

Pflanzenbetonte Ernährung

Fleischersatz ist leider kein Gemüse

Ob Soja, Erbsenprotein oder Kunstfleisch: Alternativen zu tierischen Produkten boomen. Doch für die fällige Ernährungswende sind sie meist untauglich, recherchierte **Sven Prange**. Viele dieser Produkte schaffen mehr Probleme als sie lösen.

Die Geschichte beginnt vor 35 Jahren am Rande des Schwarzwalds. Die Bio-Bewegung ist noch in ihren Anfängen, als Klaus Kempff und Wolfgang Heck beschließen, zusammen ein gutes und nachhaltiges Lebensmittel herzustellen. Eine Alternative für all jene, die weniger Fleisch essen wollen.

»Tofu war hier damals noch sehr unbekannt. Gerade das fanden wir spannend«, sagt Wolfgang Heck. Und so gründeten die beiden die Firma Taifun. Der Tofuhersteller aus Freiburg hat heute mehr als 300 Mitarbeitende. Wer auf die Zutatenliste der zahlreichen Tofu-Varianten des Unternehmens schaut, findet darin nur Soja und Gewürze. Und die Hauptzutat kommt aus dem süddeutschen Raum, Österreich und Frankreich.

Tofu ist nur eine von mehreren Alternativen für Menschen, die weniger Tier auf dem Teller wollen. Fleischersatzprodukte boomen – also Lebensmittel, die an Fleisch und Wurst erinnern, oft auch so schmecken, aber keine tierischen Produkte enthalten. Allerdings ist der Hersteller Taifun mit seinem Reinheitsgebot eine der ganz wenigen Ausnahmen in dem Segment. Bei den meisten anderen Anbietern von »Vleisch«, »Vurst« oder anderen Alternativen wimmelt

es vor Zusatzstoffen, hoch verarbeiteten Pflanzenresten oder wenig nachhaltigen Ei-Ableitungen auf der Zutatenliste.

Alternativen sind nicht immer nachhaltig

Das ist ein Problem. Denn tatsächlich ist es ja so: Die Welt lechzt nach der Umstellung auf eine planetengerechte Ernährung. Die reine Masse industriell erzeugter Tierprodukte hat längst den Rahmen dessen überschritten, was die Erde ökologisch und sozial verkraften kann. Unsere Ernährung muss pflanzlicher werden, das ist auch eine der zentralen Slow Food-Forderungen. Wobei es der Bewegung um ein konsequentes Umdenken geht und dazu gehört die Einsicht, dass kein Lebensmittel in unverhältnismäßigen Mengen konsumiert werden kann und deswegen auch nicht mit hochverarbeiteten oder künstlichen Erzeugnissen ersetzt werden muss.

Hinzu kommt: Wer die zahlreichen Fleischersatzprodukte nutzt, ernährt sich nicht automatisch nachhaltiger. Denn die vielen neuen Angebote dienen nicht einer besseren Ernährung, sondern vor allem dazu, den etablierten Lebensmittelkonzernen ihre hübschen Renditen zu retten.



IRRWEG 1: Kunstfleisch

Dabei ist es gar nicht so schwer, vegetarisch und abwechslungsreich zu kochen, weiß Katharina Bäcker, Köchin aus Frankfurt und Mitglied der Slow Food Chef Alliance: »Man kann sehr viele wunderbare Gerichte ohne Tiere zubereiten, die keinen Mehraufwand gegenüber klassischen Mahlzeiten darstellen. Das viele Fleisch haben wir ja auch noch nicht so lange immerzu auf unseren Tellern.« Noch in den 1960ern und -70ern kam deutlich seltener Fleisch auf den Tisch als heute.

Es gibt drei Fehlentwicklungen, die die Suche nach einer fleischärmeren Küche derzeit in die falsche Richtung führen: die Hoffnung auf »Kunstfleisch«, hochverarbeitete Ersatzprodukte, die Fleisch und Wurst imitieren, und der Rückgriff auf industrielle Strukturen für diese Ansätze.

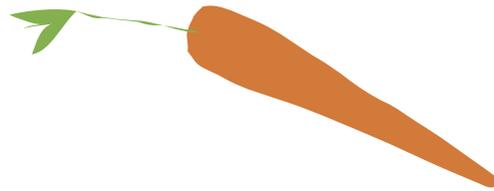
In Singapur ist es bereits Realität: Fleisch, das auf dem Teller landet, ohne dass dafür ein Tier gemästet und geschlachtet wurde. »Kulturfleisch« wird es manchmal leicht beschönigend genannt, Kunstfleisch wäre wohl der bessere Begriff.

Die Erkenntnis, dass nicht immer mehr Tiere zur Deckung des menschlichen Ernährungsbedarfs gehalten werden können, gilt mittlerweile als Konsens. Doch weil die wachsende Weltbevölkerung nach immer mehr Fleisch verlangt, boomt die Suche nach Alternativen. Und die führt derzeit oft in Labore. Dort entsteht aus Stammzellen ein Konstrukt, das »echtem« Fleisch vom Tier biochemisch gleich ist. Das so gewonnene Gewebe wird je nach Standpunkt entweder In-Vitro-Fleisch oder aber Cultured oder Clean Meat genannt.

BURGER AUS DER PETRISCHALE

Herstellung von In-vitro-Fleisch, vereinfachte Darstellung





Andere Varianten arbeiten daran, Fleisch aus einer Art 3-D-Drucker zu gewinnen. Singapur ist nur der Vorreiter. Längst befindet sich mit den USA der größte Fleischmarkt der Welt auf dem Kurs Richtung Kunstfleisch. Zum ersten Mal hat im Herbst 2022 ein Produkt aus Laborfleisch in den USA grünes Licht von der zuständigen Food and Drug Administration (FDA) bekommen. Das künstliche Hühnerfleisch des Unternehmens Upside-Foods soll bald im US-Handel zu bekommen sein.

Bald auch in der Europäischen Union?

In Europa ist man noch skeptischer, auch sind die Zulassungsverfahren strenger. Doch längst bereitet sich die Lobby auf entsprechende Kampagnen vor – gestärkt auch durch Befürworter wie etwa den Weltklimarat (IPCC), der in einem Bericht Laborfleisch als Schlüsseltechnologie nannte, die dazu beitragen könnte, die direkten Treibhausgasemissionen aus der Lebensmittelproduktion bis 2030 erheblich zu senken.

Derzeit arbeiten mindestens 20 Start-ups aus acht verschiedenen europäischen Ländern in diesem Bereich. Einige dieser Unternehmen haben sich in der Dachorganisation Cellular Agriculture Europe zusammengeschlossen. Nach deren Angaben gehe man davon aus, dass im Jahr 2023 mindestens ein Unternehmen die Zulassung von Kunstfleisch in der EU beantrage.

Lebensmittel, die aus Zellkulturen oder Gewebekulturen von Tieren, Pflanzen, Mikroorganismen, Pilzen oder Algen bestehen, daraus isoliert oder hergestellt wurden, fallen in Europa in den Geltungsbereich der EU-Verordnung über neuartige Lebensmittel. Daher wäre für Laborfleisch eine Zulassung und eine Genehmigung durch die Genehmigungsbehörde EFSA erforderlich. Die Positionierung der Behörde ist aber unklar.

Zumal es deutliche Kritik an dem Verfahren gibt. Einer vom Internationalen Expertengremium für nachhaltige Lebensmittelsysteme (IPES-Food) veröffentlichten Untersuchung von Studien über Fleisch und Proteine zufolge könnte Laborfleisch mehr Schaden als Nutzen anrichten. Anstatt das System infrage zu stellen, »verfestigt Laborfleisch die Kontrolle der

Lebensmittelsysteme durch riesige Agrarunternehmen, standardisierte Diäten aus verarbeiteten Lebensmitteln und industrielle Lieferketten, die den Menschen und dem Planeten schaden«.

IRRWEG 2:

Hoch verarbeitete Ersatzprodukte

Das Kunstfleisch boomt auch deswegen, weil der Gang »weg vom Fleisch« so einfach nicht zu sein scheint. Allein der Blick auf zwei besonders prominente Beispiele zeigt das.

Da ist etwa Beyond Meat. Das Unternehmen wurde sehr gefeiert, weil es Burger produziert, die wie Burger schmecken sollen – aber ohne Fleisch auskommen. Doch wer sich mit der Produktion beschäftigt, verliert schnell den Überblick. Die Patties bestehen aus 22 Zutaten, darunter Erbsenprotein, Kokos- und Rapsöl, Bambus, Kartoffelstärke und Rote Bete. Sieht so eine veränderte Ernährung aus? Aus Dutzenden, hoch verarbeiteten Zutaten ein Produkt zu bauen, um den Geschmack von Fleisch irgendwie zu imitieren?

Ähnlich geht ein deutscher Anbieter vor, der in dem Geschäft mit dem angetäuschten Geschmack führend ist: die Rügenwalder Mühle. Ein klassischer Wursthersteller, der irgendwann Vegetarier*innen als zahlungskräftige Kundschaft entdeckte. Dass reine Wurst aus konventioneller Herstellung kein gutes Geschäftsmodell ist, ahnte das mittelständische Unternehmen recht früh – und entwickelte Alternativen. Die jedoch basierten in großen Teilen auf Ei. Abgesehen von den vielen Verarbeitungsschritten – da kein Ei ohne Huhn und somit ohne Fleisch entsteht, ist der Nachhaltigkeits-effekt im Vergleich zu tierischer Wurst überschaubar. Mittlerweile bietet das Unternehmen auch vegane Produkte auf Basis von Erbsen. »Nur Erbsen aus Frankreich und ein bisschen Rapsöl«, verspricht die Werbung. Doch der Blick auf die Zutatenliste für das vegane »Met« zeigt: Trinkwasser, 25% Zwiebeln, Stärke, 3% Erbsenproteinisolat, Citrusfasern, natürliches Aroma,



Rapsöl, Kochsalz, Flohsamenschalen, Gewürze, Erbsenfasern, Verdickungsmittel: Carrageen, Konjak, Guarkernmehl; färbende Lebensmittel: Konzentrate aus Rettich, Paprika, Karotte; Gewürzextrakte, Kartoffelprotein.

Zwar erklärt das Unternehmen detailliert, warum die einzelnen Zutaten nötig sind. Mit einer guten pflanzenbetonten Ernährung aber hat das wenig zu tun.

»Ich habe ja zehn Jahre ausschließlich vegetarisch oder vegan gekocht«, sagt die Chef Alliance-Köchin Katharina Bäcker. »Trotzdem habe ich kaum Erfahrungen mit Fleischersatzprodukten, das fand ich schon immer Quatsch. Tofu als Tofu macht für mich Sinn, und läuft in meiner Küche nicht als Ersatz für etwas anderes, sondern als eigenständiges Lebensmittel, ebenso Seitan und Tempeh.«

IRRWEG 3: **Die alten Strukturen bleiben**

Der Großteil dieser Produkte hat einen weiteren Nachteil: Es sind nahezu ausschließlich große kapitalintensive Industrieunternehmen, die dieses Geschäft prägen. Der klassische Landwirt, die Lebensmittelhandwerkerin? Haben hier keine Chance. »Die Pionierfirmen der Branche werden immer heftiger vom Veggie-Angebot der alten Fleischkonzerne erdrückt«, kritisiert der Journalist und Autor Manfred Kriener. Er hat in seinem Buch »Leckerland ist abgebrannt« den Trugschlüssen rund um das Geschäft ein ganzes Kapitel gewidmet.

Auch der bereits zitierte Bericht von IPES-Food bemängelt: Der Markt für alternative Proteine werde heute von riesigen Unternehmen geprägt, die »Proteinmonopole« bildeten. Die Technologie hat zudem das Interesse mehrerer prominenter und finanzstarker Unterstützer*innen geweckt, darunter Bill Gates und Richard Branson, sowie beträchtliche Investitionen und Übernahmen durch die größten Fleischverarbeitungsunternehmen der Welt wie JBS, Cargill und Tyson.

Philip Howard, Mitglied von IPES-Food und Hauptautor des Berichts, warnt, dass die Umstellung auf künstliches Fleisch oder Fleischersatzprodukte in vielen Fällen die Probleme unseres industriellen Lebensmittelsystems verschlimmern würde. Dazu gehörten die Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen, industrielle Monokulturen, Umweltverschmutzung, ungesunde Ernährung und die Kontrolle durch Großkonzerne. Und Olivier De Schutter, Co-Vorsitzender von IPES-Food und UN-Sonderberichterstatter für extreme Armut und Menschenrechte, sagt: »Es ist an der Zeit, den Fokus auf demokratische, nachhaltige und in den Regionen und Gebieten verwurzelte Nahrungsmittelsysteme zu richten.«

Tatsächlich ist es überfällig, den Fleischkonsum drastisch zu reduzieren. Doch dabei gilt es, zwei Trugschlüsse zu vermeiden. Erstens: Die Alternative zu Fleisch heißt nicht Fleischersatz, sondern Gemüse und Hülsenfrüchte. Und zweitens: Ganz ohne Tiere werden die Landwirtschaft und die Ernährung der Zukunft nicht funktionieren. Die Welt braucht Wiederkäuer, die auf Wiese und Weide tier- und artgerecht Teil einer nachhaltigen Kreislaufwirtschaft sind. Sie unterstützen uns dabei, Bodengesundheit und Artenvielfalt zu erhalten und das Klima zu schonen.

Deswegen braucht die Welt nicht einfach anderes Essen, sondern andere Ernährungsformen. Viel häufiger Gemüse statt Fleisch, Hülsenfrüchte statt Wurst. Die Rezepte dafür gibt es. Sie müssen nur in die Köpfe – und auf die Teller.

► www.slowfood.de/pflanzenbetonteErnaehrung

