

## Wo kommen unsere Lebensmittel her?

### Mein Beitrag



Achte beim nächsten Einkauf darauf, aus welchen Ländern Obst und Gemüse kommen. Findest du Sorten, die nicht weit gereist sind? Vielleicht entscheidet ihr euch ja für eine davon.

Viele Getreide sowie Obst- und Gemüsesorten, zum Beispiel Äpfel und Gurken, wachsen bei uns nur zu bestimmten Zeiten. Willst du Erdbeeren im Winter essen oder jeden Tag Weintrauben, musst du auf Obst aus weit entfernten Ländern zurückgreifen. Deine Erdbeeren kommen dann etwa aus Spanien oder Marokko und die Weintrauben aus Chile. Das ist eine ganz schön lange Reise – und der Transport bis in den Supermarkt ist schlecht für die Umwelt. Reis stammt oft aus Thailand, Bananen aus Costa Rica. Beides wächst hierzulande gar nicht.



Im Sommer ist die Auswahl an heimischem Gemüse groß.



Schweine leben im Stall häufig auf engstem Raum.

Neben pflanzlichen Lebensmitteln werden bei uns auch tierische Produkte hergestellt. Kühe geben Milch, aus der man Käse, Butter, Joghurt oder Quark machen kann. Legehennen liefern Eier.

In großen Betrieben werden Schweine und Geflügel gemästet. Auf Nord- und Ostsee sind Fischer unterwegs: Mit großen Netzen fangen sie Garnelen, Heringe und Schollen. Imker halten Bienenvölker, die Honig produzieren. Rindfleisch kommt dagegen oft aus Amerika, weil es bei uns nicht genügend Weideflächen gibt.

### Mein Lexikon



**Mast, mästen:**  
Bei der *Mast* bekommen die Tiere innerhalb kurzer Zeit sehr viel Futter, damit sie möglichst schnell Fleisch ansetzen. Man sagt, sie werden *gemästet*.

## Was sind fair gehandelte Lebensmittel?



Das ist das Logo des Verbands „Fairtrade“. Wer dort mitmacht, setzt sich für fairen Handel ein.

Fair Trade (sprich: Fähr Treyt) ist die englische Bezeichnung für gerechten Handel. Das bedeutet, dass die Bauern, die zum Beispiel Bananen, Kaffee oder Kakao anbauen und ernten, für ihre Arbeit fair bezahlt werden.

Das ist nicht selbstverständlich. Häufig können die Kleinbauern in den ärmeren Ländern, aus denen diese Produkte stammen, nicht von dem Anbau leben. Auch ihre Kinder müssen arbeiten. Die Ernte wird von Händlern günstig aufgekauft und dann an Zwischenhändler verkauft, bevor sie im Fall von Kakaobohnen in der Rösterei ankommt. Dort werden die Bohnen weiterverarbeitet und landen schließlich als Schokolade im Handel. Jeder in dieser Handelskette verdient daran, die Bauern leider am wenigsten.

Bei Fair Trade ist das anders. Die Menschen erhalten einen fairen Preis für ihr Produkt und können ihre Kinder zur Schule statt aufs Feld schicken. Es gibt weniger Zwischenhändler, die bezahlt werden müssen. Außerdem ist die Tafel für den Kunden teurer als „normale“ Schokolade. Deshalb bekommt der Bauer mehr Geld für seine Ware.



So sieht eine geöffnete Kakaofrucht aus. Die hellen Kerne sind die Kakaobohnen. Sie werden aus dem Fruchtfleisch gelöst und färben sich anschließend rot. Erst beim Rösten bekommen sie ihre dunkle Farbe und den schokoladigen Geschmack.



Fair gehandelte Schokolade gibt es in allen Geschmacksrichtungen. Du erkennst sie an dem Logo auf der Verpackung. Sie ist im Weltladen, im Reformhaus, im Naturkostladen sowie im Supermarkt erhältlich. Achte beim nächsten Einkauf einmal darauf.

### Schlaue Frage



#### Welche Fair-Trade-Produkte gibt es?

Inzwischen gibt es eine ganze Reihe fair gehandelter Produkte: Bananen, Kaffee, Kakao, Orangen, Tee, Reis, Honig, Zucker, Saft und Wein, aber auch Schnittblumen und Baumwolle.

## Nach dem Einkauf in die Tonne

### Mein Lexikon



#### Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD):

Dieses Datum gibt an, wie lange ein Produkt mindestens seinen Geschmack, Geruch oder seine Farbe behält. Es ist kein Wegwerfdatum. Oft kann man die Milch, den Joghurt oder die Eier auch danach noch genießen. Anders sieht es beim Verbrauchsdatum aus. Damit sind leicht verderbliche Produkte wie Fisch gekennzeichnet. Ist das Datum hier überschritten, solltest du sie nicht mehr essen.

Pro Sekunde werden in Deutschland rund 570 Kilogramm Lebensmittel weggeschmissen. Das ist mehr, als ein Pferd wiegt. Einige davon sind verdorben. Viele sind aber auch noch genießbar, wie das Brot von gestern oder der Apfel mit der braunen Stelle. Sie haben im Müll nichts zu suchen. Etwas älteres Obst und Gemüse lässt sich zum Beispiel gut zu Mus und Soßen verarbeiten.



Brot, Obst und Gemüse landen am häufigsten in der Tonne. Das gilt nicht nur in privaten Haushalten, sondern auch in Supermärkten. Manche Kunden wollen keine Ware mit Druckstellen, kein Brot vom Vortag und kein krumm gewachsenes Gemüse.



Manchmal kommen Lebensmittel nicht in den Laden, weil sie nicht schön sind. Sie werden vorher vernichtet. Dabei schmeckt eine knubbelige Kartoffel genauso gut wie eine gleichmäßig geformte.



Wenn im Restaurant Reste übrig sind, werden sie weggeschmissen. Außer du bittest den Kellner darum, sie dir einzupacken. Dann wird nichts verschwendet und du hast noch was Leckeres für später.



Auf den meisten Lebensmitteln ist ein Stempel mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum. Viele Produkte halten sich aber länger, als dort angegeben ist. Sie müssen nach Ablauf nicht gleich entsorgt werden.



Ab und zu kauft man mehr ein, als man selbst verbraucht. Dann kann man die Lebensmittel, die zu viel sind, zum Beispiel einem Nachbarn schenken. Oder man kocht gleich für ihn mit.