

ERNÄHRUNG DER ZUKUNFT



«DIE
VIELFALT
IST DER
SCHLÜSSEL»

Wie essen wir künftig gesünder und umweltfreundlicher?
Das haben Wissenschaftler im Auftrag des Bundes
erforscht. Sie raten zur Ausarbeitung einer Er-
nährungsstrategie 2050. Fred Paccaud,
Präsident der Leitungsgruppe, über
das, was uns erwartet.

VON CILGIA GRASS

Herr Paccaud, Ihr Nationales Forschungsprogramm NFP 69 hat während sieben Jahren untersucht, was in Zukunft für eine gesunde und nachhaltige Ernährung in der Schweiz nötig ist. Was stand im Fokus?

Grundsätzlich ging es darum zu sehen, wie die Schweizerinnen und Schweizer sich typischerweise ernähren – und festzustellen, was es braucht, damit das Ernährungssystem gesünder und nachhaltiger wird. Es gab deshalb rund 20 Studien zur Produktion, Verarbeitung und Verteilung sowie zum Konsum von Nahrungsmitteln.

Was sind Ihre wichtigsten Erkenntnisse?

Die Politik muss umgehend eine

Ernährungsstrategie 2050 ausarbeiten und umsetzen. Und: Die Nahrungsmittelkette sollte – über einen Zeitraum von 30 Jahren gesehen – als fragiles System betrachtet werden. Die grosse Menge an Lebensmitteln, die die Schweiz importiert, die Umweltbelastung im Zusammenhang mit dem Bevölkerungswachstum – all das ist problematisch.

Was bedeutet die Ernährungsstrategie 2050 für die Konsumenten? Müssen jetzt alle Vegetarier oder Veganer werden?

Nein, absolut nicht! Wir sollten es generell vermeiden, sektiererisch über Lebensmittel zu denken. Wir wissen nicht genug darüber, wie ausgewählte Nährstoffe oder deren

Kombination wirken, um das Risiko einzugehen, eingeschränkt zu essen. Die Vielfalt von Nahrungsmitteln – und nicht Zwangsideen darüber – sind der Schlüssel für die Zukunft.

Was werden wir 2050 auf unseren Tellern haben?

Neuere Arbeiten besagen: generell nicht zu grosse Portionen, mehr unverarbeitete Lebensmittel, hauptsächlich auf pflanzlicher Basis, bevorzugt Lokales und Saisonales sowie einige Fische.

Und was ist mit Fleisch?

Die Empfehlung von Experten lautet: maximal 30 Gramm rotes Fleisch pro Tag. Das entspricht etwa einem Steak pro Woche.

Worauf achten Sie bei Ihrer eigenen Ernährung?

Aufgrund der zahlreichen wissenschaftlichen Unsicherheiten auf diesem Gebiet habe ich keine festen Grundsätze. Ich bemühe mich einfach, möglichst vielfältig zu essen.

Viele essen oft auswärts, gerade über Mittag. Das Programm macht den Vorschlag, die Ernährung über Schul- und Betriebskantinen zu verändern.

Genau. Eine der Studien widmete sich beispielsweise der Einführung von salzarmen Mahlzeiten in Betriebskantinen. In der Schweiz wird ja viel zu viel Salz gegessen. Durch unsere Forschung haben wir erkannt, wie entscheidend Kantinen sind. Und wie wichtig ihre

Chefköche, denn sie können das Denken der Menschen ändern. Eine weitere Studie zeigte die Bedeutung von Verkehrsknotenpunkten wie Bahnhöfen für die Lebensmittelversorgung, da sie einen bequemen Zugang zwischen Arbeit und Wohnung bieten. Eine Versorgung mit gesunden Lebensmitteln an diesen Orten könnte sich positiv auswirken.

Sie stellten fest, dass die Leute weniger assen, wenn bei einem Snack-Automaten das Foto einer hageren Giacometti-Skulptur zu sehen war. Bei Bildern von Natur- und Sport wurde zwar nicht weniger, dafür gesünder gegessen. Sollte man Kantinen entsprechend umdekoriert werden?

Die Gesundheitsprävention im Bereich Ernährung stützt sich bislang auf Informationskampagnen. Die Erfahrung zeigt jedoch, dass diese nur eine begrenzte Wirkung haben. Daher sollten neue Methoden erforscht werden, die sich an Marketingtechniken orientieren und dann auch experimentell eingeführt werden.

Was erhoffen Sie sich von der regulären Gastronomie?

Dass sie Lebensmittel pflanzlichen Ursprungs mehr wertschätzt. Doch damit dies für die Industrie wirtschaftlich tragfähig ist, muss die Veränderung auch von den Konsumenten ausgehen.

Was braucht es von Seiten der Lebensmittelindustrie?

Sie ist ein wichtiger Teil der Lösung. Sie entwickelt sich immer wieder weiter, sucht laufend nach neuen Märkten und neuen Produkten. Wir wünschen uns, dass ihre Wissenschaftler und Entwickler dabei enger mit der akademischen Forschung zusammenarbeiten. Beispiel Daten: Die Lebensmittelindustrie hat riesige Datenmengen zum Verhalten der Bevölkerung, aber auch über die Entwicklung der Märkte. Diese würden uns helfen, wenn es um die Entwicklung von Zukunftsszenarien geht.

Welches Unternehmen teilt schon gerne seine Daten mit anderen ...

(Lacht) Ja, es ist mir klar, dass das nicht trivial ist. Es gibt aber gute Beispiele für eine aktive Zusammenarbeit zwischen der privaten und der akademischen Welt, zum Beispiel im Bereich der Pharmaindustrie.

«Für unsere Bauern wird es viele neue Aufgaben geben. Getestet wird zum Beispiel der Anbau von Nassreis»

Professor Fred Paccaud,
Chef der NFP-69-Forscher



Oberster Leiter des Nationalen Forschungsprogramms: Fred Paccaud, Professor an der Universität Lausanne.

Welche Themen sollte die Landwirtschaft angehen?

Nur 50 Prozent der Lebensmittel, die wir verbrauchen, werden in der Schweiz produziert. Und hierzulande kann man die Landwirtschaft nicht beliebig ausdehnen. Man sollte mit den Nahrungsmittelproduzenten diskutieren, in welchem Ausmass und in welchen Bereichen wir in Zukunft selbst produzieren können und was wir aus dem Ausland importieren.

Was bedeutet das für unsere Bauern?

Fleischerzeugnisse dürften an Attraktivität verlieren, möglicherweise auch durch politische Anpassungen. Denn die Fleischproduktion belastet die Umwelt, und gesättigte Fettsäuren in Fleischprodukten werden mit chronischen Erkrankungen und Krebs in Verbindung gebracht. Zudem verändert sich die Beziehung von Mensch und Tier zugunsten der Tiere.

Müssen Bauern, die auf Viehwirtschaft setzen, also um ihre Arbeit fürchten?

Nein. Es wird viele neue Aufgaben geben. Agroscope, das experimentelle Zentrum für Landwirtschaft, testet beispielsweise den Nassreis-Anbau in der Schweiz. Durch ihn könnte man gefährdete Tier- und Pflanzenarten in Feuchtgebieten fördern und neue, wettbewerbsfähige Schweizer Produkte auf den Markt bringen.

Worauf müssen wir beim Import von Lebensmitteln achten?

In südlichen Ländern wird beispielsweise durch den Klimawandel das Wasser knapp. Dies hat offensichtliche Auswirkungen auf die landwirtschaftliche Produktion: Die für den Import in die Schweiz verfügbaren Produkte werden knapper und teurer.

Auf jeder Stufe der Nahrungskette, inklusive der Landwirtschaft, gehen viele Lebensmittel verloren. Was für Schlüsse ziehen Sie daraus?

Unser Programm finanzierte diesbezüglich eine Studie über Kartoffeln. Sie zeigte: Nur knapp 50 Prozent der produzierten Kartoffeln gelangen in der Schweiz auf den Teller der Verbraucher. Einerseits, weil ein Teil in Form und Grösse nicht den Vorgaben von Handel und Industrie entspricht und deshalb aussortiert wird. Andererseits verderben viele Kartoffeln bei den Konsumenten. Es wäre interessant,

diese Studie auf andere Lebensmittel zu übertragen.

Unter dem Strich verursacht die Schweiz im In- und Ausland pro Jahr 2,8 Millionen Tonnen Foodwaste. Was kann man dagegen unternehmen?

Der Verlust und die Verschwendung von Lebensmitteln sind ernste Probleme, die nicht leicht zu lösen sind. Das Ausmass ist zum Teil auf die niedrigen Kosten von Gemüse und Obst zurückzuführen.

Müsste man die Preise also logischerweise erhöhen?

(Lacht) Nein, das sage ich nicht. Wenn wir erreichen wollen, dass mehr Obst und Pflanzen gegessen werden, wäre es nicht klug, die Preise zu erhöhen... Ich sage nur, dass dies ein komplexes Problem ist, das Überlegungen zur Ernährungspolitik erfordert.

Sie empfehlen vielmehr, die Preise für gesunde Lebensmittel zu senken. Wie stehen die Chancen für eine Umsetzung?

Dies ist ein komplexes und hoch politisches Thema. Hält man die Preise niedrig, lässt sich das soziale Gefälle beim Lebensmittelkonsum minimieren. Anreize für die Produzenten, wie wir sie vom Fleisch oder Zucker kennen, könnten helfen. Andererseits wird das meiste Obst und Gemüse importiert. Und niedrige Preise können dazu führen, dass mehr Lebensmittel verschwendet werden. Auch hier gibt es keine einfachen Lösungen.

Im Kampf gegen Foodwaste sind auch intelligente Verpackungen im Gespräch. Was muss man sich darunter konkret vorstellen?

Eine Möglichkeit wäre beispielsweise, das Mindesthaltbarkeitsdatum durch eine Verpackung zu ersetzen, welche die Qualität der Lebensmittel überwacht und die Farbe wechselt, wenn diese verdorben sind. Zwei Projekte erforschen, welche Moleküle ein Anzeichen dafür sind, dass Essen schlecht geworden ist. Es ist nicht einfach, weil diese sich je nach Lebensmittel unterscheiden.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Vor allem eines: dass die weltweite systemische Unterernährung und Hungersnot verschwinden. Erst dann wird es uns möglich sein, über die Qualität des Essens zu diskutieren.

Beliebtes Mittagsmenü:
«planted.chicken» mit
Camargue-Reis.



KANTINEN-CHECK

In der Schweiz verpflegen sich fast eine Million Menschen täglich in einem Personalrestaurant oder in einer Mensa. Wie aber steht es dort um die Nachhaltigkeit? Die Branchenführerin gibt Auskunft.

VON CILGIA GRASS

Die SV Group ist die grösste Kantinenbetreiberin in unserem Land. Letztes Jahr hat das Unternehmen mit Sitz in Dübendorf ZH fast 20 Millionen Mahlzeiten in der hiesigen Gemeinschaftsgastronomie serviert. Beachtlich.

Die grösste Herausforderung beim Kochen für Angestellte und Schüler, wenn es um Nachhaltigkeit geht? «Die Aspekte Klima, Tierwohl, Fairtrade und Biodiversität zu berücksichtigen und gleichzeitig ein erschwingliches Angebot zu bieten», sagt Dörte Bachmann, Nachhaltigkeitsverantwortliche der SV Group. «Nachhaltigkeit darf kein Luxusthema sein, das sich nur Privilegierte leisten können.»

Bereits 2013 lancierte die SV Group eine Zusammenarbeit mit dem WWF. «Es gab gar nichts in der Gastronomie, an dem wir uns sonst hätten orientieren können», meint Dörte Bachmann.

Inzwischen werden in den SV-Küchen hauptsächlich regionale Gemüse und Früchte nach dem Saisonkalender verwendet. Stammt Gemüse aus Gewächshäusern, wird

darauf geachtet, dass diese klimafreundlich sind und nicht fossil beheizt werden. Sämtliche Rüeblis sind zu 100 Prozent IP-Suisse, genauso wie die Wiesenmilch und das Wiesenmilch-Naturjoghurt. Eier und Eiprodukte stammen vollständig aus Schweizer Freilandhaltung, auch Quinoa und der Bio-Tofu sind rein inländische Produkte.

Das verwendete Fleisch kommt ebenfalls zu 100 Prozent aus der Schweiz. «70 Prozent sind dabei aus besonders tierfreundlicher Haltung», sagt Dörte Bachmann. Seit 2016 hat die SV Group auch eine Partnerschaft mit dem Tierschutz. In Zukunft wird es aber darum gehen, den Fleischkonsum weiter zu reduzieren – wie überall.

Auf die Ernährungsstrategie 2050 angesprochen meint Bachmann: «Wir sind dem Programm voraus.» Seit 2013 sei das Angebot an vegetarischen und veganen Menüs schrittweise erhöht worden. «Heute sind in unseren Mitarbeiterrestaurants bereits 50 Prozent des Angebots vegetarisch.» Das Credo: «Das gesündeste und nachhaltigste Menü muss das attraktivste sein. Vegetarisch muss kulinarisch überzeugen.»

Falsches Poulet ist der Renner

19 209 000 Mahlzeiten hat die SV Group 2019 in ihren Gemeinschaftsrestaurants aufgetischt. 80 Prozent der verwendeten Produkte sind dabei regional. Der Hit unter den nachhaltigen Menüs: eine Bowl mit «planted.chicken». Das ist ein veganer Poulet-Ersatz aus Erbsenprotein. Serviert wird er mit Camargue-Reis, Ofen-Broccoli, Chili-Tomaten und Sataysauce.

Gefragter Klassiker

Bei den regulären Menüs ist Ghackets mit Hörnli mit frischem Apfelmus und Röstzwiebeln am beliebtesten. Bei den Trend-Menüs schwingt die Shoyu-Ramen-Suppe mit Shiitake-Pilzen, Pouletbrust, Gemüse, Ei und Nori obenaus.

Geschulte Vegi-Köche

Insgesamt besuchten letztes Jahr 600 Köche der SV Group eine Schulung über vegetarisches oder veganes Kochen. Insgesamt beschäftigt das Unternehmen 5500 Mitarbeitende. 61 Prozent davon sind Frauen, 39 Prozent Männer.