



Ernährungsarmut: Wer schlecht isst, ist nicht unbedingt selber schuld!

Mithilfe dieses Arbeitsblattes erkundet ihr zunächst Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen industriell und selbst zubereiteten Lebensmitteln. Im Anschluss sollt ihr dazu angeregt werden, euch Gedanken über die Rolle der Industrie bzw. unsere eigene Rolle im Hinblick auf das Thema Ernährungsarmut zu machen.

Folgende Begriffe solltest du verstehen: industriell, der Staat, der Konzern, die Inhaltsstoffe, die Qualität, der*die Konsument*in.

1. Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen industriell gefertigten und selbst zubereiteten Lebensmitteln analysieren

a) In der folgenden Tabelle findest du drei verschiedene Produkte in jeweils zwei Varianten: eine industriell gefertigte und eine selbst zubereitete Variante. Vergleiche jeweils die beiden Varianten miteinander. Benutze dafür die Lebensmittelinformationen und Rezepte auf der nächsten Seite). Halte die Ergebnisse in der Tabelle fest.

	Nenne jeweils die Anzahl der Inhaltsstoffe.	Gib den Zubereitungsaufwand in geschätzter Zeit (min) an.	Nenne den Preis des Produkts je Kilogramm (kg)
Pizza, industriell gefertigt			
Pizza, selbst gemacht			
Schokoladencreme, industriell gefertigt			
Schokoladencreme, selbst gemacht			
Pommes frites, industriell gefertigt			
Pommes frites, selbst gemacht			

b) Wähle eines der drei Produkte. Notiere mindestens eine Gemeinsamkeit und einen Unterschied zwischen der industriell gefertigten und der selbst gemachten Variante. Das „Geheimnis“ der Lebensmittelkonzerne ist der Preis ihrer Produkte: Industriell gefertigte Waren sind bis zu 60 Prozent billiger als selbst gemachte Produkte und landen damit vor allem in den Einkaufswägen einkommensschwacher Menschen. Besonders günstige Inhaltsstoffe sind für die Lebensmittelkonzerne Wasser, Zucker und billige Fette wie Palmöl. Doch Menschen sollten möglichst frei über ihre Ernährung bestimmen können. Dieses Recht nennen wir Ernährungssouveränität. Ist die Ernährungssouveränität eingeschränkt, kann das gesundheitliche Folgen nach sich ziehen.



Pizza

Zutaten: WEIZENMEHL, Wasser, 11 % KÄSE (schnittfester MOZZARELLA, EDAMER), 11 % passierte Tomaten, 8,4 % Peperoni-Salami (Schweinefleisch, Speck, Salz, Gewürze, Dextrose, Zwiebelpulver, Knoblauchpulver, Gewürzextrakte, Stabilisator (Natriumnitrit), Antioxidationsmittel (Extrakt aus Rosmarin), Rauch), 5,4 % Tomatenkonzentrat, 4,7 % eingelegte Peperonistücke (Peperoni, Wasser, Branntweinessig, Salz, Zucker, Säuerungsmittel (Citronensäure, Essigsäure), Antioxidationsmittel (Ascorbinsäure)), Backhefe, Palmfett, Zucker, Salz, Säuerungsmittel (Calciumphosphate, Calciumcitrate), GERSTENMALZEXTRAKT, Rapsöl, Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat), Emulgator (Mono- und Diacetylweinsäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Gewürze, Oregano, Dextrose, Petersilie.

Preis: 10,82 Euro / kg

Quelle: <https://www.interspar.at/shop/lebensmittel/dr-oetker-die-ofenfrische-pepperoni-salami/p/2946092> [Zugriff: 30.04.2023].

Rezept Peperoni-Salami-Pizza: 170 g Weizenmehl, 2 EL Olivenöl, 4 g Germ, ½ TL Salz, 125 g passierte Tomaten, 30 g Peperoni, 50 g Salami in Scheiben, 1 TL Oregano

Preis: ca. 15 Euro / kg



Schokoladencreme

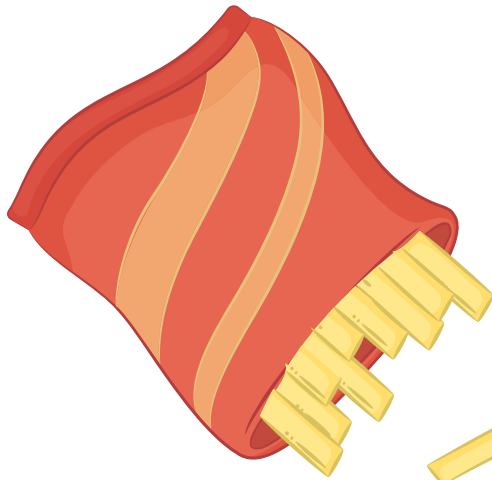
Zutaten: Zucker, Palmöl, HASELNÜSSE (13 %), MAGERMILCHPULVER (8,7 %), fettarmer Kakao, Emulgator Lecithine (SOJA), Vanillin. In Großbuchstaben angegebene Zutaten enthalten allergene Inhaltsstoffe

Preis: 10,82 Euro / kg

Quelle: <https://www.interspar.at/shop/lebensmittel/ferrero-nutella/p/2020003081705> [Zugriff: 30.04.2023].

Rezept Schokoladencreme: 700 g Kokosmilch (fetthaltig), 140 g Haselnussmus, 140 g Kakaopulver, gemahlene Vanille, etwas Honig

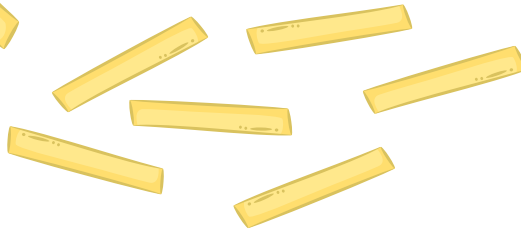
Preis: ca. 20 Euro / kg



Pommes frites

Zutaten: Kartoffeln 97 %, Sonnenblumenöl.

Preis: 1,99 Euro / kg



Quelle: <https://www.interspar.at/shop/lebensmittel/dr-oetker-die-ofenfrische-pepperoni-salami/p/2946092> [Zugriff: 30.04.2023].

Rezept Pommes frites: 1 kg Kartoffeln, 3 EL Öl

Preis: ca. 3 Euro / kg

2. Chancen und Probleme der Nahrungsmittelindustrie

a) Lies folgenden Informationstext und beantworte im Anschluss die untenstehenden Fragen.

Was sind industriell gefertigte Lebensmittel und wer profitiert von ihnen?

Industriell gefertigte Lebensmittel werden hochautomatisiert hergestellt. Den Konsument*innen werden die meisten Zubereitungsschritte abgenommen.

Industriell hergestellte Produkte haben zahlreiche Vorteile, dazu zählen ihre konstante (= gleichbleibende) Qualität, ihre lange Haltbarkeit und ihre zeitsparende Zubereitung. Außerdem sorgen industriell gefertigte Produkte aufgrund ihres billigen Preises für Ernährungssicherheit. Darüber hinaus erwirtschaften Lebensmittelkonzerne, die Agroindustrie, Handelsketten und Marketingunternehmen große Gewinne mit der Fertigung dieser Lebensmittel.

Allerdings sind mit der industriellen Produktionsweise von Nahrungsmitteln auch Nachteile für uns Menschen verbunden: Damit diese länger haltbar sind, immer gleich schmecken und schnell zubereitet werden können, sind Zusatzstoffe notwendig. Einige davon sind für uns Menschen ungesund. Für eine gesunde Ernährung sind hingegen frische und unverarbeitete Lebensmittel wie Obst und Gemüse besonders wichtig, doch im Vergleich zu den billigen industriell gefertigten Lebensmitteln sind diese verhältnismäßig teuer. Besonders teuer sind biologische und manchmal auch regionale Lebensmittel. Viele einkommensschwache Menschen können sich diese Produkte somit nicht leisten.



Fertigprodukte werden außerdem oft aufwendig vermarktet (Werbung). Besonders häufig landen diese Produkte aufgrund des günstigen Preises in den Einkaufskörben von Kindern und einkommensschwachen und jenen Menschen, die besonders empfänglich für Werbungen sind.

Die Industrie profitiert (= einen Vorteil haben) von der „leeren“ Ernährung, verkauft billigen Zucker und leere Kalorien. Das hat Folgen, auch in Österreich: 34,5 Prozent der Österreicher*innen sind übergewichtig (vgl. 2019, statista.com) – diese Zahl ist ein wichtiger Indikator für die Gesundheit einer Gesellschaft und die Basis für zahlreiche Folgeerkrankungen (Herzinfarkt, Diabetes II usw.).

Zusammenfassend gibt es daher zahlreiche Chancen aber auch Probleme beim hohen Konsum industriell gefertigter Nahrungsmittel. Immer wieder werden in Politik und Gesellschaft Maßnahmen überlegt, um Ernährungssouveränität zu fördern. Zum Beispiel Verbote von zuckerhaltigen Getränken an Schulen, um Kinder besser vor ungesunder Ernährung zu schützen. Der Zugriff auf frische, unverarbeitete Lebensmittel ist ein Menschenrecht. Es werden deshalb in Politik und Gesellschaft immer wieder Maßnahmen diskutiert, wie dieses Recht garantiert werden kann:

- Nenne drei Vorteile von industriell gefertigten Lebensmitteln.

- Nenne drei Beispiele für Profiteure von industriell gefertigten Lebensmitteln.

- Erkläre in einem vollständigen Satz, warum industriell gefertigte Lebensmittel vor allem in den Einkaufskörben einkommensschwacher Menschen landen.

- Erkläre mögliche gesundheitliche Folgen industriell gefertigter Nahrungsmittel.



b) Vervollständige folgende Sätze mit deiner Begründung:

- Viele Menschen kaufen immer wieder industriell gefertigte Lebensmittel, weil ...

- Einkommensschwache Menschen kaufen häufiger industriell gefertigte Lebensmittel als einkommensstarke Menschen, weil ...

- Die Ernährungssouveränität von menschen muss gefördert werden, weil ...
