

**Interview aus dem Naturkostmagazin „Schrot&Korn“, Heft 9/2001**

## **Bio contra Vollwert? Eine Diskussion über nachhaltige Ernährung**

Regelmäßig bekommt Schrot&Korn Post von Lesern, die kritisieren, dass sich im Bio-Laden immer mehr Produkte finden, die mit gesunder und vollwertiger Ernährung nichts mehr zu tun haben. Weißes Mehl und Industriezucker als Zutaten oder Tütensuppen in den Regalen stoßen ihnen sauer auf. Naturkost ade? Über diese Kritik an den Trends in der Bio-Branche diskutierte Schrot&Korn mit **Georg Schweisfurth** und **Dr. Karl von Koerber**. Wie könnte eine gesunde, umwelt- und sozialverträgliche Ernährung aussehen, war die Frage. Eine Antwort vorab: "Bio" alleine genügt nicht.

**S&K:** Herr Schweisfurth, was sagen Sie einem Kunden in Ihrem Laden, der sich über Weißmehl und Tütensuppen aufregt?

**Georg Schweisfurth:** Ich gehe davon aus, dass die meisten Bürger mündige Menschen sind, die selber entscheiden können, was sie haben wollen und sich Gedanken darüber machen, was sie essen. Das gilt erst recht, wenn sie in einen Naturkostladen gehen. Ich sage dann den Leuten: Sie haben die Wahl zwischen eher industriell hergestellten Bio-Produkten und hochwertigeren, die in kleinen Handwerksbetrieben verarbeitet werden. Sehen Sie, ich habe viele hundert Leute im Laden, die gerade anfangen, sich mit Bio zu beschäftigen. Die kaufen erst einmal das, was sie vom üblichen Supermarkt herkennen, zu günstigen Preisen. Ich nenne das ganz hart industrielle Bio-Produkte. Durch diese Art von Verarbeitung werden zwar die wertvollen ökologisch erzeugten Rohstoffe zum Teil geschädigt, doch viele Leute verlangen solche preislich attraktiven Produkte. Ich habe lieber hundert solche Kunden im Laden als nur zwei 150prozentige Bio-Konsumenten. Ich möchte die Leute erst mal im Laden haben, um ihnen dann den Unterschied im Geschmack klar zu machen. Wenn sie eine Karotte oder Mandarine probieren, ist das für sie wie der Eintritt in eine neue Geschmackswelt.

**Karl von Koerber:** Ich finde es bedauerlich, dass der ursprüngliche Anspruch nicht mehr konsequent verwirklicht wird, mit dem die Naturkostbranche einmal angetreten ist, nämlich ökologischen Anbau und gesunde Ernährung zur Deckung zu bringen. Früher konnte man den Menschen in der Ernährungsberatung sagen: "Wenn Sie in den Bio-Laden gehen, bekommen Sie dort gute Produkte. Nicht nur ökologisch produziert, sondern auch gesund." Manche heutigen Verarbeitungsverfahren sind für Verbraucher nicht mehr transparent, nehmen sie zum Beispiel Aromen. Weil diese Verfahren immer mehr Einzug in die Naturkostbranche finden, muss man die Verbraucher jetzt sensibilisieren und genau informieren, damit sie auch im Bio-Laden in die Lage versetzt werden, rundum "gute" Produkte auszuwählen. Andererseits lassen sich allein mit den streng auf Vollwertkost orientierten Stammkunden die zum Verkauf der vermehrt produzierten Öko-Ware notwendigen Umsatzsteigerungen offensichtlich nicht erreichen. Der Zuwachs erfolgt seit einiger Zeit durch Kunden, die auf diesen Vollwert und Gesundheitsaspekt nicht soviel Wert legen, sondern mehr auf die Bio-Rohstoffqualität.

**Georg Schweisfurth:** Die neue Herausforderung ist die Kommunikation. Im Prinzip müsste ich den Leuten sagen, wir haben zwei Kategorien von Produkten im Bioladen: handwerklich traditionell hergestellte Lebensmittel und industriell hergestellte. Wenn ich das erste auf eine Art

und Weise vermitteln könnte, ohne das zweite abzuwerten, dann wären wir schon ein Stück weiter. Ich überlege, ob wir nicht ein Logo machen, das "handwerkliche Qualität" heißt und im Regal auf diesen besonderen Wert hinweist. Das wäre leicht, wenn man die Grenze genau ziehen könnte.

**S&K:** Sind das nicht zwei paar Stiefel? Das eine ist die Unterscheidung zwischen handwerklich und industriell gefertigten Produkten, die andere ist die zwischen vollwertigen und nicht vollwertigen Lebensmitteln. Ich kann weißen Zucker auch sehr handwerklich in eine Marmelade rühren.

**Georg Schweisfurth:** Da muss man von Produktgruppe zu Produktgruppe unterscheiden. Das ist nicht einfach. Wenn ich "industriell hergestellt" sage, meine ich eine bestimmte Haltung im Verarbeitungsprozess, die eher ans Geld machen erinnert als an Umwelt schützen und gute Lebensmittel herstellen.

**Karl von Koerber:** Ich meine, die Begriffe "starke Verarbeitung" und "schonende Verarbeitung" sind da besser geeignet. Starke Verarbeitung kann im großen Industriebetrieb stattfinden, aber mitunter auch in einem kleinen handwerklichen Betrieb. Umgekehrt gibt es eine Reihe von schonenden Verarbeitungsverfahren in der Lebensmittelindustrie. Das ist ja der Kern der Vollwert-Ernährung: Wir sagen, der Wert der Lebensmittel sollte möglichst voll erhalten bleiben. Ursprünglich sind die Bio-Läden ja in Abgrenzung zu den Reformhäusern mit dem Anspruch angetreten, Grundnahrungsmittel anzubieten und keine stark verarbeiteten Produkte. Ich weiß noch, wie es Aufschreie gab bei der Einführung von Bio-Weißmehl. Damals hoffte man, dass die Kunden Vollkornerzeugnisse wählen und Weißmehlprodukte Einzelfälle bleiben. Doch nach dem weißen Mehl kam im Naturkostmarkt der Weißzucker, dann die H-Milch und schließlich die Aromen. Die so genannten "natürlichen Aromen" haben mit naturbelassen nichts zu tun, das halte ich für Verbrauchertäuschung. Solche Zutaten sollten in Naturkost-Produkten überhaupt nicht zu finden sein.

**S&K:** Herr Schweisfurth, welche Bio-Produkte würden Sie nicht ins Sortiment aufnehmen? Wo liegt Ihre Grenze?

**Georg Schweisfurth:** Es gibt eine Flut von Brotaufstrichen in winzig kleinen Dosen. Da stimmen weder das Preis-Leistungs-Verhältnis noch die Ökobilanz. Oder Wein: Warum soll ich Bio-Weine aus Südafrika oder Kalifornien importieren, wenn ich keine neue Welt von Weingeschmack entdecke. Bei Tütensuppen und Tiefgefrorenem muss man genau hingucken. Da gibt es viele Produkte, die sind ihren Preis nicht wert. Die haben einen Geschmackswert, der entspricht nicht dem, was man sich unter einem gesunden leckeren Lebensmittel vorstellt. Da werden Produkte aus dem konventionellen Handel eins zu eins kopiert, dann fehlen ein paar Zusatzstoffe und das Zeug schmeckt nicht mehr. Wir haben da einiges wieder aufgelistet. Beim Wasser schauen wir, dass es aus der Region kommt.

**Karl von Koerber:** Vor Jahren sagte ich in einem Vortrag anlässlich der Eröffnung der BIO FACH Messe so als Schreckgespenst irgendwann gibt es auch einmal Zigaretten im Bio-Laden. Damals wurde ich ausgelacht, heute gibt es sie teilweise versteckt unter der Ladenkasse. Ich denke, das untergräbt die Glaubwürdigkeit und schädigt das Image.

**Georg Schweisfurth:** Ich halte die Menschen für mündig genug, dass sie selbst entscheiden, was sie haben wollen. Man darf so ein Geschäft nicht mit dem erhobenen Zeigefinger führen. Unsere Kunden müssen das Gefühl haben, sie seien willkommen und frei, auch mal das eine oder andere nicht so konsequente Produkt mitzunehmen.

**Karl von Koerber:** Zigaretten können noch so sehr aus Bio-Tabak und ohne Zusatzstoffe hergestellt sein: Sie bleiben gesundheitsgefährdend. Mäßige Mengen weißer Zucker oder Weißmehl können dagegen durch ansonsten vernünftige Ernährung ausgeglichen werden. Ich sehe eine echte Profilierungschance für den Bio-Fachhandel gegenüber dem herkömmlichen Markt, wenn die Naturkostladen-Kunden nicht erst die ganze Flut an Produktinformationen verdauen müssen, sondern eine gewisse wohlbegründete Aussortierung ungünstiger Produkte vom Naturkost-Ladeninhaber vorgenommen worden ist.

**S&K:** Was ist denn mit einem Bio-Grappa? Ist der schädlich, oder ein Genuss?

**Karl von Koerber:** In gewisser Menge ist Alkohol zu tolerieren und kann zum Genuss und zur Lebensfreude beitragen.

**S&K:** Gibt es noch weitere Produkte, die Ihrer Meinung nach nichts im Bio-Laden zu suchen haben?

**Karl von Koerber:** Unter Ernährungswissenschaftlern ist klar, dass Nahrungsergänzungsmittel in der Regel überflüssig und teilweise sogar bedenklich sind. Ausnahmen können bestimmte Situationen wie Schwangerschaft, hohes Alter und Krankheiten sein. Doch normalerweise ist die Nährstoffversorgung mit natürlichen Lebensmitteln, außer bei Jod, zu gewährleisten und da bietet der Bio-Laden eine gute Auswahl. Eine Reihe von Nahrungsergänzungsmitteln im Naturkostbereich sind daher nicht sinnvoll.

**Georg Schweisfurth:** Wer glaubt, dass ihm Nahrungsergänzungsmittel gut tun, soll sie nehmen. Wir haben sie im Sortiment, weil eine sehr große Nachfrage besteht. Es gibt Modeprodukte, die man haben muss, weil gerade jemand behauptet hat, die seien gesund. Schwarzkümmelerzeugnisse zum Beispiel. Die Welt der Meinungen ist groß! Bevor wir lange dastehen und dem Kunden erklären, warum wir das nicht führen, bieten wir es halt an.

**S&K:** Nach dem Motto: Wer sich von Tütensuppen und anderen Fertigprodukten ernährt, die alle auch in Bio zu haben sind, kann die dort fehlenden Nährstoffe isoliert kaufen?

**Georg Schweisfurth:** Natürlich kann sich jemand ungesund ernähren, auch wenn er nur bei uns einkauft. Ich möchte nicht, dass Sie jetzt glauben, ich sei einer, der sich nur aus Tüten ernährt. Im Gegenteil: Ich werde alles dafür tun, dass es am Ende nicht nur noch Tütensuppen und Tiefkühlfutter aus Bio-Rohstoffen gibt. Ich esse nur frische Sachen. Aber es ist nicht so, dass man nur das im Laden hat, von dem man glaubt, es sei für einen selbst und für die Menschheit das Beste.

**S&K:** Welche Rolle spielt bei den Frischeprodukten wie Obst, Gemüse und Käse die Herkunft der Ware?

**Georg Schweisfurth:** Wir schauen, welche Bäcker, Metzger, Käser oder Gärtner wir in der Nähe haben und welche davon uns direkt beliefern können. Die Kunden möchten das auch, diese Spezialitäten aus dem Umland. In die Ferne gehen wir nur, um das Sortiment zu erweitern. Milch und Joghurt zum Beispiel liefern regionale Molkereien. Ein paar wenige Produkte kommen aus Norddeutschland, weil unsere Molkereien sie nicht herstellen.

**S&K:** Weisen Sie auf die Regionalität hin, etwa an der Käsetheke oder beim Gemüse?

**Georg Schweisfurth:** Im Fleischbereich tun wird das schon. Da steht, von welchen Bauern in dieser Woche die Tiere kommen. Ansonsten stehen wir noch am Anfang. Ich habe mir in Amerika angeschaut, wie dort Kundenkommunikation auf eine sehr professionelle Art und Weise gemacht wird. Der Bauer, von dem die Lebensmittel stammen, wird mit Foto und einer kleinen macht eine Menge Arbeit, ist aber lohnend, weil so die Nähe zwischen Verbraucher und Landbau hergestellt wird.

**Karl von Koerber:** Ich halte regionale Vermarktung für ganz wichtig. In den letzten Jahren sind einige Öko-Bilanzen dazu entstanden. Sie zeigen, dass in manchen Fällen die Umweltentlastung, die durch den ökologischen Anbau entsteht, durch den Transport über weite Strecken wieder zunichte gemacht wird. Die meisten Lebensmittel werden ja mit dem LKW transportiert, mit sehr viel Energieverbrauch und Abgasbelastung. Deshalb möchte ich den Kunden nahelegen, im Einkauf noch stärker auf die Herkunftsregion und die Erntesaison der Produkte zu achten.

**S&K:** Von wegen Saison. Die Äpfel bei Basic kommen im Juli aus Argentinien.

**Georg Schweisfurth:** Hier gibt es ja zu dieser Jahreszeit noch keine Äpfel.

**S&K:** Früher gab es dann im Bio-Laden auch keine dass es wie im konventionellen Supermarkt Bio-Äpfel. Soll sich der Bio-Kunde daran gewöhnen, zu jeder Zeit gibt?

**Georg Schweisfurth:** Man darf das nicht so schwarzweiß sehen. Es gibt viele Produkte, die wir nicht führen, wenn sie bei uns noch nicht wachsen: Regionale Sorten, Feingemüse, Salate. Bei tropischen Früchten ist das anders, die sind ständig verfügbar, nicht immer alle Sorten, aber als Produktgruppe.

**Karl von Koerber:** Und werden oft mit dem Flugzug geliefert. Die Umweltbelastung durch Flugtransporte ist mehr als zehn Mal so hoch wie bei vergleichbaren LKW-Transporten. Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) hat errechnet, dass an jedem Kilo Erdbeeren, das im Winter aus Südamerika oder Südafrika eingeflogen wird, drei bis vier Liter Flugbenzin dran hängen.

**Georg Schweisfurth:** An jedem Kilo, Wahnsinn!

**S&K:** Gibt es an Weihnachten Erdbeeren im Basic?

Georg Schweisfurth schüttelt den Kopf.

**Karl von Koerber:** Wegen dieser wirklich extremen Umweltbelastung sollte es mit dem Flugzeug importiertes Obst und Gemüse gar nicht im Sortiment geben. Das sind vor allem die feinen, empfindlichen Sorten, die gegen die Jahreszeit hierher kommen, also Weintrauben, Erdbeeren, Mangos oder Ananas. Bananen sind nicht betroffen, die kommen mit dem Schiff.

**Georg Schweisfurth:** Also ich habe darüber ehrlich gesagt noch nie nachgedacht. Diese Zahlen sind ein Anlass, mal unsere Händler zu fragen und das Sortiment zu überprüfen.

**Karl von Koerber:** Ich fände es sehr konsequent zu sagen, das bieten wir nicht an. Dann freuen wir uns auf die Erdbeerzeit hier, dann kommt die Pfirsichzeit...

**S&K:** ...dann gibt es Trauben ...

**Karl von Koerber:** Das saisonal schwankende Angebot hat auch seinen Reiz. Da werden die Lebensmittel etwas Besonderes. Nehmen Sie den Spargel im Frühjahr als Beispiel. Es gibt aber auch regionale Produkte aus beheiztem Gewächshausanbau im Winter. Treibhaussalat aus Holland oder Deutschland hat eine sehr schlechte Öko-Bilanz: Das verträgt sich mit dem Öko-Anspruch nicht. Da macht man mehr kaputt, als man mit dem Bio-Anbau gewonnen hat. Das ist im Sinne der Nachhaltigkeit nicht vorbildlich.

**S&K:** Angenommen man nimmt die Flugware aus dem Sortiment. Was sollen dann die armen Ananasbauern aus Uganda machen, die jetzt durch fairen Handel ein geregelteres Einkommen haben?

**Karl von Koerber:** Das ist genau der Zielkonflikt. Man muss sich entscheiden. Ich bin ein Befürworter des fairen Handels. Wenn man solche Produkte aus Entwicklungsländern kauft, bekommen die Bauern dort höhere Preise als auf dem Weltmarkt. Es sollte zu den Mindeststandards im Bio-Handel gehören, dass die Kriterien des fairen Handels eingehalten werden.

**S&K:** Die Tendenz im Bio-Laden geht weg vom fairen Handel. Wer einen Bio-Kaffee für 8 Mark 99 das Pfund anbietet, der kann diesen Kaffee nicht aus fairem Handel bezogen haben.

**Georg Schweisfurth:** Aber er ist wenigstens Bio. Wir brauchen doch zunächst Öko-Produkte für den kleineren Geldbeutel, sonst wird doch wieder konventioneller Kaffee gekauft mit dem Fingerzeig, Bio sei zu teuer. Ich sehe das pragmatisch. Man soll zumindest ein Stück weit den Menschen entgegenkommen, dorthin, wo sie mit ihren Meinungen und Wünschen stehen. Dann erst hat man wirklich die Möglichkeit, mit Ihnen über FairTrade Kaffee zu reden, den man selbstverständlich führen muss. Kunden brauchen Wahlmöglichkeiten, die gutkommuniziert sein müssen. Immer wieder: Was ist der Unterschied? Lernen passiert eben bei uns allen nur Schritt für Schritt.

**Karl von Koerber:** Den Bio-Anbau wollen wir als Verbraucher, das ist uns wichtig. Für die Bauern dort ist es aber erst einmal wichtig, dass sie ein gerechtes Einkommen erhalten. Sie wollen überleben. Ich halte es für problematisch zu sagen, uns ist Bio wichtiger als fairer Handel. Im Sinne der Nachhaltigkeit sollte das zur Deckung kommen. Alle Importe aus solchen Ländern sollten aus fairem Handel stammen und zertifiziert sein von Organisationen wie Gepa oder Transfair.

**S&K:** Sind denn die Preise, die wir hier an Bio-Bauern zahlen, überhaupt sozialverträglich?

**Karl von Koerber:** Wenn wir von fairen Preisen reden, meinen wir auch das Inland. Bauern, Verarbeiter und Händler brauchen Preise, mit denen sie existieren können. Lebensmittel sind insgesamt viel zu billig. Heute gibt ein durchschnittlicher Vier-Personen-Haushalt nur noch etwa 14 Prozent des Einkommens für Ernährung aus, 1960 waren das noch rund 40 Prozent. Die Lebenshaltungskosten sind in den letzten 40 Jahren auf das Sechsfache gestiegen, die Lebensmittelpreise dagegen nur auf das Doppelte. Relativ gesehen sind Lebensmittel heute so billig wie noch nie. Worüber sich manche Verbraucher vielleicht freuen, das geht nur auf Kosten der Bauern, der Umwelt und der Menschen in Entwicklungsländern. So dürfen wir uns ruhig die im umfassenden Sinne hochwertigen Lebensmittel mehr kosten lassen.

Das Gespräch führten Barbara Gruber und Leo Frühschütz.

### **Georg Schweisfurth**

Der 41-Jährige gilt in der Branche nicht gerade als traditioneller "Müsli". Er ist gelernter Metzger, Diplomvolkswirt und Geschäftsführer der Basic AG, die in München und Stuttgart große Bio-Supermärkte betreibt. Zuvor war Georg Schweisfurth Geschäftsführer der Herrmannsdorfer Landwerkstätten. "Die Öko-Idee für alle Menschen zu öffnen" ist sein Ziel. Dafür macht er beim Sortiment seiner Supermärkte Kompromisse.

Homepage: [www.basic-ag.de](http://www.basic-ag.de)

### **Dr. Karl von Koerber**

Zusammen mit Professor Claus Leitzmann, bei dem er fast 20 Jahre an der Universität Gießen arbeitete, zählt Karl von Koerber zu den bekanntesten wissenschaftlichen Vertretern der Vollwert-Ernährung. Er leitet das Beratungsbüro für Ernährungsökologie und ist Lehrbeauftragter an der Technischen Universität in München. Sein Anliegen ist es zu verdeutlichen, dass Bio-Anbau alleine noch keine nachhaltige und damit zukunftsfähige Ernährung bedeutet.

Homepage: [www.koerber.ernaehrungsoekologie.de](http://www.koerber.ernaehrungsoekologie.de)

### **Nachhaltige Ernährung**

(nach v. Koerber und Kretschmer 2000)

Nachhaltige Ernährung berücksichtigt die gesundheitliche, ökologische, wirtschaftliche und soziale Verträglichkeit der verzehrten Lebensmittel. Ihre Grundsätze sind:

1. Überwiegend lakto-vegetabile Ernährung
2. Ökologisch erzeugte Lebensmittel
3. Regionale und saisonale Produkte
4. Gering verarbeitete Lebensmittel
5. Umweltverträglich verpackte Erzeugnisse
6. Sozialverträgliche Produkte
7. Genuss beim Essen.