



Konzept zur Förderung einer nachhaltigen Ernährung

Kontext und Herausforderung

Die Erzeugung, Verarbeitung und der Konsum unserer Lebensmittel spielen eine maßgebliche Rolle bei der Betrachtung des Ressourcenverbrauchs der Menschen. Die Überprüfung und Anpassung der Ernährungssysteme¹ unter Gesichtspunkten einer sozialen, ökologischen und ökonomischen Nachhaltigkeit ist vor dem Hintergrund des fortschreitenden Klimawandels, zunehmenden Landverbrauchs, abnehmender Wasserverfügbarkeit und wachsender Weltbevölkerung eine der zentralen Aufgaben sowohl für die Politik als auch für die Agrar- und Ernährungswirtschaft.

Beispielsweise werden der europäischen Ernährungsindustrie 28 Prozent der Ressourcenverbräuche und 17 Prozent der Treibhausgasemissionen in Europa zugeschrieben.² Ernährungs- und agrarpolitische Aspekte müssen dabei zusammengedacht werden. Essen und Trinken sind elementare Grundbedürfnisse, niemand kann darauf verzichten. Ganz ohne Emissionen ist die Produktion von Lebensmitteln dabei nicht möglich. Die Summe der individuellen Ernährungsentscheidungen und damit die Nachfrage nach bestimmten Lebensmitteln beeinflusst das Angebot. Daher wird eine produktive Land- und Ernährungswirtschaft benötigt.

Das vorliegende Konzept lenkt den Fokus auf den Konsumenten und die in diesem Zusammenhang bestehenden ernährungspolitischen Handlungsoptionen. Bei der Ernährung trifft so deutlich wie bei kaum einem anderen Handlungsfeld die persönliche, individuelle Ebene auf die große übergreifende Herausforderung der Reduzierung von Umweltbelastung und Ressourcenverbrauch.³

Unsere Ernährungsweise stellt ein wichtiges Handlungsfeld dar, um eine ökologisch nachhaltige Entwicklung zu befördern. Dabei ist es für den Einzelnen nicht immer einfach, die richtige Entscheidung in Bezug auf eine gesunderhaltende und nachhaltige Ernährung zu treffen. Unser Essverhalten ist hochgradig komplex und vielfältig mit anderen Alltagshandlungen verbunden. Zum einen ist das Essverhalten stark durch Gewohnheiten geprägt, Essentscheidungen werden nicht durchgehend rational getroffen. Zum anderen ist nicht immer klar erkennbar, welche Lebensmittel in ihrer Herstellung wenige und welche viele Ressourcen verbraucht haben. Darüber hinaus kann sich der Ressourcenverbrauch

eines einzelnen Produktes bis zum Kauf im Laufe der Zeit ändern, wie beispielsweise bei der Lagerhaltung von Äpfeln.

Essen ist aber mehr als ein physiologisches Grundbedürfnis. Die Nahrungsaufnahme erfüllt auch emotionale und soziale Funktionen. Wie wir essen oder was wir essen, steht immer in einem engen gesellschaftlichen und kulturellen Kontext. Daher sind viele sehr unterschiedliche Einflussfaktoren situativ und andere strukturell bzw. kulturell an den einzelnen Ernährungsentscheidungen beteiligt.

Zugleich beeinflusst die Art und Weise der Nahrungszusammensetzung, -darbietung und -aufnahme die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen. Die Essatmosphäre ist neben einer ausgewogenen und hohen Lebensmittelqualität einer der prägendsten Faktoren für das Ernährungsverhalten.⁴

Nachhaltige Ernährung spielt derzeit in verschiedenen politischen Prozessen, sowohl auf nationaler, europäischer als auch auf internationaler Ebene, eine wichtige Rolle:

- in der Agenda 2030 für eine nachhaltige Entwicklung
- in der Deutschen Nachhaltigkeitsstrategie (DNS), deren zentrales Steuerorgan, der Staatssekretärsausschuss für Nachhaltige Entwicklung, sich zu den Empfehlungen der Eat Lancet-Kommission bekannt hat
- bei der Weiterentwicklung des Nationalen Programms für nachhaltigen Konsum (NPNK)
- im Klimaschutzplan der Bundesregierung
- in der Umsetzung des „European Green Deal“, mit der Strategie „Farm to Fork“ und dem Ziel für „faire, gesunde und umweltfreundliche“ Ernährungssysteme
- bei der Erstellung und Umsetzung der freiwilligen Leitlinien für Ernährung und Lebensmittelsysteme des CFS (Committee on World Food Security der FAO)

Was bedeutet es, sich nachhaltig zu ernähren?

Internationale Definition

Der sogenannte Brundtland-Bericht⁵ kennzeichnet nachhaltige Entwicklung als eine Entwicklung, „die den Bedürfnissen der heutigen Generation entspricht, ohne die Möglichkeiten künftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen“.

Eine nachhaltige Ernährung ermöglicht nach Definition der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) sowie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) heutigen und zukünftigen Generationen ein gesundes Leben und das Wohlbefinden der Einzelnen; sie hat geringe Auswirkungen auf die Umwelt; sie ist leicht zugänglich, erschwinglich, sicher, ökonomisch gerecht und bezahlbar sowie kulturell angepasst.⁶

Die Ziele einer nachhaltigen Ernährung gemäß FAO und WHO bestehen darin,

- ein optimales Wachstum und eine optimale Entwicklung aller Menschen zu erreichen,
- die Funktionsfähigkeit sowie das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden in allen Lebensabschnitten für heutige und künftige Generationen zu unterstützen,
- zur Vorbeugung aller Formen der Fehlernährung (d. h. Unterernährung, Mikronährstoffmangel, Übergewicht und Adipositas) beizutragen,
- das Risiko ernährungsmitbedingter nicht-übertragbarer Krankheiten zu verringern und
- die biologische Vielfalt zu erhalten und damit die natürlichen und menschlichen Lebensgrundlagen zu verbessern.

Damit ist eine nachhaltige Ernährung Bestandteil einer nachhaltigen Entwicklung, wie sie mit der Agenda 2030 als gemeinsame Vision der Nachhaltigkeit 2015 von den Vereinten Nationen festgeschrieben wurde.

Fazit: In Anlehnung an die Definition auf VN-Ebene⁷ bedeutet eine gesunderhaltende, nachhaltige Ernährung, sich so zu ernähren, dass die gesamten gesundheitlichen, ökologischen, ökonomischen und sozialen Auswirkungen unseres Ernährungsstils möglichst positiv sind. Übergeordnetes Ziel einer nachhaltigen Ernährung ist es, die Erde dauerhaft generationengerecht zu bewirtschaften und Lebensmittel wertzuschätzen: Die Lebenssituation der heutigen Generation soll verbessert werden, ohne gleichzeitig die Lebenssituation künftiger Generationen zu gefährden.

Wissenschaftlich basierte Ernährungsempfehlungen für eine nachhaltige Ernährungsweise

Der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) definiert in seinem aktuellen Gutachten⁸ vier Zieldimensionen nachhaltigerer Ernährung, die sogenannten „Big Four“: Gesundheit, Soziales, Umwelt und Tierwohl. Er macht dabei deutlich, dass nachhaltige Entwicklung, zu der auch eine nachhaltigere Ernährungsweise zählt, nicht pauschal definierbar ist, sondern immer mit Werteentscheidungen und teilweise mit Zielkonflikten verbunden ist. Vor dem Hintergrund der vier Zieldimensionen werden jeweils weniger nachhaltige von nachhaltigeren Arten der Ernährung unterschieden. Aus Sicht des WBAE gibt es, trotz aller Einschränkungen, die sich durch die Inkonsistenz vieler Nachhaltigkeitsempfehlungen ergeben, begründet auch durch verschiedene Bewertungs- und Messsysteme und teilweise durch Zielkonflikte, eine Reihe belastbarer Empfehlungen für eine nachhaltigere Ernährung: Hierzu zählen u.a. die Reduktion des Konsums tierischer Erzeugnisse, der (möglichst saisonale) Konsum von viel Gemüse und Obst, Hülsenfrüchten sowie Leitungswasser. Mehrheitlich positiv bewertet der WBAE auch die Empfehlungen, Lebensmittelabfälle zu vermeiden und selbst zu kochen bzw. in Gemeinschaft zu essen. Weitere Empfehlungen wie die Bevorzugung von regional und/oder ökologisch erzeugten Produkten sowie der höhere Konsum von Nüssen und Fisch sind differenziert in Bezug auf den jeweiligen Nachhaltigkeitseffekt zu betrachten.

Richtungsweisend in Bezug auf konkrete Ernährungsempfehlungen wurden 2019 die Autoren der **Planetary Health Diet**: In ihrer Ausarbeitung haben 37 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der EAT-Lancet-Kommission Anfang 2019 ein Ernährungsmuster beschrieben, das die Gesundheit der Menschen und die Ressourcen der Erde gleichermaßen schützen soll.⁹ Demnach müssten – auf Basis der heutigen Bevölkerungsanzahl und ihrer derzeitigen Ernährungsweise – der weltweite Konsum von Gemüse und Obst, Hülsenfrüchten und Nüssen ungefähr verdoppelt, der Verzehr von Fleisch und Zucker dagegen halbiert werden. Neben den veränderten Verzehrsgewohnheiten müssten sich den Wissenschaftlern zufolge auch die Lebensmittelabfälle weltweit um 50 Prozent reduzieren und die landwirtschaftlichen Praktiken ändern. Die Autoren zeigen damit Wege auf, wie die Klimaziele, die mit dem Pariser Abkommen 2015 vereinbart wurden, erreicht werden können.

Eine ökologisch verträgliche Ernährung wird in den **Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE)** bereits weitgehend berücksichtigt. Die Ernährungsempfehlungen und Referenzwerte der DGE bilden die Grundlage für die ernährungspolitischen Maßnahmen des BMEL. Die DGE erkennt weitreichende Übereinstimmungen ihrer vorwiegend auf gesunderhaltende Ernährung zielenden Empfehlungen mit der von der EAT-Lancet-Kommission entwickelten Planetary Health Diet.¹⁰

Vergleich der Lebensmittelmengen Planetary Health Diet und Vollwertige Ernährung der DGE:

Beide setzen auf einen gesteigerten Verzehr von Gemüse und Obst und einen relativ geringen Anteil tierischer Lebensmittel. Nach der Planetary Health Diet bedeutet das bei Fleisch z. B., dass sich der Verzehr von derzeit etwas mehr als einem Kilogramm Fleisch und Fleischerzeugnissen pro Woche (jährlich 60 kg / Kopf)¹¹ in Deutschland, je nach persönlichem Energiebedarf, deutlich reduzieren müsste. Dies entspricht auch den Empfehlungen der DGE von nicht mehr als 300 bis 600 Gramm, je nach individuellem Energiebedarf, Fleisch und Fleischerzeugnisse pro Woche. Es müsste wesentlich mehr Gemüse gegessen werden, da der derzeitige Konsum von Gemüse pro Person an der unteren Grenze der Empfehlungen liegt. Zudem sollte jede und jeder gemäß den Empfehlungen für eine gesunderhaltende und nachhaltige Ernährungsweise täglich etwa 200 bis 300 Gramm Getreide bzw. Getreideprodukte und

100 Gramm Hülsenfrüchte sowie 25 Gramm Nüsse zu sich nehmen. Bereits im Rahmen der Nationalen Verzehrstudie II (NVS II) gab es Hinweise, dass die durchschnittlichen Verzehrsmengen von Hülsenfrüchten und Nüssen unterhalb der genannten Empfehlungen liegen. Der durchschnittliche Konsum von Milch und Milchprodukten liegt im Rahmen der Empfehlungen der DGE.¹² Ein direkter Vergleich der Empfehlungen der DGE und der vorhandenen Verzehrdaten mit den Empfehlungen der Planetary Health Diet ist im Bereich der Milchprodukte aufgrund der unklaren Definition¹³ nicht möglich.

Tabelle 1 | Lebensmittelmengen Planetary Health Diet und vollwertige Ernährung der DGE

Planetary Health Diet, EAT-Lancet-Kommission (Willett et al. 2019)		Vollwertige Ernährung, Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) (Oberritter et al. 2013)	
Lebensmittelgruppe	Menge (g/Tag) (bei einer Energiezufuhr von 2500 kcal/Tag)	Lebensmittelgruppe	Orientierungswert (g/Tag) (bei einer Energiezufuhr von 1600–2400 kcal/Tag)
Getreide	232 (0–60 % der Gesamtenergie)	Getreide(-produkte)	200–300
Kartoffeln	50 (0–100)	Kartoffeln, Nudeln, Reis	150–250
Gemüse	300 (200–600)	Gemüse und Salat, inkl. Hülsenfrüchten	≥ 400
Hülsenfrüchte	100		
Obst	200 (100–300)	Obst	≥ 250
Nüsse	25	davon: Nüsse	25
Rind-, Lamm- oder Schweinefleisch	14 (0–28)	Fleisch, Wurst	43–86
Geflügel	29 (0–58)		
Fisch	28 (0–100)	Fisch	21–31
Eier	13 (0–25)	Eier	< 25
Milch (Vollmilch oder daraus hergestellte Produkte)	250 (0–500)	Milch(-produkte) Käse	200–250 50–60
ungesättigte Fettsäuren (Öle)	40 (20–80)	Öle	10–15
gesättigte Fettsäuren* (Palmöl, Schmalz)	11,8 (0–11,8)	Butter, Margarine	15–30
alle Süßungsmittel (inklusive Zucker)	31 (0–31)	freie Zucker	≤ 50 g (Ernst et al. 2018)
		Getränke	rund 1,5 l/Tag, bevorzugt Wasser

*Milchfett schon in „Milch“ enthalten

Quelle: DGE info 06/2019

Ernährungsweisen mit einem höheren Gesundheitswert haben zumeist einen höheren ökologischen Nachhaltigkeitswert. Eine Ernährungsweise mit reichlich pflanzlichen Lebensmitteln, wenig tierischen Lebensmitteln, einem geringeren Energiegehalt und wenig verarbeiteten Lebensmitteln (z.B. frisches Obst und Gemüse versus Fertiggerichten, Süßigkeiten oder salzige Snacks) ist sowohl gesünder als auch weniger umweltbelastend.

Das Verständnis des BMEL von einer nachhaltigen Ernährung

Zu einem gesunderhaltenden Lebensstil, der auch Klima und Umwelt schützt, zählt eine **pflanzenbetonte, bedarfsgerechte Ernährungsweise mit der Bevorzugung von saisonal erzeugten sowie gering verarbeiteten Lebensmitteln**. Ein zweites zentrales Aktionsfeld der Ernährungspolitik zur nachhaltigen Ernährung ist die **Wertschätzung von Lebensmitteln einhergehend mit der Reduzierung der Lebensmittelverschwendung** sowie der für ihre Erzeugung notwendigen Ressourcen.

Grundsätzlich tragen **ökologisch erzeugte Lebensmittel** zur Umweltschonung bei, auch wenn die Klimawirkungen je nach Verlagerungseffekten unterschiedlich ausfallen können. Je nach Produktions- und Distributionsprozess sowie Lagerung können **regional erzeugte Lebensmittel** im Vergleich zu weit transportierten Waren eine bessere Umweltwirkung haben. Dies gilt insbesondere für saisonale Produkte aus der Region.

Auf Ebene der Bürgerinnen und Bürger sind ferner der **energieeffiziente Einkauf und die ressourceneffiziente Zubereitung** von Speisen Handlungsfelder für einen nachhaltigen Lebensstil. So ist es günstiger, zu Fuß bzw. mit dem Rad einzukaufen als mit dem Auto und beim Kochen z.B. lange Warmhaltezeiten oder die Verwendung von Geräten mit hohem Energieverbrauch zu vermeiden. Dazu gehören auch **umweltverträgliche Verpackungen** sowie Fisch aus **bestandserhaltender Fischerei**.

Umwelt und Gesundheit stehen dabei als wichtige Dimensionen der Nachhaltigkeit im Vordergrund, weil sie in weiten Teilen Zielsynergien darstellen. Damit fokussiert sich das BMEL auf seine ernährungspolitischen Kernkompetenzen. Weitere wichtige Nachhaltigkeitsdimensionen wie Wirtschaft oder Soziales werden vom BMEL ebenfalls berücksichtigt, stehen aber in diesem Konzept nicht im Vordergrund, auch, weil für nachhaltige Verhaltensänderungen zunächst andere Ressorts (z. B. BMAS) zuständig sind. Der vom WBAE als zentrales Ziel der Nachhaltigkeit deklarierte Betrachtung des Tierwohls widmen sich Initiativen des BMEL zur Verbesserung des Tierwohls, wie die Einführung des staatlichen Tierwohlkennzeichens und die Nutztierhaltungsstrategie.

Maßnahmen für eine nachhaltige Ernährung

Forschungsergebnisse zur Förderung nachhaltiger Verhaltensweisen einbeziehen

Für die notwendige gesellschaftliche Breitenwirkung und allgemeine Akzeptanz und schließlich Umsetzung von nachhaltigen Ernährungsweisen ist die Vermittlung wissenschaftlich fundierter Zusammenhänge wichtig. Über Definition und Bedeutung einer nachhaltigen Ernährung gibt es aus wissenschaftlicher Sicht weitgehend Konsens. Um eine Ernährungsweise bzw. ein bestimmtes Konsumverhalten mit Blick auf die damit verbundene Nachhaltigkeitswirkung zu bewerten, bedarf es für jedes Schlüsselement der nachhaltigen Ernährung zunächst eines Indikators. Mit Bezug auf Ernährungsempfehlungen werden folgende Umweltindikatoren bereits diskutiert:

Treibhausgasemission, Land- und Agrarkapazität, Energienutzung, Wassernutzung und Lebenszyklusanalysen. Allerdings verweisen Wissenschaftler darauf, dass diese Indikatoren schlecht vergleichbar seien.¹⁴ Um weitergehende, differenzierte Aussagen für einzelne Lebensmittel machen zu können, müssen wissenschaftliche Kriterien bezüglich der Nachhaltigkeitswirkungen für jedes Lebensmittel entwickelt werden.

Auch bezüglich der Umsetzung und der Erreichung einer nachhaltigen Ernährung sind noch Fragen offen, z. B.: Welche Instrumente bzw. welche Maßnahmen sind geeignet, um nachhaltige Ernährung messbar so zu verankern und zu verbreiten, dass sie zur gesellschaftlichen Norm wird? Welche Rahmenbedingungen erleichtern es Menschen, sich gesunderhaltend und nachhaltig zu ernähren? Welche neuen Ernährungstrends, wie z. B. der zunehmende Verzehr von pflanzenbasierten proteinhaltigen Lebensmitteln als Alternative zu tierischen Erzeugnissen, sind sowohl ökologisch nachhaltig als auch gesunderhaltend?

Auch in der Farm-to-Fork-Strategie wird hervorgehoben, dass Forschung und Innovation wichtige Triebkräfte sind, die den Übergang zu nachhaltigen, gesunden und integrativen Ernährungssystemen von der Erzeugung bis zum Verzehr beschleunigen.

Gesunderhaltende, nachhaltige Ernährung erleichtern

Ziel des BMEL ist es, die Verbraucherinnen und Verbraucher bei einer gesunderhaltenden und nachhaltigen Ernährungsweise zu unterstützen und diese im Alltag zur Selbstverständlichkeit zu machen – **die gesundheitsförderliche und nachhaltige Lebensmittelauswahl muss einfach sein.**¹⁵ Um dies zu erreichen, verfolgt das BMEL eine ganzheitliche Ernährungspolitik, die verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen kombiniert. Aktuelle Maßnahmen sind die Einführung einer erweiterten Nährwertkennzeichnung auf der Vorderseite der Lebensmittelverpackung durch den Nutri-Score und die Nationale Reduktions- und Innovationsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten (NRI).

Der Nationale Aktionsplan IN FORM mit seinen zahlreichen Projekten u. a. zur Ernährungsbildung sowie zur Verbesserung der Verpflegungsqualität in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung trägt bereits seit Jahren ebenfalls zu einer gesunderhaltenden Ernährung und günstigen Ernährungsumgebungen bei. Damit wird eine wesentliche Dimension nachhaltiger Ernährung adressiert.

Die Erweiterung der Ernährungskompetenz um Nachhaltigkeitsaspekte

Ziel ist es, in Maßnahmen zur Förderung der Ernährungskompetenz auch Botschaften zu einer ressourcenschonenden und insofern nachhaltigen Verhaltensweise zu integrieren. Es soll eine in sich schlüssige und durchgängig alle relevanten Aspekte umfassende Kommunikation sichergestellt werden.

Bei der Weiterentwicklung des Nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ sollen Nachhaltigkeitsaspekte bei Maßnahmen zur Förderung der Ernährungskompetenz stärker berücksichtigt werden. In allen geeigneten Formaten zur Ernährungskommunikation, auch in digitalen, sollen die gesicherten ökologischen Aspekte der Ernährung mit kommuniziert werden. Die Kommunikation soll deutlich machen, dass eine gesunderhaltende Ernährungsweise dem eigenen Wohlbefinden dienen und zugleich einen Beitrag zu Umwelt- und Ressourcenschonung leisten können.

Angesichts der Vielzahl an Informationskanälen und Meinungen über Fragen der gesunderhaltenden und nachhaltigen Ernährung ist es wichtig, vertrauenswürdige Informationen bereitzustellen und Kontroversen verständlich aufzuarbeiten. Vor allem aber gilt es, die Kompetenzen sowohl der interessierten Verbraucherinnen und Verbraucher, als auch derjenigen, die diesen Themen weniger Bedeutung beimessen, zu stärken. Um eine in die Breite wirkende Vermittlung von Kompetenzen zu erreichen, gilt es, zentrale und klare Regeln für ein ressourcenschonendes Verhalten in den Vordergrund zu stellen.

Die für Deutschland maßgeblichen zehn Regeln der DGE für eine vollwertige Ernährung sollten in Zukunft im Sinne eines integrativen Ansatzes überarbeitet werden, sodass Nachhaltigkeitsaspekte noch mehr in den Fokus genommen werden als bisher.

Lebensmittelabfälle reduzieren

Die Herstellung von Lebensmitteln beansprucht wertvolle Ressourcen wie Boden, Wasser, Energie und Treibstoff und ist mit Emissionen von Treibhausgasen verbunden, daher sollten Lebensmittel nicht unnötig verloren gehen oder verschwendet werden. Die *Nationale Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung* ist die zweite zentrale ernährungspolitische Maßnahme, um den Umwelt- und Klimaschutz zu unterstützen. Die Vermeidung von Lebensmittelabfällen leistet einen wichtigen Beitrag zum Ressourcenschutz auf allen Stufen der Lebensmittelversorgungskette. Hierzu sind bzw. werden auf allen Stufen Dialoge und Prozesse in Gang gesetzt, die zu einer Verminderung der Lebensmittelabfälle führen. Ein zentraler Punkt wird die Vermeidung von Lebensmittelabfällen in den privaten Haushalten sein.

Ökologische Aspekte verstärkt in der Gemeinschaftsverpflegung und Außer-Haus-Verpflegung berücksichtigen

Die entsprechenden Ernährungsbildungsmaßnahmen werden besonders erfolgreich sein, wenn sie mit einem gesunderhaltenden und nachhaltigen Verpflegungsangebot in hoher Qualität einhergehen. Ziel ist, durch eine entsprechende Gestaltung der Ernährungsumgebung und alltagskompatible Ernährungsempfehlungen die Grundlage dafür zu schaffen, dass sich alle Menschen in ihrer jeweiligen Lebenssituation gesunderhaltend sowie umwelt- und klimaschonend ernähren können.

Die Außer-Haus-Verpflegung entwickelt sich seit einigen Jahren zu einem wichtigen Handlungsfeld. An unterschiedlichen Ansatzpunkten kann sie einen Beitrag zu einer gesund erhaltenden und umweltverträglicheren Ernährung leisten. Die im Auftrag des BMEL entwickelten Qualitätsstandards der DGE für die Gemeinschaftsverpflegung gelten als Instrument zur Qualitätssicherung und haben ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Speiseangebot in der Gemeinschaftsverpflegung zum Ziel. Sie sind die wissenschaftliche Grundlage für aktuelle ernährungspolitische Maßnahmen in der Gemeinschaftsverpflegung. Mit der Überarbeitung der DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung werden künftig Nachhaltigkeitsaspekte von der Planung über den Einkauf, die Speisenzubereitung bis hin zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen noch konsequenter verankert.

Um gesunderhaltende und umwelt- und klimaschonende Speiseangebote in Schulen, Krankenhäuser und öffentliche Einrichtungen zu erreichen, ist es zielführend, verbindliche Mindestkriterien in öffentlichen Ausschreibungen für die entsprechende Lebensmittelbeschaffung festzulegen. Die Bundeskantinen können hier Vorbildcharakter haben. Aus diesem Grund ist vorgesehen, insbesondere die Bundesverwaltung diesbezüglich nachhaltiger auszurichten. Die Überarbeitung der DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung, die Aspekte der Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit vereinen, wurde im Jahr 2020 abgeschlossen.

Das in der Zukunftsstrategie ökologischer Landbau formulierte Ziel von mindestens 20 Prozent Bio-Anteil in den Kantinen der Bundesverwaltung soll bis 2025 erreicht werden.¹⁶ Das Dialogforum Außer-Haus-Verzehr entwickelte *im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung* Maßnahmen zur Reduzierung der Lebensmittelabfälle im Außer-Haus-Verzehr.

Mit der Informationsinitiative BioBitte stellt das BMEL zielgruppenspezifische Informationsmaterialien bereit, um den Anteil ökologisch erzeugter Produkte in der Gemeinschaftsverpflegung zu erhöhen. Ziel der Initiative ist es, den Bioanteil in öffentlichen Küchen auf 20 Prozent und mehr zu erhöhen. Die Förderung des Einsatzes von Bioprodukten in der öffentlichen Außer-Haus-Verpflegung ist ein Maßnahmenswerpunkt der Zukunftsstrategie ökologischer Landbau (ZÖL). Aktivitäten auf EU-Ebene unterstützen: BMEL wird das Ansinnen der KOM unterstützen, das EU-Schulprogramm zu überarbeiten, um dessen Beitrag zum Verzehr nachhaltiger Lebensmittel zu steigern und insbesondere um die Aufklärung über die Bedeutung einer gesunderhaltenden Ernährung, einer nachhaltigen Lebensmittelerzeugung und der Reduzierung der Lebensmittelverschwendung zu stärken.¹⁷

Veränderungen des Verbraucherverhaltens durch weitere Maßnahmen

Immer mehr Verbraucherinnen und Verbraucher wünschen eine transparente, regionale und nachhaltige Lebensmittelerzeugung und räumen solchen Produkten bei der Auswahl ihrer Lebensmittel einen hohen Stellenwert ein.¹⁸ Um Verbrauchern die Wahl einer nachhaltigeren Alternative im Supermarkt zu erleichtern, sind Informationen zur Nachhaltigkeit der Herstellung von Lebensmitteln wünschenswert. Hierfür hat das BMEL Kennzeichnungssysteme zur Regionalität (Regionalfenster) oder auch das Bio-Siegel initiiert bzw. eingeführt. Auch das Tierwohlkennzeichen wird einen Beitrag zu einem bewussteren Konsumverhalten leisten.

Ob nennenswerte Wirkungen für das Klima durch ein Kennzeichen für bestimmte Umwelt- oder Klimaaspekte in der Produktion oder Distribution von Lebensmitteln realistisch erwartet werden können, wird jedoch kontrovers diskutiert. Entscheidend ist, dass die Qualitätsauslobung klar und zutreffend und somit für die Verbraucherinnen und Verbraucher leicht verständlich und nicht irreführend ist. Zu der von einigen Akteuren geforderten CO₂-Bilanz bei Lebensmitteln ist jedoch zu bedenken, dass verschiedene Verarbeitungs-, Transport- und Lagermöglichkeiten bei ein und demselben Produkt zu ganz unterschiedlichen Bilanzierungsergebnissen führen können. Eine Kennzeichnung mit Durchschnittswerten hingegen hat keine differenzierende Wirkung. Insofern wird BMEL die weitere Entwicklung der freiwilligen Kennzeichnung aufmerksam verfolgen, und begrüßt, dass die EU-Kommission mit der Farm-to-Fork-Strategie einen Vorschlag für Ursprungsangaben für bestimmte Erzeugnisse plant und angekündigt hat, einen Rahmen für Nachhaltigkeitskennzeichnungen zu prüfen.

Ein weiteres Instrument könnten Steuern, insbesondere solche mit Lenkungsfunction, sein. Sie können zur Veränderung der Preisrelation bei Lebensmitteln beitragen, um z.B. höhere Umweltbelastungen oder negative Gesundheitsfolgen abzubilden und den Konsum dieser zu lenken. Dieses Instrument ist aber differenziert zu betrachten. So schlägt der WBAE zur Senkung des Fleischverbrauchs eine Mehrwertsteuererhöhung für Fleisch und Fleischprodukte von 7 auf 19 % vor, diese würden aber nach Schätzungen des WBAE zu Nachfragerückgängen von lediglich 2 bis 3 % führen. Er führt aus, dass in wohlhabenden Ländern wie Deutschland mit eher geringen Preiselastizitäten relativ starke Steuererhöhungen nötig wären, um deutliche Lenkungswirkungen zu erzielen¹⁹.

Die Farm-to-Fork Strategie sieht steuerliche Anreize als Triebkraft für den Übergang zu einem nachhaltigen Lebensmittelsystem und als Motivation für die Verbraucher, sich für eine nachhaltige und gesunde Ernährung zu entscheiden. Auch Abgaben ohne unmittelbar lenkende Funktion könnten geeignet sein, um das Tierwohl in der Nutztierhaltung zu verbessern, wie an der Diskussion über eine mögliche Tierwohlabgabe deutlich wird.

Verbraucherbefragungen liefern Hinweise, dass die Akzeptanz von Konsumsteuern, etwa um gesellschaftliche Ziele wie den Tierschutz zu verbessern, vorhanden ist.²⁰

In wieweit fiskalische Maßnahmen jedoch dazu beitragen, das Verbraucherverhalten so zu beeinflussen, dass Gesundheit und Umweltschutz davon profitieren, bedarf weiterer Prüfungen^{21,22}.

Zielkonflikte

Werden Gesundheits- und Klimaschutzaspekte in Bezug auf eine gesunderhaltende und ressourcenschonende Ernährung gemeinsam betrachtet, so gibt es viele Zielsynergien, aber auch einige Zielkonflikte. Global betrachtet ist eine intensive und langfristig tragfähige Nutzung der Ressourcen ein Schlüsselfaktor für die künftige globale Ernährungssicherheit. Eine zunehmende Ökologisierung der landwirtschaftlichen Produktion hat einerseits eine positive Auswirkung auf die Biodiversität und andere Umweltindikatoren. Andererseits vermindern sie aber auch die Produktivität der Landwirtschaft

je Flächeneinheit, was wieder höhere Importe zur Folge haben kann. Eine pflanzenbetonte Ernährung ist gut für Gesundheit und Klima. Werden aber beispielsweise Rohstoffe bzw. Lebensmittel über weite Strecken eingeflogen, trägt deren Konsum zwar zu einer gesunderhaltenden Ernährung des Menschen bei, verursacht aber hohe Treibhausgasemissionen. Umgekehrt ist eine vegane Ernährung zwar gut fürs Klima und bringt gesundheitliche Vorteile mit sich, sie erfordert jedoch eine sehr bewusste Ernährung. Relevant diesbezüglich ist ein erhöhtes Risiko für Jodmangel und die i. d. R. notwendige Ergänzung von Vitamin B-12.²³ Die Politik steht hierbei vor der Herausforderung, alle Bevölkerungsgruppen im Blick zu haben und Maßnahmen im Hinblick auf Zielkonflikte sorgsam abzuwägen.

Ausblick

Die integrierte und umfassende Ernährungspolitik des BMEL zielt darauf ab, eine gesunderhaltende Ernährung noch stärker zu verbreiten und zugleich ökologisch günstige Entwicklungen der Ernährungsweise zu unterstützen. Dafür müssen weiterhin wichtige Ernährungsumgebungen schrittweise verbessert und die Ernährungskompetenz der Menschen durch zielgerichtete Kommunikations- und Ernährungsbildungsmaßnahmen gestärkt werden. Das zweite zentrale Maßnahmenfeld zielt auf die Ressourcenschonung durch Vermeidung von Lebensmittelabfällen. Darüber hinaus gilt es, besonders klimarelevante Produktionsprozesse zu identifizieren und zu adressieren. Dies richtet sich auf die angebotsseitigen Prozesse und ist im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes eine wichtige Rahmenbedingung, damit Verbraucherinnen und Verbraucher nachhaltigere Lebensstile verfolgen können.

Über die Relevanz des individuellen, konsumseitigen Lebensstils und die Förderung nachhaltiger Ernährungsumgebungen in der Gemeinschaftsverpflegung hinaus ist für die Erreichung der Nachhaltigkeitsziele für das gesamte Ernährungssystem ein ganzheitlicher Ansatz erforderlich, der auch die Produktionsseite (Primärproduktion und Weiterverarbeitung) umfasst. Exemplarisch genannt seien hier das staatliche Tierwohlkennzeichen, die Nutztierhaltungsstrategie, das *Bundesprogramm Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft*, die *Eiweißpflanzenstrategie*, das *Forum Nachhaltiges Palmöl* und das *Informationsportal „Fischbestände online“*. Auch diese Aktivitäten zielen darauf ab, die Konsumsituation nachhaltiger zu gestalten.

Quellen:

- ¹ Der Begriff Ernährungssysteme (analog zu dem englischen „food systems“) bezieht sich auf alle Prozesse, die im Zusammenhang mit der Ernährung der Bevölkerung stehen, das heißt von der Primärrohstoffproduktion einschließlich der dafür erforderlichen Vorleistungen über deren Verarbeitung, Transport und Vertrieb, bis hin zum Konsum und der Entsorgung bzw. Wiederverwertung der Abfälle.
- ² <https://wupperinst.org/themen/wirtschaft/ernaehrungsbranche/>
- ³ <https://wupperinst.org/themen/wirtschaft/ernaehrungsbranche/>
- ⁴ DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung (Entwurf September 2020)
- ⁵ Volker Hauff (Hrsg.), *Unsere gemeinsame Zukunft. Der Brundtland-Bericht der Weltkommission für Umwelt und Entwicklung*, Eggenkamp, Greven 1987
- ⁶ FAO und WHO. 2019. Sustainable healthy diets – Guiding principles.
- ⁷ FAO und WHO. 2019. Sustainable healthy diets – Guiding principles.
- ⁸ Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) des BMEL: „Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten“ (2020)
- ⁹ Willet W, Rockström J, Loken Bet al.: Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet Commission* | Volume 393, P447–492, 2019.
- ¹⁰ Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Vollwertige Ernährung nach den Empfehlungen der DGE ist auch ökologisch nachhaltig. DGEinfo (6/2919)
<https://www.dge.de/fileadmin/public/doc/fm/dgeinfo/DGEinfo-06-2019-Vollwertige-Ernaehrung.pdf>
- ¹¹ https://www.ble.de/SharedDocs/Downloads/DE/BZL/Daten-Berichte/Fleisch/2020BerichtFleisch.pdf?jsessionid=05689A4CF2C67AC646CF519C5E3CD77D.1_cid325?__blob=publicationFile&v=2
- ¹² Ergebnisbericht NVS II - Die bundesweite Befragung zur Ernährung von Jugendlichen und Erwachsenen https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf
- ¹³ Die Planetary Health Diet spricht von „Vollmilch oder Äquivalenten“ und nicht direkt von Milch und Milchprodukten. Der Einsatz von Milchäquivalenten führt unter Umständen – je nach Produktgruppe oder Auslegung der Formulierung - zu einer deutlich geringeren Konsumempfehlung im Vergleich zu den Empfehlungen der DGE. Die Basis für die Empfehlung der EAT-Lancet-Kommission bildet die Calciumversorgung, wodurch sich auch der Begriff des Äquivalents zur Vollmilch erschließt. Eine Versorgung mit 300 mg Calcium pro Tag z. B. über 250 g Vollmilch wird in Kombination mit den weiteren Empfehlungen als ausreichend angesehen. Insgesamt wird eine breite Spanne von 0 – 500 g in dieser Kategorie angegeben, allerdings mit dem Hinweis, dass eine nachhaltige, ressourcenschonende Ernährung sich eher im unteren Bereich des Ranges befinden wird. Je nach Interpretation zeigt sich eine deutliche Differenz zu den Empfehlungen der DGE und den Daten aus der NVS II bzw. dem Nationalen Ernährungsmonitoring (NEMONIT; Folgerhebung NVS II)
- ¹⁴ Bechthold A, Boeing H, Tetens I, Schwingshackl L, Nöthlings U (2018): Perspective: Food-Based Dietary Guidelines in Europe – Scientific Concepts, Current Status, and Perspectives; Oxford; in: *Advances in nutrition* 9.5, September 2018
- ¹⁵ Gesunde Ernährung, sichere Produkte. Bericht der Bundesregierung zur Ernährungspolitik, Lebensmittel- und Produktsicherheit 2020.
- ¹⁶ Einleitende Aufzeichnung Sitzung des Staatssekretärsausschusses für nachhaltige Entwicklung am 13. Juli 2020
- ¹⁷ https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/communication-annex-farm-fork-green-deal_de.pdf
- ¹⁸ z. B. FACIT RESEARCH Jan. 2020, BITKOM RESEARCH Nov 2019, CIVEY-Marktumfrage i.A. des TAGESSPIEGELS Jan 2019
- ¹⁹ WBAE 2020: Politik für eine nachhaltigere Ernährung (Seite 459)
- ²⁰ Zühlsdorf A, Jürkenbeck K, Spiller A (2018) Lebensmittelmarkt und Ernährungspolitik 2018: Verbrauchereinstellungen zu zentralen lebensmittel-und ernährungspolitischen Themen. Studie im Auftrag des vzby, Göttingen.
- ²¹ Pfinder et al.: Taxation of unprocessed sugar or sugar added foods for reducing their consumption and preventing obesity or other adverse health outcomes. *Cochrane Database Syst Rev.* 2020 Apr; 2020(4): CD012333. Published online 2020 Apr 9. doi: 10.1002/14651858.CD012333.pub2

²² Hempel C, Will S, Zander K (2019) Bioökonomie aus Sicht der Bevölkerung. Thünen Working Paper 115, Johann Heinrich von Thünen-Institut, Braunschweig. Doi:10.3220/WP1545134625000

²³ Veganismus: Vitamin B12 wird gut ergänzt, Jod ist das Sorgenkind (Pressemitteilung des Bundesinstituts für Risikobewertung 28/2020, 31.08.2020)