversorgungsgrad viel höher. Die meisten unserer Grundnahrungsmittel wie Getreide, Gemüse, Fleisch und Milchprodukte wurden im Umkreis von wenigen Kilometern angebaut und erzeugt.

Heutzutage werden sie vor allem per LKW, Schiff und Flugzeug aus der ganzen Welt oder zumindest aus ganz Europa heran transportiert.

Was die "Ernährungssicherheit" betrifft, sind wir heute viel anfälliger. Ein Beispiel dafür ist unsere Abhängigkeit von Supermarkt- und Discounterketten, die lediglich Nahrungsmittel für 3 - 5 Tage in ihren Regalen haben.

Die meisten Lebensmittel im Supermarkt werden per Güterverkehr über die Straßen transportiert, so dass jede Unterbrechung dieses Nachschubs uns sehr schnell treffen wird. In Deutschland teilen sich die 5 großen Supermarktketten rund 90 % unseres Lebensmittel-Marktes. (1)

Regionale Abo-Kisten-Systeme schaffen und erhalten Arbeitsplätze vor Ort und unterstützen unsere lokale Wirtschaft. Wir müssen unser Essen nicht Hunderte von Kilometern reisen lassen, womit wir CO<sub>2</sub> emittieren, zusätzliche Straßen benötigen, zu Verkehrsstaus beitragen und die Öl-Vorräte in diesem Prozess verbrennen.

Stattdessen könnten wir eine große Auswahl frischer, leckerer, saisonaler Lebensmittel wenige Stunden nach ihrer Ernte essen - ohne industrielle Verarbeitung und übermäßige Verpackung. Das ist oft günstiger als im Supermarkt. Dies bedeutet nicht, dass alles vor Ort oder regional hergestellt werden kann (Bananen, Kaffee, Tee, Kakao werden hier kaum gedeihen), aber es macht Sinn anzubauen, was bei uns wachsen kann.

Denkt man über die wahren Kosten von Erdbeeren nach, wenn sie das ganze Jahr über angeboten werden, wird man seinen Appetit darauf hoffentlich auf die Saison beschränken.

Jede dieser Aktionen kann Ihnen leckere, frische Lebensmittel für weniger Geld bieten, CO<sub>2</sub>-Emissionen und andere Umwelteinflüsse verringern und/oder helfen, eine starke regionale Lebensmittelversorgung aufzubauen. All das kostet wenig oder gar nichts.

Sprechen Sie in Ihrer Gruppe kurz über alle Aktionen und entscheiden Sie dann, welche Sie persönlich anpacken möchten und wann. Schreiben Sie Ihren eigenen Aktionsplan auf die Seite am Ende von Teil 4. Hier die Aktionen im Überblick:

- **Regional und saisonal einkaufen (4.4)**
- **Lebensmittel-Verpackungen vermeiden (4.8)**
- **Speisereste minimieren (4.10)**
- **Mehr Bio-Lebensmittel (4.12)**
- **Selber anbauen (4.14)**
- **Weniger Fleisch (4.16)**

### Die Preise für Lebensmittel

In Zeiten der Krise für unsere regionale Landwirtschaft, die sich gegen die Konkurrenz im globalen Markt und den Druck von Supermärkten und internationalen Lebensmittelkonzernen behaupten muss, hören wir fast täglich von steigenden Lebensmittelkosten für unsere Haushalte.

Doch in Wahrheit waren die Ausgaben für Grundnahrungsmittel in den letzten fünf Jahrzehnten stark rückläufig.

Im Jahr 1960 haben wir 38 % unseres Einkommens für Lebensmittel ausgegeben - verglichen mit 15 % heutzutage. (2)



Kosten: keine

€ Sparen: niedrig

Aufwand: niedrig

CO<sub>2</sub> Sparen: niedrig

### Problem

Unser Essen reist weiter als je zuvor. Die Zahl der Futter- und Lebensmitteltransporte in Deutschland ist innerhalb von fünf Jahren (1995-2000) um 30 % nach oben geschneit (3). Familienbetriebe, lokale Schlachthöfe, Verarbeitungsbetriebe, lokale Wochenmärkte und kleine Geschäfte verschwinden allmählich - außerstande, sich im heutigen globalen Markt zu behaupten. Die Konzentration der Lebensmittelversorgung durch Supermarktketten bedeutet den Verlust regionaler Besonderheiten, traditioneller Sorten und der lokalen Esskultur. Darüber hinaus fließt Geld aus der lokalen Wirtschaft ab, da es von entfernten Lebensmittelkonzernen abgeschöpft wird und die CO<sub>2</sub>-Emissionen steigen, weil unser Essen aus weit entfernten Quellen geliefert wird.



### Lösung

Beim regionalen Essen geht es um mehr als nur um die "Lebensmittel-Meilen", es geht um Lebensmittel, die so produziert und vermarktet werden, dass unsere Gemeinschaft dadurch positiv gefördert wird. Idealerweise sollten Gemeinschaften leicht in der Lage sein, so viel regional produzierte Lebensmittel wie möglich zu kaufen. Regional organisierte Lebensmittelversorgung hilft den Gemeinden bei ihrer Entwicklung durch:

- Schaffung von Arbeitsplätzen und Förderung von Unternehmensnetzwerken.
- Absatz von Lebensmitteln unmittelbar in unserer Gegend, nicht über den Umweg weit entfernter Supermarkt Depots, bevor es wieder zu uns zurück gefahren wird.
- Entstehen positiver sozialer Verbindungen bei gleichzeitiger Versorgung der Gemeinschaft mit gesunden, frischen, saisonalen Lebensmitteln.

**Ja, aber... einige Lebensmittel können nicht regional produziert werden.** Handel ist unerlässlich und sehr selten kann eine Region für sich völlig autark sein. Handel, in einer fairen Art und Weise, hat auch viele positive Auswirkungen, einschließlich der Ausbildung und besserer Lebensqualität. Es ist schön, Dinge zu kaufen, die nicht regional produziert werden können, aber wir können versuchen, darauf zu achten, dass die Waren fair produziert werden, wo immer sie auch herkommen mögen.

### Einsparungen und Vorteile

Essen Sie regionales Essen von Ihrem Bauernhof. Es ist gesünder und schmeckt einfach frischer, wenn die Produkte aus der Saison kommen.

Sie können es auch günstiger bekommen. Wie wäre es, wenn Sie sich einer FoodCoop anschließen?

Auf der Bielefelder FoodCoop Seite finden Sie auch einen Saisonkalender:

[www.foodcoopuwz.gmxhome.de](http://www.foodcoopuwz.gmxhome.de)

Zu FoodCoops bundesweit siehe:

[www.foodcoops.de](http://www.foodcoops.de)

### Notizen:

### Nächste Schritte, Tipps & Tricks

- Fangen Sie mit einem überschaubaren Teil ihrer Lebensmittel-Läden an, probieren Sie den ortsansässigen Metzger, Fisch-Verkäufer oder Käse-Laden.
- Nutzen Sie ggf. den regionalen Spezialitäten-Führer - probieren Sie vor Ort hergestelltes Bier, Apfelsaft, Milchprodukte...
- Lassen Sie sich frische regionale Lebensmittel bis an Ihre Haustür liefern (siehe nächste Seite) und verwenden Sie einen Trolley, um den Einkauf leichter transportieren zu können.
- Unterstützen Sie die örtlichen, unabhängigen Lebensmittelläden. Bitten Sie sie, regionale Produkte anzubieten.
- Kaufen Sie Ihre Lebensmittel direkt vom Bauernhof, Hofladen oder Wochenmarkt.
- Besuchen Sie einen lokalen Bio-Bauernhof und erfahren Sie dort mehr über die Erzeugung unserer Lebensmittel, online auch <http://filmefuerdieerde.ch>
- Finden Sie heraus, welches Gemüse und Obst gerade seine Saison hat und was damit gemacht werden kann: [www.regional-saisonal.de/saisonkalender-gemuese](http://www.regional-saisonal.de/saisonkalender-gemuese)
- Fordern Sie mehr Bio-Produkte in der Schule, im Krankenhaus, am Arbeitsplatz und immer, wenn Sie essen gehen.
- Wie wäre es mit dem Versuch eine Regionalwährung in Kooperation mit verschiedenen Läden einzuführen? Das Geld bleibt in der Region und unterstützt unabhängige Ladenbesitzer.

### Abo-Kisten für regionales Gemüse

Es gibt so viele verschiedenen Abo-/Bio-/Öko-Kisten, wie es wunderbare Gemüse in ihnen gibt. Meist werden ausschließlich Bio-Produkte verkauft, die von Boxen mit zusammengestelltem saisonalen Gemüse bis hin zu Kombinationen mit allem - von Fleisch über Milchprodukte und Wein bis Spülmittel - reichen können.

Manche Abo-Anbieter verkaufen nur Produkte aus eigenem Anbau, andere ergänzen ihr Angebot von anderen Bio-Bauern der Region. Einige Früchte werden importiert, in der Regel per Schiff anstatt per Luftfracht. Und bei den meisten guten Programmen können Sie bis zu drei Gemüsesorten angeben, die Sie nicht mögen, um sie gegen etwas anderes einzutauschen.

Abo-Kisten sind sehr preisgünstig, meist billiger als Produkte im Bio-Supermarkt und oft auch billiger als im herkömmlichen Supermarkt. Die meisten Schnupper-Kisten starten mit ungefähr sechs Arten von Obst und Gemüse ab etwa 8 Euro. Viele Abo-Anbieter haben allerdings einen Mindestbestellwert und/oder berechnen eine Liefergebühr.

Wir haben Abo-Kisten-Anbieter direkt vor unserer Haustür, von denen einige unten aufgeführt sind. Finden Sie andere Angebote über Ihre Postleitzahl bei <http://www.oekokiste.de> oder nutzen Sie das Verzeichnis nur für Bio-Produkte bei: [www.bioverzeichnis.de/biolebensmittel.htm](http://www.bioverzeichnis.de/biolebensmittel.htm)

- Gärtnerhof Vier Jahreszeiten, Immelstr. 158, 33335 Gütersloh  
05241-997000 <http://vierjahreszeiten.abo-kiste.com>
- Biolandhof Mertens-Wiesbrock, Schulstraße 123, 33397 Rietberg-Varensell  
05244-1817, [www.mertens-wiesbrock.de](http://www.mertens-wiesbrock.de)
- Gemüsehof Ströhen, Ströher Straße 5, 33803 Steinhagen  
05204-8107, [www.gemuesehof-stroehen.de](http://www.gemuesehof-stroehen.de)
- Gut Wilhelmsdorf, Verler Str. 248, 33689 Bielefeld-Sennestadt  
05205-75 08 03, [www.gut-wilhelmsdorf.de](http://www.gut-wilhelmsdorf.de)
- Ökokiste Weißenbach, Fritz-Niewald-Weg 1a, 32107 Bad Salzuflen  
05222-963720, [www.hofladen-weissenbach.de](http://www.hofladen-weissenbach.de) - Demeter

### Lokale Wochenmärkte

Besuchen Sie auch die Bielefelder Wochenmärkte mit den verschiedensten Verkaufsständen für regionale Produkte wie Käse, Obst & Gemüse, Brot, Kuchen, Fisch u.a. - Veranstaltungskalender siehe:

[www.wochenmarkt-deutschland.de](http://www.wochenmarkt-deutschland.de)

### Lokale Hofläden

(einige veranstalten auch Hofbesichtigungen, Naturlehrpfade usw.)

- Meyerhof Theesen, Erdsiek 4, 33739 BI-Theesen  
0521-873433, [www.meyerhof-theesen.de](http://www.meyerhof-theesen.de)
- Köckerhof, Babenhauser Straße 30, 33619 BI-Theesen  
0521-890832, [www.koeckerhof.de](http://www.koeckerhof.de)
- Ramsbrock, Brönninghauser Str. 60, 33729 BI-Altenhagen, 0521-391832, [www.ramsbrockshofladen.de](http://www.ramsbrockshofladen.de)
- Meyer zu Bentrup, Vogelweide 2, 33649 BI-Quelle  
0521-450100, [www.meyer-zu-bentrup.de](http://www.meyer-zu-bentrup.de)
- Biohof Bobbert, Alleestr. 3, 33649 Bielefeld-Quelle  
0521-9467600, [www.biohof-bobbert.de](http://www.biohof-bobbert.de)
- Gut Wilhelmsdorf, Verler Str. 248, 33689 Sennestadt  
05205-75 08 03, [www.gut-wilhelmsdorf.de](http://www.gut-wilhelmsdorf.de)

### Lokale Selbsternte-Betriebe

- Hof Install, Schröttinghauser Str. 270, 33739 Bielefeld  
05203-881986.
- Hof Wißbrock, Sennerstr. 211, 33659 Bielefeld-Senne  
0521-401143

Dies ist nur eine Auswahl für Bielefeld und Umgebung. Finden Sie andere Hofläden, Märkte und Abo-Kisten über das Online-Verzeichnis: [www.gruene-bielefeld.de](http://www.gruene-bielefeld.de)  
Der Ökologische Einkaufsführer: Grün leben in Bielefeld – Ratgeber für Bio und mehr Nachhaltiges.

Bio in der Region: [www.bioregio-owl.de](http://www.bioregio-owl.de)

Weitere Informationen über regionale Speisen siehe [http://www.ttbielefeld.de/themengruppe\\_reskilling](http://www.ttbielefeld.de/themengruppe_reskilling) und <http://tinyurl.com/kyt5jg8>



## 4.8 LEBENSMITTEL-VERPACKUNGEN VERMEIDEN

Kosten: keine

€ Sparen: kaum

Aufwand: gering

CO<sub>2</sub> Sparen: wenig

### Problem

Unsere Einkaufstüten bersten, die Mülleimer quellen über und uns gehen die Deponien aus, um alles zu entsorgen. Wir werden von Verpackungen überschwemmt und die Lebensmittelverpackungen sind am meisten Schuld daran.

In der Tat geben wir ein Sechstel der durchschnittlichen Essenskosten für Verpackungen aus und sie verursachen ein Drittel unseres Hausmülls. (5)

**Ja, aber... was ist mit den Supermärkten und Lieferanten - was machen die?** Ohne Frage muss die Menge an sinnlosen Verpackungen reduziert werden. In Schrumpffolie verpackte Gurken, Äpfel in Polystyrol-Schalen und die Zahnpasta-Tube in der Pappschachtel sind Beispiele für unnötige Verpackung.

Die Unternehmen sind durch die Verpackungsverordnung gesetzlich verpflichtet, ihre Verpackungen zurückzunehmen und zu recyceln und viele Lebensmittelhersteller versprechen die Menge der verwendeten Verpackungen nachhaltig zu reduzieren.

### Lösung

Bis zur Umsetzung all jener Versprechen können wir die Verantwortung für die Verringerung der Verpackungsabfälle, die wir mit nachhause bringen, selbst übernehmen.

Aufwendig verpackte Produkte einfach im Regal stehen lassen. Das, was wir nicht vermeiden können, können wir versuchen weiter zu nutzen oder zu recyceln statt in den Müll zu werfen.



### Einsparungen

Verpackte Produkte sind oft, aber nicht immer, teurer als lose Ware. So kosteten zuletzt beispielsweise eingesackte Zwiebeln 10 ct/kg mehr als lose. Warum zahlen Sie für Verpackung, die nur weggeworfen wird?

Obst- und Gemüsehändler in Bielefeld bieten braune Papiertüten statt Plastik. Zubereitete Lebensmittel halten sich nur kurz und kosten mehr (Karotten - mit Erde dran - halten am längsten!). Kaufen Sie Ihre Salate intakt, waschen und schneiden Sie sie selbst und sparen Sie Euros.

Notizen:

### Nächste Schritte, Tipps & Tricks

- Kaufen Sie Obst und Gemüse lose oder in den Papiertüten der lokalen Geschäfte.
- Nehmen Sie zum Einkaufen Taschen mit.
- Haben Sie immer eine Ersatz-Tasche für einen spontanen Einkauf dabei!
- Wählen Sie größere Gebinde statt Mini-Portionsverpackungen.
- Kaufen Sie größere Behälter (z.B. Joghurt) und füllen Sie sie um.
- Kaufen Sie Nachfüllpackungen z.B. für Wasch- und Reinigungsmittel.
- Schauen Sie nach biologisch abbaubarer Verpackung, die z.B. auf Pappe oder Maisstärke basiert.
- Finden Sie heraus, wo es lokale Milch noch in Pfandflaschen zu kaufen gibt.
- Suchen Sie nach Produkten, die in recycelten oder leichter abbaubaren Materialien angeboten werden.
- Fragen Sie die Filialleiter, was getan wird, um Verpackungen zu reduzieren und bestehen Sie darauf, dass Erfolge sichtbar werden.
- Versuchen Sie alle Verpackungsabfälle weiter zu nutzen oder zu recyceln - viele Verpackungsbehälter machen sich gut als Anzuchtschalen und Blumentöpfe!

Plastikfreies Bielefeld, Eine Einkaufsliste zum plastikfreien Einkauf finden Sie bei:

<http://tinyurl.com/mmb78j9>

Kosten:  
keine-mittel

€ Sparen:  
niedrig

Aufwand:  
niedrig-mittel

CO<sub>2</sub> Sparen:  
niedrig

### Problem Essen

Rund ein Drittel aller Lebensmittel, die wir kaufen, landen im Müll und das meiste davon hätte noch gegessen werden können. Die Verringerung von Speiseresten ist ein wichtiges Thema und es geht dabei nicht nur um gutes Essen, das verdirbt. Speisereste kosten die durchschnittliche Familie hunderte Euro pro Jahr und sie verursachen schwerwiegende Umweltschäden. Wenn wir alle damit aufhören, noch genießbare Lebensmittel zu vergeuden, wird sich die CO<sub>2</sub>-Belastung derart verringern, als würde man jedes fünfte Auto still legen.



### Lösung

Eine Reihe von Fragen steht im Mittelpunkt dieses Problems :

- Mangelnde Planung, wenn wir Lebensmittel einkaufen. Wir kaufen mehr als wir brauchen und dann geht's oft zu wie beim Billigen Jakob (bei Angeboten der Art: Eins Kaufen und noch Eins Umsonst Dazu).
- Mangelndes Wissen über die Lagerung von Lebensmitteln: Dinge verderben früher, wenn wir nicht wissen, wie man sie frisch hält.
- Lückenhafte Küchenkenntnisse z.B. wie man leckere Speisen aus Überbleibseln zaubert oder die Beherrschung der Portionsmengen.
- Verwirrung über Haltbarkeitsangaben auf Lebensmitteln z.B. 'mindestens haltbar bis' gegenüber 'zu verbrauchen bis'.

Natürlich sind einige Speisereste unvermeidlich. Die eigene Garten-Kompostierung oder die getrennte Sammlung in der Bio-Tonne sorgen dafür, dass die Auswirkungen minimiert werden.

**Ja, aber... ich liebe mein Essen und will es nicht mehr missen!** Speisereste zu minimieren und Geld zu sparen bedeutet nicht, weniger Freude am Essen zu haben. Wenn überhaupt, dürfen wir uns für gute Planung, gutes Essen, Geld zu sparen und CO<sub>2</sub> zu vermindern mit einer kleinen Aura von Eigenlob schmücken☺.

### Einsparungen

Die durchschnittliche Familie kann 420 € pro Jahr an Ausgaben für Nahrungsmittel sparen, indem Sie folgende einfache Schritte befolgen >>>

Notizen:

### Nächste Schritte, Tipps & Tricks

- Messen Sie die Portionen genauer ab, z.B. 4 Portionen Reis = 1 Becher 250 ml/ 200g.
- Wir verschwenden oft Kohlenhydrate - Reis, Nudeln, Kartoffeln und Brot. Frieren Sie Brot in der Tiefkühltruhe ein und nehmen Sie den halben Laib, wenn Sie ihn brauchen. Zu viel Suppe oder Risotto? Frieren Sie die Reste ein - als Fertiggericht.
- Verwenden Sie den Portionen-Rechner z.B. bei [www.kochenfuerviele.de](http://www.kochenfuerviele.de), besonders wenn mal viele Gäste am Tisch sitzen.
- Planen Sie alle Mahlzeiten für 2 Wochen im Voraus und erstellen Sie eine entsprechende Einkaufsliste. Sie sparen Zeit und werden weniger ausgeben.
- Halten Sie sich einen Vorrat an Grundnahrungsmitteln in Schrank, Kühl- und Gefrierschrank und Sie werden immer in der Lage sein, eine Mahlzeit zuzubereiten.
- Wissen Sie über Termine Bescheid - Verbrauchsdatum: essen Sie nie Produkte nach diesem Datum (Fisch, Fleisch). Mindesthaltbarkeit: Sie können sie noch essen, aber vielleicht schmecken sie nicht mehr so gut.
- Achten Sie auf veraltete Produkte und verzehren Sie sie rechtzeitig oder frieren Sie sie ein.
- Befolgen Sie immer die Aufbewahrungshinweise des Herstellers.
- Kontrollieren Sie, ob Ihr Kühlschrank kalt genug ist (opt. 7°C Butter noch streichfähig).
- Lernen Sie, die Reste zu verwerten - Sie finden kostenlose Rezepte im Internet.

Mehr Infos: Bundesministerium: <http://www.ernaehrungsvorsorge.de>; Utopia: <http://tinyurl.com/mh5qp3x> und Forum Ernährung: <http://tinyurl.com/m97snw9>

## 4.12 MEHR BIO-LEBENSMITTEL

**Kosten:**  
keine - wenig

**€ Sparen:**  
nichts - wenig

**Aufwand:**  
gering

**CO<sub>2</sub> Sparen:**  
wenig - mittel

Problem

Vier gute Gründe um Bio-Lebensmittel zu essen :

- Über 20 % der Treibhausgasemissionen kommen heute aus Landwirtschaft und Lebensmitteln. Die chemische Fertigung von Stickstoffdünger ist der schlimmste Übeltäter. Um nur 1 Tonne davon zu produzieren: braucht man 1 Tonne Öl, produziert dabei 7 Tonnen Treibhausgase und verbraucht 100 Tonnen Wasser. Bio-Bauern arbeiten ohne schädliche Chemikalien und Mineraldünger und erlauben nicht den Einsatz von Gentechnik (GVO). (6)
- Bio-Lebensmittel haben z.T. höhere Mengen an Mineralstoffen und Vitaminen. Sie vermeiden den Einsatz von Pestiziden und umstrittenen Zusatzstoffen wie Aspartam, Geschmacksverstärkern und gehärteten Fetten. Bio-Milch hat zum Beispiel im Durchschnitt 68 % mehr essentielle Omega-3-Fettsäuren (7). Konventionell erzeugte Blattgemüse, Kartoffeln und Erdbeeren sind besonders stark mit Chemikalien besprüht und mit Waschen entfernt man nicht alle Rückstände.
- Tiere in Bio-Betrieben werden nicht dem routinemäßigen Einsatz von Antibiotika ausgesetzt.
- Die Umstellung auf ökologischen Landbau ist viel besser für die Umwelt. Wenn z.B. 10.000 kleine bis mittelgroße Betriebe auf Bio-Produktion umgestellt werden, wäre der Boden in der Lage, den Kohlenstoff-Ausstoß von 1.174.400 Autos zu speichern. (8)



**Ja, aber... es ist doch viel teurer.** Bio-Lebensmittel sind oft teurer, je nachdem, was Sie kaufen und wann, aber der Handel macht den Preis. Der Grund für diese Preisdifferenz hat zwar mit den höheren Produktionskosten zu tun, aber tatsächlich werden von vielen Anbietern (besonders den Supermärkten) die realen Kosten von Nahrung durch den Import billiger Lebensmittel aus Übersee verzerrt. Die realen Kosten unserer Lebensmittel verstecken sich - sie sind nicht so billig, wie wir denken. Wer zahlt also den tatsächlichen Preis?

### Einsparungen

Es kann günstiger sein, Bio-Produkte über einen lokalen Abo-Kisten-Bringdienst zu kaufen anstatt im Supermarkt (und man spart sich die Schlepperei!).

Saisonal kann man für den gleichen Abo-Kisten Inhalt mehr als die Hälfte gegenüber den Supermärkten sparen:

- Edeka 28,13 €
- REAL 27,48 €
- Lidl 26,00 €
- Bio-Kiste 12,95 €

Vergleichen Sie die Preise - immer wieder!

Bis zu 50 % mehr Pflanzen-, Insekten- und Vogelarten findet man auf den Bio-Betrieben. Der ökologische Landbau setzt darauf, dass die Natur bei der biologischen Schädlingsbekämpfung hilft, so gedeihen Käfer, Vögel und Bienen.

Sie werden nicht routinemäßig mit Düngemitteln, Chemikalien und Pestiziden weggespritzt wie auf konventionellen Betrieben, was für Anwender und Anwohner langfristig gesundheitliche Folgen haben kann. (10)

Notizen:

### Tipps und Hinweise für günstige Bio-Lebensmittel

- Großeinkauf mit Freunden oder Nachbarn oder Ihrer Energiewende Nachbarschaft.
- Kaufen Sie eine wöchentliche Gemüse-/ Fleisch-Kiste von einem lokalen Bio-Bauern (siehe oben)
- Bauen Sie einige Ihrer Bio-Lebensmittel selber an (Ideen dazu siehe unten).
- Bieten Sie einem lokalen Bio-Bauern ein paar Stunden freie Arbeit im Austausch für Bio-Gemüse an.

FairTrade: Bielefeld ist 2013 als FairTrade Town anerkannt worden.

Beim Kauf von FairTrade Produkten unterstützen Sie die Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen von Kleinerzeugern in Produktionsländern, wo Kaffee, Tee, Kakao und andere Lebensmittel produziert werden. Doch sollte man entfernte Umsetzungen immer hinterfragen.



**Kosten:**  
gering

**€ Sparen:**  
mittel

**Aufwand:**  
gering - mittel

**CO<sub>2</sub> Sparen:**  
gering - mittel

### Problem Essen

Durch den eigenen Anbau von Lebensmitteln beginnen Sie weniger abhängig von den großen Einkaufszentren zu werden. Steigende Nahrungsmittelpreise, Versorgungsengpässe und Zweifel an der Lebensmittelqualität werfen Fragen über die Herkunft unseres Essens auf. Wenn sich zum Beispiel durch eine neue Ölkrise die Supermarktregale schnell leeren, haben Sie dann irgendwelche Quellen, um sich mit frischen, gesunden Produkten zu versorgen? Wird Ihr Haushaltsgeld für Lebensmittel noch ausreichen, falls die Lebensmittelpreise weiter steigen?



### Lösung

Jeder kann sein eigenes Obst und Gemüse anbauen, auch wenn der Platz begrenzt ist. Töpfe, Blumenkästen und Blumenampeln können allesamt in Mini-Gärten verwandelt werden und Ihnen monatelang leckere Produkte liefern. Außerdem ist es ein wunderbares, erhebendes Gefühl zu essen, was man selbst angebaut hat. Es ist nicht schwer und Sie können viel Geld sparen. Hier 5 einfach anzubauende Lebensmittel:

- Kartoffeln – können Sie in Kübeln oder alten Säcken anbauen, häufeln Sie sie an, sobald die Blätter erscheinen.
- Knoblauch – was Sie nicht sofort brauchen, können Sie ein Jahr lang aufbewahren
- Gemischter Blatt-Salat – Sorten, die nach dem Schneiden weiter wachsen, sind super und sparen Euros!
- Erdbeeren – setzen Sie ein paar Pflanzen in einen hängenden Korb.
- Prunkbohnen – sehen auch schön aus, wenn sie an Stangen oder-Stöcken ranken.

**Ja, aber.... ich will schon was anbauen, habe aber überhaupt keinen Platz dafür.** Beteiligen Sie sich am lokalen Transition Town Garten-Teilen Projekt: „Rote Beete“. Diejenigen, die Ihren Garten nicht vollständig nutzen, bieten ihn passionierten Gärtnern im Austausch für kleine Gegenleistungen an. „Rote Beete“ siehe unter: [www.ttbielefeld.de](http://www.ttbielefeld.de). Dort kümmern wir uns auch um die Vermittlung Ihres Gartens.

### Einsparungen

Hängt davon ab, was Sie anbauen - zum Beispiel kann ein Salatkopf im Geschäft über 1 € kosten. Für den gleichen Preis erhalten Sie eine Tüte Saatgut, die für mehr als 250 Salatköpfe reicht.

Wenn Sie 5 kg Tomaten anbauen anstatt sie im Geschäft zu kaufen (während der Saison), können Sie 20 € sparen.

### **Ja, aber... es ist eine Menge Arbeit!**

Stimmt, es kostet einige Mühe, um Ihren Küchengarten einzurichten (das wird Sie aber auch fit halten). Gut gestaltet, kann er jedoch sehr wartungsarm sein.

"Permakultur" Grundsätze liefern Ihnen wertvolle Inspiration.

### Notizen:

### Nächste Schritte, Tipps & Tricks

- Versuchen Sie alles biologisch anzubauen (vermeiden Sie Schneckenkorn etc.).
- Gärtnerische Grundlagen bekommen Sie online auf Websites wie <http://www.lwg.bayern.de/gartenakademie/> z.B. Gemüse im Gartenjahr <http://tinyurl.com/kr7ccum>
- Nehmen Sie an einem Kurs über biologischen Gartenbau teil.
- Beschaffen Sie sich Saatgut, pflanzen, wässern und warten Sie eine Weile - dann essen!
- Auf Friedhöfen gibt es in den Sammelbehältern oft gebrauchte Blumentöpfe.
- Besuchen Sie die lokalen Kleingärten oder städtisches Grabeland und lassen Sie sich inspirieren, z.B. vom Permakulturgarten im Grünen Band von Transition Town Bielefeld.
- Tragen Sie sich auf der Warteliste für Kleingärten ein (sie werden knapp in Bielefeld).
- Informieren Sie sich über das kostenlose Garten-Teil Projekt von TT-Bielefeld.
- Engagieren Sie sich bei Projekten der Solidarischen Landwirtschaft unter: [www.solidarische-landwirtschaft.org](http://www.solidarische-landwirtschaft.org)

Mehr Infos: Gemüseanbau in Topf- und Kübelgarten: <http://tinyurl.com/krkl244> . In der Stadtbibliothek warten viele gute Bücher über Biologischen Gartenbau. Urbane Gärten, Selbsternte-Parzellen: <http://gartenpiraten.net> .

## 4.16 WENIGER FLEISCH

Kosten:  
keine

€ Sparen:  
niedrig-mittel

Aufwand: niedrig  
niedrig

CO<sub>2</sub> Sparen:  
niedrig-mittel

### Problem Essen

Vor kurzem machte die UNO Schlagzeilen mit dem Vorschlag, dass wir alle weniger Fleisch essen sollen, um den Klimawandel anzugehen. Sie schätzt, dass die Fleischproduktion fast ein Fünftel der weltweiten Treibhausgas-Emissionen ausmacht. Tierhaltung kann auch zu Entwaldung und Verlust der Artenvielfalt führen.

Je höher wir in der Nahrungspyramide nach oben gehen - von Pflanzen zu Tieren - desto größer ist der Energie Aufwand für ihre Produktion. Nicht nur der Aufwand für die Aufzucht der Tiere, sondern auch, was in der Produktion ihres Futters steckt. Verglichen mit der Menge an vegetarischem Essen, die man auf dem gleichen Stück Land produzieren kann, verlangt die Fleischproduktion einen sehr hohen Tribut.

Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation, essen wir die doppelte Menge an Protein, die wir benötigen. Da wir nicht so viel Fleisch essen müssen, können wir Geld beim Wocheneinkauf sparen und zugleich die Umwelt schonen, wenn wir etwas davon gegen vegetarische Kost ersetzen.

### Lösung

Achten Sie besonders auf die Art von Fleisch. Zum Beispiel braucht man 4 Kalorien pflanzliches Protein, um daraus 1 Kalorie Hühnerprotein zu machen, während das Verhältnis für Schweinefleisch 17:1, für Lammfleisch 50:1 und für Rindfleisch 54:1 beträgt. Die Produktion von rotem Fleisch verbraucht viel Energie und entzieht der Nahrungskette viel Getreide.

Versuchen Sie einen fleischfreien Tag pro Woche einzurichten und weiten Sie ihn langsam aus, wenn Sie neue, leckere, vegetarische Alternativen finden.

### Ja, aber... ich bin VegetarierIn, also bin ich OK.

Vegetarische Ernährung, die viel Milch, Butter und Käse enthält, würde wahrscheinlich nicht spürbar die Emissionen reduzieren, da Milchkühe eine große Quelle von Methan sind, einem starken Treibhausgas, das als Verdauungsgas entweicht.



### Einsparungen

Neben dem ersparten Geld für Ihren Wocheneinkauf (durch weniger Fleisch) können Sie Ihre Gesundheit verbessern. Natürlich hängen die Einsparungen davon ab, welches Fleisch Sie kaufen und wie oft. Manche Menschen entscheiden sich, weniger Fleisch zu essen und wählen dafür Bio-Qualität, wenn sie es kaufen.

Eine Ernährung mit weniger Fleisch steigert in der Regel die Aufnahme von Ballaststoffen, Obst und Gemüse und senkt in der Regel die Aufnahme von gesättigten Fettsäuren. Dieses Ernährungsmuster hilft, das Risiko chronischer Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebsarten zu senken.

### Notizen:

### Nächste Schritte, Tipps & Tricks

- Sie müssen nicht darauf verzichten! Verringern Sie schrittweise die Anzahl der Tage, an denen Sie in der Woche Fleisch essen.
- Essen Sie mehr weißes Fleisch (von Huhn und Schwein) anstatt rotes. Diese verursachen weniger Umweltschäden, da sie nicht in dem Maße Methan ausscheiden!
- Essen Sie Fleisch aus der Region (vorzugsweise aus Weidegang) wenn möglich, um die Emissionen des Fernverkehrs zu vermeiden. Siehe Quellen für weitere Informationen.
- Betrachten Sie Alternativen zu Milchprodukten - es gibt viele Möglichkeiten anstelle von Käse, Milch, Sahne, Joghurt usw. - wobei Sojaprodukte ein schlechter Ersatz sind, da sie Tausende von Kilometern aus Anbaugebieten kommen, die einmal brasilianischer Regenwald waren.
- Versuchen Sie, neue vegetarische Rezepte ohne Milchprodukte. Viel Auswahl z.B. [www.vegetarische-rezepte.com](http://www.vegetarische-rezepte.com) oder die Kochbücher in der Stadtbibliothek Bielefeld.
- Wenn Sie sich das nächste Mal entscheiden essen zu gehen, probieren Sie mal ein vegetarisches Restaurant oder die vegetarische Variante - sehen Sie selbst, wie gut das sein kann. Auswahl in Bielefeld: <http://tinyurl.com/m8qrcob>

Mehr Infos: Vegetarierbund Deutschland [www.vebu.de/](http://www.vebu.de/) und für beide Aspekte der Debatte: <http://tinyurl.com/kt8wk4h>

## 4.18 MEIN AKTIONSPLAN

Erinnerung

Mögliche Aktionen:

- Regionale, saisonale Lebensmittel kaufen (4.4)
- Lebensmittel-Verpackungen vermeiden (4.8)
- Speisereste minimieren (4.10)
- Mehr Bio-Lebensmittel (4.12)
- Selber anbauen (4.14)
- Weniger Fleisch(4.16)

**Welche anderen Ideen hat Ihre Gruppe, die noch nicht genannt wurden?  
Fügen Sie unten ein, was relevant für Sie ist...**

Meine Aktionen	Bereits erledigt	Wann packe ich's an	Notizen

Gruppen Aktionen

Wie können Sie sich in Ihrer Gruppe gegenseitig helfen? Notieren Sie hier Ihre Gruppen-Aktionen (mit Person und Fälligkeitsdatum)...



Wir haben in der ersten Aktion gesehen, dass der Einkauf von regionalen, saisonalen Bio-Lebensmitteln in unabhängigen Geschäften ökologische und finanzielle Einsparungen bewirkt und unsere lokale Wirtschaft unterstützt, sich zu entwickeln.

Doch viele von uns kaufen bei Discountern und anderen großen Supermärkten. (Weitere Informationen zu Supermärkten am Ende dieses Teils.)

- Welche Vorteile haben uns diese großen Supermarktketten zu bieten?
- Was sind die Nachteile?
- Wie wichtig ist eine starke, regionale Lebensmittelversorgung für unsere Stadt und unsere Gemeinschaft?
- Wie könnten Sie vielleicht die Hindernisse für die Unterstützung lokaler Geschäfte und den Kauf von Bio-Produkten überwinden?

Notizen:

### Unterstützen Sie Regionalwährung, fördern Sie Ihre lokalen Geschäfte

Die Nutzung einer lokalen Komplementärwährung ist eine sichtbare Art zu zeigen, dass Sie die regionale Wirtschaft und lokale Geschäfte unterstützen. In Bielefeld ist der '[Bethel-Euro](#)', seit 1908 die wahrscheinlich älteste Lokalwährung in Deutschland allerdings auf Mitarbeiter und Bewohner der Anstalten in Bethel beschränkt. Da für Bielefeld noch keine Regionalwährung existiert, sei als über-regional einsetzbares Beispiel der selbstgeschöpfte 'Minuto' genannt: [www.minutocash.org](http://www.minutocash.org) und als Übersicht die '[Liste der Regionalgelder](#)' bei Wikipedia.

Bei einer Regionalwährung tauschen Sie einfach einen bestimmten Betrag von Ihrem normalen Geld in die entsprechende Währung um. Der Wechselkurs ist eins zu eins zum Euro.

Ihre Regionalwährung kann dann in den teilnehmenden Geschäften in der Stadt ausgegeben werden. Eine vollständige Liste der teilnehmenden Läden finden Sie auf der Website der entsprechenden Regionalwährung. Einige Läden bieten Preisnachlässe für bestimmte Anschaffungen, die mit Regionalwährung gekauft werden. Jede in Umlauf befindliche Regionalwährung ist durch den entsprechenden Wert in Euro "abgesichert" und als Rücklage auf einem Bankkonto hinterlegt.

Idealerweise sollten Sie von den teilnehmenden Geschäften auch das Wechselgeld in Regionalwährung verlangen. Dies schöpft kein neues Geld, aber es hilft bei seiner Verbreitung und ermöglicht Ihnen beim Einkaufen, ihre Verbundenheit zur regionalen Wirtschaft zu zeigen.

So kann die Regionalwährung dann zwischen lokalen Verbrauchern und Unternehmen zirkulieren. Einige Geschäfte bezahlen mit der Regionalwährung, die sie erhalten, andere Unternehmen vor Ort. Das fördert über den Multiplikator-Effekt die lokale Wirtschaft - was im Grunde bedeutet, dass die Kaufkraft in der Region bleibt anstatt abzufließen (denn wohin fließt letztendlich das Geld, das Sie beim Billig-Discounter ausgeben?).

Sie können Regionalwährung jederzeit in Euro zurück tauschen, wenn Sie dies wünschen. Es besteht also kein Risiko und es ist ein spannendes innovatives Experiment, das seit den 1990-er Jahren weltweit entsteht und regelmäßig starke mediale Aufmerksamkeit findet.

## 4.21 QUELLENANGABEN

- [1] [http://www.oxfam.de/sites/www.oxfam.de/files/supmama\\_web\\_rz.pdf](http://www.oxfam.de/sites/www.oxfam.de/files/supmama_web_rz.pdf)
  - [2] Deutschland; Private Haushalte im Inland; Statistisches Bundesamt; 1900 bis 2012
  - [3] <http://www.verbraucherfuersklima.de>: Die lange Reise bis zum Kochtopf
  - [4] Eating Oil: Food in a changing climate (2001) published by Sustain and the Elm Farm Research Centre
  - [5] [www.wrap.org.uk](http://www.wrap.org.uk) -
  - [6] [www.soilassociation.org](http://www.soilassociation.org)
  - [7] [www.soilassociation.org](http://www.soilassociation.org) & [www.globalhealthandfitness.com/organic](http://www.globalhealthandfitness.com/organic)
  - [8, 8a] <http://dineorganic.com>
  - [9] [www.panna.org/resources/panups/panup\\_20090514](http://www.panna.org/resources/panups/panup_20090514)
  - [10] The Ecologist 'Pesticides - the Government must protect us!' Georgina Downs – Dec 2013
  - [11] Friends of the Earth press release "Supermarket power threatens farmers" 26/1/02.
  - [12] DEFRA Quick Agricultural Statistics [www.statistics.gov.uk/esg/quick/agri.asp](http://www.statistics.gov.uk/esg/quick/agri.asp) (March 2004)
  - [13] <http://www.bauernverband.de/12-jahrhundertvergleich> 4.23
  - [14] <http://www.bauernverband.de/stabile-einkommenslage-landwirtschaft> 4.23
  - [15] [http://www.ima-agrar.de/fileadmin/redaktion/bilder/pressemitteilungen/Wissensbruecken\\_web.pdf](http://www.ima-agrar.de/fileadmin/redaktion/bilder/pressemitteilungen/Wissensbruecken_web.pdf)
  - (16a) Fairtrade –Faire Milch: <http://www.fairtrade.de/index.php/mID/1.3.1/lan/de>
  - (16b) <http://www.bmelv-statistik.de/de/fachstatistiken/preise-milch/>
  - (16c) <http://www.milch-nrw.de>
  - [16] 'Don't Blame the Supermarkets' - Financial Times [www.ft.com/fteuro/qbe7a.htm](http://www.ft.com/fteuro/qbe7a.htm)
  - [17] Ibidon Food and Farming industry stakeholder meeting 23/10/01
  - [18] Policy Commission –
  - [19] "Assessing the global food crisis" BBC
  - [20] Kindall, HenryW & Pimentel, David (May 1994). "Constraints on the Expansion of the Global Food Supply"
  - [21] "Eating Fossil Fuels". Energy Bulletin. <http://www.energybulletin.net/281.html>.
  - [22] World faces 'perfect storm' of problems by 2030, chief scientist to warn. The Guardian. March 18, 2009. –
  - [23] Global crisis 'to strike by 2030'. BBC News. March 19, 2009.
  - [24] "1/6th of humanity undernourished" - FAO of the United Nations, 2009
  - [25] "Peak Oil And Famine: Four Billion Deaths". Countercurrents. website
  - [26] "2008: The year of global food crisis". Sunday Herald.
  - [27] Food crisis will take hold before climate change, warns chief scientist – The Guardian
  - [28] Global food crisis looms as climate change and fuel shortages bite – John Vidal, The Guardian
  - [29] Global Food Shortages Could 'Continue for Decades' – The Market Oracle
  - [30] <http://www.moyak.com/papers/urbanization-agriculture.html>
  - [31] The World's Growing Food-Price Crisis – Time Magazine
  - [32] The cost of food: Facts and figures. BBC News. October 16, 2008.
  - [33] Riots and hunger feared as demand for grain sends food costs soaring – The Guardian
  - [34] Already we have riots, hoarding, panic: the sign of things to come? – The Timesonline 08
  - [35] Feed the world? We are fighting a losing battle, UN admits – The Guardian, Feb 2008
  - [36] [www.worldwatch.org](http://www.worldwatch.org) – The Worldwatch Institute
- <http://www.worldometers.info/de/>  
<http://www.co2online.de/klima-schuetzen/nachhaltiger-konsum/>

Die folgenden Seiten dienen nur der Information und müssen nicht auf der Lebensmittel-Sitzung diskutiert werden.

*„Es gibt auf der Erde fast 7 Milliarden Menschen und die menschliche Bevölkerung wächst um fast 80 Millionen Menschen pro Jahr. Heute geht die größte Bedrohung für das menschliche Wohlergehen – für unsere Nahrung, Wasser, Energie, aber auch für andere Arten und die ganze Erde - von uns Menschen selbst aus. Die Frage des Bevölkerungswachstums ist umstritten, weil sie unsere persönlichsten Entscheidungen berührt. Aber wir ignorieren sie auf eigene Gefahr“* David Attenborough, BBC Horizon Dokumentarfilm, 2009: Wie viele Menschen verträgt die Erde?

Einer von sechs Menschen auf der ganzen Welt muss regelmäßig hungern. In den 1920er Jahren gab es 2 Milliarden Menschen auf der Erde, jetzt sind es fast 7 Milliarden.

Weltweit haben die Lebensmittelpreise in den letzten Jahren stark zugelegt und zur Verbreitung schwerer Unterernährung geführt (19). Seit den 1950er Jahren führte die Grüne Revolution zu einem gewaltigen Anstieg der Ernteerträge, bei der Getreideproduktion sogar zu Mehrerträgen von 250 % (20). Aber seitdem ist die Weltbevölkerung um rund 4 Mrd. gewachsen und nun sind die Öl- und Gasvorkommen, von denen dieses Agrarsystem abhängig ist (21) kurz davor, in den nächsten Jahrzehnten drastisch zu sinken.

Wachsende Bevölkerungszahlen, schwindende Energiequellen und Nahrungsmittelknappheit werden die kritische Masse unglücklicher Umstände im Jahr 2030 zusammenbringen, sagte ein Experte der britischen Regierung voraus. Er prognostizierte, dass die Nahrungsmittelreserven auf ein 50-Jahres-Tief sinken, die Welt aber bis zum Jahr 2030 ca. 50 % mehr Energie, Nahrung und Wasser benötigen wird. (22, 23)

Der Scheitelpunkt der weltweiten Erdölproduktion wird ernsthaft unsere aktuelle Lebensmittelversorgung (25, 26) auf die Probe stellen. Der Preis für Getreide steigt in der Regel: abhängig von steigenden Ölpreisen, steigender Nachfrage aufgrund des Bevölkerungswachstums (27), den Auswirkungen des Klimawandels (28), der Umwandlung von landwirtschaftlichen Flächen zu Wohn- und Industriegebieten (29, 30) und abhängig von der wachsenden Nachfrage der Verbraucher (31, 32). Hungerrevolten sind bereits in Ländern rund um die Welt aufgetreten. (33, 34, 35)

Verbunden mit der Missachtung der weltweit drängenden sozialen und ökologischen Probleme ist die Notwendigkeit, Milliarden von Dollar für Kriege, Grenzsicherung und Friedenssicherung aufzubringen (36). “Die stille Hungerkrise – mit Auswirkungen auf ein Sechstel der gesamten Menschheit – stellt eine ernste Gefahr für den Weltfrieden und die Sicherheit dar.“ sagte ein UN-Sprecher.

Vor hundert Jahren wirtschafteten auf Deutschlands heutiger Fläche rund 38 % der Bevölkerung in ca. 3,5 Mio. landwirtschaftlichen Betrieben mit einer durchschnittlichen Nutzfläche von 4-5 Hektar. 2012 gab es noch 290.000 landwirtschaftliche Betriebe und die Zahl der Erwerbstätigen in der Landwirtschaft ist drastisch auf gut 2% zurück gegangen (13). Das durchschnittliche Einkommen betrug im Jahr 2012 je Familienarbeitskraft 39.700 Euro, wobei Nebenerwerbsbetriebe nur ein Ergebnis von 18.100 Euro erwirtschafteten (14). Was ist hier also passiert?

Vor fünfzig Jahren erhielten Landwirte in Europa noch 55 % des Geldes, das die Verbraucher für Lebensmittel ausgaben. Heute bleiben von diesem Anteil in Deutschland nur noch 22 Prozent übrig (15) und unsere Supermärkte spielen die entscheidende Rolle dabei... die "billigen Lebensmittel", die die Supermärkte anpreisen, haben ihren sehr hohen Preis für kleine Hersteller, die Kleinbauern und die Umwelt. Wir sind es Wert, erschwingliche und gleichzeitig gesunde Nahrung zu bekommen, gesunde Gemeinschaften, gesunde Kleinunternehmen und eine gesunde Landschaft.

Supermärkte erfassen genau die Durchschnittskosten für den Anbau einer bestimmten Feldfrucht weltweit, betreiben häufig verdeckte Online-Auktionen und kaufen erst, wenn der Preis am niedrigsten ist. Die Landwirte wissen nicht, welchen Preis die anderen Hersteller ausgeschrieben haben und müssen deshalb zu einem niedrigen Preis anbieten, um den Verkauf zu gewährleisten. Nur multinationale Lebensmittelkonzerne und Unternehmen mit erfolgreichen Marken haben auch Einfluss auf die großen Konzerne.

Um zu überleben, wenden die Bauern immer intensivere Methoden an, um mehr zu produzieren und verkaufen zu können. Dies kann auf der individuellen Ebene sinnvoll sein, wirkt aber letztlich ihren Interessen entgegen, indem Überproduktion und dadurch ein weiterer Preisrückgang ausgelöst wird. Im Ergebnis erhalten sie oft weniger als die Produktionskosten. Die Milchindustrie, zum Beispiel, wurde 2009 stark von den Supermärkten geknebelt, indem sie das Überangebot an Milch zu ihrem Vorteil nutzten. Es kostet einen kleineren Milchbetrieb (< 50 Kühe) mindestens 40 ct, um einen Liter Milch zu produzieren (16a). 2012 erhielten Bauern in Deutschland 32 ct pro Liter Milch, der im Supermarkt für 75 ct (Vollmilch) bzw. 65 ct (H-Milch) verkauft wurde. (16b, c)

In einigen Bereichen (Ackerbau-, Schaf- und Rindfleisch) entsteht eine Differenz durch die Subventionen der Steuerzahler. Während den Bauern oft vorgeworfen wird, am 'Tropf der Subventionen' zu hängen, sind die Ab-Hof-Preise in Wahrheit zeitweise so niedrig, dass die Produktionskosten selbst inkl. Subvention nicht gedeckt werden können.

Die Supermärkte geben dann dem freien Markt die Schuld an der Tatsache, dass sie Milch billiger aus Osteuropa oder Neuseeland importieren können [16] oder sagen, dass die WHO bei einer Preisfestsetzung (d.h. Zahlung eines fairen Preises) hart gegen sie durchgreifen wird [17]. Oder es sind die Zwischenhändler, die alle Gewinne abschöpfen. Oder die Qualität der Milch erfüllt nicht ihre Erwartungen [18].

Während das globale Wirtschaftssystem daran schuld sein kann, sind es die Supermärkte, die durch Lobbyismus Einfluss auf Regierungen und WHO ausüben, um das System ihren Interessen anzupassen, ohne Rücksicht auf die Produzenten. Die Landwirte sind in einer schwachen Verhandlungsposition, die früher einmal Verhandlungsmöglichkeiten auf der Grundlage der Saisonalität hatte. Importe und Gewächshäuser haben diesen Vorteil ins Gegenteil verkehrt. Jetzt werden die Bauern durch die Kaufkraft großer Lieferanten und weltweite Überangebote erpresst.

*"Der Preis für Trinkmilch sinkt und ist jetzt unter meinen Produktionskosten. Meine Kunden werden mir von den Supermärkten abgepresst, die Trinkmilch zu einem Niedrigpreis verkaufen, um Kunden zu gewinnen. Von mir wird verlangt, ein Geschäft mit Verlust zu führen. Ich habe alles getan, um effizient zu wirtschaften und die hohen Standards von Umwelt und Landwirtschaft zu erfüllen. Aber wenn ich kein faires Angebot von den Supermärkten bekomme, bin ich nicht in der Lage weiter zu machen. Das Gebot des Fairtrade für faire Milch muss dringend angegangen werden."* Gareth Watkins 2009, Milcherzeuger [11].

Supermärkte und Nahrungsmittelindustrie erhöhen ihren Gewinnanteil durch Preisdruck auf die gesamte Wertschöpfungskette, oft in Ablehnung verbindlicher Vertragsvereinbarungen mit den Lieferanten. Alle Supermärkte gaben vor der Wettbewerbskommission zu, dass sie die Lieferanten aufgefordert hätten, "für eine bessere Positionierung ihrer Produkte in den Geschäften zu zahlen" und verlangten "nicht kostenbezogene Zahlungen", d.h. Zahlungen, um die Fortführung des Absatzes sicherzustellen.

Landwirte sind gezwungen, einen Riesenbetrag zu investieren, um die Vorgaben der Supermärkte an standardisierte Waren zu erfüllen. Sie werden aber andererseits aus einer Laune heraus fallen gelassen, wobei ihr Betrieb und die Geschäfte und die ländlichen Gemeinden, die sich auf sie verlassen, ausgelöscht werden. Und sie haben Angst davor, ihre Stimme zu erheben, da sie befürchten müssen, auf die schwarze Liste der Supermarktstrategen gesetzt zu werden. Vor dem Hintergrund dass in Deutschland die großen 5 Supermarktketten 90% unseres Lebensmittelmarktes steuern, müssen wir uns da nicht fragen, ob wir wirklich wollen, dass unsere Lebensmittelversorgung in dieser Art und Weise funktioniert und wem sie wirklich dienen soll?

Ursprüngliche Quelle: [www.corporatewatch.org.uk](http://www.corporatewatch.org.uk).