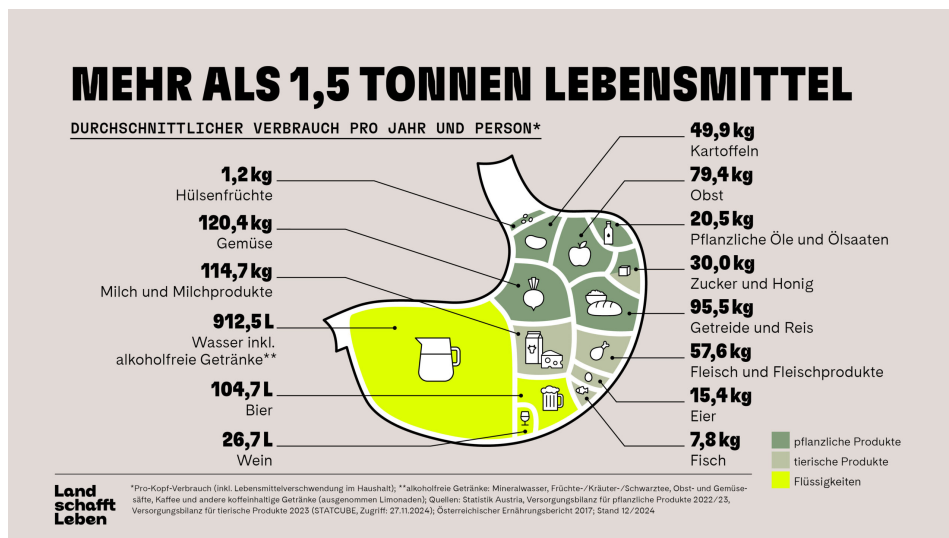


Lebensmittel-Bilanz 2023: Wie Österreich isst und trinkt

Lebensmittel-Bilanz 2023: Wie Österreich isst und trinkt. Österreich isst und trinkt pro Kopf über 1,5 Tonnen jährlich. Doch entspricht das auch den Ernährungsempfehlungen? Eine Bilanz zeigt Stärken und Schwächen im Konsumverhalten.



© APA

Über 1,5 Tonnen Lebensmittel jährlich: Was auf den Tellern der Österreicher landet

Laut einer Analyse des Vereins **Land schafft Leben** konsumiert jede Person in Österreich im Durchschnitt mehr als 1,5 Tonnen Lebensmittel pro Jahr. Diese beeindruckende Menge umfasst nicht nur die tatsächlich verzehrten Nahrungsmittel, sondern auch jene, die im Abfall landen. Dabei zeigt sich: Zwischen dem tatsächlichen Konsum und den Ernährungsempfehlungen bestehen deutliche Unterschiede.

Maria Fanning, Grpnderin des Vereins, betont die Bedeutung langfristiger Ernæhrungsgewohnheiten: Entscheidend fpr unsere Gesundheit ist nicht, was wir an Feiertagen essen, sondern das, was wir das ganze Jahr pber konsumieren.

Gempse an der Spitze, aber dennoch zu wenig

Gempse fphrt zwar die Statistik der meistverzeharten Lebensmittel an, dennoch bleibt der tatsæchliche Konsum mit durchschnittlich einer Portion pro Tag weit hinter der empfohlenen Menge von drei Portionen zurpck. Besonders bei Mænnern zeigt sich ein Defizit bei Obst und Gempse, wæhrend der **Fleischkonsum** regelmæáig die empfohlenen Høchstmengen pberschreitet.

Antialkoholische Getrænke als Vorbild

Østerreich punktet jedoch bei Getrænken: Frauen trinken durchschnittlich pber zwei Liter alkoholfreie Flpssigkeit tæglich, Mænnen sogar bis zu drei Liter – weit pber der Mindestempfehlung von 1,5 Litern.

Die Konsum-Bilanz in Zahlen

Hier eine Pbersicht, wie sich die 1,5 Tonnen Lebensmittel pro Person jæhrlich zusammensetzen:

Lebensmittelgruppe	Durchschnittlicher Konsum pro Jahr
Alkoholfreie Getrænke	913 Liter
Bier	105 Liter
Wein	27 Liter
Gempse	120 kg
Milch und Milchprodukte	115 kg
Beilagen (Reis, Getreide)	96 kg
Obst	79 kg

Lebensmittelgruppe	Durchschnittlicher Konsum pro Jahr
Kartoffeln	50 kg
Fleisch- und Fleischprodukte	58 kg
Pflanzliche Öle und Ölsaaten	21 kg
Zucker und Honig	30 kg
Eier	15 kg
Fisch	8 kg
Hölsenfrüchte	1 kg

Herausforderung und Potenzial für die Zukunft

Die Zahlen verdeutlichen, dass Österreich bei Getränken und einigen Lebensmittelgruppen vorbildlich agiert. Dennoch gibt es erhebliches Potenzial zur Verbesserung insbesondere beim Konsum von Obst, Gemüse und Fleisch. Für Fleischer, Landwirte und die Lebensmittelbranche ist dies eine Chance, den Fokus verstärkt auf nachhaltige und gesundheitsfördernde Angebote zu legen. Eine bewusste Ernährungsweise kann langfristig die Gesundheit fördern. Es liegt an allen Beteiligten, diesen Weg aktiv zu gestalten – von der Produktion über den Handel bis hin zum Endverbraucher.

Besuchen Sie uns auf: fleischundco.at