

Verzicht als politisches Statement

Ein Blick auf den Veganismus als neuen Konsumtrend

von Torsten Mertz

Ernährung ist zuweilen auch ein politischer Akt: Veganer haben sich entschieden, durch Verzicht auf alle Produkte tierischer Herkunft einen Beitrag für eine nachhaltigere Land- und Ernährungswirtschaft zu leisten. Motiviert werden sie durch die ethischen Abgründe und ökologischen Folgen der Massentierhaltung sowie durch gesundheitliche Gründe. Aus der Lebensweise einer kleinen Gruppe wütender und besonders engagierter Tierschützer ist ein Trend erwachsen, der es zumindest geschafft hat, Gastronomie und Einzelhandel aufzumischen – der vielleicht aber auch unseren Umgang mit den Nutztieren verändern wird.

Veganer sind plötzlich überall: Monatelang führen vegane Kochbücher die Bestsellerlisten an, in einer Großstadt nach der anderen eröffnen vegane Supermärkte. Discounter und Reformhäuser rücken vegane Produkte in den Vordergrund. Monat für Monat versucht eine neue vegane Zeitschrift ihr Glück am Kiosk. Sogar die BIOFACH, internationale Leitmesse im Bereich der Biolebensmittel, gab 2014 das Motto »Vegan liebt Bio« aus. Wer heute das Thema Veganismus nicht aufgreift, verschläft also einen Trend. Doch was verbirgt sich hinter diesem veganen Lebensstil? Ist er eine überdrehte Eintagsfliege einer Wohlstandsgesellschaft oder wird er zu einer Veränderung unserer wenig nachhaltigen Konsumstile beitragen?

Konsumkritik als Lebensstil

Veganer definieren sich in erster Linie über das, was sie *nicht* essen. Und da gehen sie erheblich weiter als Vegetarier. Natürlich verzehren sie kein Fleisch und keinen Fisch, aber auch keinerlei andere tierische Lebensmittel wie Eier, Milchprodukte, Gelatine oder Honig und sie achten darauf, dass in der Lebensmittelverarbeitung keine (Hilfs-)Stoffe tierischer Herkunft zum Einsatz kamen – was nicht einfach umzusetzen ist. Zudem nutzen konsequente Veganer auch nur Kosmetik, Kleidung, Bettwaren oder Möbel, die frei von jeglichen Tierprodukten sind.

Viele Prominente erleichtern die Identifikation mit dem veganen Lebensstil, seien es Schauspieler wie Natalie Portman und Johnny Depp, Musiker wie Bryan

Adams oder Thomas D., Politiker wie Bill Clinton und Al Gore oder Sportler wie Mike Tyson und Patrik Baboumian, der stärkste Mann Deutschlands. Auch altbekannte Gesichter aus der Gesundheitsbewegung wie Barbara Rütting oder Rüdiger Dahlke sind auf den veganen Zug aufgesprungen. Die lange Liste bekannter Veganer ist sicherlich kein Zeichen für eine dauerhafte Entwicklung, aber ohne die vielen Promis wäre der sagenhafte Aufstieg des Nischenthemas wohl nicht denkbar gewesen.

Die Zahl der Menschen, die in Deutschland vegan lebt, ist allerdings deutlich kleiner, als es die Präsenz des Themas in den Medien und Geschäften vermuten ließe: Großzügig geschätzt lebt maximal ein Prozent der Deutschen vegan; konsequent ohne jegliche tierischen Produkte lebt sicherlich nur ein Teil von ihnen. Das Interesse an veganen Gerichten und Produkten ist dennoch enorm; eine vermutlich größere Gruppe könnte man als »Flexiganer« bezeichnen, die nur in Ausnahmen zu Fleisch, Käse oder Produkten mit Eiern greifen.

Was den Veganismus so attraktiv macht, ist sicherlich sein Versprechen, viele Probleme der Konsumgesellschaft auf einmal lösen zu können: Die ökologischen und tierethischen Auswüchse der Massentierhaltung, die Vergeudung von Ressourcen für Futtermittel (und damit den Hunger auf der Welt), die Bodenzerstörung und Wasserverschmutzung durch zu viel Gülle und natürlich die gesundheitlichen Probleme eines übermäßigen Verzehrs tierischer Produkte. Anders als Vegetarier lehnen Veganer auch Milchprodukte und Eier

ab. Denn eine Kuh gibt keine Milch, ohne dass Kälber geboren und Kühe geschlachtet werden; und ohne eine industrialisierte Hühnerzucht mit Abermillionen getöteten Küken lässt sich die Nachfrage nach Eiern nicht decken.

Dass der Komplettverzicht auf tierische Zutaten gerade als der letzte Schrei gehandelt wird, ist auf den ersten Blick verwunderlich, gilt doch für die Mehrheit der Menschen Veganismus als der Inbegriff eines Lebens voller Verbote und Selbstbeschränkung. Das kommt in einer Gesellschaft, die viel Wert auf ihre Freiheit und ihren verdienten Wohlstand legt, gar nicht gut an und ruft dementsprechend vielfältige Abwehrreaktionen hervor, wie es zum Beispiel der mehr als zarte Vorstoß der Grünen in Richtung »Veggie-Day« sehr deutlich gemacht hat.

Auf der anderen Seite passt die vegane Ernährungsweise gut zu vielen anderen Trends, die Gesundheit, Schönheit und lange Jugend versprechen. Symptomatisch ist hier der besondere Erfolg von Attila Hildmann, dessen Bücher unter anderem *Vegan For Fit* und *Vegan For Youth* heißen. Hildmann hat – neben sich selbst – auch vegane *Challenges* populär gemacht, die freilich nichts anderes sind als vegane 30-Tage-Diäten. Ob es dabei um reine Selbstoptimierung gehen soll oder auch um eine Auseinandersetzung mit dem Veganismus, sei dahingestellt. Klar wird durch den Erfolg von Hildmann & Co., dass es vielen Veganern – vielleicht auch den meisten – nicht um die Weltrettung geht, sondern um Gesundheit und Spaß. Daher überrascht auch nicht, dass es das vegane Essen innerhalb weniger Jahre von Internetforen in die Massenmedien

Bio-veganer Landbau – wie geht das?

Interview mit Lisa Brünjes, Silke Lamla und Konstantinos Tsilimekis

Bio-veganer Landbau verbindet die Ideale der biologischen Landwirtschaft mit den Grundsätzen des Veganismus, d. h. der weitest möglichen Vermeidung von tierischen Produkten im menschlichen Konsumverhalten. Seit Februar 2014 arbeitet in Berlin eine verbandsübergreifende Strategiegruppe an Projekten und Aktionen, die das Konzept des bio-veganen Anbaus bekannter machen sollen. Weiterhin beschäftigt sich die Gruppe mit der Schaffung einer formalen Struktur für den bio-veganen Landbau, um z. B. in Zukunft einheitliche Kriterien für bio-vegane Betriebe festlegen zu können und damit eine Zertifizierung bio-veganer Erzeugnisse mittelfristig zu realisieren.

Für eine konsequente vegane Ernährung sollte auch die Basis, d. h. die Landwirtschaft, bio-vegan sein: Was muss man sich darunter vorstellen?

Die bio-vegane Landwirtschaft ist ein Anbaukonzept, das einen nachhaltigen und ressourcenschonenden Weg der Landnutzung aufzeigt, ohne dass dabei sog. Nutztiere gehalten oder deren Mist oder Körperbestandteile als Dünger verwendet werden. Zentrale Prinzipien sind die Erhaltung der Bodenfruchtbarkeit und eine Düngung auf pflanzlicher Basis – beispielsweise in Form von Gründüngung, Mulch, Kompost oder Leguminosenschroten. Blühstreifen, Hecken, Teiche oder andere Rückzugsorte für wildlebende Tiere werden angelegt, um die Artenvielfalt zu fördern und dem Überhandnehmen einzelner Arten vorzubeugen. Die bio-veganen Standards, die vom britischen Vegan-Organic Network herausgegeben wurden, zeigen Rahmenbedingungen für betriebsindividuelle bio-vegane Bewirtschaftungskonzepte auf.

Worin unterscheidet sich diese Form der Landwirtschaft von der Biolandwirtschaft?

Der größte Unterschied besteht darin, dass wir die Nutzung und das absichtsvolle Töten von Tieren ablehnen. Tiere für menschliche Zwecke zu züchten, in ihren Reproduktionstrieb und in ihre Sozialverbände einzugreifen und sie vorzeitig ihres Lebens zu berauben, ist aus veganer Sicht nicht vertretbar. Wir sehen Tiere als eigenständige Individuen an und nicht als Waren.

Aus dieser Sichtweise ergeben sich auch weitere Unterschiede: Tiermist und Schlachtabfälle,¹ die in der »normalen« Biolandwirtschaft allgegenwärtig eingesetzt werden, werden in der bio-veganen Landwirtschaft nicht verwendet. Die Erhaltung der Bodenfruchtbarkeit ist auch ohne tierischen Dünger durchaus möglich. Ersichtlich wird dies aber erst dann, wenn man eine Vielfalt an einzelnen Betrieben mit unterschiedlichen Möglichkeiten der Anbaugestaltung in den Blick nimmt.

Noch ein Unterschied: Während im Bioanbau »natürliche« Spritzmittel zugelassen sind, wird im bio-veganen Anbau auf Mittel zur Bekämpfung sog. Schädlinge verzichtet. Stattdessen wird auf die Selbstregulation eines vielfältigen Ökosystems gesetzt; gegebenenfalls können auch mechanische Barrieren wie Netze oder Zäune zum Einsatz kommen.

Betont werden sollte abschließend, dass es jedoch auch viele Gemeinsamkeiten mit dem Bioanbau gibt, so vor allem die Förderung der Bodenfruchtbarkeit, ausgewogene Fruchtfolgen und der Kreislaufgedanke.

Wenn Landwirtschaft ohne Tiere auskommen soll, leben wir dann in Zukunft im Wald, weil keine Wiesen und Weiden mehr bewirtschaftet werden können?

Wir lehnen lediglich die Haltung und Ausbeutung sog. Nutztiere ab. Wildlebende Tiere hingegen sind eine essenzielle ►

und von linken »Volchküchen« in die Gourmetrestaurants geschafft hat.

Auch in der Ernährungsberatung wird vegane Ernährung nicht mehr per se als schädlich abgetan. Voraussetzung für eine gesunde vegane Ernährung ist allerdings ein ausreichendes Wissen um den Nährstoffgehalt von Lebensmitteln und eine entsprechend gute Organisation des Speiseplans. Außer bei Vitamin B12 und – seltener – bei Eisen sind bei vollwertiger veganer Ernährung in keiner Lebensphase Mangelerscheinungen zu erwarten. Ernährungswissenschaftler empfehlen daher einhellig mit Vitamin B12 angereicherte Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel.¹

Die wachsende Zahl der Teilzeit- und Vollzeitvegetarier und -veganer ist sicherlich ein gewichtiger Umbruch des Konsumverhaltens, denn wer vegan lebt,

wendet sich bewusst ab von dem, was jahrelang für Wohlstand und Fortschritt stand: nicht nur von Wurst und Braten, Torte oder Käsebrot, sondern auch vom Lederschuh, dem Seidenschal, dem Daunenbett und dem Woll- und Kaschmirpullover.

Veganisierung in Handel und Gastronomie

Einzelhandel und Gastronomie haben längst mit neuen Konzepten reagiert: vegane Supermärkte, vegane Restaurants und Imbisse, tierfreie Schuh- und Kleidergeschäfte, vegane Friseure oder Spezialversender für vegane Süßigkeiten oder Nahrungsergänzungsmittel. Europaweit auf Expansionskurs ist beispielsweise der erste vegane Vollsortimenter »Veganz«. Gründer Jan Bredack, ehemaliger Vertriebschef bei Daimler, hat

Basis für einen lebendigen Boden und vielseitige Nahrungsnetze, auf die ein funktionierender veganer Anbau angewiesen ist. Speziell Wiesen und Weiden können durchaus auch auf vegane Weise weiter bewirtschaftet werden – in Form von extensiver Mahd zur Gewinnung von Mulch- und Kompostmaterial oder als Obstbaumwiesen und Waldgärten. Das meiste Grünland wird heute bereits gemäht und nicht beweidet, und das in der Regel sehr intensiv. Das hat eine geringe Artenzahl zur Folge. Und ja, in Fällen wo eine Grünlandnutzung durch den Menschen schwierig ist, könnte auch Grünland der Natur zurückgegeben werden.

Was muss sich ändern, damit eine vegane Landwirtschaft mehr Raum einnehmen kann?

Die ethische Motivation der Erzeugerinnen und Erzeuger selbst ist ein wichtiger Faktor. Von Seiten der Biobewegung wünschen wir uns mehr Offenheit, vor allem hinsichtlich der vermeintlichen Notwendigkeit der Tierhaltung. Wichtig wäre auch eine vermehrte Forschung und fachliche Beratung für Betriebe über Möglichkeiten der Umsetzung. Auch die Gründung eines Anbauverbandes mit Labelvergabe könnte zur Ausweitung bio-vegane Landbaus beitragen. Insgesamt gilt es, den bio-vegane Landbau als gesellschaftlich zunehmend geforderte Alternative zu landwirtschaftlichen Systemen, die Menschen, Tiere und Umwelt ausbeuten, ernst zu nehmen und in ihrer Umsetzung zu fördern. Das Biologisch-Vegane Netzwerk für Landwirtschaft und Gartenbau (BVN) stellt Interessierten weitere Informationen sowie ein Forum zum Austausch und zur Vernetzung auf biovegan.org zur Verfügung.²

Das Interview führte Andrea Fink-Keßler.

Anmerkungen

- 1 Organische Handelsdünger, wie sie im Ökolandbau eingesetzt werden, enthalten in der Regel auch tierische Bestandteile wie Haar- oder Federmehl.
- 2 Dort finden sich auch ausführliche Antworten auf zahlreiche Fragen, die gegenüber dem bio-vegane Landbau aufgeworfen werden (<http://biovegan.org/infopool/#faq>). – Zum Thema siehe auch den Beitrag von A. Bonzheim, H. Rieken und D. Mettke: Vegan in aller Munde – und auf dem Acker? In: *Ökologie & Landbau* 4 (2014), S. 35–37.

► Biologisch-Veganes Netzwerk für Landwirtschaft und Gartenbau (BVN)

info@biovegan.org, <http://biovegan.org/>



Lisa Brünjes

hat Ökologische Landwirtschaft studiert und promoviert derzeit in den Agrarwissenschaften

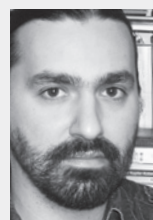
E-Mail: lbruenj@uni-goettingen.de



Silke Lamla

gärtner seit 2004 nach bio-vegane Kriterien und ist im Bio-Vegane Netzwerk aktiv

E-Mail: silke@biovegan.org



Konstantinos Tsilimekis

leitet das Wissenschaftsressort der Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt

E-Mail: kt@albert-schweitzer-stiftung.de

nach einem Burn-out sein Leben umgestellt und seinen Lebens- und Ernährungsstil zum Beruf gemacht. Seine Expansionspläne sind ambitioniert: 21 Märkte bis 2015 in ganz Europa.

Hier und anderswo findet der, der es sich leisten kann, eine große Vielfalt an veganen Convenience-Produkten. Interessant sind vor allem die pflanzlichen Imitate klassischer Produkte: Das Angebot reicht von Würstchen, Gyros, Nuggets, Steaks oder Aufschnitt über Hähnchenschenkel und Putenbrust bis hin zu Lachs, Garnelen oder Kaviar. Dazu eine stark wachsende Auswahl an Käsealternativen und anderen Pflanzenmilchprodukten sowie Ei-Ersatzpulver. Grundlage dieser Produkte sind vor allem Proteine aus Hülsenfrüchten und Getreide sowie pflanzliche Fette. Diese Produkte sind deutlich teurer als ihre fleisch- oder fischhaltigen Vorbilder. Für diejenigen, die sich von nicht industriell verarbeiteten Lebensmitteln wie Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen, Samen und so weiter ernähren, ist eine vegane Ernährung aber keineswegs besonders kostspielig.

Für den Einzelhandel ist der vegane Lebensstil noch ein Nischenmarkt: Bei einem Gesamtumsatz von rund 7,5 Milliarden Euro im Jahr 2013 setzte der Biofachhandel nach Angaben des Bundes Ökologische Lebensmittelwirtschaft (BÖLW) von November 2012 bis Oktober 2013 aber immerhin knapp 630 Millionen Euro mit als vegan deklarierten Lebensmitteln um.² Ein großer Teil wird darüber hinaus über den konventionellen Einzelhandel vertrieben und ein sicher noch größerer Teil ist vegan, ohne dass er als solches ausgezeichnet ist.

Hier wie dort ist es für die Käufer nicht leicht, vegane Produkte zu identifizieren. Ein Blick auf die Zutatenliste genügt häufig nicht, um versteckte tierische Zutaten zu erkennen. Angaben wie »rein pflanzlich« oder »vegan« bieten bislang dafür keine Garantie. So muss beispielsweise bei Zusatzstoffen, Aromen und Vitaminzusätzen nicht angegeben werden, ob sie tierischer Herkunft sind. Auch als Trägerstoffe und Lösungsmittel finden tierische Bestandteile in der Lebensmittelindustrie Verwendung. Verbraucherschutzorganisationen fordern eine verbindliche Kennzeichnungspflicht für alle tierischen Zutaten. Sicherheit bietet bislang nur das V-Label der Europäischen Vegetarier Union, dessen Vergabe in Deutschland vom Vegetarierbund (VEBU) kontrolliert wird.

Keine Vollwertkost

Aus Sicht einer gesunden Vollwerternährung sind viele der als vegan angebotenen Fertigprodukte keine Kandidaten für eine Verzehrsempfehlung. Vor allem die Käsealternativen unterscheiden sich nur geringfügig von den »analogen« Schummelvarianten (dem sog. Analogkäse) aus Pflanzenfett und -öl, die auch in

der industriellen Nahrungsmittelproduktion zum Einsatz kommen. Das bekannteste Produkt, die »Wilmersburger Scheiben«, bestehen beispielsweise aus folgenden Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl, Kartoffelstärke, modifizierte Stärke, Salz, Natriumpolyphosphat, Aromen, Sorbinsäure, Beta-Carotin. Hingegen haben Seitan (aus Weizenprotein) und Tofu (aus Sojaweiße) eine lange Tradition in der asiatischen Küche.³ Hier wenden zwar nicht alle, aber viele der Produzenten traditionelle Herstellungsverfahren an.

Kritik kommt von verschiedenen Seiten: Die Verbraucherzentrale Hamburg kritisierte in einer stichprobenartigen Untersuchung veganer Alternativprodukte, dass diese häufig zu viel Salz und Fett sowie Aroma- und Zusatzstoffe enthielten.⁴ Die ARD-Sendung »Plusminus« kaufte kürzlich eine Auswahl von Imitaten in verschiedenen Supermärkten ein und legt diese der Verbraucherzentrale Bayern vor.⁵ Auffällig fand diese die langen Zutatenlisten und vor allem den »wahnsinnigen Einsatz von künstlichen Zusatzstoffen«: zahlreiche Farbstoffe, Geschmacksverstärker, Aromastoffe, Verdickungsmittel und Konservierungsstoffe. Alles um die Produkte geschmacklich und optisch attraktiv zu machen und dafür zu sorgen, dass sie den Fleisch-, Milch- und Käseoriginalen ähnlich sind.

Trend oder Modeerscheinung?

Kommen wir zurück zur Frage, ob Veganismus ein langfristiger und unsere Konsumstile nachhaltig verändernder Trend oder nur eine kurze Modeerscheinung ist.

Für einen langfristigen Trend spricht – leider – zuallererst die Tatsache, dass sich an den ökologischen und tierethischen Gründen für den Verzicht auf tierische Produkte in absehbarer Zeit wenig ändern wird. Auch wird jeder neue (bekanntgewordene) Tierhaltungsskandal weitere Menschen zu Vegetariern oder Veganern machen. So lange an Masttiere jede Menge Getreide oder Soja verfüttert wird, damit sie Fleisch auf die Rippchen bekommen, ist jedes pflanzliche Gericht ein Schritt in die richtige Richtung. Das Gleiche gilt für jedes nicht gezüchtete und gequälte Tier für die Leder-, Pelz- oder Daunenproduktion.

Als ein Indiz dafür, dass der Vegantrend ernst zu nehmen ist, könnte der Gegenwind gelten, den er provoziert: So erwächst gerade eine kleine Fraktion, die meint, sich mit obskuren Pro-Fleisch-Beiträgen Gehör verschaffen zu müssen – nennen wir sie die Klimaskeptiker der Ernährung. Unter ihnen sind nicht nur renitente Fleischfreunde, die sich um ihre Liebesspeise und die Nährstoffversorgung der Menschheit sorgen, oder Radikalliberale, die Einschränkungen aller Art ablehnen, sondern auch Ex-Veganer/Vegetarier, die versuchen zu erklären, warum der Verzicht auf Fleisch

nicht nur die Welt nicht retten könne, sondern ihr sogar schade. Die Autorin des Buches *Fleisch essen, Tiere lieben*, Theresa Bäuerlein, beispielsweise hält nach ihrer eigenen Abkehr vom Vegetarismus Getreide für kein »unschuldiges, gewaltfreies Lebensmittel«, denn es werde in Monokulturen angebaut und mit chemischem Dünger gedüngt.⁶ Folgerichtig seien Veganer und Vegetarier die wahren Umweltzerstörer, da nur industrieller Landbau sie alle ernähren könne. Einen Schritt weiter geht die Ernährungswissenschaftlerin Ulrike Gonder, unter anderem in einem Interview mit dem *Slow Food Magazin*: »Selbst wer nur einen Salat oder eine Schale Reis isst, tötet: Für diese Mahlzeit starben nicht nur Hunderte lebenswilliger Reissamen und die Salatpflanze, sondern auch wilde Vögel, Echsen und Insekten sowie Myriaden von Bodenlebewesen, die durch den Anbau vertrieben oder vernichtet wurden, und jede Menge Bodenbrüter, Mäuse, Rehkitze und Hasen, die den Erntemaschinen zum Opfer fielen.«⁷

Dessen ungeachtet trägt die vegane Küche zu einer neuen kulinarischen Vielfalt bei. Vegetarier und auch Veganer werden immer weniger als Genussfeinde verlacht und als Zielgruppe vernachlässigt. Im Gegenteil: Der Boom von veganen Kochbüchern, Zeitschriften und Fernsehsendungen lässt die Gemüseküche auch in die gastronomische Breite gehen. In der gehobenen Gastronomie gilt Fleisch bereits als langweilig, wird aber dennoch nicht ganz verschwinden: Sog. »Vegivore« machen zunehmend »Gemüse zur Leitsubstanz eines Menüs, verzichten aber nicht auf die besonderen geschmacklichen Möglichkeiten, die tierische Produkte zu einem Gericht beitragen können«, wie es die Ernährungswissenschaftlerin und »Foodtrendforscherin« Hanni Rützler in ihrem *Foodreport 2015* schreibt.⁸

Auch der reine vegane Konsumstil wird in gewisser Weise im Mainstream ankommen. In dem Maße werden auch die hin und wieder unschönen Begleitscheinungen der veganen Konsumkritik und ihr hin und wieder überheblicher Blick auf die »omnivoren Mitmenschen« abebben. Wer vegan lebt, hat meist gute Gründe dafür – viele gute Gründe, wütend zu sein und radikale Forderungen zu stellen. Aber ein Recht, sich anderen Menschen moralisch überlegen zu fühlen, kann daraus nicht abgeleitet werden. Ob vegan, bio, fair, regional – alles sind Versuche, weniger zum Niedergang der Welt beizutragen, indem man aufhört, Nutznießer des agroindustriellen Systems zu sein.

Die Zukunft gehört daher wahrscheinlich der Vielfalt. Um die Zeitschrift *brand eins* zu zitieren: Es wird »strikte Veganer geben, die bequem und lecker mit Produkten aus ihrem Supermarkt leben. Es wird Veganer geben, die sich das nicht leisten können und die mit günstigen Produkten aus normalen Supermärkten sowie viel Mühe in der Küche ebenfalls strikt vegan leben werden. Es wird Menschen geben, die mal vegan

leben und mal vegetarisch, aber vermutlich nie wieder mit Fleisch – dessen Attraktivität nimmt deutlich ab, wenn man sich erst mal entwöhnt hat. Es wird Menschen geben, die ab und zu vegane Cafés oder Restaurants besuchen, weil es da einfach lecker ist. Und es wird viele Fleischfresser geben, die von all dem nichts mitbekommen werden. Weil längst wieder irgendetwas anderes in ist.«⁹

Politische Impulse aus der Nische

Auch wenn vegane Umwelt- und Tierfreunde es gerne anders sehen würden: Vegane Konsumstile werden vermutlich in der Nische bleiben. Was jedoch nicht unterschätzt werden darf, ist die gesellschafts- und agrarpolitische Bedeutung des Vegantrends für die Auseinandersetzung über die agrarindustrielle Tierproduktion. Mehr noch als der Vegetarismus, der seinen vorläufigen Höhepunkt in Deutschland nach dem ersten BSE-Fall im Jahr 2000 fand, bringt die Auseinandersetzung mit dem individuellen Konsumverzicht im wahrsten Sinne des Wortes die Agrarpolitik auf den Tisch. Zuallererst auf den privaten. Doch einige Organisationen wie der VEBU, PETA (People for the Ethical Treatment of Animals) oder die Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt verstehen es sehr gut, das individuelle Konsumverhalten öffentlichkeitswirksam mit gesellschaftlichen Fragen zu verknüpfen – dort, wo die Politik seit Jahren adäquate Antworten und Handlungen schuldig bleibt.

Dass die Veggie-Lobbyisten damit durchaus erfolgreich sind, zeigt sich nicht nur darin, dass nach und nach die vegetarische und vegane Ernährungsform immer seltener als gesundheitsschädlich eingeschätzt wird.¹⁰ Das ist ein nicht zu unterschätzender Aspekt, werden doch heute noch von den meisten Ärzten Fleisch, Milchprodukte und Eier als lebenswichtige

Folgerungen & Forderungen

- Veganer Konsumstil hat die Nische des Sektierertums verlassen, findet in den Medien Resonanz und ist dabei, gesellschaftliche Anerkennung zu finden.
- Veganer Konsumstil treibt die Debatte um die notwendige Veränderung des agroindustriellen Systems voran.
- Trotz Kritik aus Sicht der Vollwerternährung ist eine gesunde Ernährung auf rein pflanzlicher Basis möglich. Voraussetzung ist allerdings ein ausreichendes Wissen um den Nährstoffgehalt von Lebensmitteln.
- Notwendig ist eine klare und einheitliche Kennzeichnung veganer Produkte. Hier ist der Gesetzgeber gefordert.

Nahrungsmittel empfohlen. Es mag sogar richtig sein, dass tierische Nahrung aus anthropologischer Sicht eine wesentliche Voraussetzung für die Entwicklung des modernen Menschen war: Denn um das in der Entwicklungsgeschichte immer weiter wachsende Gehirn zu versorgen, brauchte die Gattung Homo fett- und proteinreiche Kost; und die war am einfachsten über Fleisch zu bekommen. Heute aber ist – zumindest in den wohlhabenden Ländern – das Nahrungsangebot derart groß, dass eine sinnvolle Kombination pflanzlicher Eiweiße und Fette ohne Probleme möglich ist.

Es bleibt also zu hoffen, dass das evolutionär erreichte geistige Potenzial auch in der Agrarpolitik genutzt wird, um die über Jahre gehegten Strukturen zu überdenken. Die gewachsene gesellschaftliche Bereitschaft, einen Teil des erarbeiteten Wohlstands in die Zukunft zu investieren, und der aktuelle Trend zur (teil-)veganen und -vegetarischen Ernährungsweise könnten sie darin bestärken.

Das Thema im Kritischen Agrarbericht

- ▶ Franz-Theo Gottwald und Isabel Boergen: Brauchen wir Tiere? Anmerkungen zur aktuellen Debatte über Fleischverzicht und Veganismus. In: Der kritische Agrarbericht 2014, S. 267–274.
- ▶ Marc-Denis Weitze: Lecker Kunstfleisch? Für mehr Forschung und eine offene Chancen- und Risikodiskussion. In: Der kritische Agrarbericht 2014, S. 295–298.

Anmerkungen

- 1 Beispielsweise Dr. Markus Keller, Leiter des Instituts für alternative Ernährung an der Universität Gießen, in einem Interview mit dem Kölner Stadtanzeiger, 6. Mai 2014.
- 2 Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft (BÖLW): Zahlen, Daten, Fakten. Die Bio-Branche 2014, S. 24 (www.boelw.de/uploads/media/pdf/Dokumentation/Zahlen__Daten__Fakten/ZDF_2014_BOELW_Web.pdf).
- 3 Vereinzelt bestehen in unserem Kulturkreis Unverträglichkeiten gegenüber Gluten, aus dem Seitan besteht. Auch Soja kann durch den hohen Gehalt an Phytohormonen, die Östrogenen ähneln, Einfluss auf den menschlichen Körper haben.

- 4 Verbraucherzentrale Hamburg: Nix mit Tieren, aber gesund? (www.vzh.de/ernaehrung/334670/nix-mit-tieren-aber-gesund.aspx). – Siehe auch die Diskussion der Studie auf der Internetseite www.vegan.eu (www.vegan.eu/index.php/meldung-komplett/items/marktcheck_vegan.html; www.vegan.eu/index.php/meldung-komplett/items/verbraucherzentrale-hamburg.html).
- 5 ARD Plusminus: Boom-Geschäft »vegane« Produkte (Sendetermin: 30. April 2014) (www.daserste.de/information/wirtschaft-boerse/plusminus/sendung/br/2014/30042014-02-100.html)
- 6 K. Hartmann: Veganer schaden der Welt. Echt jetzt, taz? In: www.ende-der-maerchenstunde.de vom 7. August 2013.
- 7 U. Gonder: Mythos Vegetarismus. In: Slow Food Magazin Nr. 4/2013, S. 49. – Ähnlich argumentiert auch Lierre Keith in ihrem Buch: Ethisch essen mit Fleisch. Lünen 2013.
- 8 H. Rützler: Foodreport 2015. Hrsg. vom Zukunftsinstitut, Frankfurt am Main 2014.
- 9 P. Lau: Das kleine ABC des Veganismus. In: brand eins 10 (2013), S. 123–126.
- 10 So hat etwa die American Dietetic Association (ADA, seit 2012: Academy of Nutrition and Dietetics, AND), die größte Organisation von Ernährungswissenschaftlern und -beratern der USA, sich schon vor mehreren Jahren positiv zur veganen Ernährung geäußert: »Es ist die Position der ADA, dass angemessen geplante vegetarische Ernährungsformen, inklusive der streng vegetarischen, veganen Ernährung, gesund und vollwertig sind sowie gesundheitliche Vorteile in der Vorbeugung und der Behandlung von bestimmten Krankheiten bieten können.« Zitiert aus Albert Schweitzer Stiftung: Australien erkennt vegane Ernährung als gesund an (Meldung vom 14. Juli 2013) (<http://albert-schweitzer-stiftung.de/aktuell/australien-vegane-ernaehrung-gesund>).



Torsten Mertz

Redakteur und Autor. Er beschäftigt sich mit Themen rund um Ökologie und Nachhaltigkeit; bezeichnet sich selbst als »Flexiganeur«.

Ludwig-Thoma-Straße 1, 86157 Augsburg
E-Mail: torsten.mertz@kommertz.de