



ZEHN FAKTEN ZU REGIONALEN LEBENSMITTELN

Die regionale Erzeugung und Vermarktung von Lebensmitteln ist weiterhin ein wichtiges Thema. Bei Verbraucher*innen steigt das Konsumbewusstsein und sie möchten wissen, wo ihr Essen herkommt. Laut Ernährungsreport 2024 legen drei von vier Personen Wert darauf, dass ihre Lebensmittel aus der Region stammen. Über 80 % halten es für eine sinnvolle Maßnahme, um die weltweite Nahrungsversorgung sicherzustellen.

1. SAISONALITÄT

Regionale Lebensmittel sind nicht immer saisonal. Regionalität und Saisonalität sollten aber zusammen gedacht werden. Das ist besser für die Umwelt. Regionale Saisonkalender für Obst und Gemüse geben Aufschluss.

2. GANZHEITLICH DENKEN

Regional erzeugte Lebensmittel können Klima und Umwelt schützen, wenn Produktion, Transport und Lagerung entsprechend umweltfreundlich gestaltet sind.

3. REGIONALE GRENZEN

Der Begriff „regional“ ist rechtlich nicht geschützt und birgt damit Irrführungen für Verbraucher*innen. Als regional gekennzeichnete Produkte können bspw. aus ganz Deutschland stammen.

4. KENNZEICHNUNG

Es existieren zahlreiche Kennzeichnungen für regionale Lebensmittel. Einige beziehen sich auf die Herkunft der Rohstoffe, andere auf den Verarbeitungsort oder eine einzelne Zutat. Beim Einkauf genau hinschauen!

5. TRANSPARENZ

Erfahren, wo die Lebensmittel herkommen und sehen, wie sie produziert werden – das geht bspw. bei Direktvermarkter*innen. Wer dort einkauft, kann direkt mit den Lebensmittelproduzent*innen ins Gespräch kommen.

6. UNABHÄNGIGKEIT

Regionale Produktion von Lebensmitteln kann Abhängigkeiten von globalen Handelsstrukturen reduzieren.

7. REGION STÄRKEN

Erzeuger- und Verarbeitungsbetriebe sowie Vermarkter*innen der Region werden gestärkt, Arbeitsplätze gesichert oder geschaffen. Darüber hinaus bleiben wichtige Kulturlandschaften erhalten und Biodiversität kann gefördert werden.

8. WERTSCHÄTZUNG

Das zeitlich begrenzte Angebot regionaler Lebensmittel kann helfen, die Wertschätzung zu steigern, wie bspw. im Frühling Erdbeeren und Spargel und im Winter Grünkohl.

9. VERKEHRSMITTEL

Der Transport von Lebensmitteln verursacht Emissionen, die besonders hoch sind, wenn sie mit dem Flugzeug importiert werden. Doch auch beim eigenen lokalen Einkauf sollte auf ein umweltfreundliches Verkehrsmittel geachtet werden.

10. LEBENSMITTELQUALITÄT

Bei kurzen Transportwegen gehen weniger wertvolle Nährstoffe verloren als bei langen Wegen, wie z. B. Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe.

SCHON GEWUSST?

REGIONALE LEBENSMITTEL ERKENNEN

Mit diesen Tipps lassen sich regionale Lebensmittel einfach erkennen:



Regionalfenster: Das Regionalfenster gibt Auskunft über die Herkunftsregion der Hauptzutat, die Verarbeitungsorte und bei verarbeiteten Produkten auch über den regionalen Rohstoffanteil. Das Siegel gilt deutschlandweit, daher ist ein Blick auf das Etikett nötig, um festzustellen, woher das Produkt kommt.



Geschützte Ursprungsbezeichnung (g. U.): Das rot-gelbe Kennzeichen gibt eindeutig Auskunft über die Herkunft des Lebensmittels. Es muss in der besagten Region erzeugt, verarbeitet und zubereitet werden. Dieses Zeichen ist nur auf wenigen Lebensmitteln aus Deutschland zu finden, z. B. bei Fleisch von Heidschnucken aus der Lüneburger Heide. Die Lebensmittel müssen auf EU-Ebene eingetragen werden.



Siegel von Regionalinitiativen: Zusammenschlüsse kleinerer Erzeuger-, Verarbeitungs- und Gastronomiebetriebe, die Kriterien für ihr Siegel selbst festlegen. Einen Überblick über die Initiativen gibt die Seite www.regioportal.regionalbewegung.de.



Eiercode: Bei dem Eiercode x-DE-03 xxxx gibt die Nummer nach dem Länderkürzel das Erzeugerbundesland, in diesem Fall Niedersachsen, an. Weitere Zahlen geben Hinweise auf die Haltungsform sowie die Betriebs- und Stallnummer.



Angabe des Erzeugerbetriebes bei unverarbeiteten Lebensmitteln: Bei unverarbeiteten Lebensmitteln, wie Kartoffeln, sollte der Erzeugerbetrieb mit Adresse oder eine konkrete Region genannt sein, wenn mit der regionalen Herkunft geworben wird.

Selbstversorgungsgrad
Deutschland
(2023)



Eier



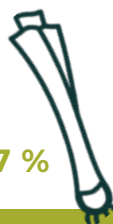
Obst



Getreide



Fleisch



Gemüse

DIESE LEBENSMITTEL WERDEN IN NIEDERSACHSEN VIELFACH ERZEUGT:

Gemüse: Kartoffeln, Zwiebeln, Möhren, Brokkoli, Eisbergsalat, Spargel, Grünkohl

Obst: Äpfel, Erdbeeren, Heidelbeeren, Birnen, Kirschen

Getreide: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer

Tierische Lebensmittel: Milch, Eier, Schweinefleisch, Rindfleisch, Geflügelfleisch

Quellen und weiterführende Informationen:

- ↗ BMEL: Deutschland, wie es isst - Der BMEL-Ernährungsreport 2024
- ↗ BLE: Der Selbstversorgungsgrad in Deutschland
- ↗ BZfE: Regional einkaufen
- ↗ MG Niedersachsen: Informationsportal Regionalvermarktung Niedersachsen
- ↗ ML: Die niedersächsische Landwirtschaft in Zahlen
- ↗ Regionalfenster: Wo kommt das Produkt her?
- ↗ Verbraucherzentrale Bundesverband: Regionale Lebensmittel - nicht immer aus der Region
- ↗ Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE): Gutachten 2020

Die konkreten Verlinkungen der Quellen finden Sie im digitalen Faktenblatt:

www.zehn-niedersachsen.de/downloadcenter

zehn.niedersachsen

zehn_niedersachsen

zehn-niedersachsen.de

