

Medienmitteilung

Bern, 12. September 2024

Proviande kritisiert die neuen Ernährungsempfehlungen des Bundes

Die Bedeutung von Fleisch wird in den neuen Schweizer Ernährungsempfehlungen des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen stark verringert. Proviande kritisiert diese Marginalisierung und die Darstellung der Lebensmittelpyramide.

Fleisch ist ein äusserst hochwertiges Lebensmittel und Bestandteil für eine ausgewogene und gesunde Ernährung. Nun aber wird der Anteil von Fleisch in den neuen Ernährungsempfehlungen stark abgewertet, weil es fälschlicherweise bei Gesundheits- wie auch Umweltaspekten in der Kritik steht. Als Ersatz für tierische Proteine sollen gemäss den Empfehlungen zur neuen Lebensmittelpyramide vermehrt pflanzliche Proteine aufgenommen werden. Hiess es bisher «Fleisch, Fisch, Eier & Tofu», so lautet die Reihenfolge nun «Hülsenfrüchte, Eier, Fleisch und Weitere».

Pflanzliche Proteine sind kein Fleischersatz

In der bisherigen Lebensmittelpyramide galt die Empfehlung: «Konsumieren Sie Fleisch massvoll.» Heute steht dazu: «Über eine Woche hinweg zwischen den verschiedenen Proteinquellen abwechseln: Hülsenfrüchte, Tofu, Eier, Fleisch, Fisch und Weitere».

Somit wurde die frühere Empfehlung neu als maximale Menge definiert. Proviande stimmt dieser Empfehlung nicht zu. Es gibt keinen Grund, die empfohlene Menge an Fleischkonsum zu verringern. Denn es liegt keine wissenschaftliche Evidenz vor, dass Fleisch, so wie es mengenmässig heute in der Schweiz verzehrt wird, negative Auswirkungen auf die Gesundheit hat. Zudem müsste nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen die doppelte Menge an pflanzlichen Proteinen gegenüber tierischen Proteinen gegessen werden, um die gleiche Protein-Wirkung im Körper zu erzielen, was jedoch eine deutliche Überversorgung mit Kohlehydraten zur Folge haben kann.

Fragwürdige Verknüpfung mit Nachhaltigkeit

Neu werden in den Empfehlungen die beiden Bereiche Nahrung und Nachhaltigkeit miteinander verknüpft. Der Umwelt ist aber nicht geholfen, wenn mehr Pflanzen und weniger tierische Lebensmittel gegessen werden. Denn ein verminderter Fleischkonsum führt nicht in erster Linie zu Ressourcenschonung. Die Behauptung, tierische Lebensmittel würden die Umwelt stärker belasten als pflanzliche Lebensmittel, ist eine pauschale Falschannahme, insbesondere in Anbetracht der hohen Schweizer Produktionsstandards. Zudem basieren die bisherigen Berechnungen der Methangas-Belastungen auf überholten Werten.

Lebensmittelpyramide blendet Fleisch fast aus

Halb versteckt hinter einem Tofu-Quader findet sich in der neuen Lebensmittelpyramide eine kleine Pouletbrust. Rotes Fleisch, wie beispielsweise vom Schwein oder Rind, fehlt gänzlich. Proviande kann diese grafische Herabstufung von Fleisch in der Lebensmittelpyramide nicht nachvollziehen und verlangt eine bessere Sichtbarkeit von Fleisch. Die neue

Lebensmittelpyramide vermittelt einer Betrachterin oder einem Betrachter den Eindruck, rotes Fleisch zu essen sei unnötig, ja gar nicht empfehlenswert – was nicht den Tatsachen entspricht.

Kontaktperson:

Lorenz Degen

Tel: 031 309 41 31

E-Mail: lorenz.degen@proviande.ch