

Das Käseparadoxon: Warum Milchprodukte keine nachhaltige Fleischalternative sind

Vegetarische Ernährung auf dem Prüfstand.



Vegetarier verzichten auf Fleisch, um Tierleid zu vermeiden, nehmen aber die durch die Milchindustrie verursachten Probleme oft nicht wahr. Unsplash / Towfiq Barbhuiya

Immer mehr Menschen entscheiden sich aus ethischen Gründen für eine **vegetarische Ernährung**. Doch die **Milchindustrie** verursacht ebenso viel **Tierleid** und Umweltschäden wie die **Fleischindustrie**. Ein Phänomen, das in der Wissenschaft als Denkaufgabe als Käseparadoxon bekannt lautet „**Je mehr Käse, desto mehr Löcher. Je mehr Löcher, desto weniger Käse**“. Also: Je mehr Käse, desto weniger Käse?“. Aktuell wird der Begriff allerdings zum Beweis dafür verwendet, dass Milchprodukte keine optimale Fleischalternative darstellen können.

Vegetarismus und das Käseparadoxon: Ein Überblick

Auf den ersten Blick scheinen **Milchprodukte** eine gesunde und ethische Alternative zu Fleisch zu sein. Wer sich jedoch intensiver mit der Milchindustrie auseinandersetzt, wird schnell feststellen, dass auch hier Tiere leiden und die Umwelt stark belastet wird. Eine Studie der Wissenschaftlerinnen Devon Docherty und Carol Jasper von der **Universität Schottland** beleuchtet dieses sogenannte Käseparadoxon und enthüllt ein unsichtbares System, das viele Vegetarierinnen und Vegetarier in einer moralischen Zwickmühle lässt.

Ergebnisse der Studie zum Käseparadoxon

Die umfassende Studie von Docherty und Jasper ist qualitativ sehr detailliert, auch wenn sie nicht repräsentativ ist. Zwölf Vegetarierinnen und Vegetarier im Alter von 20 bis 30 Jahren wurden in etwa 45-minütigen Interviews zu ihren Beweggründen und Bedenken hinsichtlich einer **fleischlosen Ernährung** befragt.

Bereits bei der Definition des Begriffs "**vegetarisch**" traten erste Unterschiede zutage. Während einige Studienteilnehmer darunter lediglich den Verzicht auf Fleisch verstanden, sahen andere auch eine tiefere, philosophische Bedeutung darin. Die Hauptantriebe für ihre fleischlose Ernährung waren vor allem Umweltbedenken, ethische Gründe und kulturelle oder familiäre Bindungen. Obwohl alle Teilnehmer ethische Bedenken gegenüber der Eier- und Milchindustrie äußerten, hielten sie an diesen tierischen Produkten fest, ohne sich für den Veganismus zu entscheiden.

Warum halten Vegetarier an Milchprodukten fest?

Die Studie identifiziert vier Hauptgründe, warum

Vegetarierinnen und Vegetarier an Eiern und Milchprodukten festhalten:

1. Gesundheitsaspekte: Der hohe **Proteingehalt** von Hühnereiern macht sie zu einer beliebten Eiweißquelle. Da Fleisch als Eiweißquelle wegfällt, greifen viele auf Eier, Milch und Milchprodukte zurück.
2. Verfügbarkeit und Bequemlichkeit: Milchprodukte sind in Supermärkten leicht verfügbar. Der Ersatz tierischer Produkte durch andere tierische Produkte ist einfacher und oft bequemer
3. Geschmack: Käse spielt in der Ernährung vieler Menschen eine wichtige Rolle und kann pflanzlich bisher nur schwer ersetzt werden. Die Studie spricht sogar von einer Art „**Käsesucht**“.
4. Sozialer Druck: **Veganismus** ist gesellschaftlich weniger anerkannt als Vegetarismus. Konflikte mit Freunden und Familie sowie der ständige Rechtfertigungsdruck führen dazu, dass viele an Milchprodukten festhalten.

Kognitive Dissonanz und das Käseparadoxon

Das Phänomen der **kognitiven Dissonanz** beschreibt, wie Menschen widersprüchliche Emotionen vermeiden, indem sie ihr Verhalten rechtfertigen. So entsteht das sogenannte Fleischparadoxon: Menschen lieben Haustiere, essen aber andere Tiere. Ein ähnlicher Mechanismus greift beim Käseparadoxon. Vegetarier verzichten auf Fleisch, um Tierleid zu vermeiden, nehmen aber die Probleme der Milchindustrie oft nicht wahr.

Milchprodukte: Die unsichtbaren Probleme

Milchprodukte wie Eier und Kuhmilch werden oft als harmlose Nebenprodukte angesehen, da für ihre Gewinnung nicht der Tod der Tiere erforderlich ist. Diese Annahme ist jedoch ein

Trugschluss. Hühner in der **Massentierhaltung** legen etwa 30-mal mehr Eier als in der freien Natur, was häufig zu gesundheitlichen Problemen wie Kielknochenbrüchen und sehr viel mehr Tierleid führt.

Bis vor Kurzem war es noch üblich, männliche Küken nach dem Schlüpfen zu töten. Diese Praxis ist in Deutschland verboten. Stattdessen wird das Geschlecht der Hühnerembryos nun bis zum 13. Bruttag bestimmt, da man annimmt, dass Embryonen bis zu diesem Zeitpunkt keine Schmerzen empfinden. Trotzdem werden junge Legerassen-Hähne aus Brütereien ins Ausland transportiert und dort getötet.

Anders als in Deutschland ist seit 1. Jänner 2023 das Schreddern von männlichen **Küken** in Österreich zwar verboten, andere Tötungsmethoden gelten hierzulande jedoch immer noch als legal.

Beim Konsum von Eiern gilt weiters bedenken, dass viele Eier, vor allem in verarbeiteten Produkten, aus Ländern kommen, die nach wie vor mit enormen Tierleid produzieren.

So gesehen ist der verantwortungsvolle Einkauf sowohl bei der omnivoren als auch bei vegetarische Ernährungsweise das Um und Auf der ethischen Vertretbarkeit. Ein **bewusster Konsum** und eine intensivere Auseinandersetzung mit der Herkunft und Produktion von Produkten müssen ein erster Schritt in Richtung einer nachhaltigeren und tierfreundlicheren Ernährung sein. Und genau daher gilt einmal mehr die Empfehlung bei verantwortungsvollen Lebensmittelhandwerker und regionalen Fachhandel zu kaufen.

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at