

Heiße Sommer, trockene Erde, heftiger Regen... Weltweit verändert sich das Klima, das merken wir auch in Deutschland. Möchten Sie klimabewusster leben? In unserer Grünen Seite geben wir Ihnen die nächsten Wochen Tipps für klimafreundliches Einkaufen, Kochen und Essen. Einfach, praktisch und gut für die Gesundheit!

Tipp 1: Weniger Fleisch – mehr Gemüse und Obst und dem Klima geht´s besser!

Fleisch und Fisch, Eier und Milchprodukte – viele Menschen essen sie am liebsten jeden Tag. Doch tierische Lebensmittel sind nicht gut für unser Klima. Ein großer Teil der Treibhausgase auf unserer Erde entsteht durch Viehzucht.

Der Anbau von Gemüse und Obst braucht viel weniger Energie als Viehzucht. Getreide und Hülsenfrüchte (wie Erbsen und Linsen) sind ein prima Ersatz für tierische Lebensmittel. Außerdem sind sie gut für die Gesundheit.



Darum ist der erste Klima-Tipp: Bringen Sie nicht mehr als zwei- oder dreimal pro Woche Fleisch auf den Tisch. Das gilt auch für Wurst, Eier, Milch und Käse.

Diese und weitere Tipps und Anregungen sind auch auf der Homepage der VG Loreley unter der Rubrik **-Klimaschutz-** zu finden!



Quelle: Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)