

# GV MANAGER

DAS MANAGEMENT-MAGAZIN  
FÜR DIE GEMEINSCHAFTSGASTRONOMIE

16 **MARKT**  
ENERGIESPAREN

19 **SPECIAL**  
ALLES ANDERS

36 **WISSEN**  
KÜCHENPLANUNG



» SEITE 8  
MANAGER  
IM GESPRÄCH

# NACHHALTIG BEWERTET

Wie sind Ersatzprodukte aus wissenschaftlicher Sicht und im Nachhaltigkeitskontext zu beurteilen? Eine Bewertung von Prof. Dr. Guido Ritter und Silke Friedrich vom Institut für nachhaltige Ernährung der FH Münster.



## Wie sehen Sie die Entwicklung des Marktes für Ersatzprodukte?

Um die Produkte sensorisch möglichst nah an die tierischen Originale zu bringen, werden bei Fleisch- und Fischersatz verschiedene technologische Verfahren und Rohstoffe eingesetzt, die mehr oder weniger Zusatzstoffe zur Bindung oder Aromastoffe für den Geschmack benötigen. Heute arbeiten die Produktentwickler über Textur und Geschmack hinaus an der optimalen Zusammensetzung der Inhaltsstoffe, auch um zu vermeiden, dass bei Verfahren wie der Trockenextrusion wichtige Nährstoffe verloren gehen. Die Produktvielfalt geht auch mit einer wachsenden Anbieterzahl einher, vom Start-up bis hin zum großen Konzern.

Den Fleischkonsum zu verringern, ist gesundheitlich empfehlenswert. Doch wie ist das Nährstoffprofil von Fleischersatz versus Original? Ersatzprodukte liefern nicht das glei-

che Nährstoffprofil wie Fisch oder Fleisch. Betrachten wir nur Fleischersatzprodukte, so sind diese nicht grundsätzlich ungesünder, teilweise sogar ernährungsphysiologisch wertvoller. Positiv im Vergleich zum Original ist – insbesondere bei Wurst – ein häufig geringerer Fettgehalt und ein höherer Anteil an ungesättigten Fettsäuren. Genau wie bei vielen Convenience-Fleischprodukten ist ein hoher Salzgehalt ein kritischer Punkt. Und vor allem

## „Ersatzprodukte liefern nicht das gleiche Nährstoffprofil wie Fisch oder Fleisch.“

Prof. Dr. Guido Ritter / Silke Friedrich

bei konventionellen Fleischersatzprodukten sind mehr Zusatzstoffe zu finden als bei Fleischprodukten oder Bio-Ersatzprodukten. Es lohnt sich also, die Zutatenliste genauer zu prüfen. Auch Ersatzprodukte sollten nicht jeden Tag auf den Teller.

Wie beurteilen Sie Produkte, die z. B. mit Vitamin B12 angereichert sind? Wer sich vegan ernährt, sollte angereicherte Lebensmittel verzehren, um

Vitamin B12, Vitamin D und Eisen zusätzlich zuzuführen. Hier ist die Gastronomie nicht per se gefordert, kann aber einen Beitrag leisten.

Demgegenüber hat die Gemeinschaftsgastronomie eine besondere Verantwortung ihren Gästen gegenüber, vor allem wenn Kinder gepflegt werden oder wenn eine Vollverpflegung geleistet wird, wie im Seniorenheim oder wenn es diätetische Ansprüche zu berücksichtigen gibt. Zusatzstoffe, die Anreicherung mit Vitaminen und Eisen oder der Salzgehalt der Ersatzprodukte spielen da eine wichtige Rolle.

## Wie schneiden Ersatzprodukte aus ökologischer Sicht ab?

Grundsätzlich erzeugt eine pflanzliche Ernährung weniger negative Umwelteffekte als eine Ernährung mit hohem Anteil an tierischen Produkten. Insbesondere bezogen auf die Klimawirkung sind Fleisch- und Milchersatzprodukte daher positiv zu bewerten. Aber zwischen den vorhandenen Alternativen am Markt gibt es Unterschiede in deren Umweltwirkung, die vor allem auf die Herkunft und den Anbau der Rohware zurückzuführen sind. Der Bezug regional angebaute Hülsenfrüchte ist häufig noch schwierig und der Teufel beim Vergleich der Grundprodukte steckt im Detail. So steht Soja, als eine mögliche Grundzutat für Ersatz-

produkte, häufig in der Kritik zur Regenwaldabholzung beizutragen und gentechnisch verändert zu sein. Dabei muss aber unterschieden werden zwischen Soja als Futtermittel und für den menschlichen Verzehr. Für letzteres wird vorrangig Soja aus Europa eingesetzt und der Einsatz von Gentechnik muss deklariert werden.

Aus ökologischer Sicht kritisch ist auch der Fokus der Hersteller auf immer wiederkehrende Grundstoffe bzw. deren Proteinisolate, da dies Monokulturen fördert. Hier tut sich aber einiges, u. a. in der Forschung für schonendere Verfahren.

Weitere ökologische Faktoren, neben den Inhaltsstoffen, sind der Energieeinsatz bei der Herstellung, der Transport und die Verpackung. Hier gilt, dass ein geringerer Verarbeitungsgrad, vorwiegend heimische Rohwaren und Großgebilde vorteilhaft sind.

Als dritte nachhaltige Säule fehlt noch die Ökonomie: Können Ersatzprodukte die Kalkulation entlasten?

Auch das kann nicht pauschal beantwortet werden. Einerseits sind pflanzliche Produkte aufgrund ihres geringeren Ressourcenverbrauchs eigentlich preiswerter als Fleischprodukte.

## TIPPS



Für die Beschaffung von Ersatzprodukten für Fleisch, Fisch und Milch gilt:

- Prüfen Sie die Anzahl und Menge an Zusatzstoffen. Bio-Produkte haben meist weniger Zusatzstoffe.
- Achten Sie auf den Salzanteil und vergleichen Sie diesen.
- Großgebilde sind zu bevorzugen (weniger Verpackungsabfall).
- Rohwaren aus der Heimat oder Europa sind zu bevorzugen, da Transport reduziert und heimischer Anbau gefördert wird.
- Ein Einsatz von angereicherten Lebensmitteln und Zutaten mit Vitamin B12, Vitamin D, Eisen und Jod ist bei GV-Betrieben und einem umfangreichen Ersatz von tierischen Lebensmitteln im Speiseplan empfehlenswert.
- Der Einsatz sollte begrenzt erfolgen und alternativ auf unverarbeitete pflanzliche Produkte zurückgegriffen werden.

**Tipp:** Die FH Münster und der Innovationsraum NewFoodSystems bieten am 12. Mai einen Workshop an, in dem es um den Umgang mit neuen pflanzlichen Rohstoffen geht. Weitere Infos: [foodlabmuenster@fh-muenster.de](mailto:foodlabmuenster@fh-muenster.de).

Andererseits finden sich beispielsweise aufgrund technologischer Innovationen und damit einhergehenden geringen Produktionsmengen oder einfach aufgrund von Marketingstrategien auch hochpreisige Produkte am Markt. Will man sich mit pflanzlichem Fleisch und innovativen Produkten profilieren, ist eine monetäre Entlastung schwierig. Natürlich hängt das auch davon ab, welche Qualitätsanforderungen an die zu ersetzenden Fleischprodukte gestellt werden.

**Was ist mit der Eigenproduktion?**

Gerade in der Individualgastronomie gilt es – aufgrund der Gästeerwartungen – die Rezepturhoheit zu erlangen und beispielsweise mit Hülsenfrüchten, statt mit Fertigprodukten aus Proteinisolaten zu arbeiten. Hier gilt es, neue Wege zu gehen und den Umgang mit Hülsenfrüchten und dem enthaltenen Protein sowie deren Funktion bei unterschiedlichen Temperaturen neu zu lernen. Dazu bieten wir auch Workshops (s. Kasten) an. Wenn Selbermachen nicht möglich ist, sollte genau überlegt werden, welche Produkte zum Konzept passen.

Herzlichen Dank für das Gespräch!  
Claudia Kirchner



# der alleskönner im chicken style

neu ab april

**endori erweitert das sortiment um eine hähnchenalternative für die kreative küche**

- ✓ Erbsen aus europäischem Anbau
- ✓ proteinreich
- ✓ ohne Verwendung von Soja und Palmfett
- ✓ ohne deklarationspflichtige Zusatzstoffe\*
- ✓ gelingsichere Zubereitung
- ✓ tiefgekühlt, einzeln entnehmbar

Mehr Infos



**endori-professionals.com**  
endori food GmbH & Co. KG · Industriestraße 2 · 96135 Stegaurach

**endori**