



Baden-Württemberg.de

📅 18.12.2023

ERNÄHRUNG

# Aufruf zum Kauf regionaler Lebensmittel



© picture alliance/dpa | Annette Riedl

Symbolbild

**Minister Peter Hauk ruft an Weihnachten zum Kauf regionaler Produkte und zu mehr Wertschätzung für Lebensmittel auf. Zudem kann jeder mit ein paar einfachen Tipps und Tricks auch an den Feiertagen zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen beitragen.**

„In der Familie gemeinsam kochen, backen und genießen gehört in der Advents- und Weihnachtszeit für viele einfach dazu. Egal ob klassisches Gebäck, 3-Gänge-Weihnachtsmenü, Raclette-Abende oder Silvestermenü, in der Zeit um Weihnachten sollte man sich, was den Genuss angeht, etwas Gutes gönnen – am besten aus Baden-Württemberg. Wenn Sie gezielt zu Lebensmitteln aus dem Land greifen, kaufen Sie mehr als einen Apfel, ein Brot oder ein Stück Fleisch. Sie kaufen ein Stück Heimat und ein Produkt, dem Sie vertrauen können. Sie kaufen gleichzeitig qualitativ hochwertige Produkte mit kurzen Transportwegen und leisten zusätzlich einen Beitrag zum **Klimaschutz**“, sagte der Minister für

Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz, [Peter Hauk](#), am 18. Dezember 2023 in Stuttgart anlässlich der bevorstehenden Feiertage.

Wichtig ist ein achtsamer und bewusster Umgang mit Lebensmitteln, gerade zu Weihnachten. Mit ein paar einfachen Tipps und Tricks kann jeder auch an den Feiertagen zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen beitragen.

„Häufig wird auf Verdacht doch mehr eingekauft und gekocht, als eigentlich benötigt wird. Am Ende bleibt Essen übrig und landet in der Tonne. Das muss nicht sein. Im Alltag und gerade an Weihnachten sollte die Wertschätzung für Lebensmittel und die, die sie produzieren, im Mittelpunkt stehen“, betonte Minister Hauk.

## Gute Menü- und Einkaufsplanung empfehlenswert

Eine gute Planung sei das A und O. Regionaler Genuss in der Weihnachtszeit gelingt am besten mit einer guten Menü- und Einkaufsplanung. Am besten überlegen Sie sich bereits in den Tagen vor dem Fest, was Sie kochen möchten und schreiben Sie sich schon jetzt eine übersichtliche und gut durchdachte Einkaufsliste: Was soll wann und wo eingekauft werden? In der [„Natürlich. VON DAHEIM.“-App](#) lassen sich passende Rezepte und viele regionale Produzenten in der Nähe finden.

„Bei Ihren regionalen Produzenten können viele Lebensmittel, besonders länger haltbare Produkte, schon frühzeitig besorgt oder frische Lebensmittel wie Schweine- oder Rindfleisch, Ente oder Gans, aber auch Wildfleisch und Gemüse sowie Salat vorbestellt werden. Selbstverständlich erhalten Sie Qualität aus Baden-Württemberg auch im Lebensmitteleinzelhandel. Achten Sie daher auch an Weihnachten beim Einkauf auf das Zeichen mit den drei Löwen“, so Minister Hauk.

## In den „Schmeck-den Süden“-Restaurants verwöhnen lassen

Wer sich an Weihnachten außerhalb der eigenen Küche verwöhnen lassen will, der hat die Möglichkeit in einem der leckeren [„Schmeck-den Süden“-Restaurants](#) zu essen. Bei der Suche nach dem richtigen Gasthof hilft der neue [„Schmeck-den-Süden“-Genussführer](#). Regionalität steht dabei im Vordergrund. Das gilt auch für die [Naturparkwirte](#), die in den sieben Naturparks im Land dafür sorgen, dass regionale Produkte aus der Region veredelt und verfeinert auf die Teller der Gäste kommen. „Eine immer wichtigere Rolle spielt gerade an Weihnachten auch das Thema Wild. In fast keinem Produkt steckt so viel Natur wie in Wildfleisch. Jägerinnen und Jäger hegen und pflegen Wild und Natur. Wer Wildfleisch isst, tut sich und der Umwelt etwas Gutes“, sagte Minister Hauk.

Dass gerade bei Festtagsgerichten Reste übrigbleiben, das komme vor. Doch es sei wichtig, die Reste zu verwerten und mit Lebensmitteln bewusst umzugehen.

Bleibt nach dem Essen etwas übrig, ist es wichtig, die abgekühlten Speisen zügig luftdicht zu verpacken und im Kühlschrank aufzubewahren. Am nächsten Tag bieten die Essensreste die Möglichkeit, neues in der Küche auszuprobieren.

# Genießbarkeit von Lebensmittel mit eigenen Sinnen prüfen

Mit ein bisschen Kreativität entstehen aus den Resten weitere leckere Gerichte und häufig ganz neue Geschmackserlebnisse. Kartoffeln oder Klöße lassen sich zusammen mit Gemüse- und Fleischresten in einer bunten Pfanne oder in einem Auflauf wunderbar kombinieren „In jedem Lebensmittel stecken wertvolle Ressourcen und ihr Wert misst sich nicht nur an ihrem Preis. Deshalb empfiehlt es sich, die Genießbarkeit eines Lebensmittels erst mit den eigenen Sinnen zu prüfen, bevor es im Müll landet“, betonte Minister Hauk.

Ist bereits bekannt, dass die Reste aufgrund eines anstehenden Urlaubs in den nächsten Tagen nicht verzehrt werden, können die Speisen auch direkt nach dem Essen in gefriergeeigneten Behältern eingefroren und zu einem späteren Zeitpunkt genossen werden. Dies sollte möglichst rasch erfolgen, damit Qualität und Geschmack der Mahlzeit erhalten bleibt. Gut ist auch an eine Beschriftung der Gefrierdosen oder -beutel zu denken, damit man auch nach einigen Wochen oder Monaten noch weiß, welche Speisen sich darin verbergen.

Werden Lebensmittel weggeworfen, ist das bares Geld, das verloren geht. Aber nicht nur das: In jedem Lebensmittel stecken wertvolle Ressourcen wie Wasser, Ackerfläche und Energie, die zu deren Herstellung benötigt werden. Auch diese werden vergeudet. Außerdem sollte die Wertschätzung gegenüber denen, die Lebensmittel produzieren, nicht vergessen werden. „Die baden-württembergischen Landwirte und das regionale Lebensmittelhandwerk stecken viel Mühe, Zeit und Herzblut in die Produktion ihrer Erzeugnisse. Deshalb sollten wir alle auch an den Feiertagen einen Beitrag zur Lebensmittelwertschätzung und Reduzierung von Lebensmittelabfällen leisten“, betonte Minister Hauk.

## Elf Millionen Tonnen Lebensmittelabfälle pro Jahr

In Deutschland werden gemäß einer Erhebung des Statistischen Bundesamts aus dem Jahr 2022 etwa elf Millionen Tonnen Lebensmittel jährlich weggeworfen. Der Großteil davon fällt mit 59 Prozent (6,5 Millionen Tonnen) in privaten Haushalten an. Mit ein paar einfachen Tipps und Tricks kann jeder etwas gegen die Verschwendung tun.

[Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz: Lebensmittelretter](#)

[Verbraucherzentrale Baden-Württemberg: Portionsplaner](#)

[Regionalkampagne „Natürlich. VON DAHEIM“: Regional kochen](#)

[Pressemitteilung vom 18. Dezember 2023: Vorstellung des Genussführers 2024](#)

#Klimaschutz #Verbraucherschutz #Tourismus

**Link dieser Seite:**

<https://www.baden-wuerttemberg.de/de/service/presse/pressemitteilung/pid/aufruf-zum-kauf-regionaler-lebensmittel>