



## Hintergrundinfos zur Übung „Saisonlaufspiel“ – saisonale + regionale Lebensmittel

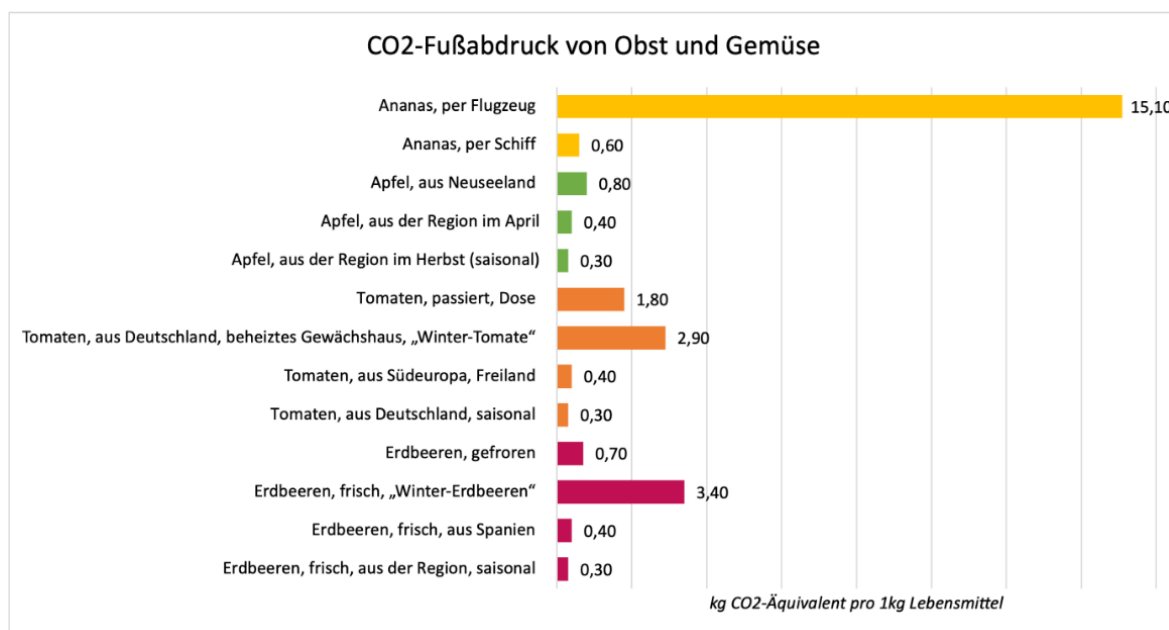
### Worum geht's?

Die Obst- und Gemüse Regale in deutschen Supermärkten sind immer voll. Das ist praktisch – so haben wir zu jeder Jahreszeit eine große Auswahl an leckeren und gesunden Obst- und Gemüsesorten. Allerdings ist nicht immer jedes Obst oder Gemüse, das uns mit guten Vitaminen versorgt, auch gut für die Umwelt. Wenn wir unsere eigenen Tomaten im Garten anbauen würden, dann könnten wir frische Tomaten nur von Juli bis Oktober ernten. Aber wie kommt es, dass wir im Supermarkt das ganze Jahr über Tomaten kaufen können?

**Es gib mehrere Möglichkeiten, um Obst und Gemüse verkaufen zu können, das zu der jeweiligen Jahreszeit nicht natürlicherweise in Deutschland wächst:**

- Zum einen kann es in großen, dunklen **Kühlhallen** gelagert werden. So können beispielsweise regionale Äpfel, die nur von August bis November geerntet werden können, noch bis zum Mai des nächsten Jahres verkauft werden. Allerdings kostet die Kühlung der Lagerhallen viel Energie und damit CO<sub>2</sub>.
- Erdbeeren können dagegen beispielsweise nicht lange gelagert werden. Sie werden daher häufig schon im Winter im **beheizten Gewächshaus** angebaut. Da diese Gewächshäuser beheizt werden, haben Winter-Erdbeeren einen 11-mal höheren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck als saisonale und regionale Erdbeeren, die in Deutschland von Mai bis Juli geerntet werden können.
- Eine weitere Möglichkeit ist der **Import** von Obst und Gemüse aus anderen Ländern, in denen es zu der jeweiligen Jahreszeit saisonal wächst. Hier wird viel CO<sub>2</sub> beim Transport freigesetzt. Ein aus Neuseeland importierter Apfel hat beispielsweise einen doppelt so hohen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck wie ein saisonal und regional geernteter Apfel.
- Noch extremer ist der Unterschied, wenn insbesondere leicht verderbliche Sorten **per Flugzeug importiert** werden. Eine Ananas, die per Flugzeug importiert wurde, hat beispielsweise einen 25-mal größeren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck als eine Ananas, die per Schiff nach Deutschland transportiert wurde.

Die Abbildung zeigt verschiedene CO<sub>2</sub>-Fußabdrücke von Obst und Gemüse<sup>1</sup>.





## Was können wir tun?

Hier heißt es manchmal auch abwägen – Tomaten, die in Spanien saisonal angebaut und dann nach Deutschland transportiert werden, können einen geringeren CO<sub>2</sub>-Fußabdruck haben als Tomaten, die außerhalb der Saison in Deutschland in beheizten Gewächshäusern angebaut werden.

**Aber am besten für die Umwelt ist natürlich ein regionaler *und* saisonaler Einkauf.**

Ein Saisonkalender in der Küche oder eine App fürs Smartphone können helfen, die saisonalen Lebensmittel zu erkennen. Ein Einkauf auf dem lokalen Bauernmarkt oder der Test einer Biokiste wird ebenfalls dafür sorgen, dass mehr regionale und saisonale Produkte auf den Teller wandern.

Und wer jetzt Angst hat, dass der Speiseplan bei saisonaler Ernährung in manchen Monaten nur noch aus Kartoffeln und Steckrüben besteht, der kann sich bei vielen Portalen Tipps und Rezepte holen. Manch vergessenes Nahrungsmittel wird dabei wiederentdeckt werden.

## Hilfreiche Links

Unter <https://utopia.de/ratgeber/saisonkalender-fuer-gemuese-obst/> gibt es eine anschauliche Übersicht, wann welches Obst und Gemüse in Deutschland wächst.

Viele weitere praktische Tipps für eine klimafreundliche Ernährung sowie einen CO<sub>2</sub> Rechner für Lebensmittel gibt es hier: [https://www.klimatarier.com/de/CO2\\_Rechner](https://www.klimatarier.com/de/CO2_Rechner)

## Quellen

1 <https://www.ifeu.de/fileadmin/uploads/Reinhardt-Gaertner-Wagner-2020-Oekologische-Fu%C3%9Fabdru%20cke-von-Lebensmitteln-und-Gerichten-in-Deutschland-ifeu-2020.pdf>