

# WER NICHTS WEISS, MUSS ALLES ESSEN



Eine ausgewogene, bewusste Ernährung beginnt bereits beim Lebensmitteleinkauf. Doch was und wie wir einkaufen, beeinflusst nicht nur unsere eigene Gesundheit, sondern hat auch weitreichende Auswirkungen auf die Umwelt und unseren Lebensraum. Dabei geht es um das Klima, um soziale und ökologische Standards, um die Haltungsbedingungen von Nutztieren und die Pflege unserer Kulturlandschaft. Wenn es um unsere Ernährung geht, spielt neben den Inhaltsstoffen der Lebensmittel also auch deren Herkunft eine tragende Rolle. Indem wir beim Lebensmitteleinkauf auf diese achten, können wir auf viele Bereiche unseres Umfeldes Einfluss nehmen. Der Verein *Land schafft Leben* klärt auf.

## WARUM IST REGIONALITÄT BEIM LEBENSMITTELEINKAUF WICHTIG?

Unsere Lebensmittel werden unter verschiedenen Bedingungen produziert. Dazu gehören etwa soziale und ökologische Standards oder Tierwohl. Diese sind häufig an gesetzliche Rahmenbedingungen des jeweiligen Produktionslandes geknüpft. Wer also in Österreich Lebensmittel produziert, muss sich an die in Österreich geltenden sozialen, ökologischen und Tierwohlstandards halten, die im internationalen Vergleich sehr hoch sind. Als österreichische Konsumentinnen und Konsumenten können wir die hohen Standards unserer Lebensmittelproduktion aktiv fördern, indem wir zu regionalen Produkten greifen. Unter diesem Aspekt fällt unter die „Region“ also ganz Österreich.

## WARUM IST SAISONALITÄT BEIM LEBENSMITTELEINKAUF WICHTIG?

Saisonal bedeutet gleichzeitig auch regional und umgekehrt. Denn wer heimische Lebensmittel einkauft, kauft automatisch nur das ein, was in Österreich gerade Saison hat. Das tut auch der Umwelt gut, denn Erdbeere, Tomate und Co. haben häufig lange Transportwege und einen hohen Ressourcenverbrauch hinter sich, wenn sie aus anderen Ländern importiert werden. Obst und Gemüse, das Saison hat, ist außerdem frischer und hat einen höheren Gehalt an Mikronährstoffen. Dieser nimmt durch den Transport beziehungsweise die oftmals lange Lagerung importierter Lebensmittel nämlich ab.

## WIE ERKENNE ICH DIE HERKUNFT VON LEBENSMITTELN?

Regional einzukaufen ist nicht immer so einfach, wie es auf den ersten Blick erscheinen mag, denn eine Pflicht zur Herkunftskennzeichnung gibt es in Österreich nur für Frischobst und -gemüse, verpacktes Schweine-, Schaf-, Ziegen- und Geflügelfleisch und für verpacktes sowie unverpacktes Rindfleisch. Auch das Herkunftsland von Olivenöl, Honig und Bioprodukten, sofern diese mit dem EU-Bio-Siegel versehen sind, muss auf der Verpackung angegeben werden.

Sobald ein Lebensmittel verarbeitet ist, muss dessen Herkunft nicht mehr ausgewiesen werden. Das gilt auch für die oben genannten. Ist der Salat gewaschen, das Grillfleisch gewürzt oder das Gemüse geschnitten, gilt dies bereits als Verarbeitungsschritt und eine Herkunftskennzeichnung ist nicht mehr notwendig. [Mehr dazu hier.](#)

## WAS BEDEUTET „HERGESTELLT IN ÖSTERREICH“?

„Hergestellt in Österreich“ ist eine freiwillige Angabe, die besagt, dass die Verarbeitung des Lebensmittels in Österreich erfolgt ist. Kommt die primäre Zutat des Produktes nicht aus Österreich, muss deren Herkunftsland zusätzlich auf der Verpackung angegeben werden. Ansonsten sagt „hergestellt in Österreich“ nichts über die Herkunft der Rohstoffe aus. Kommt der Mohn im Mohnstrudel – in diesem Fall die Primärzutat – also aus Österreich, das Mehl jedoch nicht, muss keine zusätzliche Angabe zur Herkunft des Mehls oder der restlichen Zutaten gemacht werden.

Für ähnliche Angaben wie „Abgepackt in Österreich“ oder „Abgefüllt in Österreich“ gilt diese sogenannte „Primärzutatenverordnung“ jedoch ebenso wenig wie für Zusätze wie „nach österreichischer Rezeptur“. All diese Angaben geben den Konsumentinnen und Konsumenten keine Auskunft darüber, woher die Zutaten in dem jeweiligen Lebensmittel stammen. [Mehr dazu hier.](#)

## IST BIO IMMER DIE BESSERE WAHL?

Die Produktion biologisch hergestellter Lebensmittel muss neben den allgemeinen gesetzlichen Rahmenbedingungen zusätzlich jenen zur biologischen Landwirtschaft auf EU- und Bundesebene entsprechen. Das gilt auch für Bio-Siegel von Handelsketten. Bio folgt also einem gewissen Regelwerk, das etwa den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln und Dünger, die Fruchtfolge auf dem Feld, die Tierhaltung und die Fütterung bestimmt. Das bedeutet jedoch nicht automatisch, dass Produkte aus konventioneller Landwirtschaft nicht ebenfalls Bio-Standard haben können. Neben einem etwaigen Bio-Siegel lohnt es sich also, auf weitere Informationen über die Produktionsbedingungen und die Herkunft des Lebensmittels zu achten.

Wird ein Bioprodukt importiert, muss dieses zwar den Vorgaben der EU-Bio-Verordnung entsprechen, nicht aber den in Österreich geltenden Sozialstandards. Diese schließen Bio-Zertifizierungen nämlich nicht mit ein. Kontrolliert wird beim Import vordergründig die Einhaltung der Grenzwerte bezüglich Rückständen auf Lebensmitteln. Wie tatsächlich produziert wird, lässt sich im eigenen Land am besten nachvollziehen.

## WAS BEDEUTEN TIERWOHLSIEGEL IN DER LEBENSMITTELPRODUKTION?

Fast jede Handelskette im Lebensmitteleinzelhandel führt eigene Tierwohlprogramme und auch NGOs, die sich für Tierschutz einsetzen, vergeben Tierwohl-Siegel. Der Begriff Tierwohl ist jedoch nicht rechtlich definiert, dementsprechend unterschiedlich sind die Standards, die hinter den einzelnen Marken und Siegeln stecken: Mehr oder weniger Platz im Stall, viel oder wenig Auslauf, längere oder kürzere Transportwege und so fort.

Generell kennzeichnet der Begriff Tierwohl aber jedenfalls bessere Haltungs- und Produktionsbedingungen, als die gesetzlichen Mindeststandards erfordern – und das sowohl bei konventioneller als auch biologischer Produktion.

## KANN MAN SICH BEIM LEBENSMITTELEINKAUF AUF SIEGEL VERLASSEN?

Im Supermarkt findet sich heute kaum ein Lebensmittel, das nicht mit einem Siegel ausgezeichnet ist. Siegel werden vom Staat oder von der EU vergeben, aber auch von Verbänden, NGOs, Interessensvertretungen, dem Handel und den Lebensmittelproduzentinnen und -produzenten selbst.

Ähnlich wie bei Bio und Tierwohl gilt auch hier: Es steckt ein gewisses Regelwerk dahinter, das sich von Siegel zu Siegel unterscheidet und für die Konsumentinnen und Konsumenten nicht immer auf den ersten Blick erkennbar ist. Ein Qualitätskriterium für Siegel ist jedenfalls die externe Kontrolle durch unabhängige Kontrollstellen. Diese ist bei staatlichen und EU-Siegeln jedenfalls gegeben. [Mehr dazu hier.](#)

## WAS STECKT HINTER DEM AMA-GÜTESIEGEL?

Das AMA-Gütesiegel regelt wesentliche Punkte bezüglich der Herkunft eines Lebensmittels. So darf etwa Fleisch nur dann das rot-weiß-rote AMA-Gütesiegel tragen, wenn das Tier in Österreich geboren, gemästet, geschlachtet und zerlegt wurde, Milch muss von österreichischen Kühen stammen und in einer heimischen Molkerei verarbeitet werden. Auch bei Eiern, Obst und Gemüse mit dem AMA-Gütesiegel handelt es sich um heimische Produkte.

Ein wenig anders ist es bei zusammengesetzten Lebensmitteln: Hier müssen die sogenannten wertbestimmenden Zutaten aus Österreich kommen, weitere Zutaten hingegen dürfen auch aus einem anderen Land stammen, wenn sie nicht mehr als ein Drittel des Endproduktes ausmachen und nicht in ausreichender Menge bzw. Qualität in Österreich verfügbar sind. Über die Herkunft hinaus entsprechen Produkte, die das AMA-Gütesiegel tragen, weiteren Qualitätskriterien, die je nach Lebensmittel variieren. [Mehr dazu hier.](#)

## WELCHE ROLLE SPIELEN REGIONALITÄT UND SAISONALITÄT IN DER GEMEINSCHAFTSVERPFLEGUNG?

1,8 Millionen Menschen essen täglich im Rahmen der Gemeinschaftsverpflegung, also zum Beispiel in einer Kantine. Dazu zählen auch rund 200.000 Schülerinnen und Schüler. Lange Zeit konnten staatliche Einrichtungen die in Österreich geltenden gesetzlichen Rahmenbedingungen, also soziale, ökologische und Tierwohlstandards, bei der Lebensmittelbeschaffung umgehen, indem die – häufig billigere – Ware aus dem Ausland gekauft wurde. Seit Juli 2021 gibt es strengere Bestimmungen. Öffentliche Einrichtungen müssen ihre Lebensmittel nun vermehrt aus der Region beziehen, und auch Saisonalität und Tierwohl sollen eine größere Rolle spielen. Das gilt jedoch bislang nur für solche Einrichtungen, die dem Bund unterstellt sind. Auf Landesebene bleiben Regionalität und Saisonalität in der Beschaffung freiwillige Parameter.

In Hinblick auf eine bedarfsgerechte Ernährung gibt es in der Gemeinschaftsverpflegung aktuell keine gesetzlichen Standards in Österreich. Diese wären jedoch wichtig, schließlich hat ein Schulkind gänzlich andere Anforderungen an seine Ernährung als ein berufstätiger Erwachsener oder ein Pensionist. [Mehr dazu hier.](#)

## WO KANN REGIONAL UND SAISONAL EINGEKauft WERDEN?

Immer mehr Plattformen verschreiben sich der Suche nach regionalen Einkaufsmöglichkeiten. Beispiele dafür sind etwa die „AMA Genussregionen“ oder „Gutes vom Bauernhof“. Entscheidend ist jedoch nicht der gelegentliche Einkauf beim Direktvermarkter, sondern vielmehr der tägliche Gang in den Supermarkt – schließlich beziehen wir unsere Lebensmittel hauptsächlich von dort. Jeder Griff ins Regal erteilt auch einen Produktionsauftrag, denn nachgeschichtet wird nur das, was vorher auch aus dem Regal genommen wurde. Indem wir also beim Lebensmitteleinkauf generell auf Regionalität und Saisonalität achten, können wir die österreichische Lebensmittelproduktion unterstützen und heimische Produktionsstandards fördern – auf sozialer, ökologischer und Tierwohl-Ebene.

Umfangreiches Wissen, Videos, Infografiken und vieles mehr zu heimischen Lebensmitteln gibt es auf [www.landschafttleben.at](http://www.landschafttleben.at)

Haben Sie Fragen? Melden Sie sich gerne unter [post@landschafttleben.at](mailto:post@landschafttleben.at).

