NABU tipps

Tierisches auf dem Teller

Tipps für eine umweltfreundlichere Ernährung

Folgen der Intensivtierhaltung

In Deutschland werden pro Person und Jahr rund 55 Kilogramm Fleisch verzehrt. Nimmt man noch das nötige Futter, die industrielle Verwertung und die Produktionsreste dazu, sind es sogar rund 82 Kilogramm pro Kopf.

Unser Fleischkonsum und der Fleischexport haben zu einer Intensivtierhaltung geführt, bei der möglichst viele Tiere auf engem Raum gehalten werden. Dabei werden große Mengen an Antibiotika und Kraftfutter eingesetzt. Die Folgen sind leidende Tiere und massive Auswirkungen auf Umwelt und Natur.

Umweltschädlich sind z. B. die großen Mengen an Gülle von industriellen Agrarbetrieben. Der darin enthaltene Stickstoff belastet das Grundwasser, verstärkt den Klimawandel und überdüngt die Böden. Unliebsame Pflanzen wie die Brennnessel vermehren sich dank des Stickstoffs und verdrängen so andere Pflanzen- und Tierarten.

In den letzten 50 Jahren hat sich die globale Fleischproduktion vervierfacht.

Bis zu 23 Masthühner drängen sich auf 1 m².

Die **NABU-Tipps** immer dabei: einfach abtrennen und einstecken!

Öko-Landbau – der bessere Weg

Im Gegensatz zur Intensivtierhaltung werden in der Bio-Landwirtschaft nur wenige Tiere gehalten. Diese sollen möglichst mit Futter vom eigenen Hof versorgt werden können. Die geringeren Mengen an Gülle haben gleichzeitig deutlich weniger Umweltauswirkungen. Bei Rindern und Schafen ist auch Weidehaltung eine gute Alternative.

Die Vorteile des Öko-Landbaus:

- Gentechnisch verändertes Futter ist tabu.
- Die Haltung ist artgerechter und es gibt weniger Tiere pro Flächeneinheit.
- Es sind viel weniger Medikamente nötig.
- Die natürliche Artenvielfalt wird aktiv gefördert.

Das EU-Bio-Logo kennzeichnet Mindeststandards. Strengere Kriterien haben die Bio-Anbauverbände wie Demeter oder Bioland.

Sparen Sie nicht. Qualität und Tierschutz gibt es nicht zu Dumpingpreisen!

Bio-Fleisch aus der Umgebung, am besten vom Anbauverband

0 = ökologische Haltung

NABU tipps

Wirsing statt Wurst

In Deutschland verzehren Männer wöchentlich über 1.000 Gramm Fleisch und Wurst, Frauen knapp 600 Gramm. Viel zu viel – nicht nur für die Natur, auch für die eigene Gesundheit. Als gesund gelten nur maximal 300 bis 600 Gramm pro Woche. Nur wenige Menschen erreichen dagegen die empfohlenen 650 Gramm Obst und Gemüse pro Tag. Auch vegetarische Lebensmittel sollten bio oder aus Weidehaltung sein. Denn Milch, Käse etc. sind auch untrennbar mit Massentierhaltung und gentechnisch verändertem Futter verbunden. Ersatzprodukte wie „vegetarische Wurst“ bestehen oft aus Hühnereiweiß.

Immer mehr Menschen essen vegan. Doch in verarbeiteten Produkten sind oft tierische Anteile versteckt: Schweineborsten im Brot, Gelatine im Saft oder tierisches Aroma in Chips müssen nicht angegeben werden.

Gut für die Umwelt: Essen Sie insgesamt weniger Fleisch, Milch, Käse und Joghurt!

Achten Sie auch bei einer vegetarischen oder veganen Ernährung auf die Herkunft der Produkte.

Viel Futter – zerstörtes Land

Allein in Deutschland wird auf über 50 Prozent der Ackerflächen Futter für Nutztiere angebaut. Um die Tiere zu mästen, wird zusätzlich Kraftfutter importiert, vor allem gentechnisch verändertes Soja aus Südamerika. Da dies auf den Produkten nicht angegeben werden muss, erfahren Konsument*innen nichts davon.

Der Anbau von Futterpflanzen schadet unter den aktuellen Bedingungen Mensch und Natur:

- Wertvoller Ur- und Regenwald wird gerodet, indigene Bevölkerungsgruppen werden vertrieben und Landschaften zerstört.
- Giftige Pflanzenschutzmittel verunreinigen Wasser und laugen die Böden aus.
- Auf den riesigen Flächen könnten stattdessen ertragreichere Pflanzen für die Ernährung der lokalen Bevölkerung angebaut werden.

Fragen Sie bei Fleisch und Milchprodukten nach: Ist Gentechnik ausgeschlossen?

Die meisten Tiere in Deutschland fressen Futter, das gentechnisch veränderte Pflanzen wie Soja enthält.

NABU

Ohne Gentechnik

Achten Sie bei Fleisch, Wurst, Milchprodukten und Eiern darauf, dass Gentechnik bei der Fütterung der Tiere ausgeschlossen ist. Neben Bio-Produkten garantieren dies auch folgende Label:

Vegetarisch und vegan

Das V-Label von ProVeg e. V. hilft, entsprechende Lebensmittel zu erkennen.

Aber: Die Produkte müssen nicht bio sein und bei vegetarischen Produkten kann das Tierfutter gentechnisch veränderte Zutaten enthalten.

VEGETARISCH

VEGAN

www.NABU.de/gentechnik
www.NABU.de/siegel-check

Der NABU – aktiv für Ressourcenschutz

Der NABU engagiert sich seit 1899 für Mensch und Natur. Mit mehr als 875.000 Mitgliedern und Fördernden ist der NABU der mitgliederstärkste Umweltverband in Deutschland.

Zu den wichtigsten Aufgaben des NABU zählt der Erhalt der Lebensraum- und Artenvielfalt, die Nachhaltigkeit der Land-, Wald- und Wasserwirtschaft und nicht zuletzt der Klimaschutz. Um diese Ziele zu erreichen, tritt er für eine ökologische Landwirtschaft und für nachhaltige Lebensstile und Produktionsbedingungen ein. Machen Sie mit! Essen Sie weniger Fleisch, Eier und Milchprodukte und achten Sie beim Einkauf auf verlässliche Bio-Siegel.

Weitere Infos unter **www.NABU.de/lebensmittel**

WIR SIND, WAS WIR TUN.
DIE NATURSCHUTZMACHER*INNEN
www.NABU.de/mitgliedwerden

Kontakt: **NABU-Bundesverband,** Charitéstraße 3, 10117 Berlin,
Tel. +49 (0)30.28 49 84-0, Fax +49 (0)30.28 49 84-20 00, NABU@NABU.de, www.NABU.de

Impressum: © 2015, NABU-Bundesverband, 3. Auflage 11/2022; NABU (Naturschutzbund Deutschland) e. V., Charitéstraße 3, 10117 Berlin; Text: Katharina Istel, Florian Schöne; Redaktion: Julia Degmair, Sina Fitzner, Lena Schmitteckert, Sophie Klar; Gestaltung: construktiv GmbH, Bremen; Fotos: F. Hecker, picture alliance/blickwinkel/A. Laule, iStockphoto/camij (l.), picture alliance/blickwinkel/J. S. Peifer (r.), NABU/S. Hennigs, (l.), picture alliance/Keystone (r.), picture alliance/Keystone, picture alliance/PhotoAlto (l.), NABU/S. Hennigs (r.), iStockphoto/MsLightBox, picture alliance/blickwinkel/J. S. Peifer (l.), blickwinkel/R. Koenig (r.), picture alliance/Keystone; © Signets bei den jeweiligen Organisationen; **Der gedruckte NABU-Tipp ist als Faltblatt unter der Artikelnummer 4059 zu bestellen unter www.NABU.de/shop**