Leitfaden für eine klimafreundliche Auswahl von Lebensmitteln

KATZENSPRUNG Kleine Wege. Große Erlebnisse.

Naturparke Deutschland

Pflanzliche Produkte:

- Bevorzugen Sie saisonale Produkte, nutzen Sie dazu einen Saisonkalender
- Bevorzugen Sie regional produzierte Produkte mit kurzen Transportwegen
- Südfrüchte haben eine bessere Klimabilanz wenn Sie mit dem Containerschiff transportiert werden anstatt mit dem Flugzeug
- Produkte die im Freiland oder in einem unbeheizten Gewächshaus/Folientunnel angebaut werden, haben eine bessere Klimabilanz

Milch- und Milchprodukte

- Tierische Produkte verursachen oftmals mehr Treibhausgase als pflanzliche Produkte
- Je mehr Milch für die Produktion eines Lebensmittels benötigt wird, desto höher sind die Treibhausgasemissionen. Hartkäse und Butter sind klimaschädlicher als Varianten, für die weniger Milch benötigt wird, wie z.B. Frischkäse, Quark oder Joghurt
- Bevorzugen Sie Produkte aus artgerechter Tierhaltung
- Alternativen: Pflanzliche Milch- und Milchprodukte aus Getreide oder Hülsenfrüchten

Fleisch- und Fleischprodukte:

- Tierische Produkte verursachen oftmals mehr Treibhausgase als pflanzliche Produkte
- Je mehr von einem Tier verwertet wird, desto geringer die Treibhausgase pro kg Produkt. Nutzen Sie nicht nur Edelteile wie das Filet oder Kotelett sondern auch "unbeliebtere" Stücke (Nose to Tail)
- Bevorzugen Sie Produkte aus artgerechter Tierhaltung
- Bevorzugen Sie Rindfleisch aus Weidehaltung
- Alternative: pflanzliche Fleischersatzprodukte oder Hülsenfrüchte

Gefördert durch:
Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages
NATIONALE KLIMASCHUTZ INITIATIVE
Naturparke Deutschland
FH MÜNSTER University of Applied Sciences
iSuN Institut für Nachhaltige Ernährung
Technische Universität Berlin
Wuppertal Institut