
Trendfood Fleisch- und Milchersatzprodukte

Position der Landfrauen im Bayerischen Bauernverband zu Fleisch- und Milchalternativen

Februar 2022

Der Landesvorstand der Landfrauen im Bayerischen Bauernverband hat bei seiner Sitzung am 09. Februar 2022 folgende Position verabschiedet:

Fleisch- und Milchalternativen – gesund und klimafreundlich?

Verbraucherinnen und Verbraucher interessieren sich zunehmend für eine nachhaltigere Ernährung. Die Landfrauen begrüßen, dass sich Verbraucherinnen und Verbraucher über ihr Essen Gedanken machen. Sie sehen allerdings das immer größer werdende Angebot an Fleisch- und Milchalternativen teilweise kritisch.

Wie gesund und klimafreundlich diese Ersatzprodukte sind, hängt von den jeweiligen Inhaltsstoffen, dem Verarbeitungsgrad der Produkte und der Herkunft der Zutaten ab. Die Landfrauen empfehlen generell – wie auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung – eine vielfältige Ernährung mit einer bunten Mischung aus pflanzlichen und tierischen Produkten, da jede Lebensmittelgruppe bestimmte Nährstoffe enthält, die der Körper für die Leistungsfähigkeit und Gesunderhaltung braucht.

Wer zu sogenannten Fleisch- und Milchalternativen greift, sollte beim Einkauf genau auf die Zutatenliste schauen und den Ressourcenverbrauch bei der Herstellung und die Herkunft der Zutaten hinterfragen.

Zudem weisen die Landfrauen darauf hin, dass Grünlandregionen, Koppelprodukte (z.B. Stroh), Nebenprodukte (z.B. Rapsextraktionsschrot) und Teile der Fruchtfolge (z.B. Klee gras) zur nicht-essbaren Biomasse gehören. Je Kilogramm pflanzlichem Lebensmittel für den menschlichen Verzehr fallen etwa vier Kilogramm nicht essbare pflanzliche Biomasse an. Diese kann ausschließlich über die Tierhaltung und ohne Nahrungskonkurrenz für die menschliche Ernährung nutzbar gemacht werden. Anfallende Gülle wird für Pflanzenkulturen genutzt, die unter anderem der menschlichen Ernährung dienen. So fördern Nutztiere die Pflanzenproduktion und erzeugen zusätzlich Lebensmittel.

Die Landfrauen sehen in Fleisch- und Milchersatzprodukten daher keine Alternativen zu tierischen Produkten, sondern ergänzende Produkte im Sinne einer nachhaltigen Ernährung und Kreislaufwirtschaft. Sie sind vom Nährwert in der Regel nicht zu vergleichen.

Die Alternative zu Fleischersatzprodukten: Selber kochen mit regionalen Zutaten

Vegetarische oder vegane Fleischersatzprodukte auf Basis von Hülsenfrüchten, Weizen oder Jackfrucht enthalten häufig jede Menge Zusatzstoffe, viel Salz und sind hochverarbeitet. Wer beispielsweise ein vegetarisches Schnitzel aus Lupinen einem klassischen Wiener Schnitzel aus einer Handvoll Zutaten vorzieht, muss sich bewusst sein, dass Zusatzstoffe in der Regel kritisch zu bewerten sind, die Nährstoffzusammensetzung eine andere ist und jeder Verarbeitungsschritt und Lebensmittelimport Ressourcen verbraucht.

Bei den "Hybridfleisch"-Produkten, die auch im Handel zu finden sind, handelt es sich um eine Mischung aus Fleisch mit anderen pflanzlichen Zutaten wie beispielsweise Gemüse. Auch hier lohnt sich ein kritischer Blick auf die Zutatenliste und den Verarbeitungsgrad der Produkte.

Sogenanntes In-Vitro-Fleisch oder auch Clean Meat genannt gewinnt vermutlich in den kommenden Jahren immer mehr an Bedeutung und Beachtung. Dabei werden Stammzellen aus dem

Muskelgewebe von Tieren benötigt, die sich in einer Nährlösung teilen, vermehren und sich zu Muskelzellen und dann zu Muskelfasern entwickeln. Wie es mit der Energiebilanz, der Preisgestaltung, der Akzeptanz bei Verbraucherinnen und Verbraucher und der Zeitspanne bis zur Marktreife des künstlichen Fleisches aussehen wird, ist derzeit noch nicht abschätzbar.

Die Landfrauen weisen darauf hin, dass bei einem bewussteren Fleischkonsum nicht nur die Quantität im Fokus stehen darf, sondern auch die Qualität, die Zubereitungsmethode und der Verarbeitungsgrad von Fleisch und Fleischwaren betrachtet werden muss. Ein Mehr an Transparenz garantieren unterschiedliche Qualitätssiegel wie z.B. Geprüfte Qualität Bayern, das Bayerische Biosiegel oder das Regionalfenster. Wer fleischreduziert, vegetarisch oder vegan essen möchte, sollte als Alternative zu industriell gefertigten Fleischersatzprodukten selber kochen und dabei regionale und saisonale Zutaten verwenden. So kann Regionalität gelebt werden und das bedeutet aktiven Klimaschutz. Essen aus Bayern steht für hohe Qualität, Saisonalität und Frische und heißt Vielfalt auf dem Teller.

Pflanzendrinks – auf regionale Rohstoffe und Zutatenliste achten

Nicht nur Veganer kaufen Pflanzendrinks, sondern auch die sogenannten Flexitarier. Sie verfolgen das Ziel, insgesamt weniger tierische Produkte zu essen. Als vermeintliche Alternativen zu Kuhmilch werden vor allem Sojadrinks, Getreidedrinks (z. B. Hafer- und Reisdinks) sowie Mandeldrinks angepriesen.

Die Landfrauen weisen darauf hin, dass Kuhmilch ein Naturprodukt ist mit hochwertigem Eiweiß, gut verträglichem Fett und einem beachtlichen Anteil an Mineralstoffen v.a. Calcium und Vitaminen. Für eine gesunde und ausgewogene Ernährung empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung den täglichen Verzehr von Milch und Milchprodukten. Bei den Pflanzendrinks handelt es sich um verarbeitete Produkte, denen häufig Zusatzstoffe, Öl, Zucker, geschmacksgebende Zutaten wie Aromen und Mineralstoffe zugesetzt sind, um das Nährwertprofil von Milch nachzuahmen und um den Geschmack und die Stabilität des Produktes zu verbessern. Ein Blick auf die Zutatenliste lohnt sich. In der Nährstoffzusammensetzung unterscheiden sie sich dennoch von der Kuhmilch, beispielsweise durch einen deutlich geringeren Eiweißanteil (außer der Soja-Drink), und können vom Nährwert her nicht als gleichwertiges Produkt eingestuft werden.

Wer zu Pflanzendrinks greift, sollte aus Sicht der Landfrauen auf Produkte mit regionalen Rohstoffen achten. Diese unterstützen die heimische Landwirtschaft und haben kurze Transportwege.

Rein pflanzliche Produkte dürfen nicht unter Bezeichnungen wie Milch, Butter oder Käse vermarktet werden. Diese Bezeichnungen sind nur Milch tierischen Ursprungs und daraus produzierten Milcherzeugnissen vorbehalten (Urteil des Europäischen Gerichtshofs (EuGH) vom 14. Juni 2017). Dieser Bezeichnungsschutz ist aus Sicht der Landfrauen auch für Fleisch- und Wurstwaren aus Transparenzgründen notwendig.

Mehr Aufklärung und Bildung auf Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse nötig

Die Landfrauen sind neuen Ernährungstrends gegenüber generell aufgeschlossen, sehen aber eine große Verunsicherung in der Bevölkerung hinsichtlich einer nachhaltigeren Ernährungsweise, die im Idealfall positive gesundheitliche, ökologische, ökonomische und soziale Auswirkungen haben und obendrein gut schmecken sollte. Verunsicherung besteht auch bei den Bauernfamilien hinsichtlich der zukunftsorientierten Ausrichtung der Betriebe.

Diese Entwicklungen ziehen die Notwendigkeit für mehr Aufklärung und Bildung auf Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse nach sich. Die Landfrauen appellieren an die Politik, die Bauernfamilien bei der Anpassung an den sich verändernden Konsum an tierischen Produkten finanziell und ideell mit Planungssicherheit, verlässlichen Perspektiven, Investitionsförderung und deutlich artikulierter Wertschätzung in der Gesellschaft für ihre wichtige Tätigkeit zu unterstützen und fordern außerdem eine verstärkte Ernährungs- und Verbraucherbildung von klein auf.