



Fleisch zählt immer noch zu den Leibspeisen ...

# Wie die Deutschen essen

**Deutschland – ein Land von Fleischessern? Die von Verbraucherministerin Julia Klöckner vorgestellten Zahlen zum Essverhalten der Deutschen relativieren das Klischee ein wenig.**

**Und was sagt der Ernährungsreport 2019 über Generationenunterschiede?**

**E**s gibt sie unter den vier befragten Altersgruppen zwischen 14 und mehr als 60 Jahren. Die größten Unterschiede sind diese: Ältere sagen, sie achten im Großen und Ganzen auf gesundes und schmackhaftes Essen. Sie nehmen sich mehr Zeit zum Kochen, und essen andererseits auch häufiger auswärts. Essen auf Rädern, also komplett gekochte und warmgehaltene gelieferte Mahlzeiten, kennen die meisten aller Befragten. Lieferdienste, wie Pizza und andere auf Bestellung kurzzeitig zubereitete Gerichte, spielen für Ältere allerdings kaum eine Rolle. Solches Essen lassen sich vor allem die 14- bis 29-Jährigen ins Haus bringen. Senioren nutzen auch Lieferdienste, die Lebensmittel an die Haustür bringen, am wenigsten (6 Prozent). Und nur sechs von zehn der über 60-Jäh-

rigen kennen Mittagstischangebote für Senioren. (Die SZ führt die Frankfurter Angebote im hinteren Teil jeden Heftes auf.)

## **Rentner kochen öfter als früher**

Der diesjährige Ernährungsreport des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft ermittelte auch, dass sich bei manchen die Essgewohnheiten nach dem Eintritt ins Rentenalter ändern. 52 Prozent der Rentnerinnen und Rentner unter den Befragten nehmen sich im Vergleich zur Lebensphase vor ihrem Ruhestand mehr Zeit zum Essen, und 42 Prozent kochen auch häufiger selbst. Mehr als jeder Dritte (38 Prozent) greift seltener zu Fertiggerichten als in der Berufsphase. Und wenn die über 60-Jährigen Fertiggerichte einkaufen, achten sie besonders auf die

darin enthaltenen Zucker, Fette und Salze. Doch die Mehrheit der etwa 250 befragten Rentnerinnen und Rentner in Deutschland ändert bis auf die Zeit, die sie der Nahrung im Alltag einräumen, nichts an ihren Gewohnheiten.

Dabei bleibt die Außer-Haus-Verpflegung für Deutschlands Rentnerinnen und Rentner wichtig. 52 Prozent gehen nach wie vor so oft auswärts essen wie zu Zeiten der Berufstätigkeit, neun Prozent suchen sogar öfter ein Restaurant oder eine Gaststätte auf. Unter den Befragten ist den meisten Senioren gesundes Essen wichtig (93 Prozent), und sie halten kalorienarmes Essen für wichtig.

## **Senioren auf dem Spitzenplatz**

Den Antworten auf die Befragung zufolge ernähren sich Senioren gesün-



... nur jeder Zehnte nennt Gemüsegerichte als Lieblingsessen.

der als 14- bis 29-Jährige, 30- bis 44-Jährige und 45- bis 59-Jährige. Sie essen am meisten Gemüse und Obst (80 Prozent) und Milchprodukte (65 Prozent) sowie Fische und Meerestiere (3 Prozent). Sie greifen am seltensten zu Fleisch (25 Prozent). Nur bei täglichen Süßigkeiten haben sie mit 24 Prozent nicht den Spitzenplatz inne. Doch bei der Beachtung von Fair-Trade-Siegeln und Tierwohllabeln beim Einkauf stehen sie wieder vornean (49 und 47 Prozent). Biosiegel finden sie aber von allen Befragten am wenigsten wichtig (48 Prozent).

### Typisch deutsch?

Und was steht auf dem typisch deutschen Speisezettel? Seit den 50er Jahren dominieren Fleisch und Wurst Tag für Tag die Esstische. Doch selbst eingeschlifene Ernährungsgewohnheiten können sich ändern, zumindest in kleinen Schritten. Laut dem aktuellen Ernährungsreport verzehren derzeit etwas mehr als ein Viertel der Deutschen jeden Tag Fleisch- oder Wurstwaren (28 Prozent), das sind zwei Prozent weniger als im Vorjahr und

sogar sechs Prozent weniger als 2017. Und 71 Prozent der Befragten essen täglich Gemüse und Obst. 64 Prozent der 1.000 repräsentativ befragten Deutschen geben an, täglich Milchprodukte wie Joghurt und Käse zu verzehren.

Immerhin! EU-weite Zahlen sehen die Österreicher, Portugiesen, Tschechen und Polen in puncto Fleischkonsum noch vor den Deutschen. Ein Land, in dem Gesundheit, Tierwohl und Nachhaltigkeit bei der Ernährung eine ausgeprägte Rolle spielt, ist Deutschland damit allerdings nicht. Auch das belegen die aktuellen Zahlen.

Zwar finden 91 Prozent der Befragten, dass Ernährung vor allem gesund sein soll, aber nur 70 Prozent liegt eine artgerechte Tierhaltung am Herzen. Für einen schonenden Umgang mit den natürlichen Ressourcen sprechen sich 68 Prozent aus, und eine umweltschonende Produktion ist 54 Prozent der Befragten wichtig. Sechs Prozent der Deutschen bezeichnen sich als Vegetarier, nur ein Prozent ernährt sich vegan.

### Lieblingsessen

Und was sind die Leibspeisen der Deutschen? Dazu zählen in erster Linie Fleischgerichte wie Braten, Rouladen, Steak und Schnitzel oder Gulasch (ein Drittel der Befragten). Es folgen Nudeln in allen Variationen (17 Prozent). Nur jeder Zehnte nennt ein Gemüsegericht (Grünkohl 1 Prozent) oder einen Salat (2 Prozent) als Lieblingsessen.

„Wir können und wollen den Menschen nicht vorschreiben, was sie essen sollen“, kommentierte Landwirtschaftsministerin Klöckner den vierten Ernährungsreport der Bundesregierung. Sie will aber künftig Kennzeichnungen verbessern, zum Beispiel „mit einer staatlichen Tierwohlskennzeichnung, die glaubhaft mitteilt, ob das Fleisch aus besonders tiergerechter Haltung stammt“. Kritiker werfen ihr allerdings vor, die Profitinteressen der Agrarindustrie zungunsten des Tierwohls zu berücksichtigen und den Wünschen der Lobby der Nahrungsmittelindustrie bei der Diskussion um die Kennzeichnung von Nahrungsmitteln zu folgen.

*Karin Willen*