

## Deutschlands Ernährungsstrategie

# Gesund, nachhaltig, fair ... und gut!

Preiskrise, Tierleid, Klima- und Bauernproteste: Das Thema Ernährung wird derzeit aus unterschiedlichen Gründen heiß diskutiert. Angesichts der negativen Auswirkungen unseres Einkaufs- und Ernährungsverhaltens ist ein Wandel dringend nötig. Anfang 2024 legte die Bundesregierung deshalb ihre Ernährungsstrategie für „Gutes Essen in Deutschland“ vor.

Von Nina Wolff

Während sich mancher noch fragt, was der Staat in unseren Kühl- und Schränken zu suchen habe, wächst gleichzeitig das Bewusstsein für die Auswirkungen, die unser individuelles Einkaufs- und Ernährungsverhalten auf Umwelt, Gesundheit, Tierwohl, Teilhabe- und Entwicklungsmöglichkeiten hat. Und auch der Wunsch nach mehr Gerechtigkeit entlang der Wertschöpfungskette sowie bei der individuellen Versorgung ist groß. An erster Stelle aber steht bei 99 Prozent der Bevölkerung nach wie vor, dass Essen vor allem schmecken muss (BMEL 2023: 24ff.).

Vor diesem Hintergrund hat die Bundesregierung die Erarbeitung einer Ernährungsstrategie in den Koalitionsvertrag der aktuellen Legislaturperiode einbezogen und dabei die „Freude am guten Essen“ als Antrieb definiert. Nach einem Beteiligungsprozess mit Vertreter/innen aus Wissenschaft, Wirtschaft, Verbraucherschutz, Gesundheit und Umwelt von Juni 2022 bis Februar 2023 liegt seit dem 17. Januar 2024 die Ernährungsstrategie der Bundesregierung für „Gutes Essen in Deutschland“ vor. Damit soll es für alle Menschen möglich und einfach werden, sich gut zu ernähren (Bundesregierung 2024).

Für staatliche Rahmenbedingungen ist es höchste Zeit, denn es steht viel auf dem Spiel: Weil Menschen, Böden, Tiere, Wasser und Umwelt systematisch miteinander verbunden sind, kann es gesunde Ernährung nur auf einem gesunden Planeten geben. Aktuell aber verursacht die Ernährungsweise

in Deutschland etwa ein Fünftel unserer Treibhausgasemissionen sowie den Verlust der Arten- und biologischen Vielfalt mit (UBA 2023). Und auch die individuelle Gesundheit vieler Menschen und insbesondere Kinder muss in den Fokus gerückt werden. Fehl- und Überernährung haben in allen Bevölkerungsschichten und Altersgruppen fatale Folgen für die Gesundheit einer wachsenden Zahl von Betroffenen und ziehen erhebliche staatliche Gesundheitskosten nach sich.

Unsere Ernährung hat zudem eine soziale Dimension: Nicht erst seit der jüngsten rapiden Teuerung von Lebensmitteln haben wirtschaftliche und soziale Voraussetzungen deutlichen Einfluss auf die Möglichkeiten, sich gesund zu ernähren. In einem fairen Ernährungssystem ist Ernährung erst dann gut, wenn sie für alle zur Verfügung steht.

Mit der neuen Ernährungsstrategie soll nun das gesamte Ernährungssystem verändert werden. Leitbild hierfür ist eine stärker pflanzenbetonte Ernährung mit möglichst ökologisch erzeugten, saisonal-regionalen Lebensmitteln und möglichst wenig Lebensmittelverschwendungen. Die Wegmarken dafür sind die wissenschaftlichen Erkenntnisse zu gesunder Ernährung und die planetaren Grenzen – sprich die ökologischen Belastungsgrenzen der Erde. Die daraus erwachsenden Anforderungen machen einen Umschwung auf eine vermehrt pflanzliche Kost mit wenigen tierischen Erzeugnissen unumgänglich. Hauptbestandteile sind Gemüse, Obst, Getreide,

Hülsenfrüchte und Nüsse. Dieser Ansatz, den auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) teilt, gilt wissenschaftlich und medizinisch nun als der Königsweg.

Ein wichtiger Hebel für die Umstellung ist die Gemeinschaftsverpflegung. Da ein Großteil der Deutschen mindestens einmal werktäglich in Mensen oder Kantinen isst, ebnet sie den Weg zu nachhaltigem und gesundem Essen. Wenn in Kitas, Schulen, Betrieben, Kliniken und Senioreneinrichtungen eine gute Ernährung vorgelebt wird, kann daraus eine neue soziale Norm entstehen. Als wichtigstes Instrument legt die Strategie eine verbindliche Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards in den Kantinen bis 2030 fest. Das Angebot an ökologisch erzeugtem Essen soll ebenfalls vergrößert werden.

Auch die nicht minder drängende soziale Frage nimmt die Ernährungsstrategie auf: Eine ausreichende, gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährung soll allen Menschen zugänglich sein, auch jenen aus armutsgefährdeten und von Armut betroffenen Haushalten. Etwa drei Millionen Menschen sind in Deutschland von Ernährungsarmut betroffen, also von einer qualitativ oder quantitativ unzureichenden Ernährung (WBAE 2023). Als weitere Gruppe mit besonderen Bedürfnissen identifiziert die Strategie Kinder und Jugendliche, Menschen mit Fehl- oder Mangelernährung und Menschen mit Einwanderungsgeschichte.

Beim Thema Lebensmittelverschwendungen bezieht die Strategie sich auf das sowohl global als auch für die EU und Deutschland gesetzte Ziel einer Halbierung von Lebensmittelabfällen bis 2030. Die notwendige Verhaltensänderung soll insbesondere in privaten Haushalten erbracht werden, in denen mehr als die Hälfte der Abfälle stattfinden.

Was aber rechtfertigt nun, dass der Staat in die Rahmenbedingungen einer so privaten Angelegenheit wie dem Essen eingreift? Galt nicht der „mündige Verbraucher“ als das ernährungspolitische Leitbild schlechthin, mit der Folge, dass sich staatliche Intervention auf die

Förderung „verantwortungsvoller Verbraucherentscheidungen“ beschränkte? Diesem Ansatz lag die Vorstellung zugrunde, bereits eine Sensibilisierung und Aufklärung der Verbraucher/innen bewirke die Änderung ihres Ernährungsverhaltens. Doch dies erwies sich als Trugschluss. Mittlerweile hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass der wirksamste und gerechteste Weg zur Änderung unserer Ernährungsgewohnheiten darin besteht, die Bedingungen zu ändern, unter denen Ernährungsentscheidungen getroffen werden.

Eine zentrale wissenschaftliche Empfehlung besteht daher darin, Verbraucher/innen durch die Gestaltung angemessener Ernährungsumgebungen bei der Realisierung einer nachhaltigeren Ernährung stärker als bisher zu unterstützen (WBAE 2020). Die Ernährungsumgebung beeinflusst den gesamten Verhaltensprozess unserer Ernährung weitreichend. Konkret zählt dazu das Angebot gesundheitsfördernder, sozial-, umwelt- und tierwohlverträglicher Lebensmittel oder Gerichte überall da, wo Essen stattfindet. Wichtige Ansatzpunkte sind neben der strategischen Ausrichtung von Einrichtungen der Gemeinschaftsgastronomie und der Suche nach Möglichkeiten zur Nivellierung ungleicher sozioökonomischer Möglichkeiten auch die Gestaltung der Konsumlandschaft, also all jener Elemente der Ernährungsumgebung, die Lebensmittelhandel, -industrie, -werbung und -kennzeichnung betreffen.

Ergänzend zur Schaffung nachhaltiger Ernährungsumgebungen soll die individuelle Handlungsebene durch strikter nachhaltige und gesunde Ernährungsempfehlungen, Maßnahmen der Ernährungskommunikation und -information, Ernährungsbildung, Prävention sowie durch das Zusammendenken von Ernährung und Bewegung gestärkt werden.

Es ist nicht von der Hand zu weisen: Mit der Ernährungsstrategie hat das Politikfeld „Ernährung“ in Deutschland eine entscheidende Aufwertung erfahren. Um nachhaltiges und gesundes Essen gesellschaftlich als das neue Nor-

mal sicher zu positionieren, muss die Strategie in Anbetracht der Dringlichkeit von Klima-, Artenvielfalts- und Gesundheitskrise nun zügig umgesetzt werden. Hierfür braucht es einen sinnvollen Durchführungsplan mit Arbeitspaketen, zeitlicher Terminierung und effizientem Management ebenso wie eine ausreichende Finanzierung. Aber vor allem darf das nicht verloren gehen, was die Strategie als Mission definiert: die Freude am guten Essen. Denn nur mit Freude und Genuss kann der notwendige Wandel gelingen.

## Literatur

BMEI (2023): Deutschland, wie es isst. Der Ernährungsbericht 2023. Berlin, Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. [www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_Broschueren/ernaehrungsbericht-2023.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=4](http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Broschueren/ernaehrungsbericht-2023.pdf?__blob=publicationFile&v=4)

Bundesregierung (2024): Gutes Essen für Deutschland. Ernährungsstrategie der Bundesregierung. Berlin, Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. [www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_ernaehrung/ernaehrungsstrategie-kabinett.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=8](http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_ernaehrung/ernaehrungsstrategie-kabinett.pdf?__blob=publicationFile&v=8)

UBA (2023): Towards healthy and sustainable diets in Germany. UBA-Texte 67/2023. Dessau-Roßlau, Umweltbundesamt. [www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/11740/publikationen/2023-05-10\\_texte\\_67-2023\\_towards\\_healthy.pdf](http://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/11740/publikationen/2023-05-10_texte_67-2023_towards_healthy.pdf)

WBAE (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung. Gutachten. Berlin, Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim BMEL. [www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltigernaehrung.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=3](http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltigernaehrung.pdf?__blob=publicationFile&v=3)

WBAE (2023): Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen. Stellungnahme. Berlin, Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim BMEL. [www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/ernaehrungsarmut-pandemie.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=3](http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/ernaehrungsarmut-pandemie.pdf?__blob=publicationFile&v=3)

## AUTORIN + KONTAKT

**Dr. Nina Wolff** ist Vorsitzende von Slow Food Deutschland und Mitglied des Vorstands von Slow Food International.  
Slow Food Deutschland e. V.,  
Marienstr. 30, 10117 Berlin.  
E-Mail: [nina.wolff@slowfood.de](mailto:nina.wolff@slowfood.de),  
Internet: [www.slowfood.de](http://www.slowfood.de)

## Nachhaltigkeit

# A-Z



## wie Lösungen

Die Natur ist überall bedroht und bisherige Maßnahmen zu ihrem Schutz reichen nicht aus. Politik, Unternehmen und wir alle müssen noch besser werden! Tom Veltmann stellt eine Reihe konkreter Maßnahmen vor – für jeden einzelnen, für Unternehmen und für die Politik.

**T. Veltmann**

**Das Schöne bewahren**  
Handeln für eine lebenswerte Zukunft  
168 Seiten, Broschur, 22 Euro  
ISBN 978-3-98726-059-9

Bestellbar im Buchhandel und unter [www.oekom.de](http://www.oekom.de). Auch als E-Book erhältlich.

 **oekom**

Die guten Seiten der Zukunft