



Nachhaltige Ernährung

Nachhaltige Ernährung ist aktuell in aller Munde. Doch was genau als nachhaltig gilt, darüber lassen sich je nach Quelle verschiedene Informationen finden. Der Kanton Zürich bietet Hilfestellung in diesem komplexen Thema und gibt Tipps für die Umsetzung.

Sarah Böttinger,
Projektleiterin Klimaschutz
Abteilung Luft, Klima, Strahlung
AWEL
Baudirektion Kanton Zürich
Telefon 043 259 43 60
sarah.boettinger@bd.zh.ch
www.zh.ch/nachhaltige-ernaehrung

Themenschwerpunkt «Nachhaltige Ernährung»

- «Stimmen aus zwei kantonseigenen Verpflegungsbetrieben», Seite 7
- «Nachhaltiger Networking-Lunch für Gastrobetriebe», Seite 9
- «Teamgeist in der Küche – Umami entdecken», Seite 13
- «Food Waste hinnehmen? Nein, aktiv werden!», Seite 15
- «Kommentar: Wo soll man denn kochen lernen?», Seite 19

Was ist nachhaltige Ernährung? Sie ist grossteils pflanzenbasiert und lokal. Der Kanton unterstützt seine eigenen Betriebe, aber auch Restaurants und kommunale Verpflegungsbetriebe bei der Umsetzung hin zu nachhaltigeren Menüs.

Quelle: Strickhof

Als Faustregel gilt: Durch mehr pflanzenbasierte Lebensmittel, die Reduktion von Food Waste und den Fokus auf saisonale Produkte aus der Region können die Belastungen für Umwelt und Klima deutlich reduziert werden. Und da eine nachhaltigere Ernährung häufig zu einem ausgewogeneren Speiseplan führt, profitiert auch die eigene Gesundheit.

Mit gängigen Irrtümern aufräumen

Warum dies so ist und mit welchen Hilfsmitteln die Faustregeln umgesetzt werden können, erklärt die neue kantonale Website «Nachhaltige Ernährung» (Zusatzinfo unten). Auf dieser Plattform werden unter anderem wissenschaftliche Zusammenhänge zwischen Ernährung und Umwelt erläutert. Es wird auch mit gängigen Irrtümern aufgeräumt.

Haben zum Beispiel regionale Lebensmittel immer die bessere Umweltbilanz? Nicht unbedingt ... Ausserhalb der Saison belasten beispielsweise Schweizer Tomaten aus beheizten Gewächshäusern Klima und Umwelt mehr als solche aus den südlichen Nachbarländern. Grundsätzlich gilt jedoch, dass saisonale Produkte aus der Region in der Regel die beste Umweltbilanz aufweisen – und erst noch besser schmecken.

Was macht der Kanton konkret, um dem Ziel einer nachhaltigen Ernährung näher zu kommen? Und was können Städte und Gemeinden bewirken?

Leitbild Nachhaltige Ernährung

Im Jahr 2022 hat der Regierungsrat das «Leitbild Nachhaltige Ernährung» für den Kanton Zürich festgesetzt. Darin werden Leitsätze für ein nachhaltiges und zukunftsfähiges Ernährungssystem beschrieben und die Handlungsbereiche des Kantons definiert. Einer der Handlungsbereiche betrifft die kantonseigenen Verpflegungsbetriebe, für die der Regierungsrat folgende Ziele festgelegt hat:

- Reduktion der Treibhausgasemissionen um 20 Prozent bis 2025 und 40 Prozent bis 2030 gegenüber einem Referenzwert aus 2018
- Reduktion der vermeidbaren Lebensmittelverluste (Food Waste) auf 50 Gramm pro Teller oder zehn Prozent der Produktionsmenge bis 2027 (Artikel «Food Waste hinnehmen? Nein, aktiv werden!», Seite 15)

Website «Nachhaltige Ernährung»

Die Website www.zh.ch/nachhaltige-ernaehrung bietet Grundlagen zum Thema Ernährung & Umwelt und gibt nützliche Tipps für den Alltag. Separate Bereiche für die Gastronomie sowie Gemeinden und Städte enthalten spezifische Informationen. Infos zur Arbeitsgruppe «Nachhaltige Ernährung» gibt es unter www.zh.ch/klimadialog.

Richtlinie Nachhaltige Gastronomie

Um die Erreichung dieser Ziele zu unterstützen, wurde gemeinsam mit kantons-eigenen Verpflegungsbetrieben die neue kantonale «Richtlinie Nachhaltige Gastronomie» erarbeitet. Sie enthält konkrete Massnahmen und Hilfsmittel, um das Speisenangebot nachhaltiger zu gestalten.

Die Richtlinie ist auf der Website www.zh.ch/nachhaltige-ernaehrung aufgeschaltet. Damit steht allen Gastronomiebetrieben – auch denjenigen von Gemeinden – eine Grundlage zur Verfügung, mit der sie das Ziel einer nachhaltigeren Verpflegung voranbringen können. Ein vom Kanton organisiertes Gastroevent ermöglichte es interessierten Gastronominnen und Gastronomen im Juni 2024, solche Gerichte selbst zu probieren und sich zu vernetzen (Artikel «Nachhaltiger Networking-Lunch für Gastrobetriebe», Seite 9).

CO₂-Quick-Check für Restaurants

Für eine unkomplizierte Standortanalyse des eigenen kulinarischen Angebots können Restaurants sowie kantonseigene Betriebe den CO₂-Quick-Check nutzen. Dafür kann die Speisekarte (bei Betrieben der Gemeinschaftsverpflegung ein bis zwei Wochenmenüs) auf der Website hochgeladen werden. Innerhalb von vier Wochen folgt eine Einordnung zur Kli-

mafreundlichkeit der angebotenen Gerichte. Ergänzt wird der Bericht um Tipps, wie die Speisenauswahl klimafreundlicher gestaltet werden kann. Dieses Angebot des Kantons ist für alle Gastronomiebetriebe auf Kantonsgebiet kostenfrei.

Gemeinden und Städte: Eigene Verpflegungsbetriebe und Bevölkerung sensibilisieren

Für Gemeinden und Städte gibt es auf der kantonalen Website «Nachhaltige Ernährung» einen eigenen Bereich, in dem sie für sie relevante Informationen finden:

- Nützliche Informationen für eigene Verpflegungsbetriebe, z. B. in Schulen oder Betreuungseinrichtungen
- Wissenswertes für die Gestaltung von nachhaltigeren Veranstaltungen wie Apéros oder Dorf- bzw. Quartierfeste
- Tipps, wie und wo Gemeinden zum Thema Nachhaltige Ernährung aufklären können. Dazu gehören Ideen wie beispielsweise ein Food-Save-Parcours oder ein Fermentationsworkshop zur Information und Sensibilisierung der Bevölkerung.
- Hinweise zur Integration des Themas «Nachhaltige Ernährung» in den Schulunterricht.

Jede Aktivität bewirkt etwas

Nachhaltigkeit ist und bleibt ein komplexes Thema, auch im Bereich Ernährung.

Als einzelne Person fragt man sich vielleicht, was Handlungen im eigenen kleinen Wirkungsbereich überhaupt bringen und vor allem, wo man ansetzen soll. Hier kann das Informationsangebot des Kantons unterstützen. Am Ende ist es dann ein Mosaik von kleinen und grossen Aktivitäten, die in der Summe eine grosse Wirkung erzielen.

Handlungsempfehlungen

- Private Restaurants und kommunale Verpflegungsbetriebe, wie Gesundheitszentren für das Alter oder Schulen, können die «Richtlinie Nachhaltige Gastronomie» als Anregung für Aktivitäten nutzen. Fragen beantwortet Sarah Böttinger (sarah.boettinger@bd.zh.ch).
- Von der Kaffeepause bis zum Sommerfest: Auch eigene Veranstaltungen können nachhaltiger gestaltet werden. Einige Faustregeln sowie ausführliche Leitfäden bietet die kantonale Website «Nachhaltige Ernährung».
- Nachhaltige Ernährung hat viele spannende Aspekte und eignet sich ideal zum Mitmachen und Ausprobieren. Tipps und Ideen liefert die kantonale Website.

www.zh.ch/nachhaltige-ernaehrung



Der Kanton hat sich mit seinem «Leitbild Nachhaltige Ernährung» das Ziel gesetzt, entlang der gesamten Wertschöpfungskette zu einem nachhaltigen Ernährungssystem beizutragen. Im Bild: Plakate vom Stand an der FOOD ZÜRICH.
Quelle: Sabina Bobst