

12. Juni 2007, 11:54 Uhr

ERNÄHRUNG

## Weniger Fleisch zugunsten des Klimawandels

Jetzt sollen die umweltschädlichen Bestandteile vom Speiseplan des bewusst lebenden US-Bürgers verbannt werden. Mit der „Diät gegen globale Erwärmung“ wollen die Kalifornier nicht nur den überflüssigen Pfunden, sondern auch den klimasündigen Faktoren im Essen zu Leibe rücken.



Hamburger im XXL-Format - das muss nicht sein

Foto: stockfood

„Die Forschung zeigt, dass die Wahl unserer Lebensmittel genau so positiv wirken kann wie Hybrid-Autos oder Energiesparlampen“, sagt Eugene Cordero, Meteorologie-Professor in San José und Miterfinder der Diät.

Wenn Nahrung auf dem Teller der Menschen gelandet ist, erläutern Cordero und die Köchin Laura Stec, ist sie schon industriell verarbeitet, verpackt und transportiert worden. All diese Vorgänge verbrauchen Energie. Eine Studie der Abteilung für Geophysik der Universität Chicago aus dem Jahr 2006 zeigt, dass die Lebensmittelherstellung in den USA 17 Prozent des Verbrauchs an fossilen Energien ausmacht. Ein Bericht der UNO aus demselben Jahr zeigt obendrein mit dem Finger auf den Fleischverzehr: weltweit sind demnach Nutztierherden für 18 Prozent des Treibhauseffektes verantwortlich.

Die Antwort von Stec und Cordero ist denkbar einfach: lokal hergestellte Produkte essen, biologischen Anbau bevorzugen, der jahreszeitlichen Produktion folgen, durch Großeinkäufe weniger Verpackung verbrauchen und einige Lebensmittel selber herstellen. Fleisch sollte immer seltener auf dem Einkaufszettel stehen: „Die Rinder in den USA werden größtenteils mit Mais ernährt, ein Getreide, das sehr viel Kohlendioxid erzeugt“, weiß Stec. „Mais laugt den Boden aus und erfordert große Mengen an Dünger“, fügt Cordero hinzu.

Konkrete Rezepte gibt es auch. So hat Stec eine Gemüsepfanne mit grünem Tee, Tofu, Naturreis und Gerste entwickelt oder auch Crostini mit Freilandrindfleisch auf einem Bett von Rauke und grünem Pfeffer. Das Ganze sei keine überdrehte Modeerscheinung, versichert Stec, sondern lediglich „eine Rückkehr zu den Wurzeln, zu den Zeiten, als wir auf unsere Nahrung achtgaben, sie wertschätzten und auch noch etwas Zeit darauf verwendeten, sie selber vorzubereiten“.

Angesichts der grassierenden Fettleibigkeit in den USA und der Sorge vieler Menschen um schlanke Linie und Gesundheit glauben die beiden Experten, dass sie nicht nur die fortschrittlichen Kalifornier, sondern auch die gesamten USA überzeugen können. Vor allem das Umweltargument solle diejenigen überzeugen, „die noch zwischen einem billigen Hamburger und Vollwertmüsli oder Gemüse zögern“, zeigt sich Stec optimistisch.

Besonders kostspielig dürfte die „Global Warming Diet“ auch nicht werden, meinen die beiden. „Bioprodukte sind nicht mehr übermäßig teuer, und vor allem, wenn sie Obst und Gemüse der aktuellen Jahreszeit essen, kosten sie weniger.“ Wer natürlich Kirschen oder Tomaten im Dezember essen wolle, der müsse einen saftigen Preis in Kauf nehmen – und ein Produkt, das mit dem Flugzeug aus Australien eingeflogen werden muss.

AFP/C

Anzeige



### PRIVATER VOLLSCHUTZ

Optimal absichern, entspannt zurücklehnen - mit dem VollMed Tarif der DKV schon ab € 191,28 mtl.!

[» Mehr Informationen](#)

- [20 Tage zu realen Marktbedingungen testen. Forex, CFD, Aktien bei der Synthesis Bank handeln.](#)
- [Mit den Dachfonds von DekaStruktur: 4 erreichen Sie ungeahnte Höhen. Jetzt aufsteigen](#)
- [Kultivierter Antrieb, innovative Technologie: Erleben Sie die Faszination Lexus IS.](#)

- Bis zu 9% Ausschüttung mit Geothermie. Investieren Sie in Zukunft und Rendite! [Infos hier.](#)