

ÖKOLOGISCH - BIO - LEBENSMITTEL

Was ist der ökologische Landbau?

Der ökologische Landbau ist eine besonders umwelt- und ressourcenschonende Form der Landwirtschaft im Einklang mit der Natur. Ackerbau und Tierhaltung sind möglichst miteinander gekoppelt und bilden einen weitgehend geschlossenen Betriebskreislauf. Ziel ist es, qualitativ hochwertige und gesundheitsfördernde Lebensmittel möglichst umweltschonend zu erzeugen.

Wichtige Aspekte des ökologischen Landbaus sind u. a.:

- Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel
- Verzicht auf chemisch hergestellte Dünger
- Einhaltung vielfältiger Fruchtfolgen
- Erhalt und Steigerung der Bodenfruchtbarkeit
- Verbot der Anwendung von Gentechnik
- Tiergerechte Haltung mit Auslaufmöglichkeiten

Zudem steht der Öko-Landbau für artgerechtere Tierhaltung. Die Tiere haben mehr Platz und Auslauf und bekommen ökologisch hergestelltes Futter.

Grundlage für den ökologischen Landbau ist die EU-Basisverordnung und die entsprechenden Durchführungsverordnungen. Hier wird genau definiert, wie landwirtschaftliche Erzeugnisse und Lebensmittel, die als Öko-Produkte gekennzeichnet sind, erzeugt und hergestellt werden müssen.

Sind Bio-Produkte gesünder?

Bio-Lebensmittel sind vor allem „gesund“ für die Umwelt und für das Klima. Einiges spricht dafür, dass sie einen Beitrag zu mehr Gesundheit für den Menschen leisten. Sie weisen weniger Nitrat auf und enthalten tendenziell keine oder nur geringe Rückstandsmengen an Pflanzenschutzmitteln.

Bio-Lebensmittel enthalten mehr für die menschliche Ernährung wichtige Nährstoffe, da sie weniger wasserhaltig sind. Z. B. liegt ihr Gehalt an Vitamin C und sekundären Pflanzenstoffen über dem der konventionell erzeugten Lebensmittel.

Woran erkenne ich Bio-Lebensmittel?

Nur Lebensmittel, die nach der EU-Bioverordnung produziert werden, dürfen als solche vermarktet werden. So wird sichergestellt, dass da wo „Bio“ oder „Öko“ draufsteht, auch Bio drin ist.

Bei verpackten Lebensmitteln müssen mindestens 95% aus ökologischem Anbau stammen.

Dass alle gesetzlichen Auflagen eingehalten werden, wird von einer offiziell anerkannten Öko-Kontrollstelle überwacht. Auf jedem Bio-Lebensmittel befindet sich die Codenummer der jeweiligen Kontrollstelle.

Zeichen geben Sicherheit!

Die Kennzeichnung der Produkte gibt Sicherheit:

Vorgeschrieben sind:

- **das EU-Siegel**



- **die Öko-Kontrollstellen Nummer:** für Deutschland z. B. **DE-ÖKO-001**
Diese Codenummer beginnt mit dem **Kürzel des Mitgliedsstaates**. Daran schließt sich das Wort **"Bio" oder "Öko"** (in der jeweiligen Sprache) an. Die Ziffern am Ende der Codenummer zeigen die Referenznummer der **Kontrollstelle** an.



Häufig zu finden ist ebenfalls das deutsche staatliche sechseckige Bio-Siegel.

- die Angabe der Herkunft der landwirtschaftlichen Rohstoffe,
 - z. B. EU-Landwirtschaft (alle Erzeugnisse stammen aus der EU)
 - Landwirtschaft Deutschland (95% der Zutaten kommen aus Deutschland)

Darüber hinaus können zusätzliche Zeichen abgebildet werden:

Zeichen der deutschen Anbauverbände wie beispielsweise



Die Richtlinien der Anbauverbände gehen zum Teil über die Vorgaben der EU-Ökoverordnung hinaus.

Bio-Handelsmarken des Lebensmitteleinzelhandels

Diese Produkte sind entsprechend der gesetzlichen Vorgaben kennzeichnet und können darüber hinaus Bezeichnungen tragen, die sie in die Bio-Linie eines Unternehmens einordnen.

z. B. „BioBio“ oder „Gut Bio“.

Wann dürfen verarbeitete Lebensmittel (z. B. Brot) mit Bio oder Öko werben?

Wenn mindestens 95% der Zutaten aus ökologischer Erzeugung stammen. Welche Zutaten und Anteile dies sind, muss deutlich angegeben werden, oftmals in einer Fußnote.

Liegt der Anteil unter 95%, dürfen die einzelnen Zutaten nur in der Zutatenliste angegeben werden.

Wo kann ich Bio-Lebensmittel kaufen?

Bio-Lebensmittel einzukaufen ist heute kein Problem mehr.

In nahezu allen Einkaufsorten gibt es ein mehr oder weniger reichhaltiges Angebot.

Bio-Lebensmittel werden angeboten:

- in Bio-Läden, Bio-Supermärkten
- in Supermärkten, bei Discountern, in Drogeriemärkten und Reformhäusern
- auf Wochen- und Biomärkten
- bei direktvermarktenden Ökolandwirten, in Bio-Hofläden
- im Internethandel
- über Food-Coops

Warum sind Bio-Lebensmittel teurer?

Die wichtigsten Gründe hierfür sind:

- Die Erträge sind meistens geringer.
- Es gibt teilweise höhere Ernteverluste, z. B. durch Schädlingsbefall.
- Der Arbeitsaufwand ist höher, z. B. muss Vieles in Handarbeit erledigt werden.
- Kleinere Mengen und geringere Stückzahlen erhöhen die Verarbeitungskosten.

Aber nicht immer sind Bio-Lebensmittel teurer. Abhängig von der Produktgruppe sind die Preisdifferenzen zu den konventionellen Lebensmitteln nicht so groß. Das gilt z. B. für Kartoffeln und Getreide. Ebenso spielt der Einkaufsort eine Rolle: Discounter und Supermärkte haben andere Möglichkeiten Preise zu kalkulieren als der Bio-Laden.

Sind BIO-Produkte aus dem Ausland genauso gut?

Grundsätzlich müssen alle Bio-Lebensmittel, die in Deutschland angeboten werden, den gesetzlichen Vorschriften der EU-Ökoverordnung entsprechen. Auch bei ausländischen Produkten erfolgt eine Kontrolle über eine von der EU zugelassene Kontrollstelle. Die Einfuhr solcher Produkte ist im Hinblick auf die CO₂-Belastung zu problematisieren. Von der Art des Transportes hängt es ab, wie klimaschädlich die Einfuhr solcher Produkte ist.

Transporte mit dem Flugzeug sind um ein Vielfaches klimaschädlicher als Schiffstransporte. So verursacht je Tonne Lebensmittel und Kilometer der Flugtransport bis zu 90-mal mehr Treibhausgase als der Hochseeschiff-Transport und rund 15-mal mehr als Transporte per Lkw.¹

Warum ist der Öko-Anbau gut für die Umwelt?

Der ökologische Landbau greift weniger in die Natur ein:

Besserer Gewässerschutz: Durch den Verzicht auf leicht lösliche Mineraldünger wird die Nitratbelastung in Gewässern und im Grundwasser verringert. Die Gefahr, dass Rückstände von Pflanzenschutzmitteln das Wasser belasten, sinkt.

Mehr Artenvielfalt

Bio-Bauern fördern Nützlinge und bekämpfen Wildkräuter und Insekten nicht mit chemisch-synthetischen Mitteln. Auf ökologisch bewirtschafteten Äckern und Wiesen leben mehr Wildpflanzen, Insekten, Vögel und Säugetiere als auf konventionellen Flächen.

¹ <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/klimaschutz-beim-essen-und-einkaufen-10442>

Fruchtbarer Boden

Der ökologische Landbau fördert die Humusbildung und erhält die Fruchtbarkeit des Bodens, durch die organische Düngung und den aufeinander abgestimmten Anbau wechselnder Pflanzen.

Weiterführende Links:

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/>

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/klimaschutz-beim-essen-und-einkaufen-10442>

<https://www.oekolandbau.de/bio-im-alltag/einkaufen-und-kochen/einkaufen/wie-erkennen/>

<https://www.landwirtschaft.de/>

<https://www.landwirtschaft.de/>

Informationen zu artgerechter Tierhaltung und Fleischkennzeichnung

<https://www.verbraucherzentrale.nrw/tierwohl>

<https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/tierwohl-kennzeichnung/>

utw

03.08..2023