

MIBLA 12/2022

Umwelttipp!



Niederhasli
natürlich stadtnah leben

Tischlein deck dich

Kaum verknüpfen wir ein Fest so stark mit Tradition wie Weihnachten. Gewohnt sind wir es auch in den Regalen der Supermärkte exotische Vielfalt zu entdecken, die so gar nicht zum Wetter draussen passt: Papaya, Ananas, Litschi, Lachs, Avocados und Sternfrüchte – sie alle ziehen unsere Aufmerksamkeit an. Jetzt gilt es, einen kühlen Kopf zu bewahren, denn diese Exotik in den Läden hat ihren Preis – und dies nicht nur in finanzieller Hinsicht, sondern auch betreffend Umwelt. Herkunft, Jahreszeit und Produktionsart sind entscheidend für die Klimabilanz von Lebensmitteln. Viele der verlockenden Exoten sind mit dem Flugzeug transportiert worden – ihre Saison findet aktuell ganz woanders statt.

Dabei zeigt der aktuelle Saisonkalender hierzulande eine überraschende Vielfalt. Sei es eine ungewöhnliche Kombination von Zutaten, ein raffiniertes Ofengericht oder der Einsatz von Curry oder Rauchpaprika – mit etwas Mut zum Experiment lässt sich auch aus Kürbis, Federkohl, Pastinaken und vielem mehr ein spannendes Festmahl zaubern. Deshalb müssen Sie aber nicht gleich alle Traditionen über Bord werfen, das geht selten gut. Wer jedoch hier und dort bei der Menüplanung saisonale Anpassungen macht und frische Alternativen auftischt, leistet einen Beitrag an nachhaltigere Weihnachten. Und weil die Nachfrage nach Exotik «made in Switzerland» steigt, bereichern auch immer mehr alte Sorten das Angebot: Kartoffeln kommen dunkelviolett auf den Tisch, der Federkohl rot, die Rüeblen sind weiss und der Rettich schwarz. Wenn das keine Hingucker sind.

Sie möchten mehr erfahren? Hier finden Sie weitere Informationen:

WWF: Der Ratgeber für Früchte und Gemüse

swissmilk.ch: Schnelle Rezepte für den Winter

WWF: Hintergrundinfos zum saisonalen Genuss von Früchten und Gemüse

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung: Ökobilanz von Lebensmitteln

Abteilung Bau und Umwelt