
Essen ohne Reue

Über den Wert der Lebensmittel - und den Umgang damit

Von Stephanie Meyer-Steidl

Noch nie waren Lebensmittel so wenig wert wie heute, noch nie wurden so viele Lebensmittel verschwendet. Und während ein Teil der Weltbevölkerung im Überfluss lebt, leiden fast 800 Millionen Menschen an Hunger und Armut. Doch es gibt Lösungen des Problems, die zeigen: Mit bewusstem Konsum lässt sich die Welt verändern.

Außen war die Klappstulle oft schon leicht angetrocknet, die Kruste zäh geworden, und der Käse, der unter den Brotscheiben hervorlugte, hatte sich an den Rändern zu kleinen Spitzen zusammengewellt. Innen jedoch, zwischen den zusammengeklappten Hälften, waren die Poren des Brotes vollgesogen mit dem Geschmack von Butter, Käse und einem Klecks Senf, und das ausgetretene Fett machte alles schön rutschig und saftig. Köstlich.

"Hasenbrot" nannten meine Großeltern diese ein bis zwei Tage alten belegten Stullen. Nie wäre es ihnen in den Sinn gekommen, sie zu entsorgen - nur, weil sie nicht mehr taufrisch waren. "Brot schmeißt man nicht fort", sagte meine Oma immer, sammelte auch noch die letzten Krümel vom Tisch in ihrer Hand zusammen und konnte sich selbst von leicht angeschimmelten Laiben nicht trennen. "Schneiden wir großzügig raus", hieß es dann.

Das war in den 1970er-Jahren. Die Zeiten der Not und des Mangels waren da zwar auch schon eine Weile vorbei. Aber die Erinnerungen an die entbehnungsreichen Kriegs- und Nachkriegsjahre und an den Hunger waren noch lebendig. Umso ausgeprägter waren Demut und Ehrfurcht gegenüber Nahrung, die gesund und am Leben erhält.

1982 ist meine Oma gestorben. Würde sie sehen, wie wir heute, knapp 35 Jahre später, mit Lebensmitteln umgehen, und wie uns der Respekt vor Gemüse und Obst, vor Brot, Fleisch und Fisch mittlerweile abhanden gekommen ist - sie wäre entsetzt. Und sie hätte kein Verständnis dafür, dass auch ihre Enkelin bisweilen Brot, Möhren oder Kartoffeln entsorgt - zu alt, zu trocken, zu schrumpelig, weg damit. Denn schließlich ist Nachschub ständig verfügbar, und beim Discounter auch noch zum Dauertiefpreis. Warum sollte man sich eine nicht mehr ganz so knackige Salatgurke antun, wenn die frische für lediglich 45 Cent zu haben ist?

Was kaum etwas kostet, ist auch kaum etwas wert. "Niedrige Discounterpreise zerstören die Achtung vor der Nahrung", schreibt die Wissenschaftsjournalistin Tanja Busse in ihrem Buch "Die Ernährungsdiktatur". 82 Kilogramm Lebensmittel wirft im Durchschnitt jeder Bundesbürger pro Jahr weg und übertrifft damit sogar die Abfallproduktion des Handels und der Gastronomie: Die privaten Haushalte sind für mehr als 40 Prozent aller Lebensmittelverluste in Deutschland verantwortlich. Knapp die Hälfte dieses "Abfalls" wäre noch ohne Einschränkungen essbar, weitere 18 Prozent ließen sich noch teilweise verwenden. Das hat die Universität Stuttgart im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz herausgefunden.

Die Ursachen für unser entspanntes Verhältnis zur Mülltonne sind bekannt: neben den Niedrigpreisen der Discounter vor allem eine wenig durchdachte Vorratshaltung, stark angebotsorientierte (Fehl-)Einkäufe, Unkenntnis über die Verarbeitung von Speiseresten und die unbegründete Sorge vor dem Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums. Vor allem aber leben wir im Überfluss und wissen gar nicht mehr, wohin mit all den Tieren und Pflanzen, die eine auf höchste Erträge getrimmte und durch staatliche Subventionen gepuschte Landwirtschaft produziert.

Und diese überbordende Fülle, diese Art zu wirtschaften, diese Art zu leben hat weitreichende Folgen. Zunächst ist es ethisch äußerst fragwürdig, lebensspendende Nahrung, die gewachsen und gepflegt, geerntet und geschlachtet wurde, ohne Not wegzuwerfen. Produktion, Verarbeitung und Transport von Lebensmitteln verschlingen große Mengen an Energie, an wertvollen Rohstoffen und an Ackerboden. Das verschwendet Ressourcen und setzt CO₂ frei - wir schaffen uns also auch ein ökologisches Problem. Und schließlich erzeugt unser Entsorgen immer weitere Nachfrage. Ständig muss Nachschub her, der die Preise für Lebensmittel auf dem

Weltmarkt höher hält als nötig.

Stefan Kreuzberger und Valentin Thurn stellen in ihrem Buch "Die Essensvernichter" die These auf: "Würden wir weniger wegwerfen, fielen die Weltmarktpreise, und es stünde genug für die Hungrigen der Welt zur Verfügung." Unsere überquellenden Mülltonnen als Mitverursacher für den Hunger in der Welt? Ja, bekräftigt Maria Kleingräber, Umweltbeauftragte des Bistums Münster und kfd-Mitglied. Alles habe miteinander zu tun, und die Zusammenhänge zwischen landwirtschaftlicher Überproduktion und dem Werteverfall von Lebensmitteln, zwischen unserer Verschwendung und den Ernährungsproblemen in den Ländern des globalen Südens seien offensichtlich.

Beispielhaft, erzählt sie, verdeutliche das ein Projekt, das der Internationale Ländliche Entwicklungsdienst gemeinsam mit der Katholischen Landfrauenbewegung initiiert hat: eine Partnerschaft mit einer von Witwen und Waisen getragenen Genossenschaft in Uganda, die eine kleine Schweinezucht und -vermarktung auf die Beine gestellt hat. Einige Jahre liefen die Geschäfte gut, doch jetzt droht der Initiative Gefahr. Von deutschen Lebensmittelunternehmen und den Interessenverbänden der Schweinehalter, die ihren Fleischüberschuss auf dem ugandischen Markt loswerden wollen - zu Preisen, mit denen die einheimischen Erzeuger nicht mithalten können. "Es ist zum Verrücktwerden", kommentiert Maria Kleingräber die aktuellen Entwicklungen, "wir dürfen das da unten doch nicht kaputtmachen."

Aber was können wir tun? Zunächst einmal: klein anfangen, jeder bei sich selbst. Maria Kleingräber beispielsweise hat ihren Fleischkonsum drastisch reduziert, auf 600 Gramm pro Woche, die Wurst eingeschlossen. Sie geht nie mit leerem Magen einkaufen, schaut vorher, was noch vorrätig ist. Regional, jahreszeitlich angepasst und fair gehandelt sind weitere Kriterien für sie, und fast alles, was in ihrem Einkaufskorb landet, ist biologisch erzeugt.

Es ist tatsächlich erwiesenermaßen so: Wir, die Verbraucherinnen und Verbraucher, haben Macht. Und Macht bedeutet Verantwortung. Mit unseren Kaufentscheidungen können wir Politik und Wirtschaft beeinflussen - in diese oder in jene Richtung. In einem Brief an Teresa von Avila schreibt der spanische Mystiker Johannes vom Kreuz: "Ich will die Welt verändern und ich habe beschlossen, bei mir zu beginnen. Schließt du dich mir an, dann sind wir schon zu zweit."

Zum Glück sind es schon viel mehr als zwei. Gerade in den letzten Jahren haben sich engagierte Menschen auf den Weg gemacht, um anders zu leben, um achtsam und lustvoll zu genießen. Davon zeugen Initiativen wie Slow Food oder Foodsharing, Projekte wie das Gärtnern in der Stadt, Volksküchen, Biokisten oder genossenschaftlich

organisierte Regionalvermarkter. Oder Aktivisten wie der niederländische Koch Wam Kat, der mit Büchern und unkonventionellen öffentlichen Auftritten für nachhaltige Ernährung wirbt und für den Kochen immer auch ein "politischer Akt" ist. Das alles lässt hoffen, auch im Sinne größerer, systemischer Veränderungen.

Mich hat übrigens der Film "Taste the Waste" ("Koste den Abfall") endgültig aufgerüttelt. Er dokumentiert, wie in Europa, in Japan und den USA tonnenweise beste Kartoffeln untergepflügt, wie schönste Tomaten und einwandfreies Brot auf Müllhalden verklappt werden. Oder wie kiloweise Krabben und Thunfische am Ende eines Tages in den Abfallcontainern der Großmarkthallen landen. Es ist fast unerträglich, das mit anzusehen. Nichts mehr leichtfertig wegzuwerfen, lautet mein Vorsatz seit diesem Film, und schon eine ganze Weile halte ich mich daran. Meine Oma würde sich freuen.

STAND: 20.12.2017