

Vegetarische Burger, ein Schritt in die nachhaltige Zukunft ?

Veggie- Burger, alle reden von gesunder Ernährung, Tierwohl und mehr Nachhaltigkeit, aber ist den Verbrauchern überhaupt bewusst, was in dem begehrten vegetarischen Produkt enthalten ist?

Kiel. Der 'Veggie Trend' ist nun fast überall angekommen. Wer heute keine vegetarischen Produkte verkauft, ist Außenseiter.

Das grüne Gewissen nimmt überhand. Heute ernähren sich rund 8 Millionen Deutsche vegetarisch und 1,3 Millionen vegan. Die Zahl steigt täglich. Da musste auch eine geschmackliche, fleischlose Alternative für den Burger her.



Veganer Burger aus Linsen

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/storage/images/la0102094afa14d23970be2fe66ad5a4e/720-16by9.jpg>

Die revolutionäre Idee eines fleischlosen Burgers stammt ursprünglich aus den USA, von dem größten Fleisch- und Verarbeitungsunternehmen "Tyson Food". Der von Ihnen hergestellte 'Beyond Burger' war der erste Veggie-Burger, der in den deutschen Tiefkühltruhen lag. Ein wenig später verkauften dann auch Fast-Food-Ketten wie Burger King und Mc Donald's die ersten Veggie-Burger mit Erfolg.

Doch was für Inhaltsstoffe sind in dem begehrten vegetarischen Produkt enthalten?

Meist besteht dieser aus Nüssen, Pilzen, Soja oder anderen pflanzlichen beziehungsweise vegetarischen Fleischersatzprodukten. Allerdings ist dies nicht alles, denn wenn man sich gesünder ernähren möchte, sollte man sich auch über die Zusatzstoffe im Klaren sein, von Farbstoffen, Verdickungsmitteln, Konservierungsstoffen über Geschmacksverstärker und künstlichen Aromen bis hin zum Kokosöl. Ernährungsmediziner Dr. Matthias Riedl aus "Die Ernährungs Docs" sagt dazu, dass die einzelnen Zusatzstoffe bei dem Menschen auf Dauer und in größeren Mengen, vor allem bei Grunderkrankungen wie Rheuma oder Neurodermitis, neue Entzündungen befeuern. Außerdem fehlen ihm viele im Fleisch enthaltene Nährstoffe, wie zum Beispiel Magnesium und Vitamin B12, welches wir für gesunde Knochen, Nerven und Muskeln brauchen. Daraus folgt, dass ein fleischloser Burger nicht unbedingt gesünder ist als ein Burger aus Fleisch.

Was ist mit dem Tierwohl?

Das Tierwohl sollte hier an aller erster Stelle stehen. Auch wenn bei der Herstellung von dem vegetarischen Produkt, weder Tiere verletzt noch geschlachtet werden, wird für die Produktion des fleischlosen Burgers in vier getesteten Fällen Hühnereiweiß, das gelegentlich aus Massentierhaltung stammen kann, eingesetzt. Im Allgemeinen ist dies besser als ein geschlachtetes Tier!

Dieser Schutz kostet allerdings seinen Preis, denn jeder, der auch vegetarisch lebt, muss wissen, dass bei jedem Einkauf von vegetarischen Burgern (oder auch anderen fleischlosen Produkten) 75-100% mehr bezahlt werden muss.

Aber wo liegt bei dem ganzen grünen Denken der Zusammenhang zur Nachhaltigkeit? Das Thema Nachhaltigkeit ist in unserer heutigen Zeit ein unvermeidbares Thema, womit natürlich auch die Verschmutzung durch Plastik oder der weltweite Wasserverbrauch gemeint ist.

Dabei steht der pflanzliche Burger im Vergleich zum Fleischburger in Sachen Abholzung und Wasserverbrauch deutlich besser da.

Der größte Konsumgüterhersteller Nestle schreibt dazu: „Während bei der Herstellung eines Fleischburgers von einer ganzen Kuh rund 2400 Liter Wasser anfallen, beträgt der Wasserfußabdruck eines Soja-Burgers nur 158 Liter“

Ein Nachteil beim Burger aus Fleisch und beim Veggie-Burger ist die Plastikverpackung. Das passt mit dem eigentlichen Ziel dahinter nicht so gut zusammen. Die Vegetarier haben eigentlich das Ziel die Umwelt zu verbessern, schädigen sie dann aber durch die Verpackung.

Was ist dann das Problem an der Veggie-Burger Zukunft?

Das größte Problem der Fleischalternative werden wohl die auch enthaltenen Nachteile, wie die ungesunden Zusatzstoffe sein.

Wir müssen unsere Umwelt retten. Wir gemeinsam wollen doch etwas verändern. Ein vegetarischer Burger war ein erster Versuch in die nachhaltigere Zukunft. Da aber fleischlose Burger auf lange Sicht auch keine Lösung sind, muss nach weiteren Alternativen gesucht werden. Da die einzelnen Nachteile nicht vergessen werden dürfen und der Bedarf an vegetarischen Burgern wachsen wird, muss eine Idee gesucht werden, die das gleiche Konzept ansteuert aber etwas anderes umsetzt.

Der Beyond Burger war nur der Startschuss.