

Ausgewogene, aber umwelt- und ressourcenschonende Ernährung Gehören Milchprodukte noch dazu?

Nachhaltigkeit, Ressourcenschonung, Umweltschutz – das sind Ansprüche, die auch in der Ernährung von grosser Bedeutung sind. Die Interessen, die dabei aufeinandertreffen, sind vielfältig und reichen von der Bedarfsdeckung und der Ausrichtung auf Traditionen, Genuss und persönliche Überzeugungen über die



Drei Portionen Milch und Milchprodukte sind ausgewogen, aber auch umwelt- und ressourcenschonend.

Versorgungssicherheit durch die Beibehaltung einer produktiven inländischen Landwirtschaft bis hin zu einem möglichst grossen Schutz von Ressourcen und Umwelt. Trotzdem ist das Potenzial zur Verbesserung in vielen Bereichen gross, wie ein kürzlich erschienener Bericht von Agroscope zeigt. Da insbesondere

die Tierhaltung eine grosse Wirkung auf Umwelt und Ressourcen hat, stellt sich die Frage, inwieweit Milch und Milchprodukte in einer nachhaltigen Ernährung noch Platz haben. Der Bericht bejaht dies. Und er zeigt, dass der grösste individuelle Umwelthebel die Nahrungsmittelverschwendung ist.

Eine zunehmende Bevölkerung und gleichzeitig eine weitere Beanspruchung von Umwelt und Ressourcen infolge von Klimaveränderungen, Bautätigkeit, Umweltverschmutzung und Übernutzung fordern ein Umdenken und zukunftsorientiertes Handeln, um in diesem Umfeld eine ausgewogene Ernährung nachhaltig sicherzustellen. Dabei sind alle Mitspieler in dieser Kette gefordert, ihren Beitrag zu leisten: von der Produktionsmittelbereitstellung über die Landwirtschaft bis zur Verarbeitung und zum Konsum. Die Fragen, die sich die Autoren des Agroscope-Berichts gestellt haben, sind die folgenden:

- Wie würde eine bedarfsdeckende Ernährung der Schweizer Bevölkerung bei einer Minimierung der Umweltwirkungen aussehen?
- Wie würde sich dabei die landwirtschaftliche Produktion in der Schweiz verändern?



- Welche Auswirkungen hätte die Umstellung auf die Importe und den Selbstversorgungsgrad?
- In welchem Ausmass könnten die Umweltwirkungen verringert werden?

Mit Hilfe von Modellen ermittelten die Forscher das mögliche Einsparpotential einer zukunftsorientierten, bedarfsgerechten, aber gleichzeitig ressourcen- und umweltschonenden Ernährung mit einer möglichst hohen inländischen Produktion. Dabei wurde die aktuelle Situation als Referenz genommen. Dem wurden verschiedene Szenarien gegenübergestellt: eines, das die Umweltwirkungen minimiert, sowie ein zweites, das zusätzlich die Empfehlungen der Lebensmittelpyramide betreffend Rationszusammensetzung der verschiedenen Lebensmittelgruppen einhält. Da aktuell der durchschnittliche Kalorienkonsum ca. 10% über den Empfehlungen liegt, wurde ein drittes Szenario gerechnet, in welchem überdies die durchschnittliche Kalorienzufuhr auf 2150 kcal/Tag/Person herabgesetzt ist. Ein letztes Szenario reduzierte – ausgehend vom ersten Szenario – zusätzlich alle vermeidbaren Nahrungsmittelabfälle (food waste) beim Konsum vollständig.

Ergebnisse

Die Minimierung der zu einem Gesamtindikator zusammengefassten Umweltwirkungen ergibt im ersten Szenario eine Verbesserung um 55% gegenüber dem heutigen Wert. Dabei sind bei praktisch allen Wirkungskategorien grosse Verbesserungen möglich, wie zum Beispiel bei der Abholzung von Waldflächen, die sich durch den Verzicht auf bestimmte Importprodukte wie Soja und Kakao um 80% reduzieren lässt. Auch bei den Emissionen von Treibhausgasen, Ammoniak, Nitrat und Phosphor sind Einsparungen von 35% bis 50% möglich.

Die Minimierung der Umweltwirkungen führt zu einer deutlichen Veränderung der durchschnittlichen Nahrungsrationen, gekennzeichnet durch eine erhebliche Reduktion des Anteils Fleisch (-70%) und Alkohol (-80%) sowie eine Zunahme des Anteils an Getreide, Kartoffeln und Hülsenfrüchte um 35% bzw. an Ölen und Nüssen um 50%. Der Milchkonsum wird auf dem heutigen Stand beibehalten. Dies lässt sich vor allem durch die grossen Unterschiede zwischen der Umweltwirkung von tierischen und pflanzlichen Produkten erklären, wobei die Milchproduktion in dieser Hinsicht deutlich besser abschneidet als die Fleischproduktion. Damit weicht die ressourcenschonende Ernährung weniger stark von den Empfehlungen der Lebensmittelpyramide ab als die aktuelle Ernährung. Mit einer Durchschnittsration, welche diese Empfehlungen einhält – das heisst vor allem ein tieferer Zuckerkonsum, ein erhöhter Konsum von Gemüse und Früchten und eine Erhöhung des Milchkonsums auf die empfohlenen 3 Portionen pro Tag –, bleiben denn auch die Verbesserungen der Umweltwirkungen mit 48% (ohne Kalorienreduktion) bzw. 51% (mit Kalorienreduktion) erheblich. Dabei wird jedoch der Konsum von Trinkmilch zu Lasten der verarbeiteten Milchprodukte erhöht, damit sich die Umweltwirkungen und die Verluste bei der Milchverarbeitung verringern. Mit 61% am stärksten sinken die Umweltwirkungen, wenn neben der umweltoptimierten Rationszusammensetzung auch eine konsequente Vermeidung von Nahrungsmittelverlusten erreicht wird.



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch

Food Waste verringern wäre grösster Umweltbeitrag

So gesehen sind die Empfehlungen der Lebensmittelpyramide für den Milchkonsum auch in einer ressourcen- und umweltoptimierten Ernährung berechtigt. Einmal mehr zeigt sich in dieser Studie, wie gross das Potential bei der Schonung von Ressourcen und Umwelt wäre, wenn unnötige Nahrungsmittelverluste konsequent vermieden würden. Nebst der Ernährung gemäss den Empfehlungen der Lebensmittelpyramide wäre dies der grösste Beitrag, den der Konsument direkt leisten könnte.

Literatur

Zimmermann A., Nemecek T., Waldvogel T. Umwelt- und ressourcenschonende Ernährung: Detaillierte Analyse für die Schweiz, Agroscope Science Nr. 55, 2017

Direktlink zur Studie:

https://www.agroscope.admin.ch/agroscope/de/home/publikationen/suchen/agroscope-science/_jcr_content/par/externalcontent.external.exturl.html/aHR0cHM6Ly9pcmEuYWdyb3Njb3BILmNoL2RILUNIL1B1Ymtpa2/F0aW9uP2VpbnpIbHB1Ymtpa2F0aW9uSWQ9MzgxNjgmcGFyZW50/VXJsPS

Autorin

Barbara Walther, Ph. D., Head of Human Nutrition, Sensory analysis and Flavour group
Agroscope, Schwarzenburgstrasse 161, 3003 Bern
Telefon 058 463 11 72, barbara.walther@agroscope.admin.ch

Newsletter für Ernährungsfachleute August 2018



Schweiz. Natürlich.



www.swissmilk.ch