



Tierisches auf dem Teller

Tipps für eine umweltfreundlichere Ernährung

Folgen der Intensivtierhaltung

In Deutschland werden pro Person und Jahr über 50 Kilogramm Fleisch verzehrt. Hinzu kommen das nötige Futter, die industrielle Verwertung und die Produktionsreste.

Unser Fleischkonsum und der Fleischexport haben zu einer Intensivtierhaltung geführt, bei der möglichst viele Tiere auf engem Raum gehalten werden. Dabei werden große Mengen an Antibiotika und Kraftfutter eingesetzt. Die Folgen sind leidende Tiere und massive Auswirkungen auf Umwelt und Natur.

Umweltschädlich sind z. B. die großen Mengen an Gülle von industriellen Agrarbetrieben. Der darin enthaltene Stickstoff belastet das Grundwasser, verstärkt den Klimawandel und überdüngt die Böden. Stickstoffliebende Pflanzen, zum Beispiel die Brennnessel, vermehren sich und verdrängen so andere Pflanzen- und Tierarten.



In den letzten 50 Jahren hat sich die globale Fleischproduktion vervierfacht.

Bis zu 23 Masthühner drängen sich auf 1m².

Die NABU-Tipps immer dabei: einfach abtrennen und einstecken!

Öko-Landbau – der bessere Weg

Im Gegensatz zur Intensivtierhaltung werden in der Bio-Landwirtschaft nur wenige Tiere gehalten. Diese sollen möglichst mit Futter vom eigenen Hof versorgt werden können. Die geringeren Mengen an Gülle haben gleichzeitig deutlich weniger Umweltauswirkungen. Bei Rindern und Schafen ist auch Weidehaltung eine gute Alternative.

Die Vorteile des Öko-Landbaus:

- Gentechnisch verändertes Futter ist tabu.
- Die Haltung ist artgerechter und es gibt weniger Tiere pro Flächeneinheit.
- Es sind viel weniger Medikamente nötig.
- Die natürliche Artenvielfalt wird aktiv gefördert.



Bio-Fleisch aus der Umgebung, am besten vom Anbauverband

Das EU-Bio-Logo kennzeichnet Mindeststandards. Strengere Kriterien haben die Bio-Anbauverbände wie Demeter oder Bioland.



0 = ökologische Haltung

Sparen Sie nicht. Qualität und Tierschutz gibt es nicht zu Dumpingpreisen!




Bioqualität erkennen

Umwelt- und tierfreundlichere Produktionsbedingungen sind es wert!
Kaufen Sie Produkte mit folgenden Siegeln:

<p>Bioqualität nach EU-Mindeststandards</p>  Jedes Bio-Produkt in der EU muss damit gekennzeichnet werden.	<p>Noch besser: Standards der Bio-Anbauverbände</p>      
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Am besten für die Umwelt: Fleisch, Milch, Käse etc. nur in Maßen genießen!

Weitere Infos unter www.NABU.de/fleisch



Wirsing statt Wurst

In Deutschland verzehrt jede Person wöchentlich durchschnittlich fast ein Kilogramm Fleisch. Viel zu viel – nicht nur für die Natur, auch für die eigene Gesundheit. Als gesund gelten nur maximal 300 Gramm pro Woche. Nur wenige Menschen erreichen dagegen die empfohlenen 650 Gramm Obst und Gemüse pro Tag. Auch vegetarische Lebensmittel sollten bio oder aus Weidehaltung sein. Denn Milch, Käse etc. sind auch untrennbar mit Massentierhaltung und gen-technisch verändertem Futter verbunden. Ersatzprodukte wie „vegetarische Wurst“ bestehen oft aus Hühnereiweiß.

Immer mehr Menschen essen vegan. Doch in verarbeiteten Produkten sind oft tierische Anteile versteckt: Schweineborsten im Brot, Gelatine im Saft oder tierisches Aroma in Chips müssen nicht angegeben werden.

Gut für die Umwelt: Essen Sie insgesamt weniger Fleisch, Milch, Käse und Joghurt!



Achten Sie auch bei einer vegetarischen oder veganen Ernährung auf die Herkunft der Produkte.

Viel Futter – zerstörtes Land

Allein in Deutschland wird auf etwa 60 Prozent der landwirtschaftlich genutzten Fläche Futter für Nutztiere angebaut. Um die Tiere zu mästen, wird zusätzlich Kraftfutter importiert, vor allem gentechnisch verändertes Soja aus Südamerika. Da dies auf den Produkten nicht angegeben werden muss, erfahren Konsument*innen nichts davon.

Der enorme Flächenverbrauch für den Futteranbau schadet dem Klima und der Artenvielfalt:

- Die intensive Landwirtschaft führt zu Insekten- und Vogelsterben, zu hohen Nitratwerten im Grundwasser und klimaschädlichen Emissionen.
- Giftige Pflanzenschutzmittel und übermäßige Düngung verunreinigen das Wasser, schaden der Artenvielfalt und laugen die Böden aus.
- Wertvoller Ur- und Regenwald wird gerodet, indigene Bevölkerungsgruppen werden vertrieben und Landschaften zerstört.

Fragen Sie bei Fleisch und Milchprodukten nach: Ist Gentechnik ausgeschlossen?



Die meisten Tiere in Deutschland fressen Futter, das gentechnisch veränderte Pflanzen wie Soja enthält.

Ohne Gentechnik

Achten Sie bei Fleisch, Wurst, Milchprodukten und Eiern darauf, dass Gentechnik bei der Fütterung der Tiere ausgeschlossen ist. Neben Bio-Produkten garantieren dies auch folgende Label:

Vegetarisch und vegan

Das V-Label von ProVeg e. V. hilft, entsprechende Lebensmittel zu erkennen.

Aber: Die Produkte müssen nicht bio sein und bei vegetarischen Produkten kann das Tierfutter gentechnisch veränderte Zutaten enthalten.

www.NABU.de/gentechnik
www.NABU.de/siegel-check

Der NABU – aktiv für Ressourcenschutz

Der NABU engagiert sich seit 1899 für Mensch und Natur. Mit mehr als 940.000 Mitgliedern und Fördernden ist der NABU der mitgliederstärkste Umweltverband in Deutschland.

Zu den wichtigsten Aufgaben des NABU zählt der Erhalt der Lebensraum- und Artenvielfalt, die Nachhaltigkeit der Land-, Wald- und Wasserwirtschaft und nicht zuletzt der Klimaschutz. Um diese Ziele zu erreichen, tritt er für eine ökologische Landwirtschaft und für nachhaltige Lebensstile und Produktionsbedingungen ein. Machen Sie mit! Essen Sie weniger Fleisch, Eier und Milchprodukte und achten Sie beim Einkauf auf verlässliche Bio-Siegel.

Weitere Infos unter www.NABU.de/lebensmittel



Kontakt: NABU-Bundesverband, Charitéstraße 3, 10117 Berlin, Tel. +49 (0)30.28 49 84-0, Fax +49 (0)30.28 49 84-20 00, NABU@NABU.de, www.NABU.de

Impressum: © 2015, NABU-Bundesverband, 3. Auflage 08/2024; NABU (Naturschutzbund Deutschland) e. V., Charitéstraße 3, 10117 Berlin; Text: Katharina Istel, Florian Schöne; Redaktion: Julia Degmair, Sina Fitzner, Lena Schmitteckert, Sophie Klar; Gestaltung: konstruktiv GmbH, Bremen; Fotos: F. Hecker, picture alliance/blickwinkel/A. Laule, iStockphoto/camij (L), picture alliance/blickwinkel/J. S. Peifer (r), NABU/S. Hennigs, (L), picture alliance/Keystone (r), picture alliance/Keystone, picture alliance/PhotoAlto (L), NABU/S. Hennigs (r), iStockphoto/MsLightBox, picture alliance/blickwinkel/J. S. Peifer (L), blickwinkel/R. Koenig (r), picture alliance/Keystone; © Signets bei den jeweiligen Organisationen; **Der gedruckte NABU-Tipp ist als Falblatt unter der Artikelnummer 4059 zu bestellen unter www.NABU.de/shop**