



# glaesernes restaurant



Deutscher Evangelischer  
Kirchentag Dortmund  
19.-23. Juni 2019



## Guten Appetit

Für alle, die nicht immer nur das Gleiche kochen wollen: Die App des Gläsernen Restaurants liefert über hundert Rezepte nach Zutaten und Saison sortiert. So findet sich immer etwas Passendes. Einfach unter [www.kirchentag.de/glaerapp](http://www.kirchentag.de/glaerapp) herunterladen oder den QR-Code einscannen.



*Deutscher Evangelischer  
Kirchentag Dortmund  
19.–23. Juni 2019*

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

**BÖLN**

Bundesprogramm Ökologischer Landbau  
und andere Formen nachhaltiger  
Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## Impressum

### Herausgeber

37. Deutscher Evangelischer Kirchentag Dortmund 2019 e. V.  
Verantwortlich: Sirkka Jendis, Stephan Menzel  
Redaktion: Jan Lurweg, Franziska Neumann, Ulrike Kohl  
Weitere Autoren: Zukunftsstiftung Landwirtschaft, Tafel Deutschland,  
Brot für die Welt

Gestaltung: Chris Pollak | [www.chrispollak.com](http://www.chrispollak.com)

Illustration: Frauke Lehn | [www.frauakeswelt.de](http://www.frauakeswelt.de)

Auflage: 3.800 Stück

Druck: Druckhaus Stil Stuttgart

Gedruckt auf 100 % Recycling Papier, ausgezeichnet mit dem blauen  
Umweltengel und dem EU Eco-Label.

Gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft  
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen des  
Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger  
Landwirtschaft (BÖLN).

Wir danken auch unseren weiteren Partnern und Sponsoren für die  
Unterstützung des Gläsernen Restaurants: Brot für die Welt, Gepa Fair  
Handelshaus, Zukunftsstiftung Landwirtschaft.



FOTO: © DENT/JENS SCHULZE



Liebe Leser\*innen, liebe Gäste im Gläsernen Restaurant,

jeden Kirchentag umschließt die Hoffnung, dass Neues gelingen kann – gegen alle Prognosen. Es ist die Hoffnung, dass wir Menschen fähig sind, uns zu ändern und das Notwendige zu tun. Dahinter steht die Zuversicht, dass wir angebliche Zwänge durchbrechen und uns trauen können, produktive Phantasie zu haben.

Als es 1987 auf dem Frankfurter Kirchentag erstmals ein Gläsernes Restaurant gab, das für Nachhaltigkeit und eine ökologische Ernährungswende stand, war das fast exotisch. Eine alternative Großküche? Produkte vor allem aus regionalem Anbau? Kein Fleisch? Die Initiatoren dieses Restaurants hatten das Problem, ausreichend ökologische Lebensmittel in großen Mengen zu kaufen.

Inzwischen bewegt die Frage, was wir essen sollen und vor allem, was wir nicht essen sollen, die Deutschen wie kaum eine andere. Die Wahl des Essens kann verbinden oder trennen. Manche Debatte wird zu aufgeregt geführt, aber dass wir uns beim Einkaufen auch aus Verantwortung für die Welt dafür interessieren, was in Lebensmitteln steckt, wo sie herkommen, wie sie hergestellt wurden oder ob bei der Produktion Wasser und Energie verschwendet wird, ist auch eine Frage nach Gerechtigkeit. Für die sprachlose Kreatur eintreten, für das Leben einstehen – das ist Kirchentag.

Ich wünsche Ihnen in diesem wunderbaren Gläsernen Restaurant einen guten Appetit.

Ihr Hans Leyendecker  
Präsident des 37. Deutschen Evangelischen Kirchentags in Dortmund



# Lebensmittelrettung schon vor der Aussaat

Ein Textbeitrag der Zukunftsstiftung Landwirtschaft



## Den Konzernen nicht das Feld überlassen – mehr Vielfalt durch Öko-Sorten

Finden Sie auch, dass die perfekte Möhre aus dem Gemüseregal so wenig nach Möhre schmeckt? Und warum kennt kaum noch jemand gelbe oder lilafarbene Tomaten?

Ein Grund dafür sind die vorherrschenden Strukturen auf dem Saatgutmarkt: Sie führen zu **Einheitsorten** und damit zu **Einheitsbrei auf unseren Tellern**. Der Markt wird von wenigen Konzernen bestimmt. Infolgedessen werden die Pflanzen immer mehr der industriellen Produktion angepasst. Sie müssen eine bestimmte Größe, Beschaffenheit oder Form haben, doch der Geschmack als Züchtungsziel fällt dabei unter den Tisch. **Von den knapp 7.000 Pflanzenarten**, die im Laufe der Geschichte kultiviert wurden, sind heute im Wesentlichen **nur 30 Arten übrig** geblieben: Sie liefern **95 % unserer Lebensmittel**.

## Vielfalt durch ökologisch gezüchtete Sorten

Vielfalt und Unabhängigkeit von Konzernstrukturen entsteht dort, wo kleine Züchter\*innennetzwerke lokal angepasste Sorten entwickeln. Aus dem Netzwerk der von der Zukunftsstiftung Landwirtschaft unterstützten **ökologischen Züchter\*innen** sind **inzwischen 150 Gemüse- und Getreidesorten** hervorgegangen. Ziele ökologischer Züchtung sind neben einem guten Ertrag u. a. auch natürliche Resistenzen gegenüber Krankheiten, Ernährungsqualität, Unkrautunterdrückung und Geschmack.

Die Vielfalt, die durch **ökologische Züchtung** entsteht, ist erst ein Anfang. Je größer die Auswahl wird, desto mehr Betriebe können ökologisch gezüchtete Pflanzen anbauen und desto **mehr Vielfalt** gibt es letztendlich auch wieder **auf unseren Tellern**.



## Veranstaltungshinweis

Do. 19. Juni 2019  
11.00 – 13.00 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalentallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

UMWELT, KLIMA UND  
GERECHTIGKEIT -  
HEUTE HANDELN

Eine globale Perspektive  
in der auch ökologischer  
Landbau eine wichtige  
Rolle spielen wird.



### Was Sie tun können

Fragen Sie in Ihrem Bio-Laden oder bei der Leitung Ihres Supermarktes nach ökologisch gezüchteten Sorten. Bauen Sie selbst fruchtbare Gemüsesorten und **keine Hybride im Garten oder auf dem Balkon** an. Oder unterstützen Sie uns bei der Förderung der ökologischen Züchtungsinitiativen mit einer Spende.

### Spendenkonto:

Zukunftsstiftung Landwirtschaft

BIC: GENODEM1GLS

IBAN: DE77 4306 0967 0030 0054 12

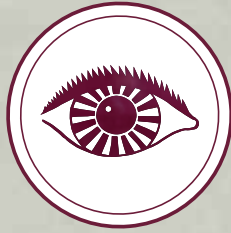
Online-Spende: [www.saatgutfonds.de](http://www.saatgutfonds.de)



## Was für ein Vertrauen ...



klingt noch gut



sieht noch gut aus



riecht noch gut



schmeckt noch gut

# Lebensmittelverschwendung beim Konsumenten

### Oft noch viel zu gut für die Tonne

Eine weiche Tomate hier, eine braune Banane dort. Wirklich viele Lebensmittel werfen wir doch eigentlich gar nicht weg, oder? Die Zahlen sprechen leider eine andere und zwar sehr deutliche Sprache: Wie die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) 2017 in einer Studie bestätigte, wirft jede\*r von uns **pro Jahr** mindestens **55 Kilogramm Lebensmittel** weg. Das entspricht ungefähr drei vollgepackten Urlaubskoffern. Hochgerechnet landen so in den Privathaushalten **jährlich 4,4 Millionen Tonnen Lebensmittel** im Müll.

Festzuhalten ist aber: Fast die Hälfte der Lebensmittelabfälle wären vermeidbar gewesen. **Vieles von dem, was wir wegwerfen, ist nicht wirklich verdorben.** Oft landet schon in der Tonne, was uns nicht mehr gut und appetitlich genug erscheint. Eine richtige Lagerung kann hier helfen!

### Verwirrung um das Mindesthaltbarkeitsdatum

Wichtig ist: **Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist kein Wegwerfdatum!** Es handelt sich dabei lediglich um eine Empfehlung der Hersteller. Bis zum angegebenen Datum werden die spezifischen Eigenschaften des Produktes wie Geschmack, Geruch, Farbe, Konsistenz und Nährwert garantiert. Mit Ablauf des Datums ist ein Lebensmittel also nicht automatisch ungenießbar. Wir sollten lernen, **den eigenen Sinnen zu vertrauen:** Wenn etwas gut aussieht, riecht und schmeckt, dann ist es auch noch genießbar.



Natürlich ist immer eine gewisse Achtsamkeit notwendig. Durch falsche Lagerung können Verpackungen beschädigt werden und so die Lebensmittel auch schneller verderben. Neben dem MHD werden auf manchen Produkten auch Angaben darüber gemacht, wie lange sie nach Anbruch haltbar sind. Aber auch hier gilt: **Augen, Nase und Mund sind näher dran als die Hersteller.**

**Bei bio-zertifizierten Lebensmitteln** sind herkömmliche Konservierungsstoffe nicht erlaubt. Um ein Verderben nach dem Anbruch zu vermeiden, heißt es hier: **zügig aufbrauchen** und auf **Sauberkeit bei der Entnahme** achten.

Veranstaltungshinweis

Do. 19. Juni 2019  
15.00 – 17.30 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalentallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

IM QUARTIER  
PASSIERT'S!

Gesund, gerecht,  
generationenfreundlich  
leben.

Mindestens haltbar bis **2020**



### Auswirkungen auf die Umwelt

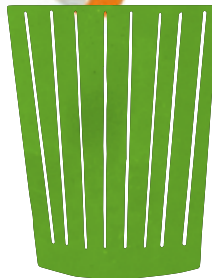
Bevor wir Lebensmittel in die Tonne werfen, sollten wir uns bewusstmachen, was wir da gerade tun. Wenn die Lebensmittel vielleicht nicht mehr schön, aber trotzdem noch genießbar sind, so werfen wir damit unser eigenes **Geld in den Müll**. Umgerechnet **150 €** (GfK 2017) landen so **jedes Jahr pro Haushalt im Abfall**.

Dies ist aber nicht die einzige Ressource: Lebensmittel haben **oft einen langen Weg hinter sich gebracht, Wasser und Dünger verbraucht oder sind aufwändig geerntet worden**. Diesen gesamten Aufwand werfen wir mit weg und schaden damit der Umwelt.

Weltweit sind die Zahlen natürlich noch gewaltiger: **Von der Ernte bis auf den Teller gehen etwa ein Drittel aller Lebensmittel verloren**, die für die menschliche Ernährung vorgesehen waren. Hochgerechnet sind dies etwa **1,3 Milliarden Tonnen im Jahr** (FAO, 2011).

Neben dem MHD gibt es auf einigen tierischen Produkten auch das **Verbrauchsdatum**. Diese Produkte sollten danach tatsächlich nicht mehr verwendet werden, da die Gefahr einer Lebensmittelvergiftung besteht.

Um unnötige Abfälle zu vermeiden, heißt es hier also **schon beim Einkauf darauf zu achten, wie viel wirklich notwendig ist** und dem „darf's ein bisschen mehr sein“ zu widerstehen.



Rette mich!

Mitmachkärtchen zur  
Lebensmittelrettung

Abgelaufen  
& LECKER

Abgelaufen  
& LECKER

Abgelaufen  
& LECKER

Abgelaufen  
& LECKER

Abgelaufen  
& LECKER

## Nachernte kann Lebensmittel retten!



FOTO: © THE GOOD FOOD/SIMON VEITH

Mehr als nur ein Tropfen auf den heißen Stein: Wie viele noch kleine Initiativen hat das Kölner Unternehmen „The Good Food“ seinen eigenen Weg gefunden, um Lebensmittel zu retten.

**Ökologische Lebensmittel** auf dem Acker **retten**, abgelaufene, häufig bio-zertifizierte Ware und Backwaren vom Vortag doch noch an den Mann und an die Frau bringen und dazu ordentlich zum Nachdenken anregen. Das alles schafft „The Good Food“ aus Köln.

Für Gründerin Nicole Klaski begann alles mit dem Containern (also Lebensmittel aus Abfallcontainern von Supermärkten zu retten). **Der Ärger über weggeworfene Lebensmittel** aber blieb. Denn der **Verlust von Lebensmitteln** beginnt schon vor der Weiterverarbeitung und dem Verkauf im Supermarkt. **Krumme Möhren, zu kleine Kartoffeln oder unförmige**

**Gurken:** All das wird selbst bei ökologisch erzeugten Produkten noch auf dem Acker oder von der Sortiermaschine ausgesiebt, weil es in den großen Ladenketten zwischen den perfekten Produkten einfach liegen bleiben würde.

An diesem Punkt setzt „The Good Food“ an und fährt **zur Nachernte auf die Felder von Bio-Landwirt\*innen** und anderen regionalen, nachhaltigen Landwirtschaften. Bis zu 70 ehrenamtliche Helfer\*innen sind mit dabei und so entwickelte sich „The Good Food“ von einem gelegentlichen Marktstand hin zu einem festen Ladenlokal.



## Veranstaltungshinweis

Fr. 20. Juni 2019  
11.00 – 13.00 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalentallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

HIGHWAY TO HELL  
ODER AUSFAHRT  
ZUKUNFT

Mobilität in Deutschland.  
Dazu gehört auch,  
den Weg zum Bio-Laden  
häufiger mit dem  
Fahrrad zu fahren.



FOTO: © THE GOOD FOOD/JANA LUDWIG

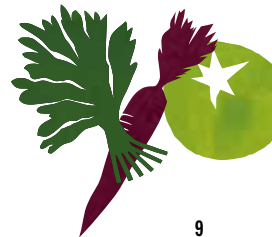
Lebensmittelretter\*innen:  
Köln: [www.the-good-food.de](http://www.the-good-food.de)  
Münster: [www.fairteilbar-muenster.de](http://www.fairteilbar-muenster.de)  
Berlin: [www.sirplus.de](http://www.sirplus.de)  
überall: [www.foodsharing.de](http://www.foodsharing.de)

Seit 2017 gibt es dort neben dem gesammelten Obst und Gemüse auch verpackte Ware, die das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten hat, sowie Backwaren vom Vortag. Die Mengen sind dabei enorm. Je nach Saison sind es jede Woche drei Transporterladungen Obst und Gemüse – bis zu 40 % der Ernte – und dank zahlreicher Kooperationen palettenweise MHD-Ware, für die mittlerweile ein eigenes Lager benötigt wird.

Dazu kommt eine kreative Preisgestaltung. Im Laden gilt: „Zahl, was es dir Wert ist.“ Das fordert dem Kunden eine Menge ab, denn wer ehrlich einkauft, muss sich

plötzlich über vieles Gedanken machen. Welche Arbeit steckt hinter den Bio-Kartoffeln? Wie lange sind sie gewachsen? Wer hat sie geerntet und transportiert? Was kostet die Ladenmiete? Ganz nebenbei bietet das Konzept die Möglichkeit, gute Bio-Produkte zum kleinen Preis zu bekommen.

All das ist Teil einer Botschaft: Lebensmittel, zumal aus ökologischer Produktion, sind zu gut für die Tonne!



Gläsernes  
Restaurant



Saisonale Rezepte  
und Suche nach  
Zutaten

Too Good to go



Übriggebliebenes  
Essen günstig von  
Gastronomiebetrie-  
ben erwerben

Zu gut für die  
Tonne!



Rezepte, Informa-  
tionen zu Einkauf,  
Lagerung, Verwertung  
und Haltbarkeit

ResQ Club



Übriggebliebenes  
Essen von beson-  
ders Kreativen und  
umweltbewussten  
Restaurants

OLIO



Soziales Netzwerk  
zum Foodsharing in  
der Nachbarschaft

## Gerstensuppe



Sommer Herbst Winter



2 TL Butter  
1 kleine Zwiebel  
100 g Knollensellerie  
100 g Lauch  
50 g Karotten  
100 g Rollgerste  
1 Liter Gemüsebrühe  
100 ml Sahne  
Salz, Pfeffer, Muskat

Zwiebeln, Sellerie, Karotten und Lauch  
schälen/waschen und in kleine Würfel  
schneiden.

Das Gemüse und die Rollgerste in Butter  
anschwitzen, mit Gemüsebrühe ablöschen,  
aufkochen und ca. 45 Minuten köcheln  
lassen. Die Sahne unterziehen und mit  
den Gewürzen abschmecken.

Die fertige Suppe warm in Suppenterrinen  
servieren.



# Einkaufsliste

Gerstensuppe

Butter 2 TL

kleine Zwiebel 1 Stück

Knollensellerie 100 g

Lauch 100 g

Karotten 50 g

Rollgerste 100 g

Gemüsebrühe 1 l

Sahne 100 ml

Salz, Pfeffer, Muskat





## Einkaufsliste

### Quinoa-Spargel-Salat

rote Quinoa	60 g
Spargel, weiß	250 g
Babyleaf-Spinat	50 g
Radieschen	4 Stück
Balsamico Bianco	1 EL
Olivöl	4 EL
Distelöl	2 EL
Himbeeren	50 g
Kürbiskerne	2 EL
Pfeffer, Salz	

## Quinoa-Spargel-Salat



Frühling Sommer



60 g rote Quinoa  
250 g Spargel, weiß  
50 g Babyleaf-Spinat  
4 Radieschen  
1 EL Balsamico Bianco  
2 EL Olivöl  
2 EL Distelöl  
Pfeffer, Salz  
50 g Himbeeren  
2 EL Kürbiskerne

Die Quinoa in einem Sieb unter heißem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Anschließend in 150 ml Wasser aufkochen, leicht salzen und bei milder Hitze abgedeckt 15 – 20 Minuten garen. Danach in ein Sieb abgießen und vollständig abkühlen lassen.

Inzwischen den Spargel schälen und die Enden abschneiden. Den Spargel in zwei Liter leicht gesalzenes und kochendes Wasser geben und zugedeckt bei mittlerer Hitze (je nach Dicke) 12 – 15 Minuten bissfest garen. Dann die Spargelstangen mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und auf einem Backblech feucht abdecken.

Den Spinat verlesen, waschen und gut trockenschleudern. Die Radieschen putzen, waschen, trocken tupfen und vierteln. Den Essig mit etwas Salz in einer Schüssel verrühren, 2 EL Olivöl sowie das Distelöl unterrühren und mit Pfeffer würzen. Die Himbeeren verlesen und quer halbieren. Danach die Kürbiskerne in einer Pfanne vorsichtig rösten.

Zum Abschluss die Quinoa, die Radieschen, den Spargel und den Spinat in einer Schüssel behutsam mit dem Dressing mischen und auf einer Platte anrichten. Zu guter Letzt die Kürbiskerne mit den Himbeeren über den marinierten Salat streuen.

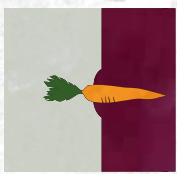




# Bokashi

Der Komposthaufen für die Küche

Für die Bokashi-Kompostierung braucht es nur einen Eimer mit dicht schließendem Deckel und Zapfhahn, sowie Bokashi-Kleie. Sogar gekochtes Essen kann damit kompostiert werden. Bokashi-Kleie ist eine Mischung aus Melasse, Kleie und effektiven Mikroorganismen. Im Internet finden sich zahlreiche Bauanleitungen und Rezepte zur Herstellung der Bokashi-Kleie.





# Einkaufsliste

Falafel mit gebackenem Gemüse

Gemüse z.B. Paprika, Karotten,

Kohlrabi, Zucchini ... 1 kg

Olivenöl 2 EL

weißer Balsamico 2 EL

Kichererbsen 200 g

Toast 1 Scheibe

Zwiebel 1 Stück

Knoblauchzehen 4 Stück

Petersilie ½ Bund

Koriander 2 TL

Mehl 2 EL

Backpulver 1 TL

Öl (zum Frittieren) 1 l

Zitrone 1 Stück

Kräutersalz, Salz, Pfeffer, Thymian,

Rosmarin, Oregano, Kreuzkümmel

## Falafel mit gebackenem Gemüse



Frühling

Sommer

Herbst



### Zutaten gebackenes Gemüse:

1 kg Gemüse z.B. Paprika, Karotten, Kohlrabi, Zucchini...

2 EL Olivenöl

1 TL Kräutersalz

2 EL weißer Balsamico

Pfeffer, Thymian, Rosmarin, Oregano

Etwas Salz

### Zutaten Falafel:

200g Kichererbsen

1 Scheibe Toast

1 Zwiebel

4 Knoblauchzehen

½ Bund Petersilie

2 TL Koriander

Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel,

2 EL Mehl

1 TL Backpulver

1l Öl (zum Frittieren)

1 Zitrone

Die Kichererbsen in einer Schüssel mit reichlich kaltem Wasser bedecken und 12 Stunden quellen lassen. Anschließend abtropfen lassen.

Das Gemüse waschen und putzen. Zucchini, Kohlrabi und Karotten in Scheiben schneiden (ca. ½ cm dick), Paprikaschoten vierteln. Das Olivenöl in einer Schüssel mit den Gewürzen und Kräutern mischen. Das Gemüse dazugeben und ca. 2 Stunden durchziehen lassen.

Ein Backblech mit Olivenöl auspinseln, das Gemüse ohne Marinade darauf verteilen und unter gelegentlichem Wenden bissfest garen. Mit etwas Salz und Balsamico beträufeln.

Backzeit: ca. 10 Minuten, Backtemperatur: 250 °C

Für die Falafel das Brot zerkrümeln, die Zwiebel und den Knoblauch schälen und grob zerkleinern. Die Petersilie waschen und die Blättchen abzupfen. Das Brot, die Zwiebel, den Knoblauch, die Petersilie und die Kichererbsen im Mixer fein zerkleinern. Das Püree mit Koriander, Kreuzkümmel, Pfeffer und Salz abschmecken und mit dem Mehl und Backpulver verkneten.

Aus dem Teig walnussgroße Bällchen formen. Das Öl zum Frittieren erhitzen. Es ist heiß genug, wenn an einem hölzernen Kochlöffelstiel, den man in das Fett hält, viele Bläschen aufsteigen. Die Falafel darin portionsweise in 4 – 5 Minuten goldbraun frittieren und jeweils auf einer dicken Lage Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zitrone in Schnitze schneiden und die heißen Falafel damit servieren.

Veranstaltungshinweis

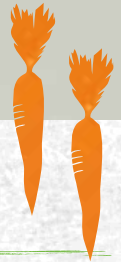
Fr. 20. Juni 2019  
15.00 – 17.30 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalentallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

VON DER KOHLE  
ZUR SONNE

Weichenstellungen in der  
Energie- und Klimapolitik,  
denn auch die Landwirt-  
schaft muss sich mit  
dem Klima verändern.



Auf dem Podium bei „Umwelt, Klima und Gerechtigkeit - heute handeln“ (siehe S.5)

„Was wir essen und wie wir es auf den Äckern und in den Ställen erzeugen, das trägt stark zum weltweiten Ausstoß von Treibhausgasen bei. Lebensmittel aus nachhaltiger Produktion und eine ausgewogene Ernährung mit mehr Gemüse, Obst und Nüssen – das ist nicht nur gut für unsere eigene Gesundheit, sondern auch für einen gesunden Planeten.“

© M. AXELSSON/ARZTE



Prof. Dr. Johan Rockström, Direktor des Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung

Auf dem Podium bei „Im Quartier passiert's!“ (siehe S.7)

Nachhaltigkeit braucht Experimentierorte für neues Denken und Handeln. Im Wuppertal Institut nennen wir diese Orte „Reallabore“. Das „Gläserne Restaurant“ ist ein solch faszinierendes „Reallabor“ auf dem Kirchentag – in dem die Möglichkeiten ökologischer Verpflegung für viele Menschen immer wieder neu und kreativ erprobt werden.“



© OLAF REYERMAN/FOTOPROSSION



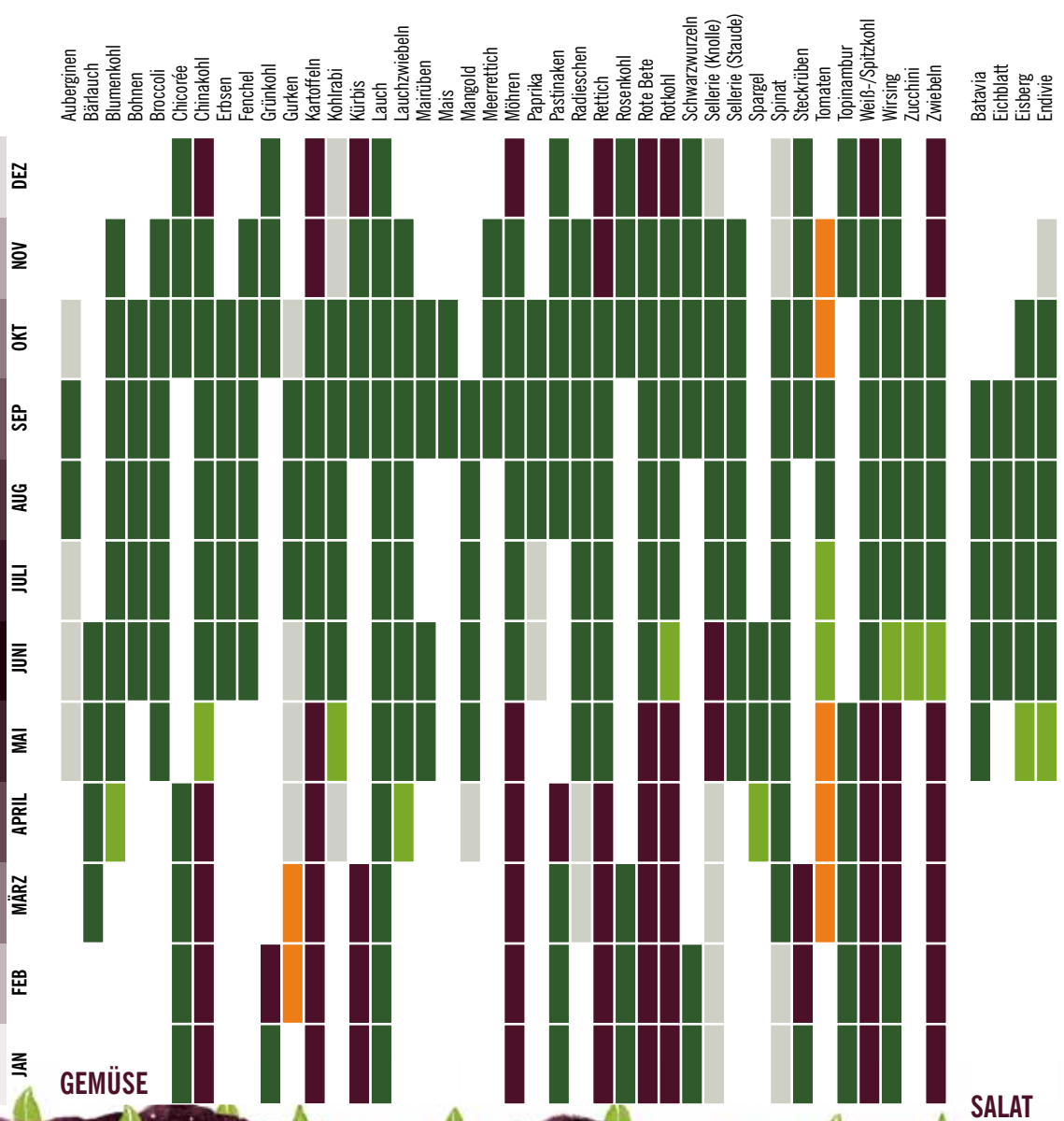
Prof. Dr. Uwe Schneidewind, Präsident des Wuppertal-institut für Klima, Umwelt, Energie

- Lagerung
- Freiland
- Geschützter Anbau
- beheiztes Gewächshaus
- unbeheiztes oder schwach beheiztes Gewächshaus

Saisonales Gemüse ist nicht nur schmackhafter und umweltschonender, sondern auch meist preiswerter als herbeigeflogenes Gemüse außerhalb der Saison. Und: Gutes Essen gibt's direkt in Ihrer Nähe! Kaufen Sie Obst und Gemüse zur richtigen Jahreszeit aus Ihrer Region, denn im Allgemeinen gilt: Je weniger Transport und

Lagerung, desto besser die CO<sub>2</sub>-Bilanz. Einzige Ausnahme: beheizte Gewächshäuser. Diese haben mit Abstand die stärkste Klimawirkung. Deshalb von Gemüse daraus am besten ganz die Finger lassen und sich im Zweifel lieber für Produkte aus ungeheizten Gewächshäusern aus einem südlicheren Land entscheiden.

## Saisonkalender Dieses abreißbare Monatslineal hilft Ihnen bei der Suche nach der richtigen Zeile.



GEMÜSE

SALAT

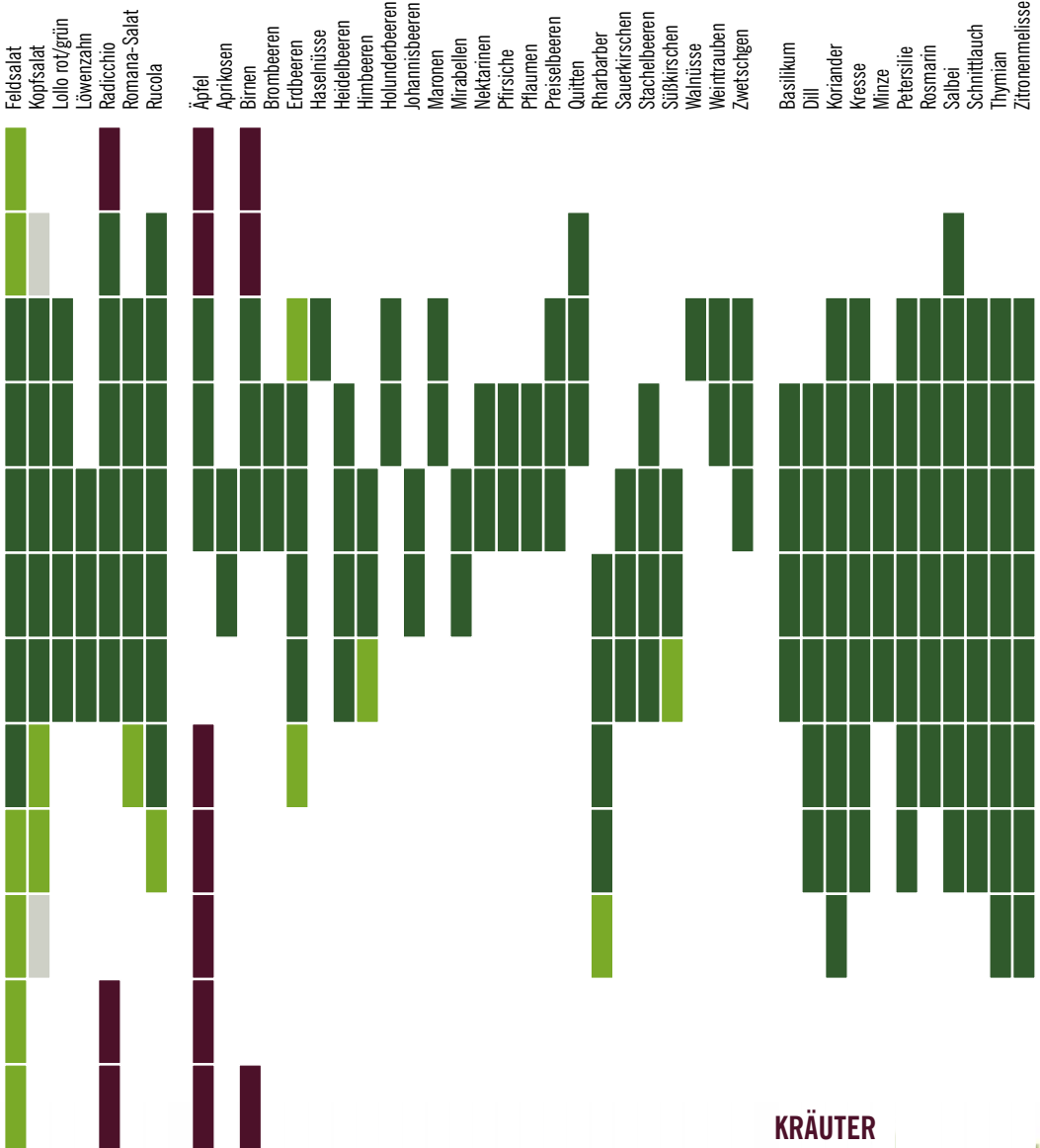




# Dressings

Rezepte für 4 Personen

Gurke-Dill-Dressing		Tomaten-Basilikum-Dressing		Orangen-Kürbiskern-Dressing		Kräuter-Vinaigrette mit ganzer Petersilie	
Knoblauchzehen	2	Tomaten	2	Orangensaft	125 ml	Petersilie m. Wurzel	3 Stängel
Gurke	1	Apfelessig	2 EL	Öl	60 ml	Knoblauch	1 Zehe
Öl	65 ml	Öl	2 EL	Kürbiskerne	1 EL	Senf	1 EL
getrockneter Dill	2 TL	getrocknetes Basilikum	1 EL	geriebene Orangenschale	1 TL	Wasser	120 ml
(oder 2 EL frischer Dill)		(oder 3 EL frisches Basilikum)		Apfelessig	1 TL	Essig, Öl	je 5 EL
Salz, Pfeffer		Agavennektar	1 EL	Salz		Salz, Zucker	



Auf der Fensterbank haben Kräuter ganzjährig Saison, im Freien ist ihre Hauptsaison diese.

OBST

KRÄUTER

Veranstaltungshinweis

Sa. 21. Juni 2019  
11.00 – 13.00 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalenhallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

Wert-schätzend?!  
Unser Umgang mit  
Lebensmitteln



© STIFTUNG WISSENSCHAFT UND POLITIK



Auf dem Podium bei „Highway to Hell oder  
Ausfahrt Zukunft“ und „Von der Kohle zur Sonne“  
(siehe S.9 und S.15)

„Das Gläserne Restaurant ist beim 37. DEKT mitten  
im Zentrum Stadt und Umwelt. Während hinter der Bühne  
die Teller, Töpfe und Pfannen klappern, gibt es auf der Bühne  
ein reichhaltiges Programm. Wir werden über die globalen  
Herausforderungen für Umwelt und den Umgang mit unseren  
Nahrungsmitteln debattieren. Wir haben interessante Gäste  
aus Wissenschaft, Zivilgesellschaft, Wirtschaft und Politik  
und freuen uns auf Ihre Fragen und Beiträge.“

Dr. Susanne Dröge, Stiftung Wissenschaft und Politik

© PIM-BÄNTER



Auf dem Podium bei „Von der Kohle zur Sonne“ (siehe S.15)

„Wir müssen so schnell wie möglich raus aus  
der Kohle und rein in die Erneuerbaren Energien.  
Für Deutschland haben wir das jetzt beschlossen,  
aber das ist erst der Anfang. Als Wissenschaftler weiß ich:  
Die Klimawende muss auch auf Straße und Schiene  
gelingen, und nicht zuletzt auch auf den Bauernhöfen.“

Hans Joachim Schellnhuber, Direktor Emeritus des  
Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung

# Slow MAGAZIN Genießen mit Verstand

# Food

**25% Rabatt auf ein Probeabo  
des Slow Food Magazins**  
Drei Ausgaben für 10 Euro

## Genießen mit Verstand

Das Slow Food Magazin ist die Zeitschrift für nachhaltige Lebensmittelproduktion und eine bewusste Ernährungsweise. Mit seinem Themen-Mix aus Kulinarik, Gesellschaft, Produktempfehlungen und Engagement verbindet es Genuss und Verantwortung.

## oekom verlag

089 54418437, oekom.de/zeitschriften/slow-food-magazin

Bitte bei Bestellung unter oekom.de in das Feld »Bemerkungen« eintragen:

**Evangelischer Kirchentag 2019**

Gültig bis 31.05.2020

# Gut, sauber und fair.



Jetzt im Zeitschriftenhandel oder im  
Abonnement unter [slow-food-magazin.de](http://slow-food-magazin.de)



# Einkaufsliste

Gratinierte Bulgurkugeln  
mit Schafskäse

Olivenöl 2 EL

mittelgroße Zwiebel 1 Stück

etwas Knoblauch

Chilischote, rot oder grün 1 Stück

Bulgur 200 g

Gemüsebrühe 600 ml

Datteln 50 g

frische Tomaten 150 g

roter Spitzpaprika 150 g

gehackte Mandeln 50 g

glatte Petersilie ½ Bund

Zitronensaft 1 EL

Harissa 1 EL

cremiger Schafskäse 150 g

## Gratinierte Bulgurkugeln mit Schafskäse



Frühling

Sommer

Herbst



2 EL Olivenöl

1 Stück mittelgroße Zwiebel

etwas Knoblauch

1 Stück Chilischote, rot oder grün

200 g Bulgur

600 ml Gemüsebrühe

50 g Datteln

150 g frische Tomaten

150 g roter Spitzpaprika

50 g gehackte Mandeln

½ Bund glatte Petersilie, fein gehackt

1 EL Zitronensaft

1 EL Harissa, nordafrikanische Würzpaste

150 g cremiger Schafskäse, zerbröckelt

Die Zwiebeln, den Knoblauch und die Chilischote in feine Würfel schneiden und in Olivenöl glasig dünsten. Den Bulgur dazugeben, kurz mitdünsten und mit Gemüsebrühe auffüllen. Danach den Bulgur ca. 10 – 15 Minuten bissfest ausquellen lassen.

In der Zwischenzeit die Datteln hacken, die Tomaten würfeln und die Paprika in feine Ringe schneiden. Die Mandeln vorsichtig in einer Pfanne anrösten und die Petersilie fein hacken.

Die Datteln, Tomaten, Paprika und Mandeln gemeinsam mit der Petersilie und dem Zitronensaft unterheben. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und der Harissa nachwürzen.

Die Masse kann nun zu Kugeln geformt und in einer Auflaufform mit Schafskäse überbacken werden. Wer es lieber einfacher mag, kann die Masse auch als Ganzes überbacken.

15 – 20 Minuten bei 160 °C überbacken.

Im Gläsernen Restaurant servieren wir Ihnen die Bulgurkugeln mit Austernpilzen und Rucola.





## Rette mich!

### Fertiges Essen länger genießbar machen

Diese Hygiene-Standards gelten in professionellen Küchen und helfen auch zu Hause:

- \* Bei Erhitzung über 68 °C bilden sich keine Keime.
- \* Durch Abkühlen von 68 °C auf unter 7 °C (auch im Kern!) innerhalb von zwei Stunden verlängert sich die Haltbarkeit.

### Küchenschrankinventur

1. Küchenschranke einmal ganz aufmachen.
2. Verborgene Lebensmittelschätze mit allen Sinnen prüfen. Insbesondere trockene Produkte sind häufig weit über das MHD noch genießbar.
3. Der Kreativität freien Lauf lassen und aus den vielen Resten etwas Neues zaubern.





## Einkaufsliste

### Möhren-Couscousbratlinge

Gemüsebrühe	250 ml
Couscous	125 g
Zwiebel	1
Möhren	250 g
Butter	2 TL
Currypulver	1 TL
Thymianblättchen	2 EL
Salz, Pfeffer	
Magerquark	1 EL
Ei	1
Olivenöl	
Für den Dip:	
Sojamilch	1 l
Zitronensaft	100 ml
FrISCHE Kräuter	

## Möhren-Couscousbratlinge



Ganzjährig



250 ml Gemüsebrühe  
125 g Couscous  
1 Zwiebel  
250 g Möhren  
2 TL Butter  
1 TL Currypulver  
2 EL Thymianblättchen  
Salz, Pfeffer  
1 EL Magerquark  
1 Ei  
etwas Olivenöl

Für den Dip:  
1 l Sojamilch  
100 ml Zitronensaft  
FrISCHE Kräuter

Die Brühe aufkochen, den Couscous einrühren und zugedeckt 10 Minuten quellen lassen. Die Zwiebel fein würfeln und die Möhren schälen und grob raspeln.

Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zwiebel glasig dünsten. Die Möhren dazugeben und 3 Minuten mitdünsten. Die Gewürze hinzugeben und kurz mitbraten.

Die Masse mit dem Quark und dem Ei sorgfältig in einer Schüssel vermengen und mit feuchten Händen zu 8 Bratlingen formen. 4 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Bratlinge bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 Minuten anbraten. Zum Abschluss auf einem Blech im heißen Ofen bei 180 Grad auf der mittleren Schiene 15 Minuten fertig garen (Umluft ist nicht empfehlenswert).

Für den Dip die Sojamilch unter gelegentlichem Rühren aufkochen. 100 ml Zitronensaft langsam hinzugeben, sodass die Milch gerinnt. Den Topf vom Herd nehmen und 15 Minuten abkühlen lassen. Danach das Gemisch in ein Mulltuch geben, zuerst vorsichtig ausdrücken und dann 5 min abtropfen lassen. Anschließend die Masse nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken.



## Einkaufsliste

Gemüsecurry		
mittelgroße Zwiebel	1 Stück	
Olivenöl	2 EL	
Karotten	200 g	
Currypaste, mittelscharf	1 EL	
Kokosmilch	500 ml	
Gemüsebrühe	200 ml	
Lauch	100 g	
Brokkoli	200 g	
Kartoffeln	125 g	
glatte Petersilie o. Koriander	½ Bund	

## Gemüsecurry



Sommer Herbst

Die Zwiebel würfeln und mit dem Olivenöl in einer Pfanne andünsten. Die Karotten in Scheiben schneiden und mit der Currypaste dazugeben und unter ständigem Rühren mitdünsten. Die Gemüsebrühe und die Kokosmilch hinzugeben und kurz aufkochen lassen. Das Ganze 5 Minuten köcheln lassen.

Den Brokkoli waschen und in kleine Röschen schneiden. Den Lauch in Scheiben schneiden und gemeinsam mit dem Brokkoli dazugeben. Weitere 5 Minuten köcheln lassen, bis die Karotten, der Lauch und der Brokkoli bissfest sind.

Kurz vor dem Servieren die Kartoffeln dazugeben und 5 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss noch die gehackte Petersilie/Koriander unterrühren.

Es können, je nach Jahreszeit, alle Arten von Gemüse verwendet werden.



1 Stück mittelgroße Zwiebel  
2 EL Olivenöl  
200g Karotten  
1 EL Currypaste, mittelscharf  
500 ml Kokosmilch  
200 ml Gemüsebrühe  
100g Lauch  
200g Brokkoli  
125g Kartoffeln, gekocht, gepellt,  
in 20 mm große Würfel  
½ Bund glatte Petersilie oder Koriander,  
gehackt



# Einkaufsliste

Westfälischer Kastenpickert  
mit Rhabarberkompott

- Mehl 500 g
- Milch 250 ml
- Hefe 30 g
- Kartoffeln 1 kg
- Eier 2 Stück
- Salz, Zucker
- Butter für die Form
- Semmelbrösel 2 EL
- Rosinen 200 g
- Rhabarber 160 g
- Apfelsaft 60 ml
- Etwas Zitronensaft
- Maisstärke o. Vanillepuddingpulver 4 g

## Westfälischer Kastenpickert mit Rhabarberkompott



Frühling



- 500 g Mehl
- 250 ml Milch
- 2 EL Zucker
- 30 g Hefe
- 1 kg Kartoffeln
- 2 Eier
- 1/2 TL Salz
- Butter für die Form
- 2 EL Semmelbrösel
- 200 g Rosinen
- Für den Kompott**
- 160 g Rhabarber
- 60 ml Apfelsaft
- Etwas Zitronensaft
- 10 g Zucker
- 4 g Maisstärke oder Vanillepuddingpulver

Die Rosinen waschen, kurz in Wasser quellen lassen und mit Küchenkrepp abtrocknen. Im Anschluss in etwas Mehl wälzen und zur Seite stellen. Die Milch in einem Topf erwärmen, den Zucker und die Hefe darin auflösen und dann 15 Minuten gehen lassen.

Inzwischen die Kartoffeln in eine Schüssel reiben. Die Flüssigkeit abschöpfen und weggießen. Die Kartoffeln mit Hefegemisch, Eiern und Salz vermengen und das Mehl löffelweise dazugeben. Zum Schluss die Rosinen untermischen und den Teig zugedeckt 1,5 Stunden gehen lassen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen (Umluft 180 °C).

Eine große Kastenform mit Butter einfetten und den Bröseln ausstreuen. Den Teig einfüllen und die Form mit Backpapier abdecken. Nach ungefähr 30 Minuten Backzeit, den Ofen herunterschalten auf 150 °C (Umluft 140 °C). Gesamtbackzeit ca. 75 Minuten.

Für das Rhabarberkompott den Rhabarber waschen und schälen. Danach in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Gemeinsam mit dem Apfelsaft und dem Zucker köcheln lassen. Mit etwas Maisstärke oder Vanillepuddingpulver andicken.







## Ich nehme mir vor ...

Auf dem Heftumschlag hat die Illustratorin Frauke Lehn zwölf wertvolle Tipps für eine persönliche Ernährungswende visualisiert.

1. Biolebensmittel kaufen
2. Obst und Gemüse der Saison essen
3. Obst und Gemüse aus der Region wählen
4. Weniger Fleisch essen, dafür aber in Bio-Qualität
5. Fisch mit MSC-Siegel oder aus Öko-Aquakultur bevorzugen
6. Kaffee, Kakao, Schokolade, Bananen aus fairem Handel kaufen
7. Gering verarbeitete und wenig verpackte Lebensmittel kaufen
8. Tierische Produkte wie Milch, Sahne, Eier, Käse und Butter öfter mal durch eine pflanzliche Alternative ersetzen
9. Mit dem Rad oder zu Fuß einkaufen
10. Leitungswasser trinken
11. Für viele kochen – also öfter mal Freunde einladen
12. Reste verwerten und wenig wegwerfen





# Einkaufsliste

Ricottacreme mit frischen Erdbeeren

Ricotta 300 g

Mascarpone 175 g

Zitronensaft 2 EL

Zitronenzesten ½ TL

Puderzucker 2 EL

Vanillezucker 1 Päckchen

Erdbeeren 250 g

Puderzucker 2 EL

frische Minze

## Ricottacreme mit frischen Erdbeeren



Sommer



300 g Ricotta  
175 g Mascarpone  
2 EL Zitronensaft  
½ TL Zitronenzesten  
2 EL Puderzucker  
1 Päckchen Vanillezucker  
250 g Erdbeeren  
2 EL Puderzucker  
frische Minze

Den Ricotta und den Mascarpone mit Zitronensaft, den Zesten, Puderzucker und Vanillezucker glattrühren.

Diese Creme eignet sich gut für portionierte Desserts. Dazu kann sie in Gläschen oder Suppentassen gefüllt werden.

Die Erdbeeren vorsichtig waschen und putzen. Danach je nach Größe in längliche Viertel schneiden.

In einer Schüssel die Erdbeeren, Puderzucker und fein geschnittene Minze mischen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Beeren über der Creme verteilen.



## Einkaufsliste



Mousse au chocolat (vegan)

Flüssigkeit von ungesalzenen

Kichererbsen 2 Dosen

Zartbitter-Kuvertüre 200 g

# Mousse au chocolat (vegan)



Ganzjährig

Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen und das Kichererbsenwasser auffangen.

Die aufgefangene Flüssigkeit steif schlagen. Dies gelingt am besten mit gekühltem Kichererbsenwasser.

Die Kuvertüre in einem Wasserbad schmelzen und vorsichtig unter die steif geschlagene Masse rühren. Das Ganze in eine Servierschüssel füllen und mindestens 3 Stunden kaltstellen.



Flüssigkeit von 2 Dosen ungesalzenen  
Kichererbsen  
200 g Zartbitter-Kuvertüre

Die Kichererbsen lassen sich zum Beispiel zu den Falafeln auf Seite 14 verarbeiten.



## Ausstellung

### Noch mehr über Lebensmittel:

Die Wanderausstellung „ÜberLebensmittel“ der Deutschen Bundesstiftung Umwelt (DBU) lädt zu einer Reise durch die Produktion unserer Lebensmittel ein.

Zum Mitmachen und Mitnehmen gibt es gute Ideen für den täglichen Einkauf oder Rezeptvorschläge für eine ausgewogene Ernährung.

DASA - Arbeitswelt-Ausstellung,  
Friedrich-Henkel-Weg 1-25,  
Innenstadt-West (164 | E1)

## Love the waste

# Verteilen statt verschwenden

Jährlich landen 55 kg genießbare Lebensmittel pro Person im Müll. Immer noch nimmt die Lebensmittelverschwendung von Jahr zu Jahr zu. Dabei hat jeder weggeworfene Joghurt, jedes nicht verzehrte Kuchenstück und jede bereits auf dem Feld aussortierte Zucchini einen Preis. Und den bezahlen alle.

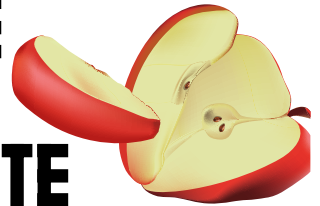
Ob auf dem Acker, bei der Ernte, während der Verarbeitung, im Handel, beim Catering oder im Privaten: Überall werden genießbare Lebensmittel in den Müll geworfen. Dabei kann es ganz einfach sein, Lebensmittel zu retten. Wer weiß das besser als die Tafeln? Sie retten mit ihren Partnern jährlich über 260.000 Tonnen an Obst, Gemüse, Backwaren und anderen Nahrungsmitteln und geben sie an jene weiter, die in unserer Gesellschaft an den Rand gedrängt wurden.

### Die in Vergessenheit geratene Tugend des rechten Maßes

Maßhalten und Besonnenheit galten einst als Kardinaltugenden, scheinen aber heutzutage an Relevanz verloren zu haben. Unachtsam werfen wir weg, was uns zu viel ist und worauf wir keinen Appetit mehr haben. Das Erreichen des zweiten UN-Nachhaltigkeitsziels – die Halbierung der Lebensmittelverschwendung bis 2030 – scheint unter diesen Voraussetzungen in weite Ferne zu rücken.

Ärmel hoch und anpacken

# LOVE THE WASTE



Klagen allein macht die Welt nicht besser. Handeln schon. Deshalb haben sich Tafel Deutschland e. V. und METRO AG gemeinsam zum Ziel gesetzt, die Herausforderung anzunehmen und mit „Love the waste“ über Lebensmittelverschwendung aufzuklären. Die Grundidee ist, zu einem aktiven Umdenken anzuregen: „Beginne, deine Lebensmittel wieder zu lieben“.

Die gute Nachricht ist: Jede\*r kann Lebensmittelretter\*in werden. Wie das schon mit kleinen Tipps und Tricks gelingen kann, wird anhand ganz unterschiedlicher Beispiele aufgezeigt – vom eigenen Fensterbankgarten über Tafel-Kochrezepte bis hin zu Hinweisen zum möglichen Überschreiten des Mindesthaltbarkeitsdatums. Die Fotos von Ehrenamtlichen und ihre kurzen Statements zeigen die Freude am Helfen. Ihr unermüdlicher Einsatz kann anderen ein Vorbild sein.

[www.tafel.de/love-the-waste](http://www.tafel.de/love-the-waste)



DEUTSCHLAND

Veranstaltungshinweis

Sa. 21. Juni 2019  
15.00 – 17.30 Uhr

Halle 3, Bühne,  
Bereich Westfalenhallen,  
Innenstadt-West (634 | E3)

Zentrum Stadt und  
Umwelt ♥ Podium

GRÜN, SMART,  
NACHHALTIG?

Visionen für die Stadt  
der Zukunft.

## Backhandwerk mit guter Tradition und viel Schmackes



**Brotzeit, Abendbrot** oder das **Brotteilen** als christliches Symbol zeigen, welche Bedeutung Brot in unserer Kultur hat. Gerade Deutschland ist durch seine Brotvielfalt weltweit bekannt.

Das Backhandwerk ist bis heute ein sehr traditionelles Handwerk, welches einen starken Bezug zur Region hat. So lieben die Süddeutschen Kümmel in ihrem Brot und die Westfalen sind für ihren Pumpernickel bekannt. In Deutschland gibt es heute **über 300 verschiedene Brotsorten und 1.200 Arten an Gebäck**. Aufgrund der Kleinstaaterei Deutschlands im Mittelalter entwickelte sich eine **vielfältige Brotkultur**, die bis heute erhalten geblieben ist.

Brot erfreut sich in den letzten Jahren wieder zunehmender Beliebtheit. Egal ob als **nährstoffreiches Pausenbrot** oder **sättigende Beilage** zur Suppe. **Ca. 44,1 kg Brot** verzehrten deutsche Haushalte 2017 im Durchschnitt, sagt die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK).

**Beim Kauf von Brot und Backwaren** sollte nicht nur auf Vollkorn oder Getreideart geachtet werden. Biozertifizierte Bäckereien und regionale Bäckereien, die auf künstliche Hilfsmittel verzichten, **fördern die Biodiversität und lokale Ökonomie**.

# Alle Lieferanten des Gläsernen Restaurants wirtschaften biologisch!



Bio-Bäckerei Backdat

## Unsere Brotlieferant\*innen



Seit über 30 Jahren betreiben Georg to Roxel und Maria Egetemeyr eine eigene Bio-Bäckerei in der Dortmunder Nordstadt. Nachhaltigkeit und die Produktion von vollwertigen Backwaren ist ihr täglicher Antrieb. Mit 30 selbst kreierten Vollkornbrotten präsentiert die Bio-Bäckerei eine äußerst vielfältige Produktpalette. Dabei zaubern die Bäcker\*innen auch aus alten Getreidesorten, wie Kamut und Dinkel, leckere Backwaren.

Im Gläsernen Restaurant wird das Kartoffelbrot der Bäckerei zu den Gerichten gereicht.  
[www.bio-backdat.de](http://www.bio-backdat.de)

Werkhof Service GmbH

## Jungpflanzen und alte Sorten



Auf vier Hektar Freiland und in 13 Gewächshäusern baut die Demeter Gärtnerei in Dortmund Grevel verschiedene Gemüsesorten an. Dabei sind die 70 historischen Tomatensorten und 30 Chilisorten nicht nur für Liebhaber\*innen eine Besonderheit, sondern auch ein wichtiger Beitrag zum Erhalt der Biodiversität.

Mit der Abokiste kann das frischgeerntete Gemüse wöchentlich nach Hause oder zur Arbeitsstelle geliefert werden. Die Abokiste wird ergänzt durch weitere Produkte aus der Region und bietet insgesamt über 2.000 Bioprodukte an.

Das Auge isst mit! Die bunten Blattsalate der Gärtnerei machen den Salatteller im Gläsernen Restaurant zum puren Hingucker.  
[www.werkhof-diegaertnerei.de](http://www.werkhof-diegaertnerei.de)

AWO Schultenhof

## Bio-Landwirtschaft mitten in der Stadt



„Landwirtschaft mitten in der Stadt erleben“ ist das Motto vom AWO Schultenhof. Dem Biolandhof mit Sitz im Dortmunder Stadtteil Brüninghausen ist die Verbindung von biologischem Anbau und sozialer Teilhabe besonders wichtig. Zur Zeit leben 26 Menschen mit Behinderungen auf dem Bauernhof, ein Teil arbeitet auch dort. Auf dem Schultenhof finden Anbau, Verarbeitung und Vermarktung gleichzeitig statt. Im Hofladen werden die eigenen Erzeugnisse von Gemüse, über Obst, bis hin zu Bioeiern sowie Wurst- und Fleischwaren vermarktet.

Für den Westfälischen Pickert werden die Bio-Eier vom Schultenhof verwendet.  
[www.schultenhof-dortmund.de](http://www.schultenhof-dortmund.de)



# 60 Jahre Brot für die Welt 60 Jahre Hunger nach Gerechtigkeit

# Alles Bio oder was?



**Was wir tun**  
Brot für die Welt setzt sich gemeinsam mit seinen Partner\*innen in aller Welt dafür ein, dass bäuerliche Familienbetriebe genügend Land haben, um die Familie das ganze Jahr über ausreichend und gesund zu ernähren. Die Kontrolle über das eingesetzte Saatgut und Unabhängigkeit gegenüber Saatgutherstellern sind dabei wichtige Anliegen. Ebenso unterstützen wir die handwerkliche Fischerei, Indigene und Hirt\*innen, um ihren Beitrag gegen Hunger und Mangelernährung nachhaltig zu stärken.

Alle Menschen ausreichend zu ernähren hängt jedoch nicht zuletzt davon ab, ob es gelingt, den Klimawandel aufzuhalten. Deshalb unterstützen wir unsere Partnerorganisationen nicht nur bei konkreten Klimaanpassungsprojekten vor Ort, sondern setzen uns auch für eine ambitionierte Klimaschutzpolitik in Deutschland und Europa ein.

**Was Sie tun können**  
Kaufen Sie nicht mehr Nahrungsmittel, als Sie essen können. Jedes Lebensmittel, das nicht verschwendet wird, kann sich indirekt auf die Ernährungssituation in den Entwicklungsländern auswirken. Wenn Sie Produkte aus Fairem Handel kaufen, erhalten die Produzent\*innen mehr vom Kaufpreis, so dass sie ihr Leben in Würde leben können. Achten Sie – wenn es Ihnen möglich ist – darauf, nicht unbedingt die billigsten Nahrungsmittel zu kaufen. Auch die Bauer\*innen in Deutschland benötigen einen gerechten Lohn, um auf ihr Land und ihre Tiere achtgeben zu können.

[www.brot-fuer-die-welt.de](http://www.brot-fuer-die-welt.de)



An dem EU-Bio-Logo oder deutschen Bio-Siegel erkennen Sie Bio-Produkte. Auch an der Kontrollstellen-Nummer (z. B. DE-ÖKO-XXX) können Sie Bio-Produkte zweifelsfrei identifizieren.

Außerdem: die Bezeichnung „öko“ und „bio“ sind geschützt – alle Produkte, die so benannt sind, sind ebenfalls bio!

Zusätzliche Siegel vom Bio-Anbauverband kennzeichnen schärfere Regelungen (Demeter, Bioland, Naturland, Biokreis, Verbund Ökohöfe, GÄA oder Ecovin).

Übrigens: Das Gläserne Restaurant, das Gläserne Restaurant für Kinder und der Bio-Markt der Köstlichkeiten sind bio-zertifiziert.



Das Gläserne Restaurant  
ist ein Projekt des Kirchentages