

**Leitfaden:** *KleVer – klimafreundlich  
– einkaufen und kochen*

**TUT  
DEM  
KLIMA  
GUT** 



In (kirchlichen) Großküchen  
In Hotels



*Deutscher  
Evangelischer  
Kirchentag*

## HERAUSGEBER

Stabsstelle Umweltprojekte  
34. Deutscher Evangelischer Kirchentag  
Hamburg 2013 e.V.  
Postfach 150161, 70075 Stuttgart  
Breitscheidstr. 48, 70176 Stuttgart

## BESTELLUNG

[umwelt@kirchentag.de](mailto:umwelt@kirchentag.de)

## AUTOREN

Christof Hertel, Carmen Ketterl, Jobst Kraus,  
Michael Thun

## GRAFIK UND LAYOUT

*chris pollakdesign consulting, Geislingen*

## FOTOS

Alina Atzler/DEKT, C.A. Cruz/esscooltur®  
(S.16), Christian Schwier, fotolia.de (S.1),  
Florian Rogalinski/DEKT (S. 21, Hotelbuffet)

## ISBN

978-3-943984-04-0

## STAND

Mai 2014

Der Leitfaden ist auch als pdf zum Download  
verfügbar unter: [kirchentag.de/klever](http://kirchentag.de/klever)  
Dieses Projekt wird im Rahmen der Nationalen  
Klimaschutzinitiative gefördert vom Bundes-  
ministerium für Umwelt, Naturschutz und  
Reaktorsicherheit aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Umwelt, Naturschutz,  
Bau und Reaktorsicherheit

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

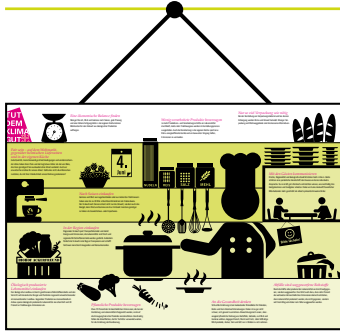


NATIONALE  
KLIMASCHUTZ  
INITIATIVE

# Inhalt

Einleitung .....	4
Warum KleVer besser ist .....	6
Welche Ernährung ist gut für uns und die Welt? .....	8
Alles über Bio-Siegel, die wichtigsten Hinweise und Saisonkalender .....	11
Was und wie – Speisen und ihre Präsentation .....	15
Rechnen – planen – reduzieren – zur Ökonomie.....	17
Kommunikation groß schreiben – mit Gästen, Mitarbeitenden und Lieferanten ....	18
Zum Schluss: Sich nachhaltig weiterentwickeln .....	19
– eine Ermutigung überhaupt zu beginnen und immer weiterzumachen	
Das Beispiel des Evangelischen Kirchentages .....	20
Ein hoher Anspruch an sich selbst und an andere	
Anhang .....	22
Literaturtipps – Filme – Links –Bezugsquellen	

Auf einen Blick und  
zum Herausstrennen



TUT  
DEM  
KLIMA  
GUT



## Was hat Essen mit der Klimaerwärmung zu tun?

*Sehr viel sogar!*

Was wir essen, wie unsere Nahrungsmittel produziert werden, welchen Weg sie zurücklegen, bis sie auf unserem Teller liegen, wie sie verpackt sind – all das hat Auswirkungen auf die Beschleunigung des Klimawandels.

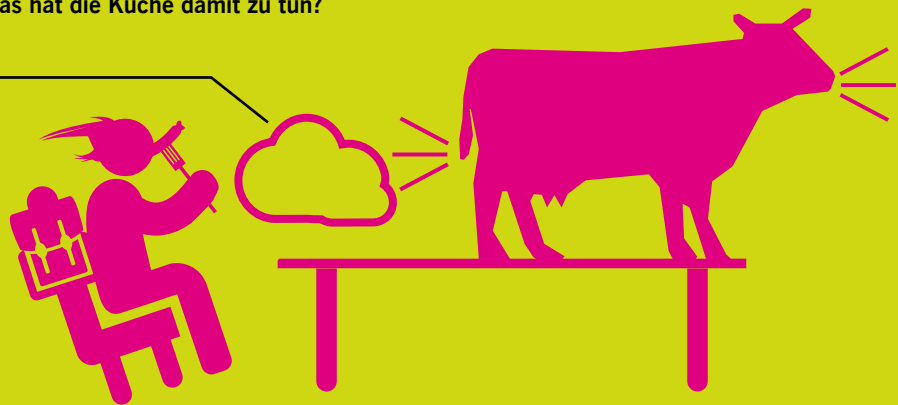
Die Landwirtschaft ist ein wesentlicher Verursacher der klimaschädlichen Gase Kohlendioxid, Methan und Lachgas. Klimaschädliche Gase entstehen in der ganzen Kette vom Acker bis auf den Teller: bei Landnutzungsänderungen (z. B. Regenwald zu Futtermittelanbau), bei der Herstellung und Anwendung mineralischer Dünger, durch den Energieverbrauch der Landwirtschaft, bei Transport und Lagerung und bei Verarbeitung, Zubereitung und Entsorgung von Lebensmitteln. Tierische Produkte aus industrieller Tierhaltung, vor allem Butter, Rind- und Kalbfleisch tragen dabei den schwersten „Klima-Rucksack“. Die Welternährungs- und Landwirtschaftsorganisation der UN (FAO) schätzt, dass ein Fünftel aller klimaschädlichen Emissionen weltweit aus der Tierhaltung stammen. In Deutschland trägt die Landwirtschaft – ohne Berücksichtigung der Emissionen für Anbau und Transport von Futtermitteln aus dem Ausland - etwa 15 Prozent zu den Emissionen bei und liegt damit nur knapp unter einer Vergleichsmenge, die durch den Straßenverkehr verursacht wird. Der Ernährungssektor ist also ein wichtiger „Hebel“ beim Klimaschutz.

Dieser Leitfaden soll motivieren, den Klimaschutz auch im Bereich Ernährung zu entdecken und neue Wege einer klimaeffizienten wie wohlschmeckenden Esskultur auszuprobieren.

### Was ist der globale Klimawandel und was hat die Küche damit zu tun?

235 Liter Methangas  
pro Kuh und Jahr

11,2 Tonnen wiegt der Klimarucksack  
eines durchschnittlichen Deutschen, 1,43  
Tonnen davon der Ernährungsanteil.



Der Energieverbrauch beim Kochen, Kühlen, Gefrieren und Regenerieren sind nur das Ende einer langen Kette von Aktivitäten, die negativ auf das Weltklima einwirken können. Denn auch mit Transport und Lagerung, Bodenbearbeitung und Ernte, Futtermittelproduktion und Verarbeitung ist ein Verbrauch fossiler Energiequellen und die Freisetzung von Emissionen, wie Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>), Methan oder Lachgas verbunden, die das Klima – nicht das Wetter – negativ beeinflussen. Entsprechend wurde im Laufe des Entstehungsprozesses von Lebensmitteln mehr oder weniger CO<sub>2</sub> in die Umgebung abgegeben.

Kohlendioxid und andere Spurengase sind notwendig und bilden als Atmosphäre eine schützende Haut um den Planeten, den natürlichen „Treibhauseffekt“, der verhindert, dass zu viel der die Erde erreichenden Sonnenstrahlung ins All zurückreflektiert wird.

Ohne diesen natürlichen Treibhauseffekt hätte sich kein Leben auf der Erde entwickeln können. Es wäre viel zu kalt. Aber schon verhältnismäßig kleine Mengen an Treibhausgasen wie CO<sub>2</sub> können dabei eine große Wirkung haben – wenn sie zusätzlich in die Atmosphäre gelangen. Wenn diese Haut durch ein Zuviel an Kohlendioxid – nicht nur aus verrottender Biomasse, sondern vor allem aus Verbrennungsmotoren und Kraftwerken – zu „dick“ wird und immer mehr Wärme in der Erdatmosphäre verbleibt, heizt sich die Erde auf und verändern sich die globalen Durchschnittstemperaturen (derzeit schon um 0,8 Grad).

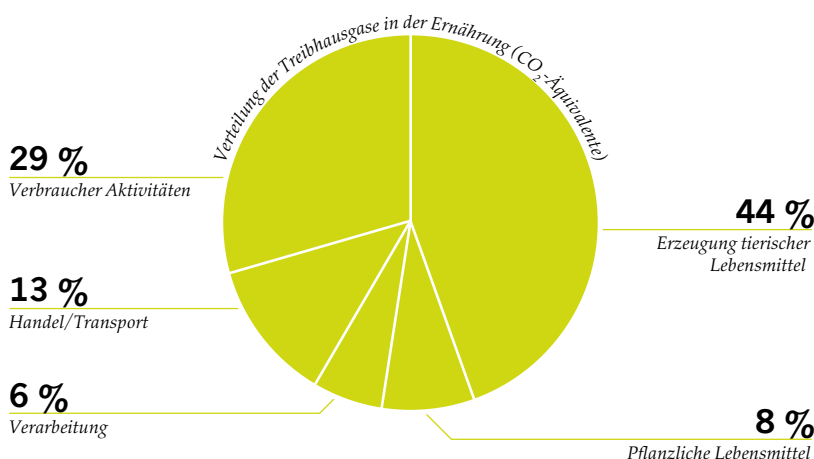
Die Folgen sind schon heute schmelzende Gletscher und Eisdecken (die Pole und Grönland verlieren pro Jahr ca. 410 Mrd. Tonnen Eis), steigende Meeresspiegel und zunehmende Wetterwidrigkeiten mit Überschwemmungen, Dürren und verheerenden Orkanen. Ziel der Weltgemeinschaft ist es, den mittleren Temperaturanstieg auf 2°C zu begrenzen.

Hierfür muss so schnell wie möglich der CO<sub>2</sub>-Ausstoß reduziert werden.

Der neueste Bericht des Globalen Klimarats IPCC fordert eindringlich drastische Reduktionen, um nicht Gefahr zu laufen, eine durchschnittliche Temperaturerhöhung von 4 bis 6 Grad zu verursachen. D. h.: Der fossile Energieverbrauch sollte von derzeit 11 Tonnen CO<sub>2</sub> in Deutschland auf etwa 2 Tonnen abgesenkt werden. Je eher mit der Reduktion angefangen wird, desto besser ist dies für das Klima und für die Weltbevölkerung, denn die genannten Folgen werden auch die Ernährungssicherheit gefährden und zu globalen Flüchtlingsströmen führen. Klimaschutz vermeidet dann auch soziale Verwerfungen.

Der notwendige Klimaschutz ist zwar auch eine weltpolitische Aufgabe, kann aber in jeder Küche beginnen.

## Berechnung des Treibhausgasausstoßes und CO<sub>2</sub>-Äquivalente



Quelle: Enquete-Kommission des Deutschen Bundestags „Schutz der Erdatmosphäre“, 1994

So macht sich auch die Verpflegung der mehr als 100.000 Teilnehmenden sowie der Helferinnen und Helfer während des fünftägigen Kirchentages in der CO<sub>2</sub>-Bilanz bemerkbar. Das ist Grund genug für den Deutschen Evangelischen Kirchentag Lebensmittel einzukaufen, die aus saisonalem, regionalem und biologischem Anbau stammen und die fair gehandelt sind. So ist es möglich, Verpflegung klimaeffizient zu gestalten.

Für den 34. Deutschen Evangelischen Kirchentag in Hamburg 2013 wurde das Projekt „KleVer – Klimaeffiziente Verpflegung bei Großveranstaltungen“ ins Leben gerufen und mit finanzieller Unterstützung durch die Nationale Klimaschutzinitiative des Bundesumweltministeriums realisiert. Ziel des Projektes war es, ein Konzept einer klimaeffizienten Verpflegung bei Großveranstaltungen zu entwickeln und dabei die gesamte Versorgungskette in den Blick zu nehmen – vom Produzierenden über den Handel bis in die Küchen und auf den Teller des Gastes. Das Ergebnis des Hamburger KleVer-Projekts kann sich sehen lassen: Durch ein attraktives Speisenangebot mit mehr Getreide, Salat und Gemüse und weniger Fleisch, Wurst, Käse und Butter konnte fast die Hälfte der üblicherweise entstehenden, ernährungsbedingten Klimabelastung eingespart werden. Durch eine bessere Speisenausgabe und schmackhaftes Essen wurde der Anteil weggeworfener Speisereste auf 0,7 Prozent reduziert.

Dieser Leitfaden soll das Konzept und die Erfahrungen weitergeben, die der Kirchentag mit der klimaeffizienten Ausrichtung seines Verpflegungsbereichs gemacht hat. Wir möchten die Verantwortlichen für den Einkauf sowie die Köchinnen und Köche nicht nur in kirchlichen Tagungshäusern und Großküchen, sondern auch in Messegastonomie und Hotellerie anregen und darin unterstützen, Schritt für Schritt Einkaufs-, Produktions- und Gestaltungsgewohnheiten zu hinterfragen und umzustellen. Die globalen wie nationalen Herausforderungen – Klimawandel, Ressourcenknappheit, Biodiversität, das Sterben der Meere – werden eine „große Transformation“ im Bereich Landwirtschaft und Ernährung immer notwendiger machen. Großküchen können durch die aktive, „fordernde“ Nutzung ihrer Macht in der Nachfrage diesen Wandel in Richtung Nachhaltigkeit und Schöpfungsbewahrung tatkräftig unterstützen.

Dieser Leitfaden soll motivieren, den Klimaschutz auch im Bereich Ernährung zu entdecken und neue Wege einer klimaeffizienten wie wohlschmeckenden Esskultur auszuprobieren.

## Es ist Zeit für Veränderung *Von Speiseplänen und Einkaufszetteln, von Küchenpraxis und Esskultur*

### Warum eigentlich?

Die alltäglichen Kaufentscheidungen haben eine unmittelbare und häufig zerstörerische Auswirkung auf das Weltklima, die Böden, die Artenvielfalt zu Land und zu Wasser, das Leben von Nutztieren, das Grundwasser, die menschliche Gesundheit und die Lebensbedingungen von Menschen, denen die Ernährungsgrundlage durch den Anbau von Exportprodukten entzogen wird. Lebensmittel werden unter ökonomischen Gesichtspunkten produziert – möglichst viel in kurzer Zeit und mit hoher Gewinnspanne, entsprechend ist die Zielrichtung in der Züchtung.

**Dass ein deutscher Konsument im Laufe seines Lebens durchschnittlich 1.094 Tiere auf dem Teller hat (945 Hühner, 46 Puten, 46 Schweine, 37 Enten, 12 Gänse, sowie je vier Rinder und Schafe) hat gravierende Folgen:**

- Wenn auch Urwaldrodung und der Transport der Betriebsmittel veranschlagt werden, ist die Landwirtschaft für fast ein Drittel der globalen Treibhausgas-Emissionen und damit für den sich beschleunigenden Klimawandel mitverantwortlich.
- Über die Klimarelevanz hinaus kostet unsere Wurst Anderen das Brot. Von der jährlichen Getreideernte von etwa einer Milliarde Tonnen wandern etwa 760 Millionen Tonnen in die Futtertröge zur Tiermast, hinzu kommen noch fast 250 Millionen Tonnen an Ölschrot (insbesondere Sojaschrot). Diese Futtermittelproduktion für den Fleischverzehr beansprucht immense Landflächen, was die Ernährungssicherheit von Millionen von Menschen gefährdet.

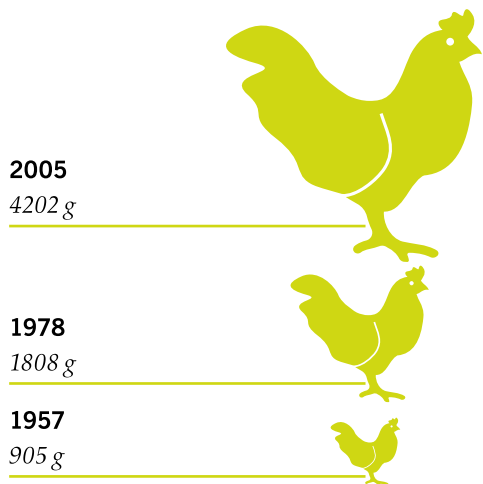
Quelle: VEBU e.V.

Weltweit kann beobachtet werden, dass mit steigender Kaufkraft der Fleischverbrauch einer Gesellschaft zunimmt. Global betrachtet hat sich der Fleischverbrauch seit 1950 verdoppelt und liegt inzwischen bei 43 Kilo pro Kopf. Doch der Fleischkonsum ist ungleich verteilt: Während in den USA jährlich durchschnittlich 112 Kilo und in Deutschland 89 Kilo pro Kopf verzehrt werden (Schlachtgewicht), sind es in Indien gerade einmal zwei Kilo pro Person und Jahr.

Huhn und Lachs sind Beispiele für die Folgen fleischorientierter Ernährung, die möglichst billig zu haben sein soll – zu viel Antibiotika, belastete Böden, zu viel Treibhausgase und die Gefährdung der weltweiten Ernährungsgrundlagen.

Weniger Fleisch zu konsumieren ist KleVer, auch mit Blick auf die eigene Gesundheit. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt den Verzehr von 300 bis maximal 600 Gramm pro Woche anstelle der derzeitigen Menge von 1600 Gramm. Entscheidend ist außerdem, wie die Tiere gehalten werden. Auf einem ökologisch wirtschaftenden Betrieb ist die Zahl der Tiere an die vorhandene Fläche gebunden. Dies ermöglicht die Versorgung durch selbst angebautes Futter, so dass keine Futtermittel importiert werden müssen. Zudem ist Viehhaltung ein wichtiges Bindeglied im Nährstoffkreislauf der ökologischen Landwirtschaft. Die organischen Ausscheidungen der Tiere werden zur Düngung der Wiesen und Felder herangezogen, eine Belastung von Böden und Grundwasser durch Kunstdünger und Spritzmittel wird vermieden. Bio-Betriebe haben eine bessere Klimabilanz als konventionell wirtschaftende Höfe.

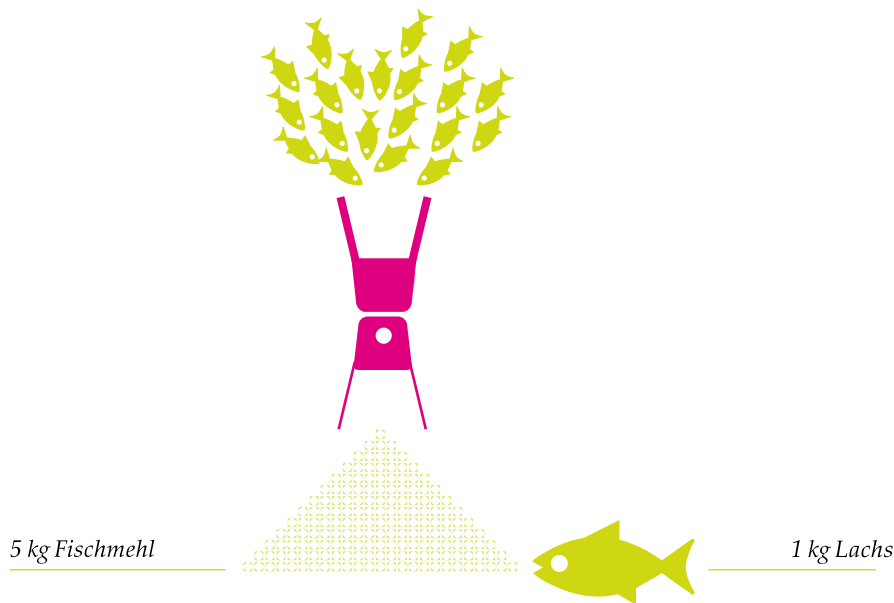
Gewicht nach 56 Tagen:



**Das Beispiel „Huhn“**

Von 1957 bis heute ist die Hühnergröße um fast 400 Prozent gestiegen. Auch der Konsum stieg an. 1950 hat ein deutscher Bürger im Jahr zwei Kilo Geflügel verzehrt – 2013 bereits 19,4 Kilo. In Deutschland werden pro Tag 1,7 Millionen Hühner geschlachtet, davon kommen weniger als ein Prozent von Biohöfen. Rund 98 Prozent der in Deutschland zum Verzehr gehaltenen Tiere stammen aus Massentierhaltungsbetrieben. Bei dieser industriellen Tierhaltung ist der Einsatz von Antibiotika so gut wie unumgänglich. 96 Prozent der Masthühner enthalten Antibiotika (genauso 77 Prozent der Mastschweine), vielfach auch Reserveantibiotika, die dann verschrieben werden, wenn andere Medikamente nicht mehr ansprechen. Entsprechend nehmen resistente Keime zu. Nicht nur das Tier, auch der Mensch leidet.

Für ein Kilo Zuchtlachs sind etwa fünf Kilo Fischmehl notwendig.



**Die Geschichte des Lachs**

Jährlich werden 80 Millionen Kilo Lachs in Deutschland konsumiert. Überwiegend stammt dieser Zuchtlachs aus riesigen Bassins im Meer vor den schottischen, irischen, norwegischen oder chilenischen Küsten. Die Lachse leben in einer Art Massentierhaltung, die zur Minderung des betriebswirtschaftlichen Risikos eine vorsorgliche Behandlung mit Antibiotika notwendig macht. Das Lachsfilet auf dem Frühstücksbuffet, früher ein Synonym für Luxus, ist so zum Massenprodukt geworden, dessen Preis das Ökosystem bezahlt, das vor Ort mit Pestiziden und dem Kot von tausenden Tieren belastet ist. Die im Meer in Käfige eingesperrten Lachse müssen künstlich mit Fischmehl gefüttert werden. Erfolgte die Produktion von Fischmehl früher überwiegend aus Abfällen oder zu kleinem Beifang, ist in den letzten Jahrzehnten ein neuer Zweig der Hochseefischerei entstanden, der bestimmte Fischarten ausschließlich zur Fischmehlgewinnung fängt, damit aber das regionale Ökosystem empfindlich stört, so dass anderen Fischen die Nahrungsgrundlage entzogen wird. So werden die Meere vor der südamerikanischen oder afrikanischen Küste leergefischt. Weltweit sind 80 Prozent der Fischbestände gefährdet, manche Fischarten vom Aussterben bedroht. Gleichzeitig wird lokalen Fischern die Lebensgrundlage entzogen. Mit dieser Form der Produktionsveränderung vom Angler zur Lachsfarm verschiebt sich auch die Wertschöpfung weg von lokalen Produzenten hin zu multinationalen Konzernen. Der Profit wandert zu Großreedereien und Agrarmultis, der Energieverbrauch steigt, der Geschmack schwindet.

Ökologische Landwirtschaft ist KleVer, weil sie Artenvielfalt erhält, die vorhandenen knappen Ressourcen schont, dem Tierschutz und der menschlichen Gesundheit dient und gleichzeitig weltweit die Ernährungssicherheit stützt, die durch die Landnahme für Importfutter erschwert wird.

Der Konsum regionaler und saisonaler Lebensmittel ist KleVer, weil Transportenergie gespart und die bäuerliche Landwirtschaft vor Ort unterstützt wird, die auch in der Landschaftspflege eine wichtige Rolle spielt.

Ökologisch produzierte Lebensmittel sind KleVer, weil sie keine oder weniger Pestizidrückstände, keine gentechnisch veränderten Bestandteile, weniger Nitrat und mehr gesunde sekundäre Pflanzenstoffe enthalten.

KleVer ist lecker. Lebensmittel in Bio-Qualität bieten mehr natürlichen Geschmack, weil in Bio-Lebensmitteln weniger Zusatzstoffe erlaubt sind. Das macht es attraktiv, auf eine nachhaltige Einkaufs-, Küchen- und Esskultur umzustellen.



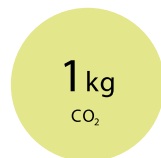
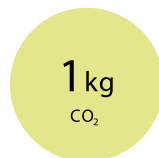
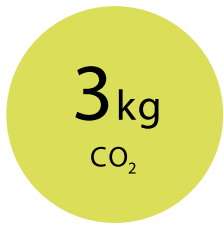
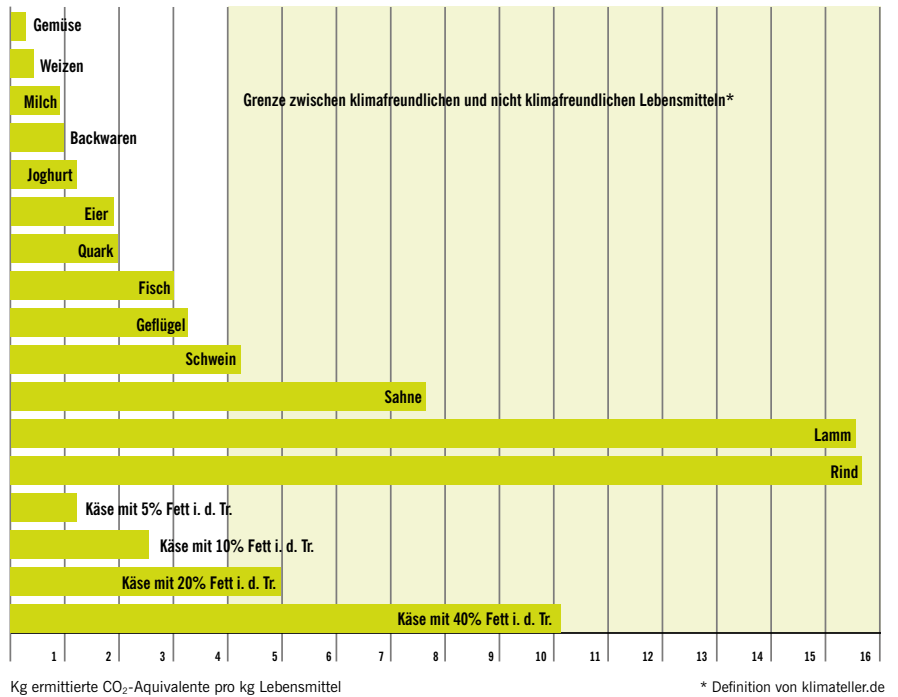
**WAS WIR ESSEN IST NICHT EGAL**

Im Interesse eines guten Lebens für alle Menschen – auch kommender Generationen – ist ein engagierter Klimaschutz moralische Verantwortung und ein Gebot der Stunde zugleich. Dieser kann beim Lebensmitteleinkauf beginnen und sich in kleinen wie großen Küche fortsetzen. Klimaschonend zu essen kann den Ausstoß von Treibhausgasen im Ernährungsbereich um bis zu 50 Prozent reduzieren. Und was dem Klima gut tut, tut meist auch Mensch, Tier und Umwelt gut.

Im Vergleich der Ernährungsstile schneidet „Vollwertkost, fleischlos und biologisch“ am besten ab und verursacht weniger als die Hälfte an Treibhausgasen einer konventionellen Mischkost mit viel Fleisch. Und die Variante „wenig Fleisch und Biokost“ schneidet immer noch wesentlich besser ab, als alles so zu lassen wie bisher.

→ Mehr pflanzliche, weniger tierische Lebensmittel: Für Kartoffeln fallen nur etwa 240 Gramm CO<sub>2</sub>-Emissionen je Kilogramm an, bei Schweinefleisch sind es bereits 1,9 Kilogramm, bei Rindfleisch gar 6,45 Kilogramm je Kilogramm.

**Was sind die klimaschädlichsten Lebensmittel?\***



v. l. n. r.: Rindersteak / Currywurst mit Pommes / Hühnerbrust mit Broccoli / Fisch mit Kartoffeln / Nudeln oder Gnocchi mit Gemüse / Kartoffelsalat mit Mangold (Quelle: Greenflux)



Umweltfreundlich, schick und sparsam ist es, auf Leitungswasser als Getränk in Glas-Karaffen zu setzen. Insbesondere dann, wenn keine Konkurrenz zu einem separaten Getränkeverkauf entsteht.



### DAS WEGWERFEN VON LEBENSMITTELN VERMEIDEN

Ein Drittel bis die Hälfte der global erzeugten Lebensmittel wird untergepflügt, verdirbt oder landet auf dem Müll. Auch in Restaurants und Großküchen in Deutschland wird nach einer Studie des Umweltbundesamtes fast die Hälfte aller bereitgestellten Lebensmittel entsorgt, das sind pro Gast und Jahr 26,6 Kilo.

- *Es geht auch anders: Ein Münchner Caterer, der verschiedene Betriebsrestaurants betreibt, setzt auf Flexibilität, um unnötige Verschwendung zu vermeiden. Er kauft überwiegend regional und saisonal ein und passt seine Speisekarte dem aktuellen Angebot an. Statt Essen vorzukochen und warmzuhalten, wird bis kurz vor Schließung der Kantine immer frisch gekocht, weil so die benötigten Mengen besser eingeschätzt werden können. Auf diese Weise wird nur noch 5,6 Prozent der eingekauften Ware weggeschmissen.*

Bei einer besseren Planung und einem knapperen Angebot, das bei Bedarf wieder frisch ergänzt wird, bei kleineren Portionen (zum Beispiel kleinen oder halbierten Kuchenstücken auf dem Büfett) oder bei der vorausschauenden Verarbeitung verwertbarer Reste vom Vortag können nicht nur Lebensmittel, sondern auch Geld eingespart werden, das dann zum Beispiel für den Einkauf von teurerer Bioqualität verwendet werden kann. Weniger Lebensmittel wegzuwerfen nützt dem Klima, dem Geldbeutel, der ökologischen Landwirtschaft und dem eigenen Gewissen.

### DER EINKAUF VON REGIONALEN LEBENSMITTELN

Der Einkauf in der Region spart Energie durch vermiedene Transporte. Insbesondere Flugware belastet das Klima bis zu 300 Mal mehr als Erzeugnisse aus der Region. Wichtiger als die Frage, ob eine Entfernung von 200 km noch als regional gilt, ist der Grundsatz „möglichst nah“. Auch „hauptsache bio“ gilt nicht immer, sondern es muss abgewogen werden, ob es nicht langfristig mehr Sinn ergibt als Großverbraucher konventionelle Produkte aus der Nähe zu bevorzugen. Und gleichzeitig die Produzenten mit Verweis auf die eigene Nachfragemacht zu motivieren auf „bio“ umzustellen.

Lebensmittel aus der eigenen Region zu beschaffen ist nicht nur für den Klimaschutz von Bedeutung: Kommunikative Nähe zum Erzeuger wird möglich. Ein Besuch des Küchenteams bei einem Lieferbetrieb vermittelt einen Blick hinter die Kulissen. Zugleich erlaubt es dem Team auch, die Glaubwürdigkeit des Lieferanten oder der Lieferantin zu überprüfen und neue Perspektiven zu diskutieren. Gute Kontakte zu den Liefernden können auch genutzt werden, um die Erzeuger mittelfristig zur Umstellung auf Bio-Qualität zu bewegen.

## EINKAUF NACH SAISON

Eng verbunden mit dem Einkauf in der Region ist der Einkauf nach Saison, denn Tomaten und Erdbeeren gibt es in der Region nun mal nicht das ganze Jahr. Dafür sind sie zur Saison günstiger zu haben als Import- oder Gewächshausware. Der Anbau von Obst, Gemüse und Salaten im beheizten Treibhaus hat zum Ziel, saisonale Ware rund um das Jahr verfügbar zu machen. Das geht meistens zu Lasten des Geschmacks – und des Klimas. Beim Kopfsalat wird das besonders deutlich. Ein beheizter Unterglasanbau verursacht 4,4 Kilogramm CO<sub>2</sub> je Kilogramm Salat, der Freilandanbau nur 140 Gramm, also nur den dreißigsten Teil davon.

→ Der Saisonkalender auf Seite 14 hilft bei der Speiseplangestaltung nach Jahreszeiten.

## BIO IST BESSER

Und auch die Entscheidung zwischen „bio“ und „konventionell“ hat ihr CO<sub>2</sub>-Gewicht: Hauptsächlich durch die Verwendung von sehr energieaufwändig hergestelltem mineralischen Stickstoffdünger benötigt der konventionelle Anbau etwa die doppelte Energiemenge, bezogen auf die gleiche produzierte Menge an Lebensmitteln. Bei der Erzeugung von einem Kilo Weizen fallen „konventionell“ 310 Gramm CO<sub>2</sub> an, „biologisch“ 190 Gramm. Gleichzeitig wirkt sich der ökologische Landbau günstig auf die Qualität des Bodens und der hergestellten Lebensmittel aus. Bei tierischen Lebensmitteln steht „bio“ auch für mehr Tierschutz und für Futter aus eigener Erzeugung.

→ Eine Umstellung der Küche auf „bio“ erfolgt am besten schrittweise und zuerst mit einzelnen Produktgruppen, wie beispielsweise Kartoffeln. Höhere Kosten lassen sich etwa durch einen geringeren Fleischanteil ausgleichen.

## DAS „DRUMRUM“

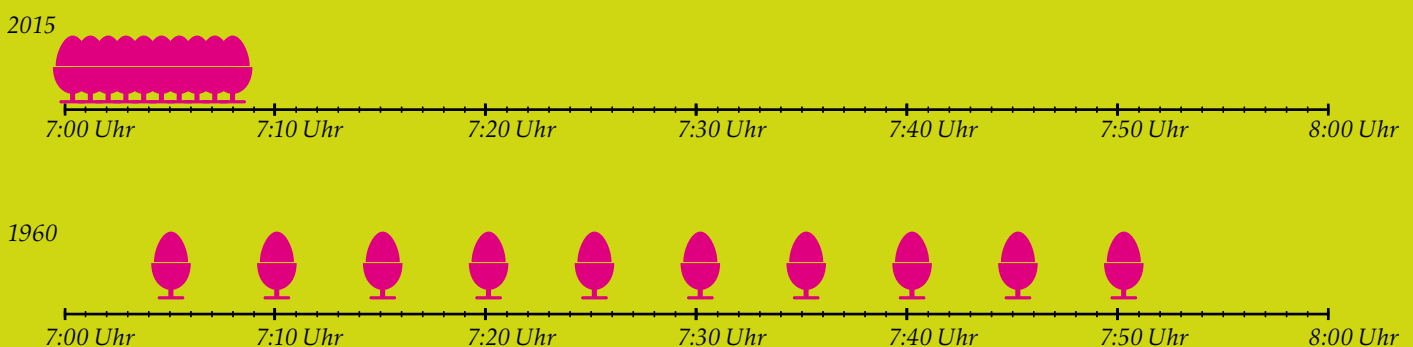
Verpackungen müssen hergestellt, transportiert und entsorgt werden. Auch das belastet das Klima. Oft sind Verpackungen nur so aufwändig, damit sie sich von Konkurrenzprodukten unterscheiden oder zum Kauf verführen. Wirklich notwendig ist Verpackung nur, um die Ware zu schützen. Dafür ist weniger oft mehr.

→ Verpackungsarm einkaufen, am besten in Mehrweggebinden, das vermeidet Abfall und schont das Klima.

## Sich Ernährung etwas wert sein lassen

Landwirtinnen und Landwirte stehen unter dem Druck, immer billiger produzieren zu müssen und Verbraucherinnen und Verbraucher fragen selten danach, wo und wie ihre Lebensmittel produziert werden: hauptsächlich billig. Die teuren Folgen sind schadstoffbelastete Lebensmittel, massenhafte Tierquälerei, verseuchtes Trinkwasser, Stickstoffbelastung, Bodenzerstörung, Verlust der Artenvielfalt und die Verschärfung des Klimawandels.

Dabei haben wir noch nie so wenig für Lebensmittel ausgegeben wie heute. Das Institut der deutschen Wirtschaft hat errechnet, dass die Kaufkraft bei Lebensmitteln heute etwa zehnmal höher liegt als vor 50 Jahren. Für zehn Eier, zum Beispiel, musste man 1960 ganze 51 Minuten arbeiten, heute sind es nur noch acht Minuten.

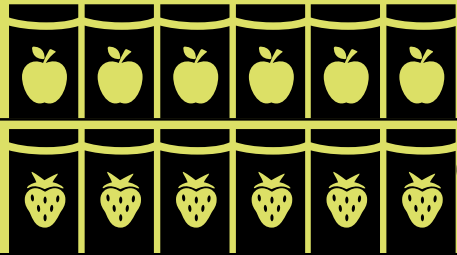


# Woran erkennt man Bio? *Alles über Siegel*



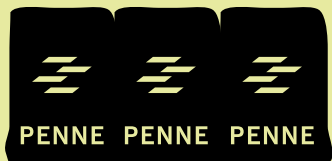
## EU-Bio-Logo:

Mit dem EU-Bio-Logo werden Produkte gekennzeichnet, die nach den EU-Rechtsvorschriften für den ökologischen Landbau produziert und kontrolliert wurden. Grundlage ist die EG-Bio-Verordnung (EG) Nr. 834/2007, die die Vergabe des EU-Bio-Logos regelt. Außerdem trägt jedes Bio-Lebensmittel auf der Verpackung eine Code-Nummer (DE-Öko-0XX) einer anerkannten Kontrollstelle. Das Bio-Siegel schreibt zum Beispiel vor, dass mindestens 95 Prozent der Zutaten aus dem ökologischen Landbau stammen müssen.



## Deutsches Bio-Siegel:

Das nationale Bio-Siegel kann zusätzlich zum EU-Bio-Siegel auf Produkten verwendet werden.



## Die Verbände des ökologischen Landbaus, zum Beispiel Bioland, Demeter, Naturland:

Die Richtlinien der Verbände des ökologischen Landbaus sind unterschiedlich, aber alle übertreffen die Anforderungen der EG-Bio-Verordnung deutlich. Die Anbauverbände verlangen zum Beispiel, dass der gesamte Betrieb ökologisch arbeitet, wobei die Verwendung von Herbiziden und Pestiziden und chemisch-synthetischen Stickstoffdüngern verboten sind. Sie erlauben bei Schweinen und Geflügel deutlich weniger Tiere pro Hektar landwirtschaftliche Fläche, schreiben im Sommer Grünfütterung vor und begrenzen Tiertransporte in der Entfernung und in der Dauer. In der Verarbeitung von Bio-Produkten sind weniger Zusatzstoffe erlaubt und 100 Prozent der Zutaten müssen aus biologischem Anbau sein.



## Bio-Zertifizierung für den eigenen Betrieb

Gewerbsmäßig betriebene Anbieter, die zwar Bio-Lebensmittel verwenden, aber nicht damit werben, müssen sich nicht bio-zertifizieren lassen. Aber sobald Sie auf der Speisekarte oder in Aushängen Bio-Qualität ausloben, müssen Sie am gesetzlich vorgeschriebenen Kontrollverfahren teilnehmen. Nähere Informationen finden Sie im Leitfaden „Mit einfachen Schritten zur Bio-Zertifizierung“ (siehe Literaturliste).

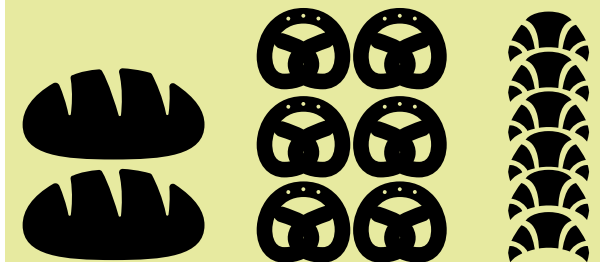


Das Fairtrade-Siegel steht für fair angebaute und gehandelte Produkte: Damit ein Produkt das Fairtrade-Siegel tragen darf, müssen alle Zutaten, die unter Fairtrade-Bedingungen erhältlich sind, zu 100 Prozent Fairtrade-zertifiziert sein. Dies gilt sowohl für Monoprodukte wie Kaffee, Reis oder Zucker, als auch für Mischprodukte wie Schokolade, Gebäck oder Eiscreme.



## MSC-Siegel für nachhaltige Fischerei:

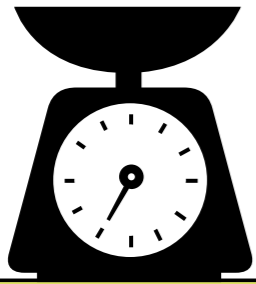
Fisch aus umwelt- und bestandsschonender Fischerei ist am Bio-Siegel, EU-Kennzeichen, an Verbandskennzeichen oder am MSC-Siegel zu erkennen. Voraussetzungen sind zum Beispiel Maßnahmen zum Erhalt der biologischen Vielfalt im Meer, Vermeidung von Überfischung und Erschöpfung der Fischbestände sowie die Verringerung des Beifangs.



## Regionalfenster:

Im Januar 2014 wurde in Deutschland das freiwillige Siegel „Regionalfenster“ zur Kennzeichnung von regionaler Herkunft und Verarbeitung von Lebensmitteln eingeführt. Die Region muss darauf eindeutig benannt sein. Die wichtigsten Zutaten müssen aus der Region sein. Außerdem enthält das Siegel Angaben zum Verarbeitungsort und zur Kontrollstelle. Das Regionalfenster macht keine Aussage zu Bio-Qualität.





### Eine ökonomische Balance finden

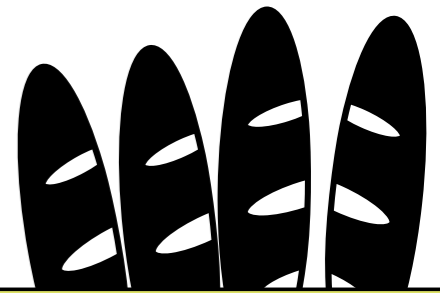
Weniger Fleisch, Obst und Gemüse nach Saison, gute Planung und eine höhere Fertigungstiefe in der eigenen Küche können Mehrkosten für den Einkauf aus ökologischer Produktion auffangen.

### Wenig verarbeitete Produkte bevorzugen

Je mehr Produktions- und Verarbeitungsschritte ein Lebensmittel durchläuft, desto mehr Treibhausgase werden im Herstellungsprozess ausgestoßen. Auch die Verarbeitung in der eigenen Küche spielt eine Rolle: energieeffiziente Geräte und ein bewusster Umgang helfen, Emissionen zu vermeiden.

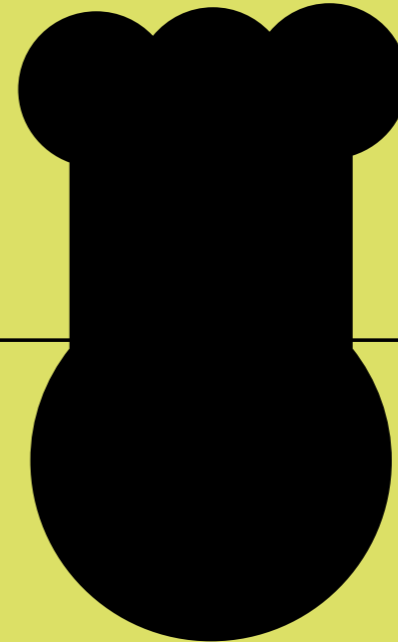
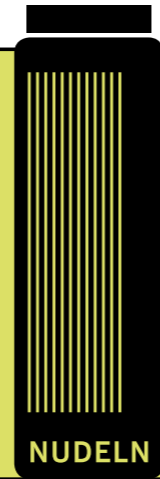
### Nur so viel Verpackung wie nötig

Bei der Herstellung von Verpackungsmaterial und bei dessen Entsorgung werden Klima und Umwelt belastet. Weniger Verpackung und Mehrweggebinde sind die besseren Alternativen.



### Fair sein – auf dem Weltmarkt, gegenüber heimischen Lieferanten und in der eigenen Küche

Gute Qualität, menschenwürdige Arbeitsbedingungen und existenzsichernde Löhne haben ihren Preis und der liegt etwas höher als der von Ware, die ihren günstigen Preis ausbeuterischer Arbeit verdankt. Auch wir erwarten faire Löhne für unsere Arbeit. Sollte das nicht allen Menschen zustehen, die mit ihrer Hände Arbeit unsere Nahrung produzieren?



### Mit den Gästen kommunizieren

Frische, Regionalität und ökologische Qualität stehen hoch im Kurs. Gäste schätzen eine persönliche Handschrift des Hauses und eine individuelle Ansprache. Sie sind oft gut informiert und möchten wissen, wie nachhaltig ihre Gastgeberinnen und Gastgeber arbeiten. Dabei wird eine Auskunft freundlicher Mitarbeitender mehr geschätzt als allseits präsenste Hinweisschilder.



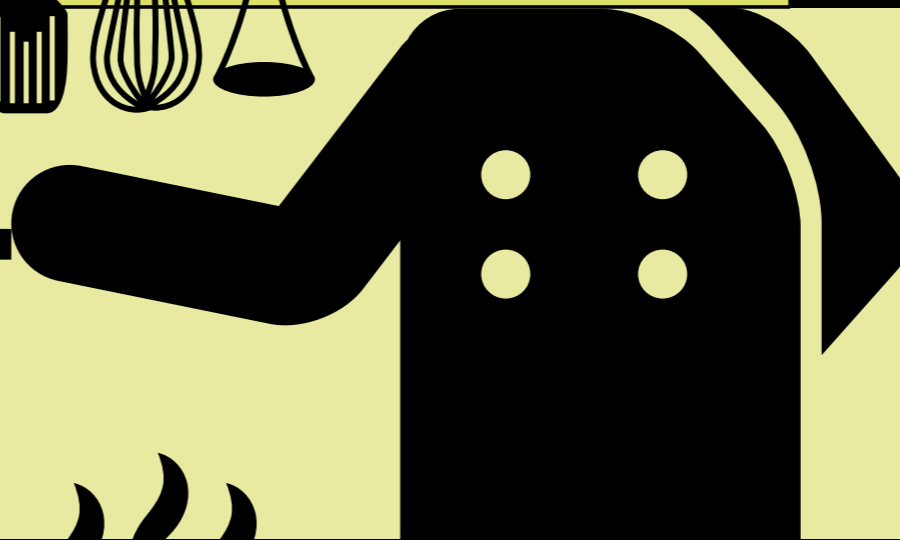
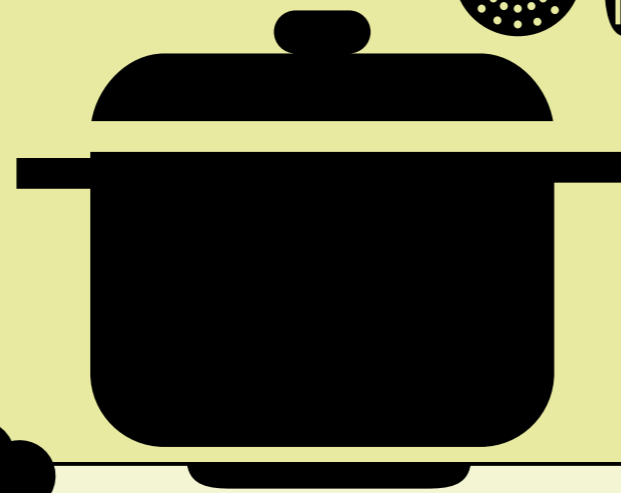
### Nach Saison einkaufen

Gemüse und Obst aus Lagerbeständen oder aus beheizten Treibhäusern haben eine bis zu 30 Mal schlechtere Klimabilanz als Freilandware. Der Einkauf nach Saison schont nicht nur die Umwelt, sondern auch das Budget, denn Obst und Gemüse sind zur Erntezeit meistens günstiger zu haben als Gewächshaus- oder Importware.



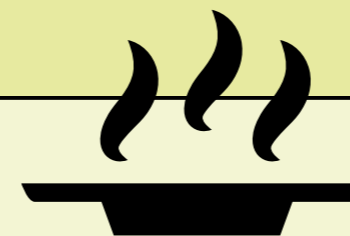
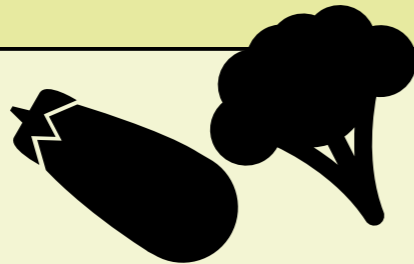
### In der Region einkaufen

Regionaler Einkauf spart Transportkilometer und damit Energie und Emissionen, die Lebensmittel sind frisch und regionale Wirtschaftskreisläufe werden gestärkt. Außerdem fördert der Einkauf in der Region Transparenz und schafft Vertrauen zwischen Erzeugenden und Konsumierenden.



### Ökologisch produzierte Lebensmittel einkaufen

Der ökologische Landbau ist durch geschlossene Nährstoffkreisläufe und den Verzicht auf mineralische Dünger und Pestizide insgesamt umweltschonender als konventioneller Landbau. Gegenüber Produkten aus konventionellem Anbau sparen ökologisch produzierte Lebensmittel zwischen fünf und 30 Prozent an Treibhausgas-Emissionen ein.



### Pflanzliche Produkte bevorzugen

Etwa 70 Prozent der klimaschädlichen Emissionen, die bei der Herstellung von Lebensmitteln freigesetzt werden, sind auf die Erzeugung tierischer Produkte zurückzuführen. Gleichzeitig fehlen die Ackerflächen, die für Tierfutter verwendet werden, für die Ernährung der Bevölkerung.

### An die Gesundheit denken

Schlechte Ernährung ist ein bedeutender Risikofaktor für Diabetes, Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dabei ist es gar nicht schwer, sich gesund zu ernähren: Abwechslungsreich essen, überwiegend pflanzliche Nahrung wie Kartoffeln, Getreide, viel Obst und Gemüse wählen, dagegen Fleisch, Wurst und Fisch, stark fetthaltige Milchprodukte, Zucker, Salz und Fett nur in Maßen zu sich nehmen.

### Abfälle sind weggeworfene Rohstoffe

Rund die Hälfte aller produzierten Lebensmittel wird nicht aufgegessen, sondern weggeworfen. Das führt auch dazu, dass zehn Prozent der weltweiten klimaschädlichen Emissionen dadurch entstehen, dass Lebensmittel produziert werden, die nicht gegessen, sondern auf ihrem Weg vom Acker zum Teller weggeworfen werden.

JAN FEBR MÄRZ APRIL MAI JUNI JULI AUG SEPT OKT NOV DEZ

- Lagerung
- Freiland
- Geschützter Anbau
- beheiztes Gewächshaus
- unbeheiztes oder schwach beheiztes Gewächshaus

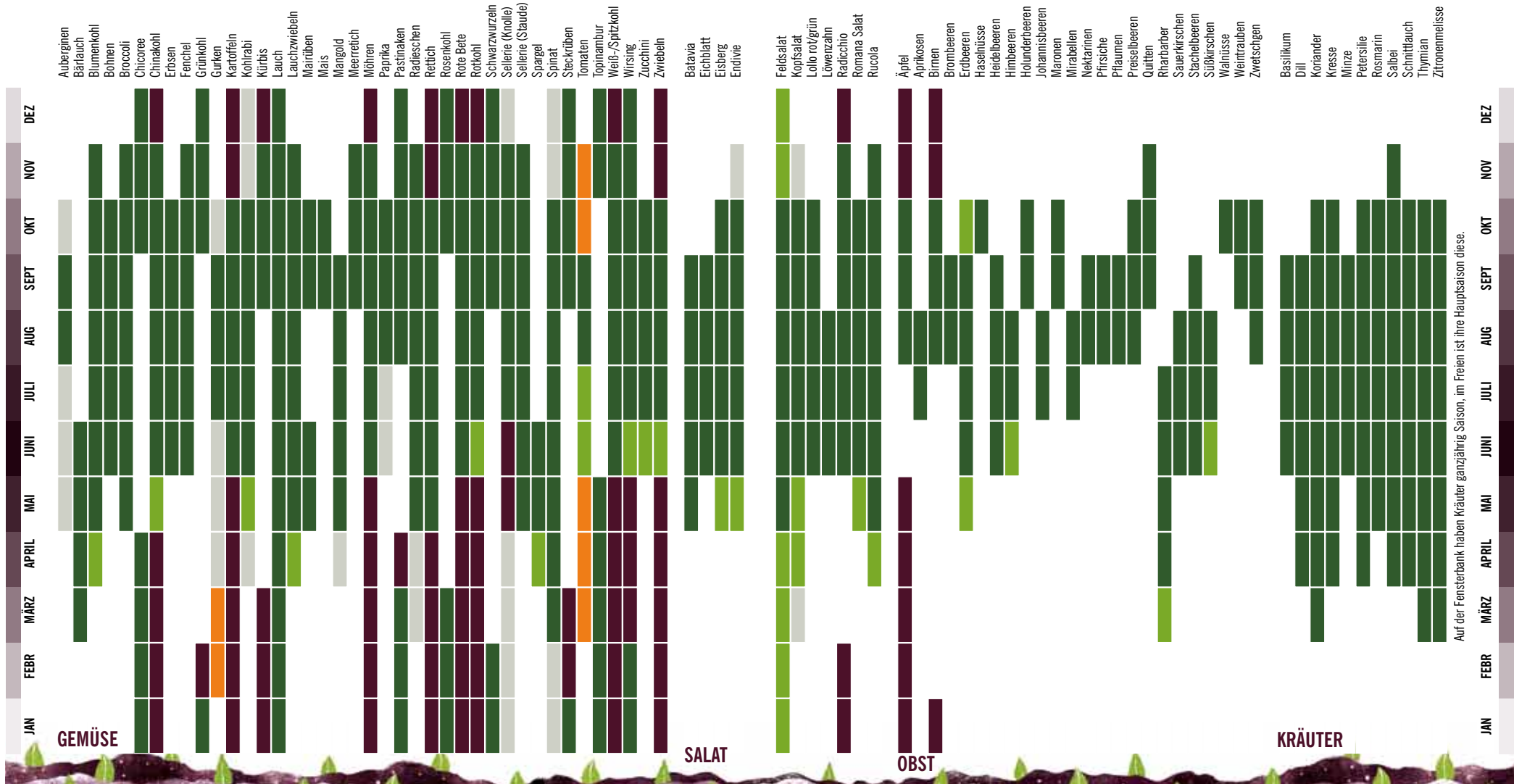
Saisonales Gemüse ist nicht nur schmackhafter und umweltschonender, sondern auch meist billiger als herbeigelegenes Gemüse außerhalb der Saison. Und: Gutes Essen gibt's direkt in Ihrer Nähe! Kaufen Sie Obst und Gemüse zur richtigen Jahreszeit aus Ihrer Region, denn generell gilt: Je weniger Transport und Lagerung, desto besser die CO<sub>2</sub>-Bilanz. Einzige Ausnahme: beheizte Gewächshäuser. Diese haben mit Abstand die stärkste Klimawirkung. Deshalb von Gemüse aus diesen am besten ganz die Finger lassen und sich im Zweifel lieber für Produkte aus ungeheizten Gewächshäusern aus einem südlicheren Land entscheiden.

## Saisonkalender Dieses abreißbare Monatslineal hilft Ihnen bei der Suche nach der richtigen Zeile.



## Dressings Rezepte für 4 Personen

Frühlingsdressing		Apfel-Essig-Vinaigrette		Mittelmeer-Vinaigrette		Asia-Dressing	
Kerbel	1 Bund	Zwiebel	1 Stück	Knoblauchzehe	1 Stück	frischer Ingwer	20 g
Dickmilch	200 g	glatte Petersilie	1 Bund	Thymian	2 Zweige	Koriander	2 Stiele
Sahne	5 EL	Zitronensaft	1 EL	weißer Balsamico	2 EL	saure Sahne	150 g
weißer Balsamico	3 EL	Apfelmilchsauce	1 EL	Limettensaft	2 EL	Sojasoße	1 EL
Limette	1 Stück	Sonnenblumenöl	8 EL	Olivenöl	6 EL	Zitronensaft	3 EL
Salz, Pfeffer		Salz, Pfeffer		Salz, Pfeffer		Salz, Pfeffer	



**In der Gastronomie gibt es ein gemeinsames Ziel:**  
*Die Gäste sollen zufrieden sein.*

Beim Essen bedeutet dies, es muss schmecken! Dazu gehört eine professionelle und geschickte Präsentation, damit auch alle etwas finden, was zu ihnen passt. Kleinen und großen Gästen, Allergikern, Menschen mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen schmecken nun mal verschiedene Speisen. Immer häufiger soll darüber hinaus die Erwartung der Gäste an ökologische und klimafreundliche Qualität erfüllt werden. Hierfür braucht es in den Küchen die passenden Rahmenbedingungen in Bezug auf die technische Ausstattung und die Qualifikation der Mitarbeitende. Gelingende Versorgung mit Speisen und Getränken findet daher in einem Spannungsfeld von handwerklicher Qualität, nachhaltigem Wirtschaften und professioneller Kommunikation nach innen und außen statt.

Der Deutsche Evangelische Kirchentag hat es sich zum Ziel gesetzt bis 2019 auf eine ökofaire Lebensmittelbeschaffung umzustellen. Die Gründe hierfür finden sich vor allem in ethischen Überlegungen (siehe hierzu kirchentag.de/verpflegung). Aber auch aus handwerklichem Blickwinkel gibt es viele gute Gründe, die Nahrungsmittel besonders sorgfältig auszuwählen: Für schmackhaftes Obst, Gemüse und Getreide greifen die Köchinnen und Köche der gehobenen Gastronomie zunehmend auf zertifizierte Bioqualität zurück, weil die Aromen typischer sind und die Ergiebigkeit höher ist. Die Produkte wachsen langsamer und sind dadurch in der Textur dichter. Innerhalb der Saison stehen diese Lebensmittel auch für die Gemeinschaftsverpflegung zu Preisen zur Verfügung, die sich nur wenig von denen konventioneller Produkte unterscheiden. Das eigentlich Interessante aber ist, dass sich hiermit Speisen realisieren lassen, die mit einem deutlich niedrigeren Fleischanteil auskommen und gleichzeitig für die Gäste spürbar abwechslungsreicher sind als die überlieferte Hausmannskost. Auf diese Weise lässt sich die unter Nachhaltigkeitsüberlegungen geforderte Reduktion des Fleischkonsums ohne erhobenen Zeigefinger umsetzen oder sogar mit einer deutlichen Verbesserung des Speiseangebotes realisieren.





Ob ein Essensangebot als attraktiv empfunden wird, hängt ganz wesentlich von seiner Präsentation ab. Es soll dem Gast zugleich die Möglichkeit geben, Speisen selbst auszuwählen und zu kombinieren und die ganze mögliche Speisefolge abbilden. Denkbar wäre: Eine Suppe zum selbst nehmen, mehrere Salate, sowohl fertig komponiert als auch roh mit verschiedenen Dressings, werden bereitgestellt. Die Hauptspeise mit ihrem namensgebenden Hauptbestandteil, einer Sättigungsbeilage und mehreren Saucen bilden den Kern des Angebots. Ein Dessert, das im einfachsten aber durchaus attraktiven Fall aus einem großen Obstkorb bestehen kann, rundet das Ganze ab.

Ein solches Speisenangebot wirkt für den Laien aufwändig – und damit hochattraktiv, für den Profi aber birgt es eine ganze Reihe von spürbaren Synergien im Alltagsbetrieb.

Welche Komponenten am häufigsten gewählt werden, kann durch die Reihenfolge des Büfett-Aufbaus beeinflusst werden. Was die Gäste zuerst sehen, werden sie wählen, wenn es sie anspricht. Mit dem Ziel, den Fleischkonsum zu verringern, wurde bei der Verpflegung der Helferinnen und Helfer während des Hamburger Kirchentages diese Komponente erst nach den pflanzenbasierten Speisen angeboten.



Damit wurde die Logik durchbrochen, die in vielen Kantinen und Mensen zu beobachten ist: an der Essensausgabe, die dem Eingang am nächsten ist, gibt es das Fleischgericht, das vegetarische Angebot kommt als Letztes. Beim Kirchentag war also das vegetarische Essen Nummer 1.

Der Aufbau entsprechend der klassischen Prinzipien eines Menüs entlang der Bewegungsrichtung der Gäste führte zu einer erhöhten Anwahl kalter und warmer – rein vegetarischer – Vorspeisen, ohne dass die Gäste das Fleisch vermissten. Das führte ohne Moralisieren zu einer nachweisbaren Verbesserung der CO<sub>2</sub>-Bilanz.

**10 %**  
Sonstiges

**5 %**  
Personalentwicklung

**10 %**  
Steuerung

**28 %**  
Produktionspersonal



## Kleinere Brötchen backen. *Zum Wohle der Gäste und des Betriebs.*



80 % Bio bei 1,20 € Wareneinsatz je warme Mahlzeit ist möglich.

Nicht selten wird der Umstieg auf ökologische Speiseangebote mit dem Argument gescheut, ökofaire Lebensmittel seien zu teuer. Es gibt jedoch Möglichkeiten, auch im Rahmen des bestehenden Budgets, Verpflegung nach ökologischen Kriterien anzubieten. Grundsätzlich kann ein umfangreicheres, hochwertigeres Speisenangebot zu verbesserten betriebswirtschaftlichen Ergebnissen führen. Zufriedene, regelmäßig wiederkehrende Gäste führen zu stabileren Umsätzen – nicht selten sind sie sogar bereit, für ein hochwertiges Angebot auch etwas mehr zu bezahlen. Die Hochwertigkeit bemisst sich häufig daran, ob sie sich individuell wahrgenommen fühlen.

Ein höherer Umsatz nützt aber nur dann, wenn das einzelne Produkt so kalkuliert ist, dass die Einnahmen die Ausgaben übersteigen. Es lohnt sich, eine professionelle Kalkulation der Speisenangebote vorzunehmen. Dabei ergeben sich nach den jüngsten Studien zur Gemeinschaftsverpflegung (Arens-Azevedo, 2014) Wareneinsätze, die nur knapp über einem Euro je warmer Mahlzeit liegen und trotzdem einen Bioanteil von bis zu 80 Prozent aufweisen. Dies lässt sich allerdings nur erreichen, wenn die Fertigungstiefe vor Ort deutlich erhöht wird. Die Wertschöpfung findet dann in der Küche und nicht in der Convenience-Fabrik statt.

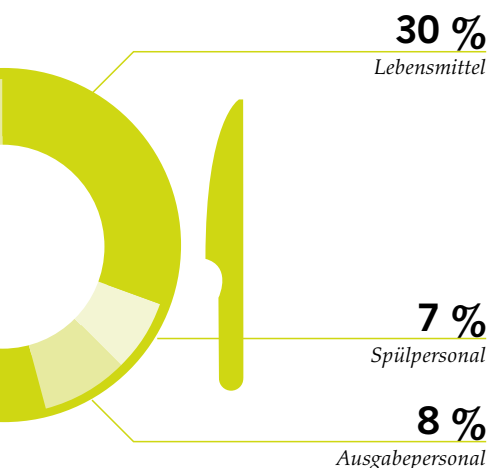
Diese Ergebnisse können erzielt werden, wenn der Fleischkonsum an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) ausgerichtet wird. Das heißt für die Praxis, einen Speiseplan mit Schwerpunkt auf pflanzenbasierten Rohstoffen zu gestalten und saisonal Ware aus der Region einzukaufen. Fleisch wird durch hochwertigeres, dabei kostengünstigeres Gemüse, Getreide und Obst ersetzt. Die aromatische und handwerkliche Vielfalt dieser Lebensmittel verbessert gleichzeitig die Akzeptanz bei den Gästen. Durch eine fachgerechte, moderne Präsentation mit Selbstbedienungselementen wird die doppelte Speiseplangestaltung mit Wahlessen hinfällig, denn das Angebot in Form eines Büfets bietet offenkundig eine viel größere Bandbreite an Wahlmöglichkeiten.

Die Kosten werden außerdem gesenkt, weil weniger Lebensmittel weggeworfen werden. Die Gäste nehmen sich genau so viel, wie sie selbst essen möchten und können auch nachholen. Die Erfahrung zeigt, dass dann die Hürde, Essen wegzwerfen deutlich höher ist, als wenn das Gericht bereits auf dem Teller ist, wenn man ihn in Empfang nimmt.

Überdacht werden kann auch die Größe der angebotenen Speise-Elemente. Je größer das Brötchen, desto mehr Belag wird dazu gewählt, was den Fett- und Zuckerkonsum erhöht. Attraktiver als große Weißmehlbrötchen sind Vollkornbrötchen, wenn sie aromatisch mit Sesam, Sonnenblumenkernen oder anderen Saaten bestreut sind. Der Gast will die Auswahl und lieber mehrere Sorten probieren, und ist daher auch mit kleineren Brötchen zufrieden. Es gibt also eine Synergie zwischen den Wünschen der Gäste, einer nachhaltigen und gesünderen Ernährung sowie einer betriebswirtschaftlich klugen Gestaltung.

Abschließend kann die Tellergröße überprüft werden. Kleinere Tellerdurchmesser führen nachweislich zu geringeren Speiseabfallmengen. Alle Arten von Selbstbedienungsbüfets ermöglichen schließlich eine Verlagerung der Arbeit vom „Auskellen“ zum Produzieren. Die Speisen werden mit hochwertigeren Rohstoffen in der eigenen Küche selbst hergestellt, was zu niedrigeren Wareneinstandskosten (oder einer höheren Qualität) führt, allerdings eine entsprechende Qualifikation bei allen Beteiligten voraussetzt.

Typische Kostenverteilung einer warmen Mahlzeit in der Gemeinschaftsverpflegung (Quelle: *esscooltur*):





## Vergesst die Gastfreundschaft nicht. *Durch sie haben manche, ohne es zu wissen, Engel beherbergt.* Hebräer 13.2

Je vielfältiger und abwechslungsreicher heute Speisen angeboten werden und je authentischer sie unter Berücksichtigung von Jahreszeiten, Anlässen und regionalen Besonderheiten dem Gast nahegebracht werden, desto höher ist die Anerkennung, die dem Küchenpersonal gezollt wird und desto mehr Freude macht die Arbeit dort. Allerdings ist moderne Gemeinschaftsverpflegung eine äußerst anspruchsvolle Aufgabe. Berücksichtigt man die Anforderungen durch aktuelle Erkenntnisse aus den Bereichen Gesundheit, Ökologie, Wirtschaftlichkeit und der jeweiligen Esskultur, kommt niemand um regelmäßige Fortbildungen herum. Die tradierten Ausbildungssysteme bauen nur allmählich diese Themen in ihre Lehrpläne ein. Wer die Marke des eigenen Tagungshauses in der eigenen Küchen-Crew etablieren will, kommt um professionelle Teamentwicklung nicht herum.

Es ist bekannt, dass missionarische Versuche bei Ernährungsgewohnheiten vergeblich sind. Die sicherste Methode, junge Menschen zum Beispiel in Bezug auf vegetarische Speisen zu vergraulen, besteht darin, sie penetrant von deren Gesundheitsförderlichkeit überzeugen zu wollen. Deshalb ist von Bezeichnungen in Speisekarten wie „vegetarische Alternative“ abzuraten. Das gilt auch für allgemeine Bezeichnungen wie „Gemüse“, „Obst“ oder für Fantasiebezeichnungen, wie zum Beispiel „Pinocchio-Pizza“.

Sowohl ökologische und ernährungsphysiologische als auch ökonomische Gründe sprechen für eine Verminderung der Fleischanteile. In den Speisekarten und auf dem Tisch gelingt dies aber nur erfolgreich, wenn davon nicht aufdringlich geredet wird, sondern stattdessen Angebote wie beschrieben aufgetischt werden und zwar als „Essen Nummer 1“. Der Zugang zu diesen Speisen wird dem Gast leicht gemacht, indem sie bequem als erstes zu erreichen sind.

Das Grundprinzip des Handelns ist und bleibt die konsequente Gastorientierung und damit die konsequente Einhaltung der Rolle als Gastgeberin oder Gastgeber. Für eine gelingende Bewirtung bedarf es deshalb eines ausgefeilten Kommunikationssystems mit dem Gast. Schilder wie aus dem Straßenverkehr mit „Stop“, „Hier entlang“, „Durchgang verboten“ sind nicht förderlich. Um den Speisenbereich, das Refektorium im eigentlichen Sinne des Wortes, als Kraftquelle zu etablieren, ist auch hier eine professionelle Führung der Gästeströme erforderlich, die die Leitlinien des Hauses angemessen widerspiegelt. In der Praxis sind Einrichtungen erfolgreicher, die mit Menschen statt mit Schildern zur Verfügung stehen und damit den Aufenthalt angenehm machen. Gäste wollen vom Gastgebenden nicht gemaßregelt werden, sondern lieber Geschichten der Produktion und Zubereitung der eingesetzten Lebensmittel hören. Sie wollen wissen, wo die Zutaten herkommen, ob sie auch selbst beim Lieferanten vorbeischaun können, vielleicht sogar dort einkaufen. Auf diese Weise bereichert nach Hause zurückgekehrt, können sie diese Geschichten selbst weitererzählen.



## Erinnert sei an das Motto des Kirchentages 2013: *„Soviel du brauchst“.*

Aber wieviel braucht der oder die Einzelne, der Gast wirklich? Und wenn das klar ist, wie gelingt dann der Schritt vom Konzept zur Praxis?

Diese Broschüre enthält eine Vielzahl an konkreten Hinweisen, die Mut machen sollen, sich Unterstützung zu suchen, Fortbildungen und Beratung in Anspruch zu nehmen, Partnerinnen und Partner zu finden und vor allem anzufangen. Professionelles Handeln bedeutet immer nachhaltiges Handeln. Die Berücksichtigung ökologischer Rahmenbedingungen und die Einhaltung von Sozialstandards bei der Beschaffung ergeben nur Sinn, wenn sie auch kaufmännisch nachhaltig organisiert sind.

Beim Umgang mit Lebensmitteln gibt es hier keine Zielkonflikte. Die ethisch erwünschten Produkte, die besten Produkte aus der Sicht der handwerklichen Köchinnen und Köche und hochwertige Arbeitsplätze, die Spielraum für kreatives Handeln lassen, sind die gemeinsam tragenden Säulen zeitgemäßer und nachhaltiger Verpflegungskonzepte, damit alle Menschen – auch die nächste Generation – gut zu essen haben – „so viel sie brauchen“.



## Bis 2019 „100 Prozent regio – öko – fair“

Der Kirchentag ist in puncto Ernährung schon seit langem ökologisch und fair unterwegs. Mit dem „Gläsernen Restaurant“ gibt es bereits seit den 80er Jahren ein öko-faires Mittagsangebot. Ein Naturkostmarkt, wo Besucherinnen und Besucher an einzelnen Ständen Bio-Essen kaufen können, kam in den 90ern hinzu. Auch beim Frühstück ermutigt der Kirchentag schon seit vielen Jahren die Betreuerinnen und Betreuer der Gruppenunterkünfte, Bio-Produkte einzukaufen.

Die Verpflegung der Teilnehmenden und Mitwirkenden des Kirchentages ist aufgrund der großen Lebensmittelmengen ein sehr relevanter Bereich für Umwelt- und Klimaeffizienzmaßnahmen. Immerhin geht es hierbei pro Kirchentag um insgesamt rund 600.000 Mahlzeiten. Flankierend hat der Kirchentag 2012 das Projekt KleVer ins Leben gerufen. Langfristig angelegt soll dieses Projekt dazu beitragen, nicht nur die Veranstaltung Kirchentag selbst so ressourcenschonend wie möglich zu organisieren, sondern Teilnehmende und Kirchentagsinteressierte aktiv in das Projekt einzubinden und sie zu motivieren, auch im Alltag klimafreundlich einzukaufen und zu essen.

Im Blick des Projekts sind aus diesem Grund alle Verpflegungsbereiche der Gesamtveranstaltung: Sitzungsbetreuung, Helferinnen und Helfer, Teilnehmende und Hotels. Wichtig für den Erfolg ist, der Bandbreite an Geschmäckern gerecht zu werden und die Erfordernisse der jeweiligen Zielgruppe zu berücksichtigen. Um die Verwendung von ökologischen und fairen Lebensmitteln in der Frühstücksversorgung in den Gemeinschaftsquartieren zu fördern, gibt der Kirchentag gegen Nachweis einen höheren Zuschuss pro Teilnehmenden-Frühstück als beim konventionellen Frühstück. Dadurch hat die Frühstücksverpflegung in den Gemeinschaftsunterkünften mittlerweile einen Bio-Anteil von 79,9 Prozent erreicht.

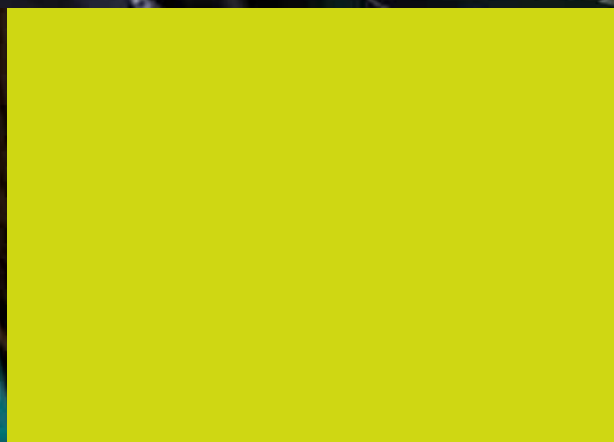
Die neu gestaltete Helferverpflegung mit Salatbar und Nudeltheke rückte das vegetarische Essen in den Vordergrund („Vegetarisch ist das Essen 1“), erweiterte die Bandbreite und führte allein hierdurch zu weniger Fleischverbrauch und einer positiven Resonanz auf das Projekt. Auch Kaffee und Tee stammten zu 97 Prozent bzw. zu 89,8 Prozent aus biologischem Anbau und fairem Handel.



Aber es ist noch mehr möglich! Ein vom Kirchentags-Präsidium beauftragter Fachausschuss macht es sich seit 2013 zur Aufgabe, den gesamten Ernährungsbereich auf eine öko-faire Lebensmittel-Beschaffung umzustellen. Zu „100 Prozent regio – öko – fair“ ist es noch ein weiter Weg. Bis 2019 soll dieses Ziel in den selbst verantworteten Bereichen wie Geschäftsstellen-, Sitzungs- und Helferverpflegung erreicht sein. Dieser Anspruch wird auch gegenüber gastgebenden Kirchengemeinden, Messen oder Hotels geltend gemacht.



**TUT  
DEM  
KLIMA  
GUT** ++



### NACHSEHEN IM NETZ:

Arbeitsgemeinschaft ökologischer Landbau: AGÖL e.V. [www.agoel.de](http://www.agoel.de)  
Bioland: [www.bioland.de](http://www.bioland.de)  
Biospitzenköche: [www.oekolandbau.de/verbraucher/biospitzenkoeche](http://www.oekolandbau.de/verbraucher/biospitzenkoeche)  
Bundesverband ökologischer Lebensmittelwirtschaft: [www.boelw.de](http://www.boelw.de)  
Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft: [www.was-wir-essen.de](http://www.was-wir-essen.de)  
Demeter e.V.: [www.demeter.de](http://www.demeter.de)  
Informationen zum fairen Handel: [www.fair-feels-good.de](http://www.fair-feels-good.de)  
Ministerium für den Ländlichen Raum und Verbraucherschutz: [www.bio-aus-bw.de](http://www.bio-aus-bw.de)  
Naturland e.V.: [www.naturland.de](http://www.naturland.de)  
Ökologische und faire Beschaffung im Bereich der Kirchen: [www.zukunft-einkaufen.de](http://www.zukunft-einkaufen.de)

### UNTERSTÜTZUNG FINDEN IN BÜCHERN:

Balz, J. et al. (2009):  
Das Klimakochbuch, Stuttgart.  
Schwerpunkt klimafreundlich und regional einkaufen, energiesparend zubereiten

Bayrisches Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz:  
Essen für den Klimaschutz, Ausstellung, München.

Bioland (Hrsg.):  
Klimaschutz & Biolandbau in Deutschland.  
Die Rolle der Landwirtschaft bei der Treibhausgasminderung,  
kostenloses Download: [www.bioland.de/ueber-uns/bioland-themen/klimaschutz.html](http://www.bioland.de/ueber-uns/bioland-themen/klimaschutz.html)

Böll-Stiftung(Hrsg.)(2013 und 2014):  
Fleischatlas – Daten und Fakten über Tiere als Nahrungsmittel;  
Download und Bestellung: [www.boell.de/Fleischatlas](http://www.boell.de/Fleischatlas)

Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft e.V. (Hrsg.)(2009):  
nachgefragt: 28 Antworten zum Stand des Wissens rund um Öko-Landbau und Bio-Lebensmittel;  
[www.boelw.de/fileadmin/alf/28-bioargumente.pdf](http://www.boelw.de/fileadmin/alf/28-bioargumente.pdf)

Denkschrift des Rates der EKD (2009):  
Umkehr zum Leben. Nachhaltige Entwicklung im Zeichen des Klimawandels  
[www.ekd.de/download/klimawandel.pdf](http://www.ekd.de/download/klimawandel.pdf)

Haas, Geier, Schulz & Köpke (1995):  
Vergleich konventioneller und organischer Anbau – Teil I: Klimarelevante Kohlendioxid-Emissionen durch den Verbrauch fossiler Energie. Beiträge über Landwirtschaft 73.

Kreutzberger, Stefan; Thun, Valentin (2011):  
Die Essensvernichter, Köln.  
Film zum Buch: [www.tastethewaste.com](http://www.tastethewaste.com)

Öko-Institut (2005):  
BMBF- Forschungsprojekt „Ernährungswende“,  
Diskussionspapier Nr.7: Umweltauswirkungen von Ernährung – Stoffstromanalysen und Szenarien.

Pini, Udo (2014):  
Das Bio-Food Handbuch. Potsdam.  
(sehr gutes aktuelles Nachschlagewerk und kritischer Ratgeber rund um Bioprodukte und alles, was thematisch/politisch damit zusammenhängt)

Pollan, Michael (2014):  
Kochen – Eine Naturgeschichte der Transformation.  
Antje Kunstmann-Verlag, München.

Schinharl, Cornelia; Görlach, Martina (2010):  
Biokisten-Kochbuch, Stuttgart.  
(saisonal einkaufen ohne Flugware, abwechslungsreiche vollwertige vegetarische Gerichte)

von Koerber, Männle & Leitzmann (2004):  
Vollwerternährung – Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung, Stuttgart.

„Das Kochen verwandelt nicht nur Pflanzen und Tiere. Es verwandelt auch uns – von bloßen Konsumenten in Produzenten.“ (Pollan 2014)

von Koerber, Kretschmer & Schlatzer:  
Empfehlungen für eine klimaschonende Ernährung in aid, Ernährung im Focus 7-05/07

von Koerber & Hohler (2012):  
Nachhaltig genießen - Rezeptbuch für unsere Zukunft, Stuttgart.

Wagenhofer, Annas (2006):  
We feed the World.  
Das Buch zum Film, Freiburg

Zölls, Doris; Zirkelbach, Christof & Barbara Proske (2011):  
Meisterliche Zen-Rezepte, München.  
(ganzheitliche Sicht auf alle Aspekte von Produktion und Essen)

zu Löwenstein, Felix (2011):  
Food Crash. Wir werden uns ökologisch ernähren oder gar nicht mehr, München.

### **MITERLEBEN IN FILMEN AUCH ZUR MITARBEITERMOTIVATION UND -SCHULUNG:**

Das Gläserne Restaurant des Kirchentages:  
[youtu.be/UBN2dpIKIYY](https://youtu.be/UBN2dpIKIYY)

Zum Thema industrielle Massentierhaltung der Kurz-Trickfilm „Meatrix“:  
[www.thematrix.com/intl/germany](http://www.thematrix.com/intl/germany)

The Story of Stuff zeigt wie Produktion, Konsum und  
Umweltverschmutzung weltweit zusammenhängen:  
[www.storyofstuff.org](http://www.storyofstuff.org)

Film über die Küche der Ev. Akademie Bad Boll:  
[youtu.be/-CZwQsPIBpw](https://youtu.be/-CZwQsPIBpw)

Zum Thema Klimawandel und Konsum „die Rechnung“:  
[youtu.be/EmirohM3hac](https://youtu.be/EmirohM3hac)

Zum Thema Artenvielfalt am Beispiel der Bienen:  
[www.morethanahoney.senator.de](http://www.morethanahoney.senator.de)

Zum Thema „Hunger und industrielle Nahrungsmittelproduktion“:  
[we-feed-the-world.at](http://we-feed-the-world.at)

Der Bauer, der das Gras wachsen hört:  
[youtu.be/7Jkn7I09aXc](https://youtu.be/7Jkn7I09aXc)

Zum Thema Lebensmittelvernichtung:  
[www.tastethewaste.com](http://www.tastethewaste.com)

### **HILFESTELLUNGEN FÜR PRODUKTRECHERCHEN UND BETRIEBSUMSTELLUNG GEGEBENENFALLS ÜBER:**

für Bioland:  
[www.bioland.de/infos-fuer-verbraucher/bioland-adressen.html](http://www.bioland.de/infos-fuer-verbraucher/bioland-adressen.html)

für Demeter:  
[www.demeter-bw.de/einkaufen](http://www.demeter-bw.de/einkaufen)

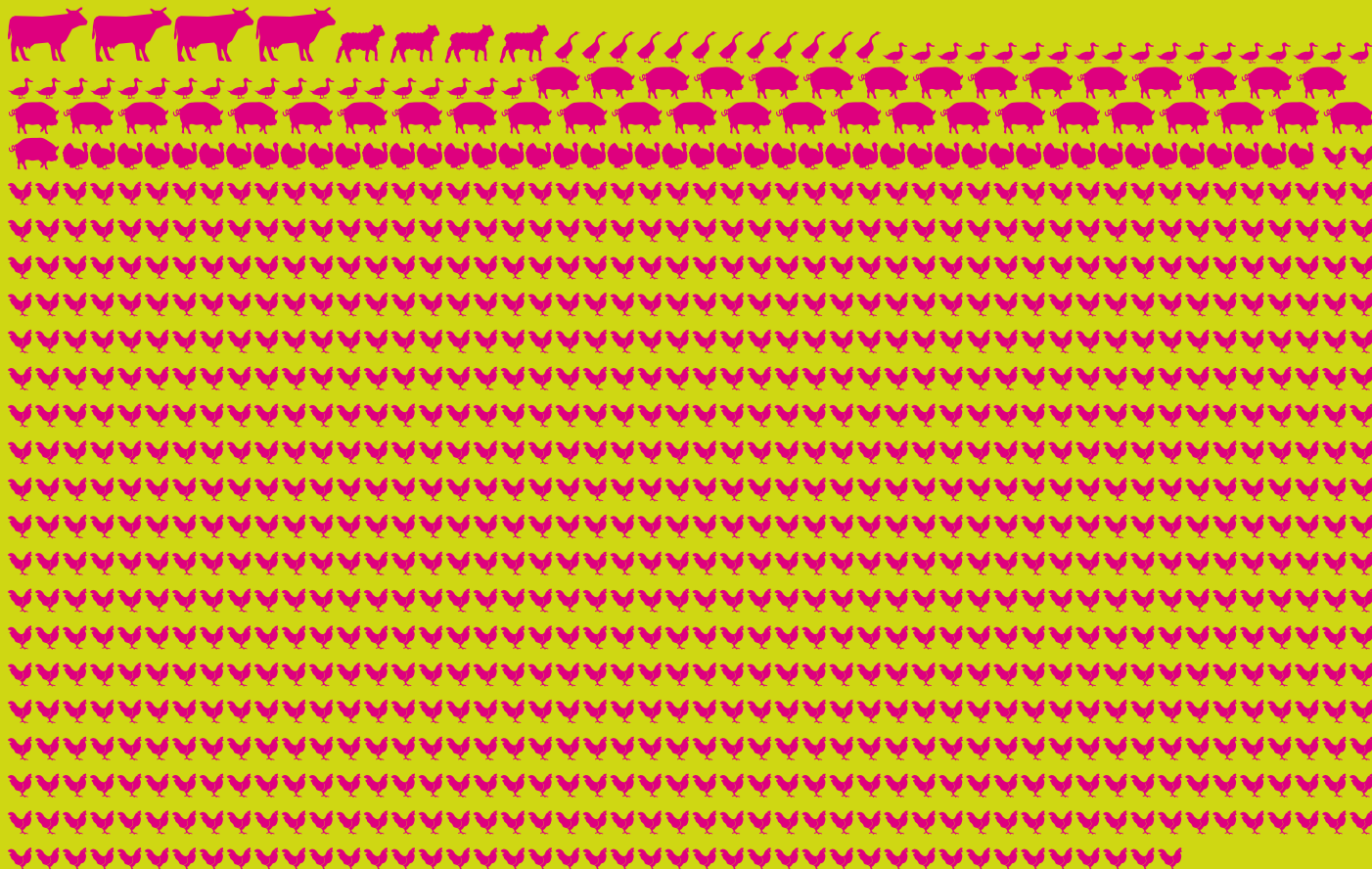
für Naturland:  
[www.naturland.de/einkauf.html](http://www.naturland.de/einkauf.html)

[www.stuttgart-lebt-bio.de](http://www.stuttgart-lebt-bio.de)  
[www.oekolandbau.de/verbraucher/einkaufen/einkaufsfuehrer/baden-wuerttemberg](http://www.oekolandbau.de/verbraucher/einkaufen/einkaufsfuehrer/baden-wuerttemberg)

Die App zum Gläsernen Restaurant  
Laden Sie sich die Rezepte App „Gläsernes Restaurant“  
auf Ihr mobiles Endgerät für iOS und Android oder unter  
[kirchentag.de/verpflegung](http://kirchentag.de/verpflegung)

## „Soviel du brauchst“<sup>2. Mose 16,18</sup> *so lautete die Losung des 34. Deutschen Evangelischen Kirchentages in Hamburg 2013*

*Ein deutscher Konsument hat im Laufe seines Lebens durchschnittlich 1.094 Tiere auf dem Teller – 945 Hühner, 46 Puten, 46 Schweine, 37 Enten, 12 Gänse, sowie je vier Rinder und Schafe. (Quelle: VEBU e.V.).*



Wir möchten die Verantwortlichen für den Einkauf sowie die Köchinnen und Köche nicht nur in Tagungshäusern und Großküchen, sondern auch in Messegastronomie und Hotellerie anregen und darin unterstützen, Schritt für Schritt Einkaufs-, Produktions- und Gestaltungsgewohnheiten zu hinterfragen und umzustellen. Dabei schöpfen wir auch aus unserer Erfahrung in der Organisation der Großveranstaltung Kirchentag. Die globalen wie nationalen Herausforderungen – Klimawandel, Ressourcenknappheit, Biodiversität, das Sterben der Meere – machen eine „große Transformation“ auch und gerade im Bereich Landwirtschaft und Ernährung notwendig. Großküchen können durch die aktive, „fordernde“ Nutzung ihrer Einkaufsmacht, durch die Gestaltung der Speisepläne und die Begeisterung der Gäste und Mitarbeitende diesen Wandel in Richtung Nachhaltigkeit und Schöpfungsbewahrung tatkräftig (und kostengünstig!) unterstützen.

Dieser Leitfaden soll motivieren, den Klimaschutz auch im Bereich Ernährung zu entdecken und neue Wege einer klimaeffizienten wie wohlschmeckenden Esskultur auszuprobieren.

Da schließt sich die Losung des Stuttgarter Kirchentages 2015 „damit wir klug werden“ (Psalm 90,12) gut an.



Ihr Ansprechpartner  
Christof Hertel  
Stabsstelle Umwelt

Telefon 0711 69949-240  
Telefax 0711 69949-300

[umwelt@kirchentag.de](mailto:umwelt@kirchentag.de)

**TUT  
DEM  
KLIMA  
GUT**

[kirchentag.de/verpflegung](http://kirchentag.de/verpflegung)