



# ERNÄHRUNG MIT ZUKUNFT

*GREENPEACE*

Immer mehr Menschen essen weniger Fleisch und Milchprodukte. Trotzdem ist unser Konsum von tierischen Produkten immer noch so hoch, dass er fatale Auswirkungen hat auf Klima, Natur, Tierwohl und nicht zuletzt auf unsere Gesundheit. Eine pflanzenbasierte, ökologische Ernährung mit weniger tierischen Lebensmitteln dagegen ist gut für uns und bleibt im Rahmen der planetaren Belastungsgrenzen – eine Ernährung mit Zukunft für alle.



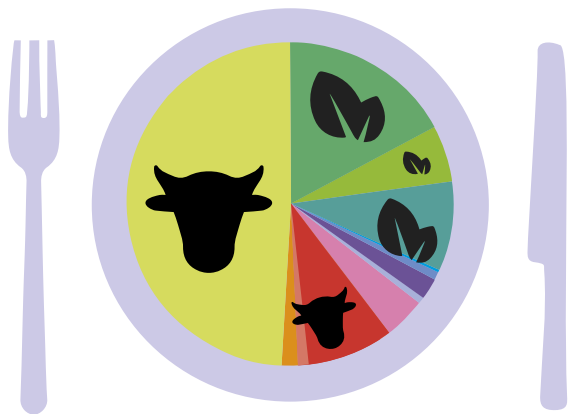
Rund 745 Millionen sogenannter Nutztiere endeten 2023 allein in Deutschland beim Schlachter. In der Regel führten sie ein kurzes, qualvolles Leben, denn die Vorschriften für die Haltung sind viel zu schwach. Für Puten und Milchkühe sind bislang noch nicht einmal gesetzliche Mindestanforderungen festgelegt. So stehen die meisten Tiere eng an eng in Riesenställen. Diese Haltung ist bestimmt vom Kostendruck durch den harten Preiswettbewerb der industrialisierten Tierhaltung. In Europa verdreifachte sich zwischen 1960 und 2010 die Milch- und Fleischproduktion. Viel und möglichst billig, so die Maxime. Landwirt:innen können diesem Druck oft nicht standhalten, so dass die Zahl der tierhaltenden Betriebe in den letzten Jahrzehnten drastisch gesunken ist. Heute dominieren Stallanlagen großer Betriebe mit vielen Tieren, die jedoch nicht viel Platz pro Tier haben: Einem 110-Kilo-Mastschwein steht nur 0,75 Quadratmeter Platz zu, ein Huhn vegetiert oft dicht an dicht mit zehntausenden weiteren Leidensgenossinnen. Doch der Um- und Neubau tiergerechter Ställe mit ausreichend Auslauf ist teuer und es gibt rechtliche Hürden.

**Industrielle Tierhaltung schadet Umwelt und Klima.** Um unsere Lebensgrundlagen zu schützen, uns vor Wassermangel zu bewahren, die Erderwärmung und das Risiko von Dürren, Stürmen und Fluten zu begrenzen und die Artenvielfalt zu erhalten, muss die Zahl der Tiere in der industrialisierten Landwirtschaft deutlich sinken. Rechnet man der Tierhaltung in Deutschland nicht nur die direkten Emissionen zu, sondern auch die Treibhausgase, die durch den Anbau von Futterpflanzen hier und etwa in Südamerika entstehen, steigt der Anteil an den Gesamtemissionen stark an. Um die deutschen Klimaziele in der Landwirtschaft zu erreichen, müssen die Tierbestände bis 2035 mindestens halbiert werden. Denn schon jetzt gefährden klimawandelbedingte Wetterextreme die Ernten.



# ERNÄHRUNG HEUTE

In Deutschland, in Gramm, pro Person und Tag



-  Tierische Lebensmittel
-  Pflanzliche Lebensmittel
-  Obst, Gemüse – 312 g
-  Kartoffeln – 103 g
-  Vollkorngetreide – 162 g
-  Hülsenfrüchte – 4 g
-  Nüsse – 14 g
-  Ungesättigte Fette – 39 g
-  Gesättigte Fette: Palmöl, Schmalz, Talg – 11 g
-  Süßungsmittel – 76 g
-  Fleisch – 156 g
-  Fisch – 18 g
-  Eier – 28 g
-  Milch und verarbeitete Milch in Butter und Käse – 896 g

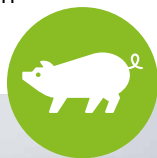
Weniger Tiere würden auch die Flächen in Deutschland entlasten. Jährlich landen mehr als 200 Millionen Tonnen Gülle auf den Feldern und belasten vielerorts das Grundwasser mit Nitrat. Derzeit beansprucht die Nutztierhaltung fast 60 Prozent der landwirtschaftlich genutzten

Flächen, wenn auch indirekt: Auf 10 Millionen Hektar wachsen Pflanzen für die Fütterung der Tiere. Das hier erzeugte Futter reicht dennoch nicht: Ein großer Teil wird zusätzlich importiert. Rund 80 Prozent der weltweiten Soja-Ernte landet im Trog von Tieren; in Brasilien oder Argentinien verdrängen Viehhaltung und Futterproduktion wertvollen Urwald.

**Mit weniger Vielfalt auf dem Acker schwindet die Nahrung von Insekten.** Der Druck, hohe Erträge zu erzielen, schadet am allermeisten der Artenvielfalt. Die Agrarwirtschaft setzt sowohl bei der Futter- als auch der Lebensmittelproduktion auf wenige Hohertragsorten, die sie meist in Monokulturen anbaut – und die anfälliger für Schädlinge und Krankheiten sind. Mit dem Einsatz von Pestiziden wie Glyphosat auf den Äckern werden zwar unerwünschte Kräuter bekämpft. Damit schwindet aber auch die Nahrung für Insekten, die wiederum auf dem Speiseplan von Vögeln stehen.

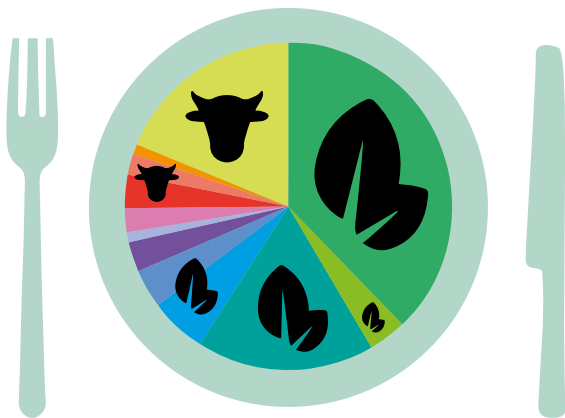
**Vorbild Planetary Health Diet:** Eine pflanzenbetonte Ernährung, die gelegentlich durch tierische Produkte ergänzt wird, Nachhaltigkeit und Klimafreundlichkeit – diese Aspekte sehen Expert:innen als aktuelle große Ernährungstrends. Doch wie kann eine solche Ernährung aussehen und welche positiven Auswirkungen hätte sie auf die Menschen, das Klima und die Landwirtschaft?

Durchschnittlich werden hierzulande derzeit pro Kopf und Jahr noch immer mehr als 53 Kilogramm Fleisch und 82 Kilogramm Milchprodukte gegessen, hinzukommen etwa 230 Eier. Wir essen also weit mehr Fleisch als die knapp 16 Kilogramm, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt – damit steigen auch die Kosten des Gesundheitssystems und die Belastung der Gesellschaft. Wenn sich die Menschen in Deutschland künftig so ernährten, wie es für sie und den Planeten gesund wäre, würden sie mehr Gemüse, Obst, Nüsse und Hülsenfrüchte verzehren und den Konsum tierischer Lebensmittel um 75 Prozent verringern – dadurch müssten in Zukunft weniger Tiere gehalten werden. So ließen sich drei Viertel der Treibhausgase einsparen, die heute durch die Landwirtschaft entstehen. Gleichzeitig benötigte man nur noch 60 Prozent der Äcker und Weiden für die Ernährung der Bevölkerung. Denn die Erzeugung von pflanzlichen Lebensmitteln belegt für die gleiche Anzahl an Kalorien weniger Fläche als die von Fleisch und Milch. Mit auf den frei gewordenen Flächen erzeugten Lebensmitteln könnten bis zu 70 Mio. Menschen ernährt werden.



# Klimasgesunde Ernährung

»Planetary Health Diet«, in Gramm, pro Person und Tag



- |  |   |
|--|---|
|  Tierische Lebensmittel      |  Gesättigte Fette: Palmöl, Schmalz, Talg – 12 g            |
|  Pflanzliche Lebensmittel    |  Süßungsmittel – 31 g                                      |
|  Obst, Gemüse – 500 g        |  Fleisch – 43 g  |
|  Kartoffeln – 50 g           |  Fisch – 28 g  |
|  Vollkorngetreide – 232 g    |  Eier – 13 g   |
|  Hülsenfrüchte – 75 g       |  Milch und verarbeitete Milch in Butter und Käse – 250 g |
|  Nüsse – 50 g              |   |
|  Ungesättigte Fette – 40 g |   |

## Menschen wollen wissen, woher ihr Essen kommt.

Dieser Forderung nach mehr Transparenz im Kühlregal sind die großen Supermarktketten in puncto Tierwohl nachgekommen: 2019 wurde mit der *Haltungsform* eine gemeinsame Kennzeichnung der Frischfleischprodukte

ihrer Eigenmarken eingeführt – lange bevor die Politik sich auf eine staatliche Haltungskennzeichnung einigen konnte. Rewe, Lidl, Aldi und Co. legten schließlich auch mehr oder weniger konkrete Pläne vor, Billigfleisch aus den zwei niedrigsten Haltungsformen bis 2030 aus ihrem Sortiment zu verbannen.

Doch für eine nachhaltige und gesunde Ernährung gemäß den Empfehlungen der Planetary-Health-Diet reicht es nicht aus, Fleisch aus besserer Haltung anzubieten: Tierische Produkte müssen deutlich reduziert werden und dafür das Sortiment bezahlbarer pflanzenbasierter Lebensmittel erweitert werden. Denn Milch- und Fleischprodukte machen derzeit fast die Hälfte der CO<sub>2</sub>-Emissionen von Supermärkten aus. Doch die Unternehmen müssen einen Plan vorlegen, wie sie bis spätestens 2045 klimaneutral werden. Die sogenannte Proteinstrategie gibt vor, wie der Anteil von Produkten mit pflanzlichen Eiweißquellen gegenüber tierischen Proteinen Schritt für Schritt erhöht werden soll, damit die Treibhausgasemissionen der Supermarktketten sinken.

Welche Produkte die Menschen schließlich in den Einkaufswagen legen, darüber entscheidet oft der Preis. Und der führt in die Irre: Weil Supermärkte ihre Kundenschaft mit Billigfleisch ködern wollen, müssen andere dafür einen hohen Preis zahlen. Denn die Kosten durch Klima- und Umweltschäden infolge der intensiven Tierhaltung tauchen nicht auf dem Preisschild auf. Derzeit fördert Deutschland den klimaschädlichen



Konsum tierischer Produkte aber noch mit mehr als fünf Milliarden Euro pro Jahr, da auf Fleisch und Milchprodukte nur die ermäßigte Mehrwertsteuer von sieben Prozent erhoben wird. Diese Subvention sollte umgehend gestoppt und der reguläre Mehrwertsteuersatz von 19 Prozent erhoben werden. Dafür könnten gesunde und nachhaltig erzeugte Lebensmittel wie frisches Obst und Gemüse ganz von der Steuer befreit werden.

Das käme besonders einkommensschwachen Haushalten zugute. Städte und Kommunen könnten durch kostenfreies Essen z. B. in Kitas und Schulen vielen Menschen gesunde Mahlzeiten ermöglichen und das Ernährungsverhalten ganzer Generationen prägen. Auch von Altersarmut betroffene Senior:innen würden von einer qualitativ hochwertigen Verpflegung profitieren. Zudem müssten bei staatlichen Grundsicherungsleistungen die Kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung berücksichtigt werden.



Mit nachhaltigem Essen kann jede:r sich und der Umwelt jeden Tag was Gutes tun: für mehr Vielfalt und Genuss, für die eigene Gesundheit, für die Tiere und faire Produktionsbedingungen:

- Ernähren Sie sich pflanzenbetont mit viel Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten
- Greifen Sie zu Bio-Lebensmitteln: Diese werden weder mit chemisch-synthetischen Pestiziden noch Gentechnik hergestellt
- regional und saisonal kaufen
- Setzen Sie sich in Kantinen Ihres Umfelds (Schule, Kita, Unternehmen) für bio-regionales, pflanzenbetontes Essen ein
- Teilen Sie leckere Rezepte mit Freund:innen

## GREENPEACE BLEIBT DRAN:

Seit Jahren deckt Greenpeace immer wieder Missstände in der Tierhaltung auf. Die Umweltschutzorganisation fordert nicht nur bessere gesetzliche Haltungsbedingungen, sondern nimmt auch – gemeinsam mit Verbraucher:innen – den Lebensmitteleinzelhandel in die Verantwortung, z. B. bei der Kennzeichnung seiner Fleischprodukte. Aktivist:innen informieren vor Supermärkten über die Schlüsselrolle der Fleisch- und Milchproduktion beim Umwelt- und Klimaschutz. Denn noch immer profitieren die Supermärkte finanziell stark vom Geschäft mit Billigfleisch und Lockangeboten, während sie gleichzeitig mit Ankündigungen zu Klima- und Nachhaltigkeitszielen und mehr Tierwohl ihr Image aufpolieren.

# Was ist Billigfleisch?

Der Preisdruck auf die Landwirtschaft ist enorm. Der Handel will billig einkaufen und anbieten. Um günstig Fleisch produzieren zu können, halten Mastbetriebe viele Tiere auf engem Raum. Die Tiere verbringen ihr kurzes, qualvolles Leben ohne Auslauf, Frischluft oder Möglichkeiten, ihren natürlichen Bedürfnissen nachgehen zu können. Auf Grundlage eines juristischen Gutachtens stuft Greenpeace die Produktion von Schweinefleisch mit der Kennzeichnung Haltungform 1 und 2 als tierschutzwidrig ein.



## GREENPEACE FORDERT:

- ▶ **Gesundes, ökologisches Essen für alle und faire Entlohnung der Landwirt:innen**
- ▶ **Halbierung der Tierzahlen und des Konsums von tierischen Produkten bis 2035**
- ▶ **Pflanzliche Lebensmittel wie Obst und Gemüse von Mehrwertsteuer befreien**
- ▶ **Bio-regionales, kostenfreies Essen in Kitas, Schulen und Kantinen**



## Kein Geld von Industrie und Staat

Greenpeace arbeitet international und kämpft mit gewaltfreien Aktionen für den Schutz der Lebensgrundlagen. Unser Ziel ist es, Umweltzerstörung zu verhindern, Verhaltensweisen zu ändern und Lösungen durchzusetzen. Greenpeace ist überparteilich und völlig unabhängig von Politik und Wirtschaft. Rund 620.000 Fördermitglieder in Deutschland spenden an Greenpeace und gewährleisten damit unsere tägliche Arbeit zum Schutz der Umwelt, der Völkerverständigung und des Friedens.

Greenpeace e. V., Hongkongstraße 10, 20457 Hamburg, Tel. 040/3 06 18 - 0  
**Politische Vertretung Berlin** Marienstr. 19–20, 10117 Berlin, mail@greenpeace.de, www.greenpeace.de **V.i.S.d.P.** Matthias Lambrecht **Fotos** Titel, S. 9: Mitja Kopal, S. 2: Fred Dott, S. 6: Jonas Wresch, S. 11: Lucas Wahl, S. 12: Maria Feck / alle © Greenpeace **Grafiken** Andrea Bayer **Gestaltung** Henning Thomas **Druck** Reset St. Pauli, Virchowstr. 8, 22767 Hamburg **Stand** 04/2025

GP0SU4QNI