

Kurzer Weg zu heimischen Schätzen Klimafreundlicher Kauf von regionalem Obst und Gemüse

Frühjahr und Sommer sind die beste Zeit, um die Vielfalt der heimischen Früchte und Gemüse klimafreundlich zu genießen: Salat muss nicht im beheizten Gewächshaus angebaut und Erdbeeren oder Himbeeren müssen nicht mehr aus fernen Ländern importiert werden.

Der Gewinn fürs Klima ist beachtlich:

Ein unter Glas beheizt angebauter Kopfsalat verursacht bis zu fünfmal mehr Emissionen als ein vom Feld geerntetes Exemplar. „In der Regel gibt ein Radieschen allerdings nicht preis, ob es aus dem Freiland oder aus dem Gewächshaus stammt oder ob Beeren oder Spargel per Flugzeug in den Laden gelangen“, bemängelt die Verbraucherzentrale NRW.

Anlässlich der Deutschen **Aktionstage Nachhaltigkeit** vom **30. Mai bis 5. Juni** gibt das Projekt Mehrwert NRW der Verbraucherzentrale NRW Tipps zur saisonalen Ernährung und zum regionalen Einkauf:

🕒 Zur richtigen Zeit vom richtigen Ort:

Von Mai bis September hat der heimische Freilandanbau Hochkonjunktur. In diesen Monaten sind Obst und Gemüse nicht nur besonders frisch und lecker, sondern tun auch dem Klima gut, weil Früchte und Pflanzen nicht mit hohem Energieaufwand im Gewächshaus angebaut oder weite Transportwege aus wärmeren Gefilden zurücklegen müssen.

- 🕒 Klimabewusste Kunden sollten sich bei der Zusammenstellung ihres Speiseplans an der saisonalen Erntezeit orientieren. Der Saisonkalender gibt an, in welchem Zeitraum Obst und Gemüse aus heimischem Freilandanbau oder ungeheiztem Anbau geerntet wird.



🕒 Heimisches Herkunftsland:

Beim Kauf von Obst und Gemüse sollte außerdem auf die Herkunftskennzeichnung geachtet werden. Um stets alles bieten zu können, füllen Händler ihr Sortiment auch in der erntefreudigsten Saison des Jahres mit Waren aus anderen Produktionsgegenden und -ländern auf. Bei den meisten Obst- und Gemüsesorten muss jedoch das Herkunftsland angegeben werden. Dies gilt auch für lose Ware auf dem Wochenmarkt.

tipp

tipp

tipp

tipp

tipp

⌚ **Aus der Region:**

Obst und Gemüse während ihrer Saison aus der Region zu kaufen ist zweifellos die klimafreundlichste Wahl. Allerdings ist der Begriff „regional“ rechtlich ungeschützt. Wenn Früchte oder Gemüse als regionale Produkte angepriesen werden, sollten Kunden dennoch einen prüfenden Blick auf die angegebene Anbauregion riskieren oder den Händler danach fragen.



⌚ **Direkt vom Erzeuger:**

Im Hofladen, auf dem Wochenmarkt oder mit einer Abo-Gemüse-Kiste können Kunden saisonale Früchte und Gemüse direkt vom Erzeuger kaufen. Auf diese Weise unterstützen sie die heimische Landwirtschaft, ersparen der Ware lange Transportwege und oft auch aufwendiges Verpackungsmaterial zum Frischhalten. Vielerorts werden Selbstpflückern zudem Felder zur eigenen Ernte von Erdbeeren und Himbeeren angeboten.



⌚ **Vorsorgen für die Nachsaison:**

Um einen überschüssigen Ernteertrag von Bohnen, Brokkoli und Beeren auch noch nach der Saison genießen zu können, empfiehlt sich milchsaures Einlegen (Fermentieren), Einkochen oder Einfrieren. Mit selbst haltbar gemachten heimischen Schätzen landet auch außerhalb der Saison Regionales auf dem Tisch.



⌚ **Einkauf ohne Tritt aufs Gaspedal:**

Am klimafreundlichsten ist die persönliche Einkaufsbilanz zu Fuß oder mit dem Rad. Wer dennoch das Auto braucht, sollte seinen Einkauf auf einer anstehenden Fahrt am besten gleich mit erledigen oder seine Einkaufsliste von vornherein bei einem wöchentlichen Großeinkauf abarbeiten.

Weitere Informationen, Rezepte und Tipps zum Haltbarmachen von saisonalem Obst und Gemüse hat das EU- und landesgeförderte Projekt MehrWert NRW der Verbraucherzentrale NRW im Internet zusammengestellt unter www.mehrwert.nrw/schaetze.

Desweiteren hält die örtliche Verbraucherzentrale Schwerte, Westwall 4, in 58238 Schwerte nützliche Tipps, Infomaterial sowie passende Ratgeber für Sie bereit.