

Grillen mit Verantwortung: Warum die Herkunft deines Fleisches zählt

Die Grillsaison ist da! Worauf Du beim Fleischkauf achten solltest – und wie Du mit heimischen Zutaten nicht nur Genuss, sondern auch Verantwortung servierst.



Wer auf eine ausgewogene Vielfalt am Grill setzt und dabei auch noch auf österreichische Herkunft der Lebensmittel achtet, kann die heimische Landwirtschaft, unsere Umwelt sowie die eigene Gesundheit positiv mitgestalten. © Land schafft Leben/Shutterstock

Bewusster Genuss beginnt am Grillrost

Wenn der Sommer in Österreich seinen Höhepunkt erreicht, glühen in Gärten, auf Terrassen und bei Festen die Grillkohlen. Was dabei auf dem Rost landet, beeinflusst nicht nur den Geschmack – sondern auch Umwelt, Landwirtschaft und Gesundheit. Ein bewusster Blick auf die Herkunft des **Grillguts** lohnt sich also. Wer auf Fleisch aus Österreich setzt, trifft eine Entscheidung für hohe Standards und kurze Transportwege.

Heimisches Fleisch als Qualitätssiegel

Rind, Schwein oder Lamm – bei Fleisch aus heimischer Landwirtschaft gelten strenge Richtlinien. Österreich liegt mit seinen Tierschutz- und Hygienevorschriften vielfach über dem EU-Durchschnitt. Frisch verpacktes Fleisch muss hierzulande verpflichtend mit **Herkunftsangaben** versehen sein. Schwieriger wird es bei gewürzten oder marinierten Produkten: Hier entfällt die Kennzeichnungspflicht.

Zur Orientierung können KonsumentInnen auf das rot-weiß-rote **AMA-Gütesiegel** oder auf freiwillige Angaben der Herstellerbetriebe achten. Für Fleischerfachgeschäfte und Landwirte bedeutet das: Wer auf transparente Herkunftsangaben setzt, stärkt das Vertrauen der Kundschaft.

Gesundheit am Grill - was besser nicht auf den Rost gehört

So verlockend Käsekrainer und Co auch sind: **Gepökelte Fleischwaren** gehören nicht auf den Grill. Denn bei hohen Temperaturen können sich sogenannte Nitrosamine bilden – Verbindungen, die im Verdacht stehen, gesundheitsschädlich zu sein. Aufschluss bietet ein Blick auf die Zutatenliste: Pökelsalz versteckt sich hinter Begriffen wie Natriumnitrit, Kaliumnitrat oder den E-Nummern 249 bis 252. Für die Pfanne oder den Kochtopf sind diese Produkte besser geeignet.

Vielfalt aus der Region: Gemüse, Kartoffeln und selbstgemachte Beilagen

Grillen muss nicht automatisch fleischlastig sein. Die österreichische Gemüsevielfalt im Sommer bietet sich ideal als Beilage oder Hauptdarsteller an: Paprika, Zucchini, Melanzani, Tomaten oder Mais lassen sich hervorragend grillen. Mit etwas Öl und Gewürzen bestrichen, liefern sie nicht nur Geschmack, sondern auch wichtige Vitamine und Ballaststoffe.

Dazu passen Ofenkartoffeln, selbstgemachte Kräuterbaguettes oder knusprige Brotscheiben vom Bäcker ums Eck. Auch bei Salaten und Dips gilt: Lieber selbst gemacht als fertig gekauft. So weiß man, was drin ist – und kann unnötige Zusatzstoffe vermeiden.



Hannes Royer: „Wer bewusst einkauft und auf heimische Lebensmittel achtet, setzt ein Zeichen für nachhaltige Produktion und faire Landwirtschaft.“ © Land schafft Leben

Ein Grillabend mit Mehrwert

„Jede Grillerei kann einfach ein lässiger Abend mit Freundinnen und Freunden sein – gutes Essen, kaltes Bier, gute Stimmung. Aber sie kann auch mehr sein: ein Stück Verantwortung. Für die eigene Gesundheit, für die heimische Landwirtschaft und für unseren Lebensraum“, sagt **Hannes Royer**, Gründer der Initiative **Land schafft Leben**. Sein Appell: Wer bewusst einkauft und auf heimische Lebensmittel achtet, setzt ein Zeichen für nachhaltige Produktion und faire Landwirtschaft.

Worauf Du beim Grillen achten solltest

Thema	Empfehlung
Fleischherkunft	Möglichst aus Österreich, idealerweise mit AMA-Gütesiegel
Verarbeitetes Fleisch	Herkunftsangabe fehlt oft – auf Siegel oder Metzgerangaben achten

Thema	Empfehlung
Gepökelttes Fleisch	Nicht grillen – besser in Pfanne oder Topf erhitzen
Gemüseauswahl	Regional und saisonal: z. B. Paprika, Zucchini, Tomaten, Mais
Beilagen	Ofenkartoffeln, selbstgemachtes Baguette, kein Fertig-Dressing
Gesundheit	Auf Nitritpökelsalz (E249-E252) verzichten, weniger verarbeitete Produkte

Fazit für Fachbetriebe

Für Fleischer, Direktvermarkter und LandwirtInnen bietet die Grillsaison die ideale Gelegenheit, KundInnen auf Qualität, Herkunft und Gesundheitsaspekte aufmerksam zu machen. Ein regionales Sortiment, transparente Kommunikation und fundierte Beratung machen den Unterschied – nicht nur am Rost, sondern auch am Markt.

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at