



karlsruhe  
tourismus

# Nachhaltig Einkaufen:

Von Kreislaufwirtschaft, Regionalität, Saisonalität, Bio und Fair Trade

---

Lunch & Learn  
Julia Osterland  
24. Mai 2022

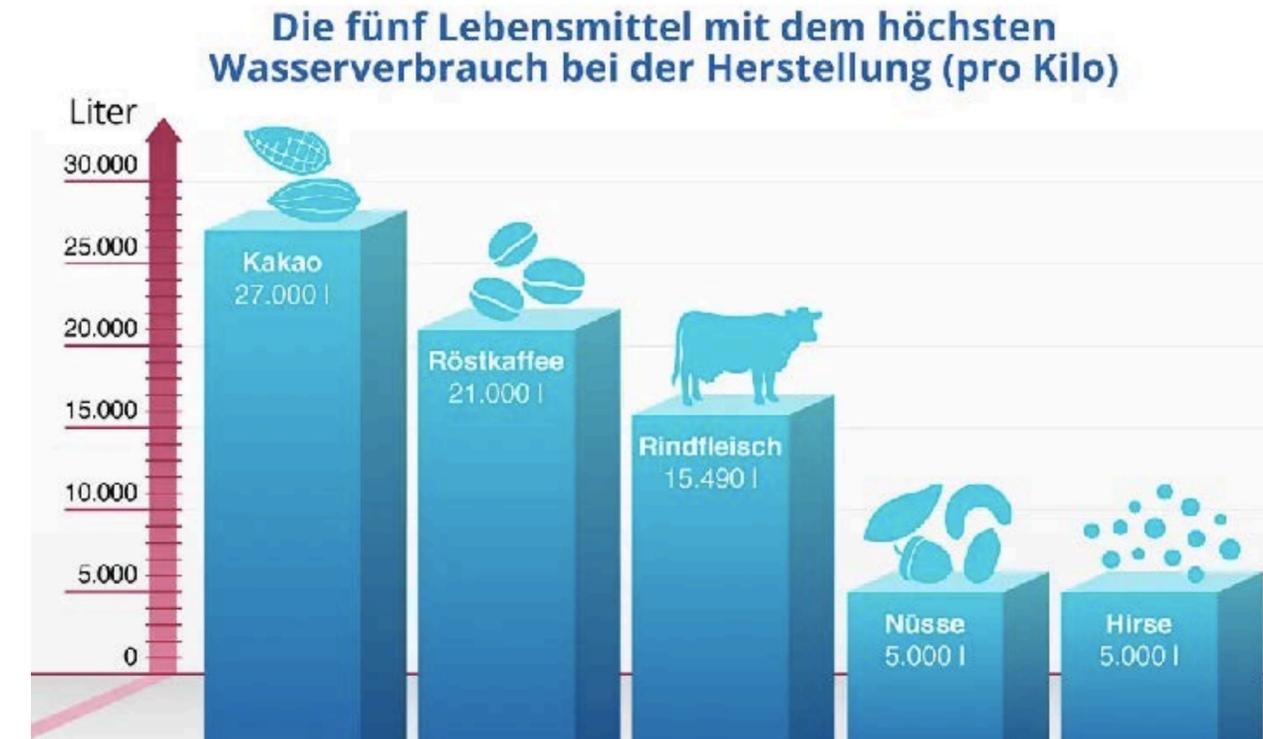


- 1. Regionalität**
- 2. Saisonalität**
- 3. FairTrade**
- 4. Bio-Produkte**
- 5. Kreisläufe in der Lebensmittelindustrie**

# Nachhaltig Einkaufen - warum?



Lebensmittel (1 kg, konventionell erzeugt)	kg CO2-eq
Lammfleisch	39
Flugananas	15,1
Butter	11,5
Käse	8,5
Geflügelfleisch	3,5
Bio-Äpfel	0,2
Karotten oder Weißkohl	0,1





## Vorteile

- Kurze Transportwege
- Stärkung der regionalen Wirtschaft
- Förderung der Vielfalt der landwirtschaftlich geprägten Kulturlandschaften
- Frische und qualitativ hochwertige Produkte
- Vertrauen zwischen regionalen Erzeugern und Verbraucher:innen



- Der Begriff "Region" ist gesetzlich nicht geschützt
- Lebensmittel, die aus der angegebenen Region stammen oder dort verarbeitet, verpackt und vertrieben werden
- Regionalfenster bietet Möglichkeit Anbau- und Verarbeitungsort zu prüfen
- Klare Benennung des Landkreises oder Bundeslandes



- ✓ Wo kommt es her?  
\_\_\_\_\_
- ✓ Wo wurde es verarbeitet?  
\_\_\_\_\_
- ✓ Wie hoch ist der regionale Anteil?

**Neutral geprüft durch: *Kontroll GmbH***  
[www.regionalfenster.de](http://www.regionalfenster.de)

# Regionalität. Geschützte Bezeichnungen.



Erzeugung, Verarbeitung und Zubereitung in einem bestimmten geografischen Gebiet



Nur einer der Produktionsschritte (Erzeugung, Verarbeitung oder Zubereitung) im Herkunftsgebiet



Nicht gebietsgebunden, hebt traditionelles Herstellungsverfahren hervor

## Lebensmittel mit geschützter geographischer Herkunft



**Produkte**

Fleisch (5)	Back-/ Süßwaren (12)
Fleisch-erzeugnisse (19)	Teigwaren (2)
Fisch (7)	Wein (1)
Käse (10)	Öl (1)
Obst/ Gemüse/Salat (21)	Getränk (1)
Hopfen (4)	Bier (10)

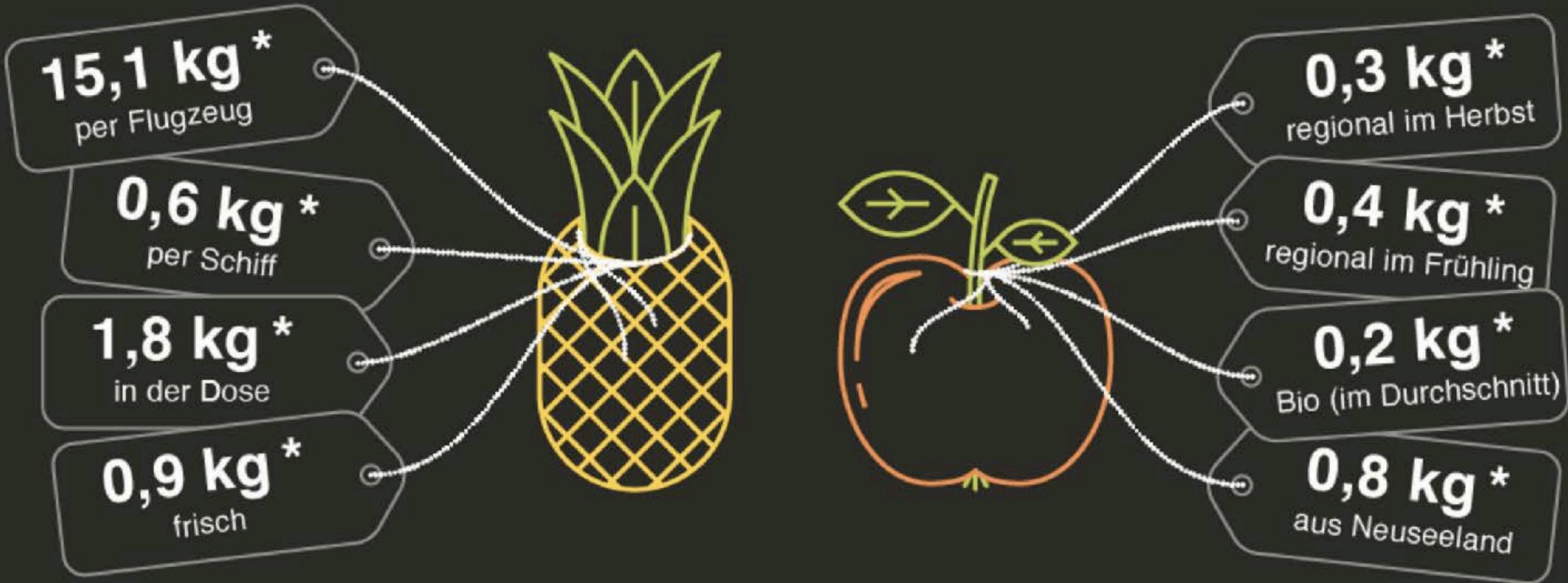
- Stand: Januar 2023
- |  |  |
|--|--|
| 1 Rheinisches Zuckerrübenkraut/ Rheinisches Zuckerrübensirup/ Rheinisches Rubenkraut | 6 Bamberger Hörnli/ Bamberger Hörnli/ Bamberger Hörnchen   |
| 2 Gachler Pulver/ Aachener Pulver  | 7 Bayerischer Meerrettich/ Bayerischer Kren  |
| 3 Kombilimmet Sojagel/ Sojagel aus dem Anbau großer Bohnen                           | 8 Rheinischer Gänkekern  |
| 4 Spargel aus Franken/ Fränkischer Spargel/ Fränkischer Spargel                      | 9 Weischose vom Lamsburger Hain  |
| 5 Fränkischer Karpfen/ Fränkischer Karpfen aus Franken                               | 10 Schwäbisch-Hällisches Qualitätsfleisch  |
|  | 11 Bayerisch-Rindfleisch/ Bayerischer Blockmalz/ Echt Bayerisch Blockmalz/ Weich Bayerischer Blockmalz |

**Gütezeichen der Europäischen Kommission**

geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.)	geschützte geographische Angabe (g.g.A.)
Erzeugung, Verarbeitung und Herstellung eines Produktes finden in einem bestimmten geografischen Gebiet nach einem anerkannten und festgelegten Verfahren statt.	Mindestens eine der Produktionsschritte, Erzeugung, Verarbeitung oder Herstellung, findet in einem bestimmten Herkunftsgebiet statt.
Altenburger Ziegenkäse	Lübecker Marzipan
Spalt Saloner	Käse
Eintrag aus dem Register gelöscht	Kreis, Bezirk, Landtschaft
Reuth	Bayer. Bier
Bier	Bundesland
Brot	Brot
	Der Schutz des Produktes bezieht sich auf verschiedene Regionen.



## Regionales Obst spart viele Kilogramm CO<sub>2</sub>.





- Freilandanbau emissionsärmer als Treibhauskultur
- Nur wenig Energie für kurze Lagerung nötig
- Oft niedrige Preise durch großes Angebot in kurzer Zeit
- Ideeller Wert - bewusstes Genießen und höhere Wertschätzung
- Abwechslungsreiche Ernährung





21. März → 20. Juni

## FRÜHLING

**GEMÜSE**

- Blumenkohl ab Juni
- Brokkoli ab Juni
- Dicke Bohnen ab Juni
- Erbsen ab Juni
- Fenchel ab Juni
- Frühlingszwiebeln ab Mai
- Gurke ab Juni
- Kartoffeln
- Kohlrabi ab Mai
- Möhren ab Juni
- Mangold ab Mai
- Radieschen
- Rotkohl ab Juni
- Spargel
- Spinat

**SALAT**

- Batavia ab Mai
- Chicorée bis April
- Eichblattsalat
- Eisbergsalat ab Juni
- Endiviensalat ab Mai
- Kopfsalat ab Mai
- Rucola ab Mai

**OBST**

- Apfel "Lager"
- Erdbeeren ab Mai
- Heidelbeeren ab Juni
- Himbeeren ab Juni
- Johannisbeeren ab Juni
- Kirschen ab Juni
- Rhabarber

21. Juni → 20. September

## SOMMER

**GEMÜSE**

- Artischocken ab Aug.
- Aubergine
- Blumenkohl
- Brokkoli
- Dicke Bohnen
- Erbsen
- Fenchel
- Frühlingszwiebeln
- Gurke
- Grüne Bohnen
- Kartoffeln
- Knollensellerie
- Kohlrabi
- Kürbis
- Mais ab Aug.

**SALAT**

- Mangold
- Möhren
- Paprika
- Porree
- Radieschen
- Rote Bete
- Rotkohl
- Spinat
- Staudensellerie
- Steckrüben ab Aug.
- Tomaten
- Weißer Rettich
- Weißkohl
- Wirsingkohl
- Zucchini
- Zuckerschalen bis Aug.
- Zwiebeln

**OBST**

- Apfel ab Aug.
- Aprikose bis Aug.
- Birne ab Aug.
- Brombeeren
- Erdbeeren bis Juli
- Heidelbeeren
- Himbeeren bis Aug.
- Johannisbeeren
- Kirschen bis Aug.
- Mirabellen
- Pflaumen
- Quitten ab Sept.
- Weintrauben ab Aug.
- Zwetschgen

# SAISONKALENDER

## für Obst, Gemüse und Salat

21. September → 20. Dezember

## HERBST

**GEMÜSE**

- Artischocken bis Okt.
- Aubergine bis Okt.
- Blumenkohl bis Okt.
- Brokkoli bis Okt.
- Fenchel bis Nov.
- Grüne Bohnen bis Okt.
- Grünkohl ab Nov.
- Kartoffeln
- Knollensellerie bis Nov.
- Kohlrabi bis Okt.
- Kürbis bis Nov.
- Mais bis Okt.
- Mangold bis Okt.
- Möhren
- Paprika bis Okt.

**SALAT**

- Chicorée
- Eichblattsalat bis Okt.
- Eisbergsalat bis Okt.
- Endiviensalat
- Feldsalat
- Kopfsalat bis Okt.
- Radichio bis Nov.
- Rucola bis Okt.

**OBST**

- Apfel
- Birne bis Nov.
- Kastanien
- Quitten bis Okt.
- Zwetschgen bis Okt.

21. Dezember → 20. März

## WINTER

**GEMÜSE**

- Grünkohl
- Kartoffeln "Lager"
- Kürbis "Lager"
- Möhren "Lager"
- Postinaken
- Porree
- Rosenkohl
- Rote Bete "Lager"
- Rotkohl "Lager"
- Schwarzer Rettich
- Schwarzwurzeln
- Spinat ab März
- Topinambur
- Weiße Bete
- Zwiebeln "Lager"

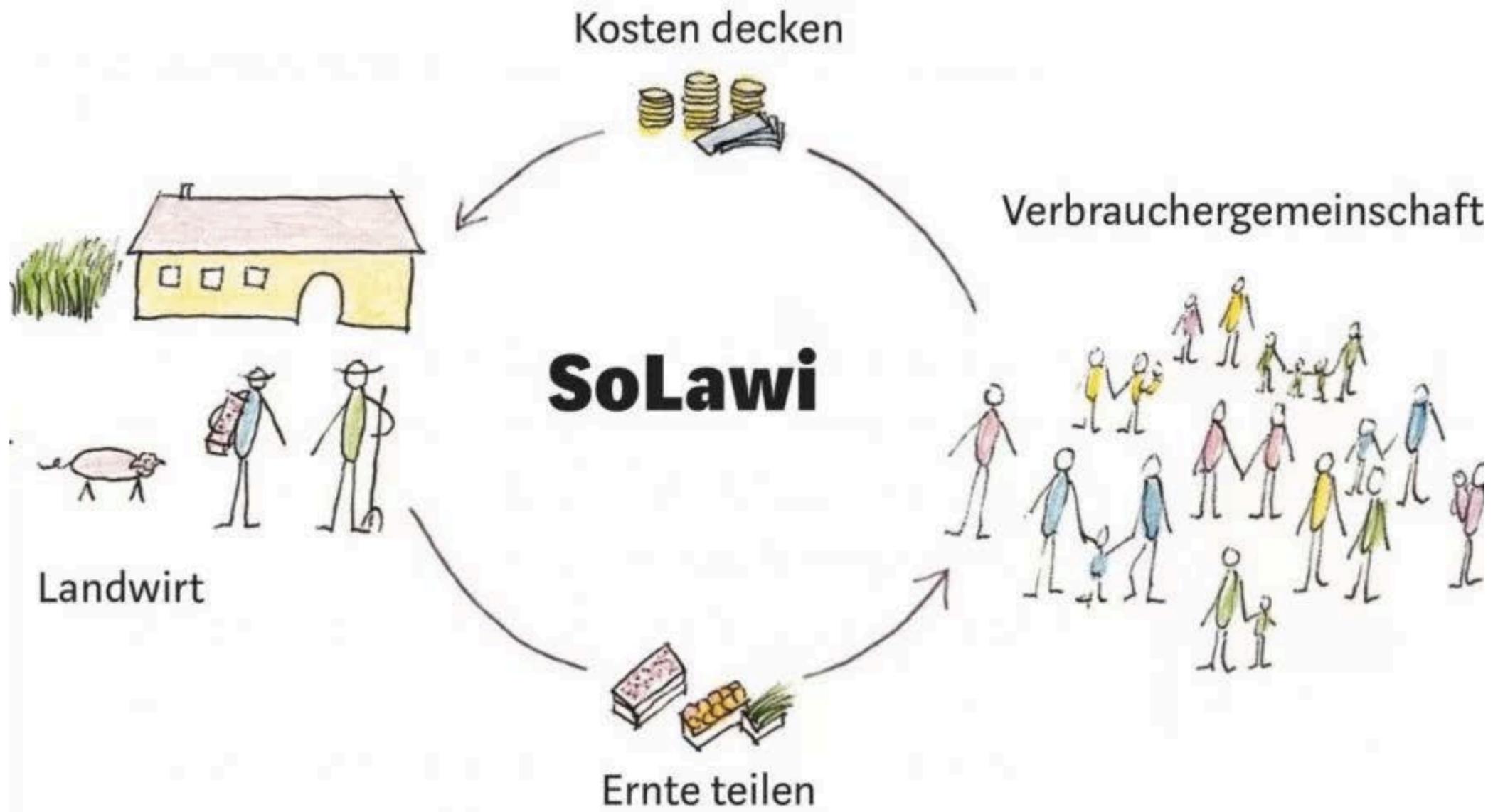
**SALAT**

- Chicorée
- Feldsalat

**OBST**

- Apfel "Lager"

\*Lager\*: Obst und Gemüse sind in diesem Zeitraum als Lagerware verfügbar.





## 5 Prinzipien:

- Gerechter Preis
- Faire Arbeitsbedingungen
- Umweltschutz
- Frauen Empowerment
- Demokratische Organisation





**ROT WIE BLUT:  
DER BITTERE BEIGESCHMACK  
ITALIENISCHER TOMATEN**





- Seit 2010 ist Karlsruhe FairTrade-Town
- Faire Woche im September
- Stadtverwaltung achtet auf den Einkauf nachhaltiger Produkte, die Förderung ökofairer Projekte und unterstützt den Fairen Handel
- Fair gehandelte Produkte und Projekte werden auf der Website präsentiert

- Seit 2017 ist Karlsruhe Teil des Bio-Städte Netzwerks
- Ziel: 25% Bio-Anteil sowie regionale und saisonale Produkte bei der kommunalen Außer-Haus-Versorgung
- Ziel: Förderung eines nachhaltigen und klimafreundlichen Lebensstils
- Veröffentlicht nachhaltigen Konsumführers mit Adressen und Tipps

# Bio. Ein Vergleich.

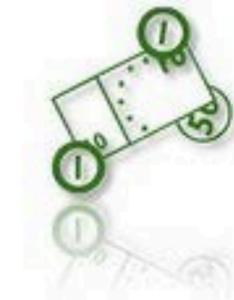


	Konventionelle Landwirtschaft				
Hennen pro Gebäude	Beliebig	20.000	12.000	6.000	3.000
Schweine pro Hektar	Beliebig	14	10	10	10
Enthornung der Rinder	Erlaubt	Erlaubt	Erlaubt, nicht empfohlen	In Ausnahmefällen erlaubt	Nicht erlaubt
Bio-Futter	Keine Vorgabe	95 %	100 %	100 %	100 %
Einsatz von Gentechnik	Erlaubt	Bis 5% erlaubt	Nicht erlaubt	Nicht erlaubt	Nicht erlaubt
Transport von Tieren	Beliebig	Max. 6 Stunden	Max. 4 Stunden	Max. 4 Stunden	Max. 200 km
Synthetische Pflanzenschutzmittel	Erlaubt	Nicht erlaubt	Nicht erlaubt	Nicht erlaubt	Nicht erlaubt
Anzahl erlaubter Lebensmittel-Zusatzstoffe	>300	47	22	23	13



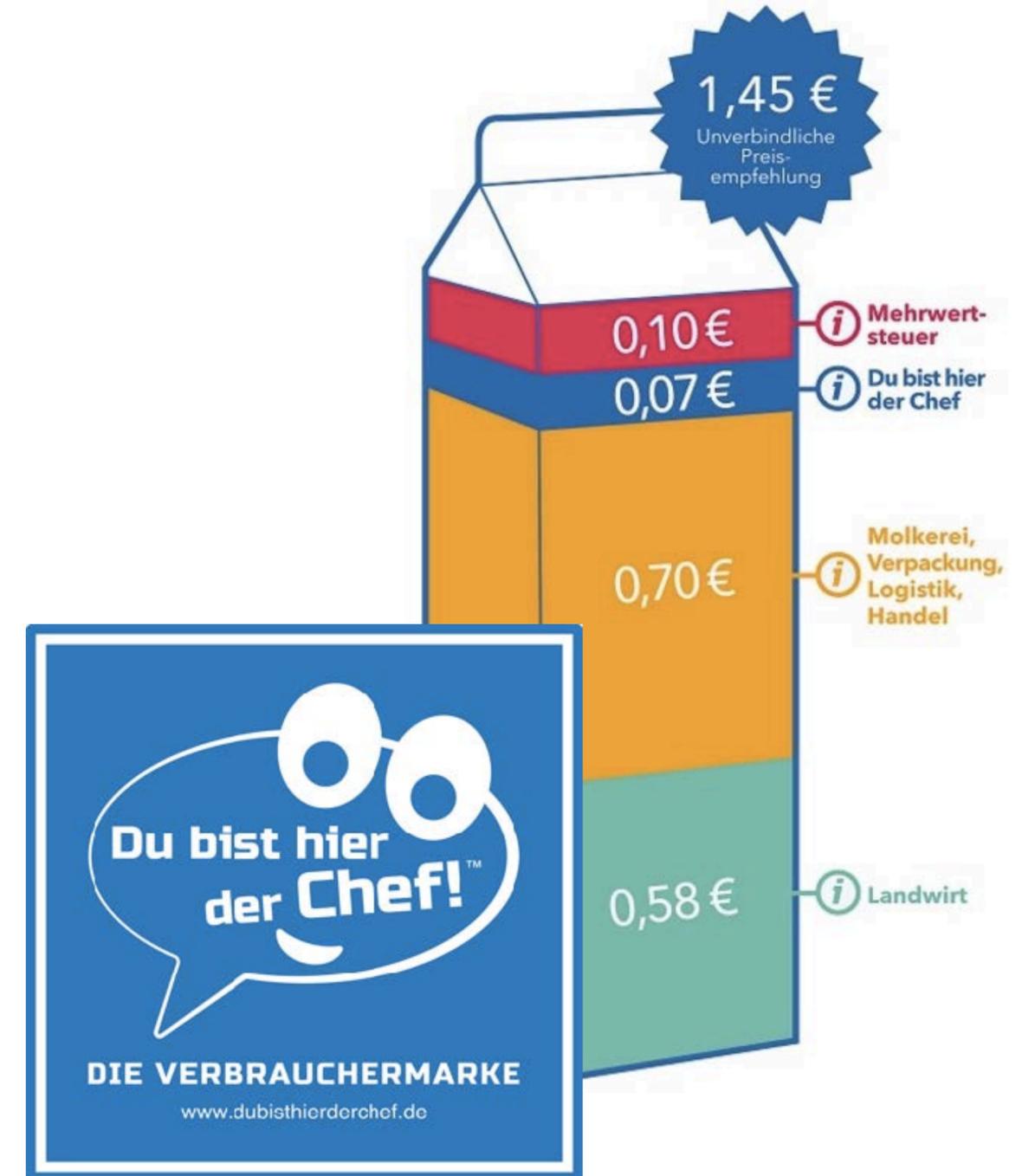
## Bio hat seinen Preis

Preisaufschläge für ausgewählte Bio-Lebensmittel gegenüber konventioneller Ware in Deutschland, 2021, in %





<p>1264619</p> <p><b>MÜHLENHOF Hackfleisch gemischt</b></p> <p>500 g</p>	<p><b>Verkaufspreis</b></p> <p><b>2.79</b></p> <p>1 kg = 5.58</p>	<p><b>Wahre Kosten</b></p> <p><b>Verkaufspreis</b></p> <p><b>+ 4.83 versteckte Zusatzkosten</b></p> <p>Weitere Infos findest du an Station 12.</p> <p><b>7.62</b></p> <p>1 kg = 15.25</p>
<p><b>Wahre Kosten</b></p> <p><b>Verkaufspreis</b></p> <p><b>+ 2.84 versteckte Zusatzkosten</b></p> <p>Weitere Infos findest du an Station 12.</p> <p><b>5.09</b></p> <p>1 kg = 20.38</p>	<p>2203759</p> <p><b>NATURGUT Bio-Hackfleisch gemischt</b></p> <p>250 g</p>	<p><b>Verkaufspreis</b></p> <p><b>2.25</b></p> <p>1 kg = 9.00</p>





## Klimabilanz für pflanzliche Nahrungsmittel aus konventioneller und ökologischer Landwirtschaft beim Einkauf im Handel (g CO<sub>2</sub>-Äquivalente kg<sup>-1</sup>) [8]

Produkte	konventionell	ökologisch
Gemüse – frisch	150	127
Gemüse – Konserven	509	477
Gemüse – TK <sup>1</sup>	412	375
Kartoffeln – frisch	197	136
Kartoffeln – trocken	3.768	3.346
Pommes Frites – TK	5.714	5.555
Tomaten – frisch	327	226
Brötchen, Weißbrot	655	547
Brot – misch	763	648
Feinbackwaren	931	831
Teigwaren	914	766



## Konventionell vs. Bio

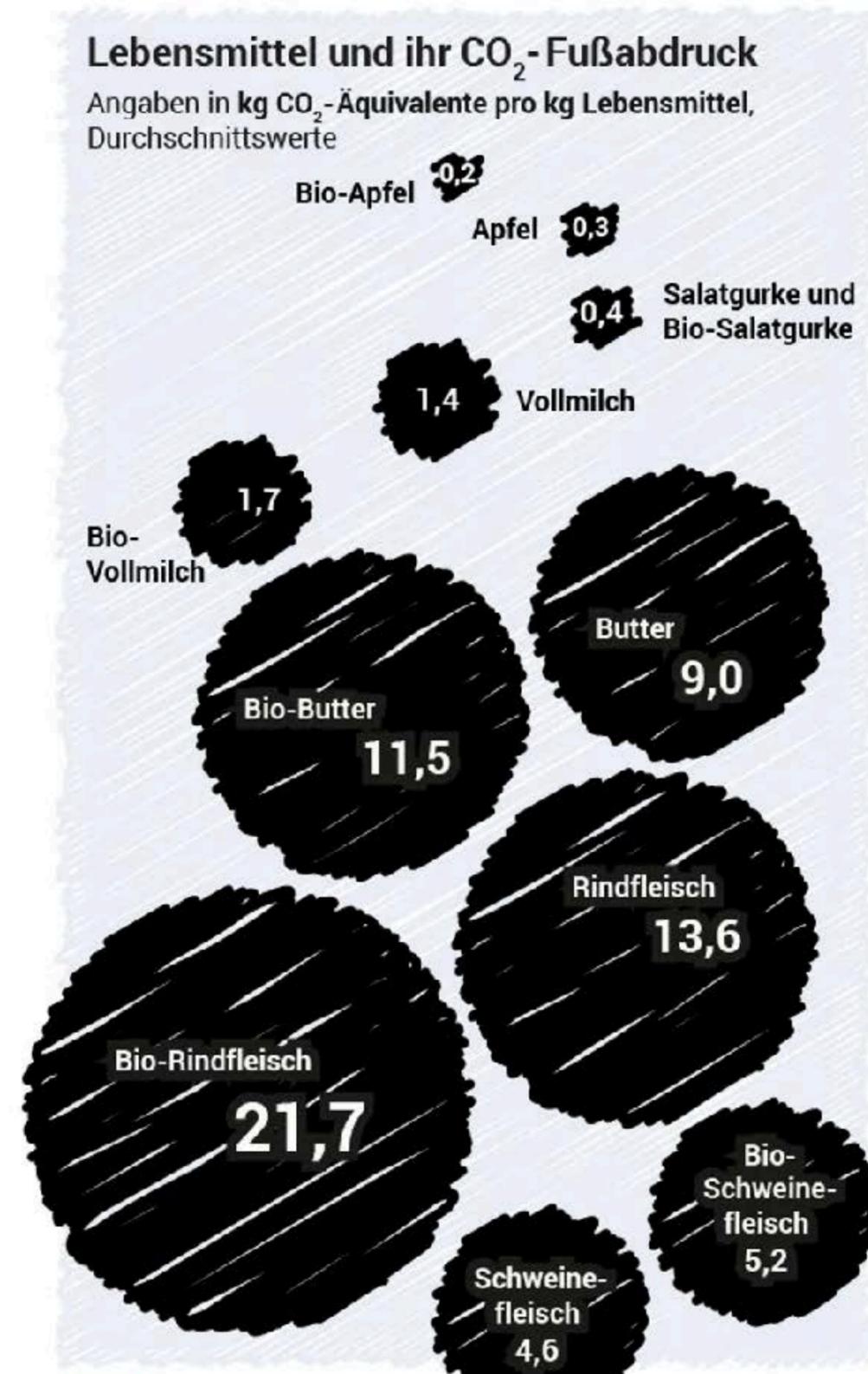
### Huhn, Schwein & Rind haben mehr Platz

Konventionell	Bio
<p>ca. <b>25</b> Hühner* auf <b>1 m<sup>2</sup></b></p> <p>kein Auslauf</p> <p><b>Masthühner</b></p>	<p>ca. <b>10</b> Hühner** auf <b>1 m<sup>2</sup></b> <b>+ 4 m<sup>2</sup></b> draußen</p> <p><b>Mastschweine (ab 110 kg)</b></p>
<p><b>1 m<sup>2</sup></b>/Schwein kein Auslauf</p> <p><b>Mastrinder (ab 350 kg)</b></p>	<p><b>1,5 m<sup>2</sup></b>/Schwein <b>+ 1,2 m<sup>2</sup></b> draußen</p> <p><b>Bio</b></p>
<p><b>2,5 m<sup>2</sup></b>/Rind kein Auslauf</p>	<p><b>5 m<sup>2</sup></b>/Rind <b>+ 3,7 m<sup>2</sup></b> draußen</p>

\* max. 39 kg Lebendgewicht;  
\*\* max. 21 kg Lebendgewicht im festen Stall. Im beweglichen Stall (> 150 m<sup>2</sup>)  
max. 16 Tiere bzw. 30 kg Lebendgewicht/m<sup>2</sup> und draußen 2,5 m<sup>2</sup>/Tier.

Quellen: Albert Schweitzer Stiftung; EU-Bio-Verordnung; Tierschutz-Nutztierhaltungsverordnung; Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz; Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz; Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft

**WISO**





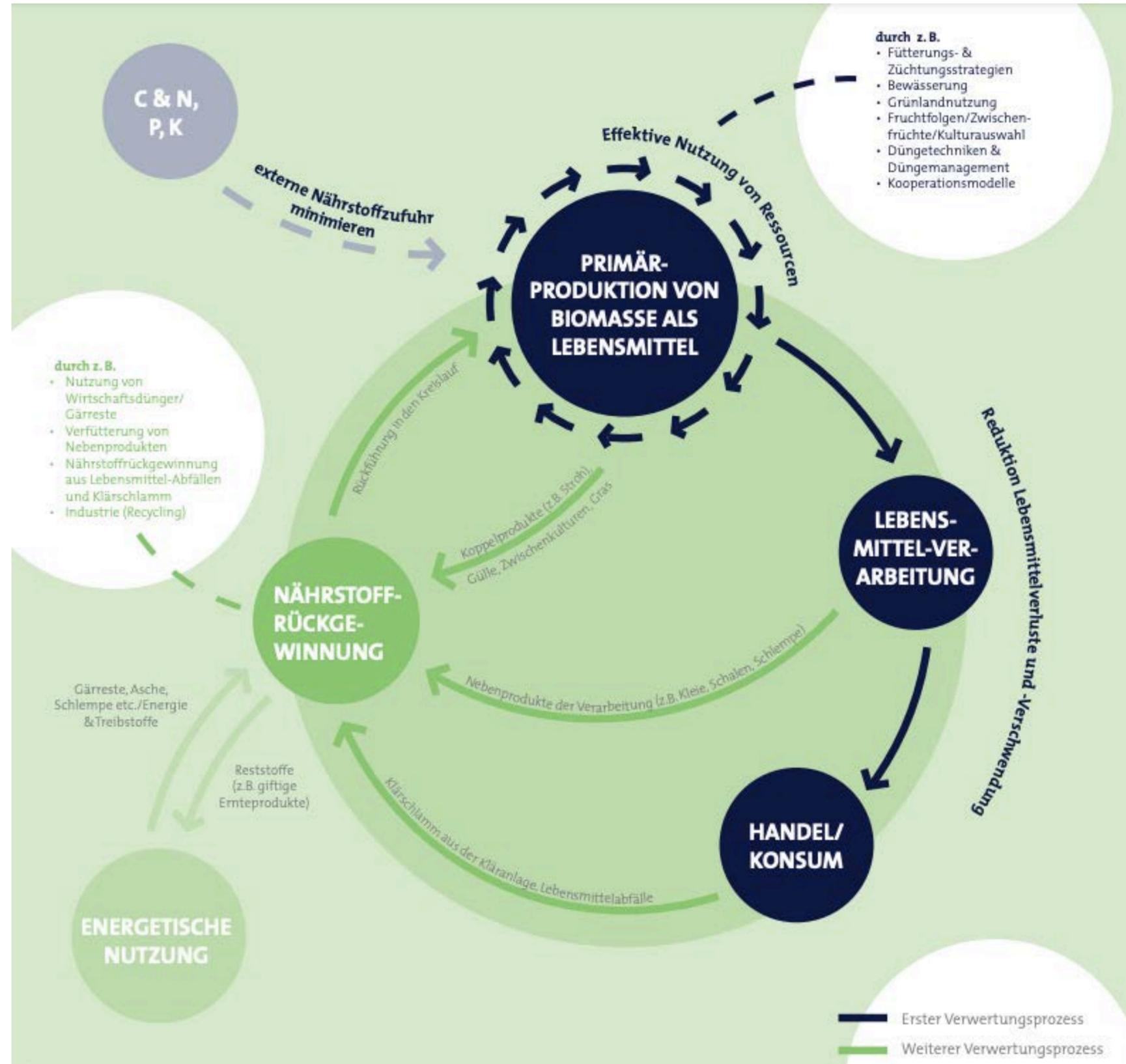
.....

**Ziel der Kreislaufwirtschaft ist es, eine maximale Wertschöpfung aller Rohstoffe zu erreichen, Energieeinsparungen zu fördern und Treibhausgasemissionen zu reduzieren.**

.....

## Fact

Bei der Erzeugung von **1 kg** pflanzlicher Lebensmittel fallen ca. **4 kg** für den Menschen nicht essbare Biomasse an.





**26.04.2023 Nachhaltig Genießen**

Von Trends, Transportwegen, Fußabdrücken und Müllentstehung

**24.05.2023 Nachhaltig Einkaufen**

Von Kreislaufwirtschaft, Regionalität, Saisonalität, Bio und Fair Trade

**19.07.2023 Nachhaltig Vermeiden**

Speiseabfälle messen und reduzieren, Mehrwert durch Mehrweg

**20.09.2023 Nachhaltig Leben**

Gesunde Ernährung & Planetary Health

**25.10.2023 Nachhaltig Gestalten**

Nachhaltige Menüs & Speisekarten

**15.11.2023 Nachhaltig Kommunizieren**

Von Nudging im Lebensmittelbereich und Storytelling entlang der Customer Journey





**Bei Fragen stehen wir Ihnen  
gern zur Verfügung!**

---

Julia Osterland

+49 (0) 151 46329192

[jo@klimapatenschaft-tourismus.de](mailto:jo@klimapatenschaft-tourismus.de)