



Mein Beitrag, die Schöpfung zu bewahren – LEBENSMITTEL WERTSCHÄTZEN STATT VERSCHWENDEN

März 2025

Lebensmittelverschwendung ist ein drängendes globales Problem, das nicht nur ethische und wirtschaftliche, sondern auch erhebliche ökologische Folgen hat. In den letzten Jahren ist sie durch das sog. Containern, der Mitnahme weggeworfener Waren aus den Abfallcontainern der Supermärkte, zunehmend in den Fokus der öffentlichen Aufmerksamkeit gerückt. Laut der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) werden weltweit jährlich etwa 1,3 Milliarden Tonnen essbare Lebensmittel weggeworfen. In Deutschland landen jährlich rund 11 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll. Diese Menge entspricht etwa einem Drittel des gesamten Nahrungsmittelverbrauchs des Landes.

Die Verschwendung von Lebensmitteln hat weitreichende Konsequenzen. Sie bedeutet nicht nur den Verlust wertvoller Ressourcen wie Wasser, Energie und Arbeitskraft, sondern trägt auch erheblich zur Umweltverschmutzung und zum Klimawandel bei. Lebensmittel, die unnötigerweise produziert und dann entsorgt werden, verursachen Treibhausgasemissionen, die vermeidbar wären, wenn diese Lebensmittel effizienter genutzt würden.

Ursachen der Lebensmittelverschwendung

Die Ursachen der Lebensmittelverschwendung sind vielfältig und komplex. Sie reichen von der Produktion über die Verarbeitung und den Handel bis hin zum Konsum. Im Folgenden werden die wichtigsten Ursachen und ihre Zusammenhänge mit den Klimafolgen erläutert.

Produktion und Ernte

Bereits auf dem Feld beginnt die Verschwendung. Strenge Handelsnormen und hohe Anforderungen der Supermärkte führen dazu, dass ein Teil der Ernte bereits aussortiert wird, weil die Produkte nicht den optischen Standards entsprechen. Hinzu kommen Verluste durch Schädlingsbefall, Unwetter oder falsche Lagerung. Diese Verluste bedeuten nicht nur den Verlust der Lebensmittel selbst, sondern auch den unnötigen Verbrauch von Wasser, Dünger und Energie, die in die Produktion investiert wurden.

Verarbeitung und Transport

In der Weiterverarbeitung entstehen Verluste durch Transportschäden, falsche Lagerung oder technische Ursachen. Lebensmittel, die während des Transports beschädigt werden oder aufgrund von Lagerungsfehlern verderben, tragen ebenfalls zur Verschwendung bei. Diese Verluste sind besonders problematisch, da sie oft große Mengen an Lebensmitteln betreffen und schwer zu vermeiden sind.

Handel und Gastronomie

Im Groß- und Einzelhandel werden große Mengen an Lebensmitteln aussortiert, weil sie nicht den optischen Anforderungen entsprechen oder das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben.

In der Gastronomie entstehen Verluste durch Überproduktion, zu große Portionen und schlechte Planbarkeit.

Konsum

Auch in den Privathaushalten wird eine erhebliche Menge an Lebensmitteln weggeworfen. Dies liegt zum Beispiel an falscher Lagerung, übermäßigem Einkauf oder mangelndem Bewusstsein für die Haltbarkeit von Lebensmitteln. Viele Menschen werfen Lebensmittel weg, weil sie das Mindesthaltbarkeitsdatum mit dem Verbrauchsdatum verwechseln und glauben, dass die Lebensmittel nicht mehr sicher zu konsumieren sind.

Flächenfußabdruck und Klimafußabdruck

Die Verschwendung von Lebensmitteln hat erhebliche Auswirkungen auf die Umwelt und das Klima. Der **Flächenfußabdruck** beschreibt die Menge an Land, die für die Produktion der Lebensmittel benötigt wird. In Deutschland werden jährlich etwa 2,6 Millionen Hektar landwirtschaftliche Nutzfläche „umsonst“ bewirtschaftet, weil die produzierten Lebensmittel nicht konsumiert, sondern weggeworfen werden. Dies entspricht fast 15 Prozent der gesamten Fläche, die für die Erzeugung der Agrarrohstoffe für unsere Ernährung benötigt wird.

Der **Klimafußabdruck** bezieht sich auf die Treibhausgasemissionen, die bei der Produktion, dem Transport, der Lagerung und der Entsorgung von Lebensmitteln entstehen. Lebensmittel, die „umsonst“ produziert werden, sind mit einem spezifischen, je nach Produkt unterschiedlich hohen Klimafußabdruck verbunden. Beispielsweise verursacht die Produktion von Fleisch und Milchprodukten besonders hohe CO²-Emissionen. Ein Kilogramm Rindfleisch verursacht beispielsweise durchschnittlich 27 Kilogramm CO², während ein Kilogramm Käse etwa 13,5 Kilogramm CO² verursacht. Wenn diese Lebensmittel weggeworfen werden, landen die Emissionen komplett umsonst in unserer Atmosphäre.

Lebensmittelverschwendung trägt erheblich zum Klimawandel bei, da sie mit der Freisetzung von Treibhausgasen (THG) verbunden ist. Diese Emissionen entstehen entlang der gesamten Wertschöpfungskette - von der Produktion und Verarbeitung über den Transport bis hin zur Lagerung und Entsorgung von Lebensmitteln. Laut einer Studie des WWF verursacht die jährliche Lebensmittelverschwendung weltweit etwa 4,4 Gigatonnen CO²-Äquivalente (CO²e). Das entspricht etwa acht Prozent der globalen THG-Emissionen, was bedeutet, dass die Lebensmittelverschwendung allein für mehr Emissionen verantwortlich ist als der gesamte Straßenverkehr weltweit.

Um die Größenordnung besser zu verdeutlichen, werfen wir einen Blick auf einige konkrete Zahlen:

Produktion: Die Produktion von Lebensmitteln verursacht etwa 24 Prozent der globalen THG-Emissionen. Ein großer Teil dieser Emissionen stammt aus der landwirtschaftlichen Produktion, insbesondere aus der Viehhaltung.

Transport und Lagerung: Der Transport und die Lagerung von Lebensmitteln tragen ebenfalls erheblich zu den THG-Emissionen bei. Diese Emissionen hängen von der Entfernung, den Transportmitteln und den Lagerbedingungen ab. Frische Produkte, die gekühlt oder gefroren transportiert werden müssen, verursachen höhere Emissionen als haltbare Lebensmittel.

Entsorgung: Die Entsorgung von Lebensmitteln, insbesondere durch Deponierung, führt zur Freisetzung von Methan, einem Treibhausgas, das 25-mal stärker als CO² ist. Laut der Umweltorganisation Welthungerhilfe werden jährlich etwa 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel weltweit verschwendet, was zur Emission von 3,3 Gigatonnen CO²e führt.

Auch in Deutschland ist der Klimafußabdruck der Lebensmittelverschwendung erheblich. Nach Angaben der Verbraucherzentrale werden jährlich rund 11 Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen, was etwa 18 Millionen Tonnen CO²e entspricht. Diese Emissionen entstehen durch die unnötige Produktion, den Transport, die Lagerung und die Entsorgung von Lebensmitteln. Besonders hohe Emissionen verursachen dabei Fleisch- und Milchprodukte, deren Produktion und Entsorgung mit erheblichen THG-Emissionen verbunden ist.

Der Klimafußabdruck von Brot und Backwaren, die in großen Mengen weggeworfen werden, beträgt pro Tonne etwa 2,4 Tonnen CO²e. Bei Obst und Gemüse, die ebenfalls häufig weggeworfen werden, beträgt der Klimafußabdruck pro Tonne etwa 1,5 Tonnen CO²e. Dies verdeutlicht, dass die Vermeidung von Lebensmittelabfällen nicht nur ethisch und ökonomisch sinnvoll ist, sondern auch einen erheblichen Beitrag zum Klimaschutz leisten kann.

WAS KÖNNEN WIR TUN?

Die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung erfordert ein gemeinsames Handeln von Produzenten, Händlern, Gastronomen und Verbrauchern. Im Folgenden werden einige Maßnahmen vorgestellt, die jede/r Einzelne ergreifen kann, um zur Lösung dieses Problems beizutragen.

Bewusster einkaufen und lagern

Ein bewusster Einkauf und die richtige Lagerung von Lebensmitteln können dazu beitragen, die Verschwendung zu reduzieren. Planen Sie Ihre Einkäufe sorgfältig und kaufen Sie nur die Mengen, die Sie tatsächlich benötigen. Achten Sie darauf, Lebensmittel richtig zu lagern, um ihre Haltbarkeit zu verlängern. Nutzen Sie Vorratsbehälter und sortieren Sie ältere Lebensmittel nach vorne, um sie zuerst zu verbrauchen. Und natürlich lassen sich gekochte wie rohe Speisen und Nahrungsmittel auch gut einfrieren!

Mindesthaltbarkeitsdatum verstehen

Das Mindesthaltbarkeitsdatum gibt an, bis wann ein Lebensmittel seine spezifischen Eigenschaften wie Geschmack, Geruch und Nährwert behält. Es bedeutet jedoch nicht, dass das Lebensmittel nach diesem Datum ungenießbar ist. Vertrauen Sie auf Ihre Sinne und prüfen Sie, ob das Lebensmittel noch gut ist, bevor Sie es wegwerfen.

Auf leicht verderblichen, verpackten Lebensmitteln muss ein **Verbrauchsdatum** anstelle eines Mindesthaltbarkeitsdatums angegeben werden. Das betrifft Lebensmittel wie z.B. Hackfleisch, Geflügelfleisch, Vorzugsmilch (verpackte und besonderen Vorschriften unterliegende Rohmilch) oder Räucherfisch. Nach Ablauf des Verbrauchsdatums besteht eine Gesundheitsgefahr für Menschen durch Keime, die für Verbraucher nicht erkennbar sind. Daher dürfen Lebensmittel mit abgelaufenem Verbrauchsdatum nicht verkauft und sollten auch nicht mehr verzehrt werden.

Reste verwerten

Nutzen Sie Reste kreativ, anstatt sie wegzuworfen. Aus übrig gebliebenem Gemüse können Sie Suppen oder Eintöpfe zubereiten, und aus altem Brot lassen sich Croutons oder Semmelknödel machen. Es gibt viele Rezepte und Ideen, wie Sie Reste sinnvoll verwerten können.

Hilfreich könnten dafür auch diese Internetseiten bzw. Apps sein:

Too Good To Go: verbindet Bäcker/Supermärkte/Restaurants mit Kunden, die nicht verkaufte Reste sehr günstig am Ende des Tages erwerben können

Motatos: verkauft überschüssige, nicht verkaufte Saison- bzw. Aktionsware oder kurz vor dem Mindesthaltbarkeitsdatum stehende Lebensmittel zu reduzierten Preisen

Speisekammer (App): Vorrat verwalten: hilft Lebensmittelbestände zu organisieren, Haltbarkeit, Menge und Lagerorte zu erfassen und so besser im Blick zu behalten

Restegourmet (App): hilft Rezepte auf Basis zu Hause vorhandener Lebensmittel zu finden und so Reste zu verwerten

Etepetete (online-Shop): verkauft Obst und Gemüse mit Schönheitsfehlern, die aufgrund dessen nicht im regulären Handel angeboten werden

Bewusstsein schaffen

Informieren Sie sich und andere über die Folgen der Lebensmittelverschwendung und die Möglichkeiten, diese zu reduzieren. Teilen Sie Ihr Wissen mit Freunden und Familie und ermutigen Sie sie, ebenfalls bewusster mit Lebensmitteln umzugehen. Unterstützen Sie Initiativen und Organisationen, die sich gegen Lebensmittelverschwendung einsetzen.

Unterstützung von Foodsharing und Tafeln

Foodsharing-Plattformen und Tafeln sind großartige Möglichkeiten, überschüssige Lebensmittel zu teilen und so die Verschwendung zu reduzieren. Über Foodsharing-Plattformen (siehe oben) können Privatpersonen, der Handel oder Produzenten überschüssige Lebensmittel kostenlos anbieten. Tafeln sammeln überschüssige Lebensmittel und verteilen sie an bedürftige Menschen. Diese Initiativen tragen nicht nur zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung bei, sondern unterstützen auch Menschen in Not und fördern ein verantwortungsbewusstes Konsumverhalten.

Politische Maßnahmen

Auch die Politik ist gefordert, Maßnahmen zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung zu ergreifen. Dies kann durch die Förderung von Bildungsprogrammen, die Unterstützung von Initiativen zur Lebensmittelrettung und die Einführung von gesetzlichen Regelungen zur Reduzierung der Verschwendung geschehen. Die Bundesregierung sollte einen nationalen Aktionsplan entwickeln, um die Lebensmittelverschwendung bis 2030 zu halbieren. Solche politischen Maßnahmen können den Rahmen für nachhaltiges Handeln setzen und die nötigen Anreize schaffen, um die Lebensmittelverschwendung auf allen Ebenen zu reduzieren.

Fazit

Lebensmittelverschwendung ist ein komplexes Problem, das nur durch gemeinsames Handeln gelöst werden kann. Jede/r Einzelne kann einen Beitrag leisten, indem er/sie bewusster einkauft, Lebensmittel richtig lagert und Reste kreativ verwertet. Gleichzeitig sind auch politische Maßnahmen und die Unterstützung von Initiativen zur Lebensmittelrettung notwendig, um die Verschwendung nachhaltig zu reduzieren.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, die Lebensmittelverschwendung zu bekämpfen und so einen positiven Beitrag für unsere Umwelt und unser Klima zu leisten. Jedes bisschen hilft und kann einen Unterschied machen. Gemeinsam können wir eine Bewegung schaffen, die bewusster mit unseren Ressourcen umgeht und die Welt ein Stück besser macht. Lassen Sie uns jetzt handeln – für unsere Erde und für zukünftige Generationen!

Quellen: World Wide Found For Nature (WWF) Deutschland / Welthungerhilfe / Verbraucherzentrale