

Samstag 19. August 2023 05:35:48 Uhr

Umweltfreundliche Ernährung: Die Konsumenten schauen auf das Falsche

Kaffee kapseln sind schlecht und regionale Lebensmittel angeblich gut für die Umwelt: Durch den Konsumalltag geistern viele Mythen.

Wenn Konsumenten ihre Umweltbilanz tatsächlich verbessern wollen, müssen sie sich einige unangenehme Fragen stellen.

Matthias Benz

5 min

Früher war es die Gurkenkrümmung, heute ist die Kaffeekapsel ein Symbol für die Regulierungswut der EU. Die Brüsseler Kommission will der Kaffeekapsel aus Aluminium oder Plastik den Garaus machen. Kapseln sollen in der EU nur noch zugelassen sein, wenn sie kompostierbar sind. Es ist ein Paradebeispiel dafür, wie die Politik das Alltagsleben bis ins kleinste Detail zu regulieren trachtet – im Namen einer guten Sache wie des Umweltschutzes.

Die EU-Kommission dürfte auch darauf spekulieren, dass ihr das Kapselverbot Sympathiepunkte bei der Bevölkerung einbringt. Kaffeekapseln sind unter kritischen Zeitgenossen verpönt. «Das ist doch die totale Ressourcenverschwendung», sagte eine deutsche SchauspielerIn mit moralischer Bestimmtheit in die Kamera, als die Deutsche Umwelthilfe eine Kampagne für ein EU-Verbot startete. «270 Gramm Aluminiumverpackung für ein Kilogramm Kaffee!» Viele Konsumenten dürften zustimmend nicken. Manch einen plagt heimlich ein schlechtes Gewissen, wenn er Kaffeekapseln in den Müll gibt – was immer noch häufig vorkommt.

Die Sache mit den Kaffeekapseln hat jedoch einen Haken: Sie ist ein Beispiel dafür, dass Konsumentinnen und Konsumenten oft auf das Falsche schauen, wenn es um den Umweltschutz geht. Die Menschen sehen Berge von Müll. Doch sie wissen nicht, dass die Verpackung noch grösseren Umweltschaden verhindert.

Dies ist beim Kaffee besonders augenfällig. Er ist ein Produkt mit einem vergleichsweise grossen Umweltfussabdruck. Entgegen der landläufigen Meinung ist dafür aber nicht die Verpackung oder der interkontinentale Transport verantwortlich. Der grösste Teil der Umweltbelastung entsteht beim ressourcenintensiven Anbau des Kaffees in den Herkunftsländern, wie von Wissenschaftlern erstellte Ökobilanzen immer wieder zeigen. Was zählt, sind der grosse Land- und Wasserverbrauch, der Verlust an Biodiversität sowie die beim Anbau entstehenden Treibhausgasemissionen.

Im Vergleich mit anderen Zubereitungsarten von Kaffee kann die Kapsel damit punkten, dass sie mit wenig Kaffeepulver auskommt und sie Verschwendung verhindert. Weniger Kaffee heisst weniger Umweltbelastung. Dieser Spareffekt überstrahlt die Nachteile der Aluverpackung. In Vergleichsstudien schneiden Kaffeekapseln aus Umweltsicht deshalb oft besser ab als Filterkaffee oder Vollautomaten. Sie sind ökologisch besser als ihr Ruf.

Durch die Konsumwelt geistern viele Mythen wie jener der angeblich so schlimmen Kaffeekapsel. Dass sich Menschen gerne an solche Erzählungen klammern, kommt nicht von ungefähr. Umweltschutz ist eine komplizierte Angelegenheit. Wenn man sich bei jedem Produkt im Laden fragen muss, wie denn die Ökobilanz nun genau aussieht, wird der Einkauf zu einem Spiessrutenlauf. Um der Überforderung zu entfliehen, bietet sich die Orientierung an Faustregeln an. Psychologisch verlockend ist der Blick auf das leicht Sichtbare. Schnell erkennen lässt sich, woher ein Produkt kommt und wie es **verpackt** ist.



Kaffeekapseln sind schlecht und regionale Lebensmittel angeblich gut für die Umwelt: Durch den Konsumalltag geistern viele Mythen. Wenn Konsumenten ihre Umweltbilanz tatsächlich verbessern wollen, müssen sie sich einige unangenehme Fragen stellen.

Matthias Benz

Ein Evergreen ist deshalb die **verpackte** Gurke. Sie steht stellvertretend für den Zorn vieler Konsumenten über das allgegenwärtige **Plastik**. Ist es denn wirklich nötig, ein **Frischgemüse** in eine aus Erdöl hergestellte Folie zu verschweissen?

Ja, überraschenderweise sei das ökologisch sinnvoll, sagen demgegenüber Nachhaltigkeitsexperten von Detailhändlern. Die verpackte Gurke ist fünfmal so lange haltbar wie eine unverpackte. Sie muss deshalb viel seltener weggeworfen werden. Der geringere Food-Waste ist für die Ökobilanz um Faktoren wichtiger als die zwei Gramm Plastikfolie. Das geschmähte Plastik hätte ein besseres Image verdient.

Auch hier gilt der grundlegende Zusammenhang: Für die Umweltbilanz von Lebensmitteln spielt der Anbau die überragende Rolle. Alles andere ist Nebensache. Beim Sortiment der Migros, der grössten Supermarktkette der Schweiz, stammen rund 80 Prozent des Umweltfussabdrucks aus der landwirtschaftlichen Produktion. Hingegen macht die Verpackung nur 3 Prozent und der Transport zwischen 5 und 10 Prozent aus.

Konsum-Mythen haben bisweilen politische Sprengkraft. Das gilt besonders für die Vorliebe der Konsumenten für regionale Lebensmittel. Viele Menschen sind überzeugt, dass sie der Umwelt etwas Gutes tun, wenn sie regional einkaufen. Politiker und Interessengruppen haben den Ball dankbar aufgenommen. Die Bauernverbände können mit Sympathien rechnen, wenn sie sagen: «Kauft Lebensmittel aus der Heimat, das ist gut für die Umwelt!» Die üppigen Subventionszahlungen und die Schutzzölle für die Landwirtschaft wirken so gleich leichter verdaubar.

Der Trend zu regionalen Lebensmitteln beruht jedoch ebenfalls auf falschen Prämissen. Regionales Einkaufen mag der lokalen Wirtschaft helfen, aber es hat mit Umweltschutz wenig zu tun. Das liegt daran, dass der Transport für die Umweltbilanz von Lebensmitteln nur eine geringe Rolle spielt.

Bei Rindfleisch oder Milch beispielsweise macht der Transport nur 2 bis 3 Prozent der gesamten Treibhausgasemissionen aus. Für das Klima ist es deshalb unerheblich, ob die Schweizer Konsumenten Rindfleisch aus der Heimat oder aus Nachbarländern kaufen. Entscheidend ist das «Wie» der Produktion – und die Frage, wie viel Fleisch man überhaupt isst.

Der mündige Konsument darf sich nicht von Gefühlen leiten lassen. Wenn ihm Umweltschutz wichtig ist, sollte er sich fragen, ob sein Verhalten etwas bewirkt. Was sind also die grossen Hebel für eine umweltfreundliche Ernährung?

Die erste unbequeme Antwort lautet: An der Frage, wie man es mit dem Fleischkonsum hält, führt kein Weg vorbei. Tierische Produkte gehören zu den Lebensmitteln mit dem grössten Umweltfussabdruck. Im Grossen und Ganzen lautet die Rangliste, in absteigender Reihenfolge: Rindfleisch, Käse, Schweinefleisch, Zuchtfisch, Hühnerfleisch, Eier, Milch.

Es ist dabei ziemlich unerheblich, ob man nur den Klimaeffekt betrachtet oder die Umweltbelastung in einem breiteren Sinn, die etwa auch den Land- und Wasserverbrauch oder die Überdüngung umfasst. Man kann sich auch nicht mit dem Nährwert herausreden: 100 Gramm Erbsenproteine sind deutlich umweltschonender als die gleiche Eiweissmenge aus Rindfleisch.

Daraus folgt kein Plädoyer für den Veganismus. Der Konsum von tierischen Produkten hat grundsätzlich einen Wert für die menschliche Ernährung. Aber die Konsumenten sollten sich vor Augen führen, dass sie schon mit einer gewissen Reduktion des Fleischkonsums viel mehr bewirken können als mit anderen Schritten. Ein Beispiel: Der Verzicht auf ein einziges Rindssteak bringt fast gleich viel, wie ein Jahr lang **Plastikverpackungen** zu sammeln und zu rezyklieren.

Ein zweiter grosser Hebel liegt beim Food-Waste. Der euphorische Einkauf auf dem regionalen Wochenmarkt bringt wenig, wenn danach die Hälfte der Nahrungsmittel nicht verwendet wird und verdirbt. Die Verschwendung von Lebensmitteln ist in allen Industrieländern nach wie vor verbreitet. Der grösste Teil des Food-Waste fällt dabei in den Haushalten an. Indem Konsumentinnen und Konsumenten ihr Verhalten anpassen und weniger Lebensmittel wegwerfen, können sie vergleichsweise viel bewegen.

Wie sich die Ernährung umweltfreundlicher machen lässt

Reduktionspotenziale für die Gesamtumweltbelastung, in %

Diese Ansätze zeigen allerdings auch: Wirksamer Umweltschutz ist für die Konsumenten kein

Spaziergang. Es genügt nicht, sich dem wohligen Gefühl hinzugeben, dass es mit dem Kauf regionaler Produkte und mit etwas weniger Plastik getan sei. Die Menschen müssen sich Abwägungsfragen stellen: Bin ich bereit, weniger Fleisch oder Käse zu essen? Ändere ich mein Einkauf- und Essverhalten, um Food-Waste zu verringern?

Damit steht die Ernährung stellvertretend für die grössere Debatte über Umweltschutz. Alle wollen die Umwelt bewahren – aber alle geben sich gerne der Illusion hin, dass es schon mit einfachen Mitteln gehen wird. Das ist in der Klimadiskussion kaum anders.

Das Leben ist jedoch voller Zielkonflikte. Es bringt nichts, davor die Augen zu verschliessen. Mündigen Konsumenten und Bürgern ist zuzutrauen, dass sie damit umgehen können. Wichtig ist zudem, dass man sich von interessierten Lobbys keinen Bären aufbinden lässt. Die Umwelt schützt man nicht, indem man an diffusen Mythen festhält. Man bewirkt nur dann etwas, wenn man informiert bewusst einkauft.

Die Sache mit den Kaffeekapseln und der Ökologie hat einen Haken. Adrian Baer / NZZ

<https://www.nzz.ch/meinung/umweltfreundliche-ernaehrung-die-konsumenten-schauen-auf-das-falsche-ld.1751822>