



Augen auf Mund zu

**Überblick im Überfluss
Was kann man überhaupt noch essen?**

Eine Verbraucherinformation von

GREENPEACE

Sehr geehrte Verbraucherin, sehr geehrter Verbraucher,

Sie wollen sich gesund und preiswert ernähren, wissen aber langsam nicht mehr wie? Sie haben weder Garten, noch Kompost und keine Lust Brot selbst zu backen, zu schlachten oder Bier zu brauen? Und Sie wollen trotzdem dafür sorgen, dass Kälber Muttermilch trinken dürfen und der Apfelsaft aus Äpfeln besteht und nicht aus Aromastoffen und Sägespänen? Kein Problem: Mit dieser Broschüre findet man als Normalverbraucher gesunde und umweltfreundlich hergestellte Lebensmittel, die nicht die Welt kosten.

Der Kauf von Öko-Produkten lohnt sich

Zwar sind Bio-Produkte oft teurer, weil Öko-Bauern mehr Aufwand treiben, um die Umwelt zu schützen, und dabei geringere Erträge haben. Doch der Preisunterschied ist z.B. bei Brot, Joghurt und Käse relativ klein. Am meisten muss man für Bio-Fleisch bezahlen, weil die Qualitätsunterschiede zur konventionellen Tierhaltung sehr groß sind.

Doch es lohnt sich für Sie und die Umwelt: Mit jedem Liter Ökomilch, den sie pro Jahr kaufen, ermöglichen Sie einem Landwirt zwei Quadratmeter Grünland auf ökologische Bewirtschaftung umzustellen, mit jedem Brot aus Biogetreide sind es ca. zwei Quadratmeter Acker, die er umweltfreundlich bewirtschaftet.

Öko-Bauern: Früher belächelt, heute vorne

Öko-Landwirte sind immer noch eine Minderheit in der deutschen Landwirtschaft. Aber während sie früher als Sonderlinge belächelt wurden, sind sie heute wichtiger Teil der Agrarwende. Sie arbeiten mit raffinierten, modernsten Techniken und ausgeklügelten Anbaumethoden auf dem Acker. Auf ihren Höfen können Hühner im Freien laufen, scharren, im Staub baden, Schweine können sich suhlen, die Milchkühe stehen oft auf der Weide. Obst wird nicht chemisch gespritzt und das Viehfutter ist gentechnikfrei. Alle Öko-Marken haben strenge Richtlinien, an die sich Vertragshöfe halten müssen.

Vorsicht vor Geschäftemachern

Dass umweltfreundliche Produkte sich gut vermarkten lassen, haben auch skrupellose Geschäftemacher gemerkt. Aber mit ein bisschen Erfahrung erkennt man „gute“ und „schlechte“ Lebensmittel auf den ersten Blick. Wir helfen Ihnen dabei. Auf den nächsten Seiten beantworten wir die Fragen:

- *Welche Supermärkte bieten Öko-Produkte an?*
- *Woran erkennen Sie Öko-Produkte ?*
- *Auf welche Siegel sollten Sie nicht reinfallen?*
- *So finden Sie Ökoprodukte in Ihrer Nähe*

Welche Supermärkte bieten Öko-Produkte an?

Nach den Lebensmittelskandalen der letzten Zeit haben sich immer mehr Supermarktketten entschlossen, Öko-Produkte in ihr Sortiment aufzunehmen. Dabei handelt es sich entweder um Einzelprodukte wie Bio-Eier, Öko-Vollkornmehl, Öko-Babynahrung oder um ganze Sortimente, sogenannte **Eigenmarken**. Wir stellen Ihnen die Bio-Eigenmarken der größten bundesdeutschen Handelsketten vor. Sehr viele der Lebensmittel sind Zubereitungen wie Fruchtjoghurt, Fertiggerichte oder Backmischungen, die auch den modernen Nebenbei-Köchen (Mikrowelle) und Einhand-Essern (in der anderen Hand das Handy oder die Fernbedienung) entgegen kommen. Selbst Chips oder Süßigkeiten gibt es in Bio-Qualität.

So erkennen Sie die Bio-Eigenmarken der Supermärkte

EDEKA



REWE



METRO



TENGELMANN



PLUS



SPAR



TEGUT



GLOBUS



Edeka

Die Bio-Eigenmarke von Edeka heißt „Bio Wertkost“. Die Fleisch- und Wurst-Ökomarke „Bio Gutfleisch“ der Bauerngut GmbH gibt es bei Edeka und Karstadt. Das „Bio Wertkost“-Sortiment umfasst mittlerweile 150 bis 160 Artikel in mehr als 2.700 Edeka-Märkten. Inzwischen sollen rund 4.000 der größten von insgesamt 10.600 Edeka-Geschäften Bio-Wertkost führen. Das „Bio-Wertkost“-Sortiment: Molkereiprodukte, Eier, elf Sorten Schinken und Wurst, Obst, Gemüse, Reis, Nudeln, Mehl, Grieß, dazu Öle und Honig.

Rewe – Minimal – HL – Stüssgen – Otto Mess – Toom

Rewe führt die Marke „Füllhorn“ bundesweit in 3000 Märkten, daneben werden auch regional eingekaufte Bioartikel (z.B. Eier, Kartoffeln) vertrieben. „Füllhorn“ ist die Biomarke für rund 200 Artikel, darunter etwa 50 Obst- und Gemüsesorten, Tiefkühlgemüse, Eier, Molkereiprodukte, Eiscreme, Brotaufstriche und Fleisch (nur in einigen Märkten). Sollte Ihr Markt keine Bioartikel führen, sprechen Sie den Marktleiter darauf an.

Metro

Die Metro AG fördert vor allem ihre Öko-Eigenmarke „Grünes Land“ (sogar zertifiziert nach den strengen Regeln von Naturland bzw. Bioland), daneben bietet sie Öko-Fachmarken an (Hipp, Schneekoppe u.a.). Das Sortiment insgesamt: Öle, Mehle, Backartikel, Getreide, Brotaufstriche, Desserts, Würzmittel, Obst & Gemüse, Eier, Wurst, Molkereiprodukte und Gebäck. Bio-Fleisch ist in Planung.

Tengelmann

Die Öko-Eigenmarke von Tengelmänn (auch bei Kaiser's) heißt „Naturkind“. Das Sortiment umfasst über 100 Produkte u.a. Käse, Joghurt, Vollmilch, Öle, Eier, Wurst, Fleisch, Tiefkühlkost, Honig, Cornflakes, Babynahrung und Kaffee.

Plus

Die Discounter-Kette Plus bietet unter der Eigenmarke „BioBio“ ökologisch erzeugte Produkte an, die der EU-Bio-Verordnung entsprechen. Das bislang kleine Sortiment besteht aus Fertiggerichten, Kartoffeln, Molkerei- und Trockenprodukten.

Spar

Unter der neuen Bio-Eigenmarke „Pro Natur“ werden sowohl das Trockensortiment als auch Frische-Artikel geführt. Bisher ist das Sortiment eher klein. Es besteht u.a. aus Reis, Getreide, Öle, Teigwaren, Süßigkeiten, Brotaufstriche, Nüsse und Säfte.

Tegut

Tegut bietet in 330 Supermärkten in Hessen, Bayern und Thüringen etwa 1200 Artikel an unter den Marken „Tegut Bio“, „bio kff“ und „Alnatura“. In jeder Warengruppe kann der Kunde wählen, ob er ein herkömmliches Produkt kaufen möchte oder ein ökologisch Erzeugtes.

Globus

Das SB-Warenhaus Globus bietet etwa 70 Artikel der Öko-Eigenmarke „Terra pura“ an.

SONSTIGE:

Aldi

„Öko bei Aldi“ ist in Süddeutschland schon Realität bei Kartoffeln und einzelnen Milchprodukten. Aldi-Nord plant ähnliches. Die österreichische Aldi-Süd-Tochter Hofer bietet Bio-Milch an, zusammen mit Joghurt und Käse.

Wal Mart

Das nicht gerade üppige Öko-Sortiment besteht aus Obst, Gemüse, Brot, Molkerei- und Trockenprodukten.

Famila

In den Famila-Märkten wurde ein Leitsystem entwickelt, mit dem Kunden die Bio-Qualitäten leichter finden. Zur Jahreswende 2000/2001 wuchs der Umsatz mit der Eigenmarke „Gemeinschaft der Naturlandbauern“ um 29 Prozent.

Öko-Supermärkte

Da die Nachfrage nach Öko-Lebensmitteln steigt, eröffnen inzwischen auch immer mehr Bio-Supermärkte.

Alnatura



Die Alnatura GmbH bietet insgesamt 6.000 ökologisch erzeugte Produkte an, darunter 240 Lebensmittel. Sie besitzt einige eigene Filialen und vertreibt die Waren in DM-Märkten, Budnikowsky und bei Tegut.

Basic

Dieser große Bio-Supermarkt hat Filialen in Stuttgart, München, Augsburg und Nürnberg. Das Sortiment sowie die Auswahl sind sehr umfangreich.

Woran erkennen Sie Öko-Produkte?

Bei Lebensmitteln, die mit Namen wie „Natürlich“, „Landglück“, „Naturharmonie“, „Handwerklicher Tradition“, „Hausrezept“, „Kontrollierte Qualität“ oder Ähnlichem angepriesen werden, handelt es sich nicht unbedingt um umweltfreundlich und nachhaltig erzeugte Produkte.

Zuverlässig sind aber die Begriffe „**bio**“ und „**öko**“, die nicht mehr beliebig eingesetzt werden dürfen: Die so bezeichneten Lebensmittel erfüllen die Kriterien der EU-Öko-Verordnung. Aber es gibt Ausnahmen: Lebensmittel, die bereits vor der Öko-Verordnung diese Namenszusätze hatten, sind von der Regel ausgenommen. „Bio“ und „öko“ dürfen bis 2006 auf diesen Produkten stehen, z.B. auf Bioghurt, obwohl sie nicht ökologisch produziert wurden.

1. Am neuen Bio-Siegel



Verbraucher müssen nicht länger nach der kleinen Öko-Kontrollnummer auf der Verpackung suchen: Seit September 2001 gibt es ein staatliches Bio-Siegel in Deutschland. Alle Lebensmittel, die nach den Öko-Richtlinien der EU erzeugt werden, können das gut erkennbare Siegel tragen. Es ist damit zu rechnen, dass es auf vielen Öko-Produkten gerade in Lebensmittelgeschäften haften und so für mehr Klarheit sorgen wird. Um das Siegel bekannt zu machen, hat die Bundesregierung eine Werbekampagne gestartet. Erfahrungen aus anderen Ländern zeigen, dass ein einheitliches Öko-Siegel dem Käufer bei der Entscheidung hilft und den Absatz fördert.

2. An der EWG-Kontrollstellen-Nummer auf der Packung

Nur die gesetzlich vorgeschriebene EWG-Kontrollstellen-Nummer, z.B. DE-001-Öko-Kontrollstelle, die auf dem Produkt zu finden sein muss, garantiert ein Öko-Lebensmittel. Sie bestätigt, dass das Produkt den Öko-Richtlinien der Europäischen Union entspricht und Landwirte sowie Lebensmittelhersteller streng kontrolliert werden. Die Nummer steht entweder in Kombination mit einem Öko-Label oder solo auf der Packung.

Fehlt diese Kontrollnummer auf dem Produkt, sollten Sie vorsichtig sein. Wahrscheinlich sind hier Trittbrettfahrer und Scharlatane am Werk.

3. An den Kennzeichen der Öko-Anbauverbände

In Deutschland gibt es eine Reihe von Öko-Verbänden mit eigenen Markenlogos. Die bekanntesten und ältesten der vielen Verbände sind Bioland und Demeter. Alle haben eigene Richtlinien, die meist noch schärfer sind als die gesetzlich vorgeschriebenen EU-Standards für Lebensmittel, die das neue Bio-Siegel tragen.

Bioland



Demeter



Biokreis



Naturland



ECOVin



Gää



Ökosiegel



Biopark



ÖkoPrüfzeichen



Anoq



* * * * *

Außerdem gut zu wissen: **Putenfleisch aus tierfreundlicher, extensiver Haltung**

Nicht öko, aber ok: Die beiden größten Anbieter von Putenfleisch in Deutschland – Nölke mit der Marke „Gutfried“ und Heidemark – reagierten auf die Greenpeace Kampagne gegen Massentierhaltung vom Sommer 2001. Sie bieten ab Mitte Juni Putenfleisch aus tierfreundlicher Haltung an. Heidemark zieht dieses Jahr zunächst 50.000 Tiere auf, bei Noelke sind es sogar 150.000 Puten, die doppelt so viel Platz haben wie üblich und keine Antibiotika als Wachstumsförderer erhalten. Allein durch diese Maßnahmen sind die Tiere in besserem Zustand. In Supermärkten werden die Puten voraussichtlich als Frischfleisch verkauft, außerdem plant Nölke Wurstprodukte. Der Kunde erkennt sie an dem Aufdruck „extensive Haltung“.

Die Puten in der tierfreundlichen, „extensiven Putenhaltung“ haben genauso viel Platz wie Öko-Puten. Für diese gelten allerdings strengere Vorschriften z.B. bei der Fütterung. Greenpeace hält daher Öko-Puten grundsätzlich für die bessere Wahl. Viele Verbraucher schreckt jedoch deren hoher Preis. Fleisch von Puten aus extensiver Haltung wird dagegen nur rund 20 % teurer sein als aus Massentierhaltung. Wenn die Verbraucher das bezahlen, kann sich die Tierhaltung durchsetzen. Dann beginnt die überfällige Entwicklung, die Massentierhaltung von Puten zu verdrängen.

Auf welche Siegel sollten Sie nicht reinfallen?

Alle anderen Siegel und Produkte ohne EWG-Kontrollnummer können wir nicht empfehlen. Auf vielen Produkten wird zwar geworben mit Begriffen wie: „aus naturnaher Landwirtschaft“ oder „aus kontrolliertem Anbau“. Doch sagen die Begriffe tatsächlich nichts über die Herstellung der Lebensmittel aus. Beispiel: Ein Landwirt, der schaut, wie groß seine Kartoffeln geworden sind, hat sie zwar „kontrolliert“, sie aber dennoch 10 bis 15 mal mit Pflanzenschutzmitteln bespritzt. Fallen Sie also nicht auf diese Werbung rein.

Die Zeitschrift Öko-Test hat im März 2001 eine Übersicht über Fleischsiegel herausgegeben. Bei der Prüfung achteten die Tester u.a. darauf, ob eine nutztiergerechte Tierhaltung mit Einstreu und Auslauf gewährleistet ist und ob auf vorbeugende Medikamente und gentechnikhaltiges Futter verzichtet wird.

Das erschreckende Ergebnis: Viele der großen Namen haben keine saubere Weste und arbeiten mit Begriffen wie „aus kontrollierter Tierhaltung“, „aus naturnaher Erzeugung“ oder mit Bildern von einem idyllischen Bauernhof, nur um Sie in die Irre zu führen.

CMA

Das CMA-Siegel der Centralen Marketing-Agentur für Agrarprodukte „CMA-Deutsches Qualitätsfleisch aus kontrollierter Aufzucht“ ist nicht empfehlenswert. Dieses Siegel schließt weder genmanipuliertes Tierfutter aus, noch sind Wachstumsförderer oder vorbeugende Medikamente verboten. Außerdem gibt es keine nutztiergerechte Tierhaltung. Das Fleisch stammt einfach aus ganz herkömmlicher, konventioneller Landwirtschaft.

„Gutfleisch - Das Fleisch ohne Kompromisse“ und „Wiesenhof“ gehören ebenfalls nicht auf die Liste der Empfehlenswerten, ebenso wie „Eichenhof - Fleisch aus einer heilen Welt“, „Landjuwel“ oder „LandPrimus“. Auch die Fleischsiegel der einzelnen Bundesländer haben laut Öko-Test nicht viel mit umweltschonender und tiergerechter Produktion zu tun.

QS: das neue Gütesiegel der Fleischwirtschaft



Zukünftig wird es das maßgeblich von der CMA (Centrale Marketinggesellschaft für Agrarprodukte) und dem Bauernverband entwickelte QS geben. Mit dem irreführenden Namen QS, „Qualität und Sicherheit“, versucht die Fleischindustrie, ihren konventionellen Produkten den Anschein von besonderer Qualität zu geben. Tatsächlich schließt das Siegel zur Zeit weder Gentechnik im Tierfutter noch antibiotische Leistungsförderer in der Aufzucht aus. Eine Verbesserung der Haltungsbedingungen in der Tiermast sieht das Siegel auch nicht vor. Laut Ankündigung sollen die Anforderungen des QS schrittweise verschärft und Kriterien für den Landbau aufgenommen werden.

So finden Sie Ökoprodukte in Ihrer Nähe

Im Internet finden Sie Adressen von Anbietern ökologischer Produkte, Ökometzgertern sowie Lieferfirmen von Biokisten, außerdem Infos z.B. zu Gütesiegeln für Fleisch und Ökoprodukte.

Allgemeine Informationen zu Ökoprodukten:

www.oekotest.de

Große Auswahl an gut sortierten Themen (surfen auf diesen Seiten lohnt sich!). Sie finden in der Spalte „Bioprodukte“ viele Infos zu Ökoprodukten, -anbietern und -verbänden. Die Zeitschrift Ökotest hat zahlreiche Siegel untersucht, Informationen dazu erhalten Sie über den Link „Tests suchen“.
Adresse: Öko-Test Verlag, PF 900766, 60447 Frankfurt am Main, Tel. 069-97 77 70

www.alles-bio.de

Breites Angebot von Biokisten-Abo über Biohotels und Biometzgereien bis zu Wochenmärkten. Sie suchen deutschlandweit über das Thema oder über die Region und erhalten eine Liste der Anbieter.
Adresse: Waltraud Schulze, Heisinger Str. 1b, 93092 Sarching, Tel. 09403-96 13 94

www.naturkost.de

Informiert über Naturkost im weitesten Sinne und über Ökoläden sowie Lieferservice in der gewünschten Region.
Adresse: Rolf Mütze, Am Eichwald 24, 64850 Schaafheim, Tel. 06073-74 82 70

Auswahl von Anbietern und Verbänden:

www.bioland.de

Die Kategorie „Verbraucher-Infos“ bietet einen Link zu Bioland-Hofläden, Lieferservice, Biobäckereien, Biometzgereien, usw..
Adresse: Bioland Bundesverband, Kaiserstr. 18, 55116 Mainz, Tel. 06131-23 97 70

www.bonnet.de/anog

Bietet eine nach PLZ geordnete Liste mit Direktvermarktern an. Außerdem eine interessante Links zu ökologischen Themen.
Adresse: ANOG e. V., Pützchens Chaussee 60, 53227 Bonn, Tel. 0228-46 12 62

www.demeter.de

Unter „Einkaufen“ finden Sie „Demeter Online Market“. Wenn Sie auf der Deutschlandkarte Ihre Region anklicken oder PLZ eingeben, finden Sie Läden in Ihrer Region, die Demeterprodukte führen.
Adresse: Demeter-Bund e. V., Brandschneise 2, 64295 Darmstadt, Tel. 06155-8 46 90

www.gemuesekiste.de

Hier finden Sie den Lieferservice für Biokisten in Ihrer Region.

www.forum-gesundes-leben.de

Auf dieser Seite können Sie über einen Ort oder eine PLZ Reformhäuser in Ihrer Region finden. Aufgeführt sind Läden in Deutschland und Österreich. Außerdem gibt es auf dieser Seite ein Verzeichnis aller neuform-Vertragswarenhersteller.
Adresse: neuform VDR e. G., Waldstraße 6, 61440 Oberursel, Tel. 06172-3 00 30

www.soel.de

Sehr informative Seiten, unter anderem zu BSE und Ökosiegeln. Über den Link „Verbraucherinfos“ finden Sie Adressen von Bioläden, Biometzgereien usw..
Adresse: Stiftung Ökologie & Landbau, Weinstraße Süd 51, 67098 Bad Dürkheim, Tel. 06322-9897 00

Öko-Suchmaschine:

www.oekotopp.de

Eine Suchmaschine spezialisiert auf den ökologischen Bereich. Unter der Kategorie Essen & Trinken findet man alles von Öko - Wochenmarkt bis Winzer & Wein. Suche über PLZ.

Zum Weiterlesen:

Inge Hofmann: Der Verbraucherratgeber Lebensmittel. Mit Wegweiser durch den Öko-Dschungel. Falken Verlag, Niedernhausen, 2001. ISBN 3 635 60720 7