



Seite 1

Terra X Der Podcast #12: Was müssen wir essen, um die Welt zu retten?

Sendung: Freitag, 22. Oktober 2021

Autor: Nele Rößler, Lena Kohlwes, Dennis Kogel

Regie: Joscha Grunewald

Redaktion Kugel und Niere: Christian Alt

Redaktion ZDF: Jens Monath, Heike Schmidt

Produktion: ZDF in Zusammenarbeit mit Kugel und Niere

[Cold Open]

Nelson Müller

Ich meine, ich war ja auch als Kind in Ghana und ich war dann auch mal mit meinen Eltern, das weiß ich heute noch, dass wir mal an so einem Brotstand standen von einer NGO, die halt Brot ausgegeben haben, weißt du, und... Ja, was willst du jemanden erzählen, der halt irgendwie jeden Tag kämpft darum, überhaupt was zu essen zu haben? Dem brauchst jetzt auch nichts von veganer Küche erzählen oder so, ja..

Dirk Steffens

Also wir führen ja auch Reichen-Debatte, müssen wir doch ehrlich zugeben.

Nelson Müller

Muss man schon auch sagen. Klar.

[Terra XTheme]

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens



Hallo, hier ist Terra X, der Podcast. Und in diesem Podcast reden wir ja immer über die ganz wichtigen Themen mit klugen Leuten. Mein Name ist Dirk Steffens und heute möchte ich mit euch mal übers Essen reden. Ja, das ist nämlich auch ein ganz wichtiges Thema. Also ich meine jetzt nicht nur, damit's gut schmeckt, sondern eben auch für die Zukunft unserer Erde, für das Klima und die Umwelt.

Ich will mal anfangen mit einer Sache, die ich eigentlich ganz schön überraschend finde: In den vergangen 20 Jahren hat sich der Fleischkonsum der Menschheit verdoppelt. Und aktuelle Prognosen sagen: Er wird noch weiter wachsen! Und das obwohl viele Menschen denken: Mensch, wir essen doch inzwischen alle weniger Fleisch und mehr vegetarisch. Wir essen doch jetzt eher ne Quinoa-Pfanne mit Hummus und Fladenbrot als immer nur jetzt ein Schweine-Nackensteak. Das stimmt. Was wir essen, das sagt ganz viel über uns aus. Wie wir denken, wie wir die Welt sehen.

Es hängt auch einfach richtig viel davon ab von dem, was wir so essen. Und ganze vorne mit dabei ist natürlich das Tierwohl. Also, wie geht es den Tieren eigentlich, während ihres Lebens, die wir dann irgendwann töten, um sie zu essen. Und dann natürlich auch die Klimafrage. Denn ein Drittel der globalen Treibhausgase, die zur Erderwärmung beitragen, die kommen ja aus dem Ernährungssektor.

Und auch wenn man kein Fleisch isst, also ne Mango zum Frühstück zum Beispiel, dann ist das ja auch nicht immer gut. Denn die hat ne schlechtere Klimabilanz. Und außerdem, wenn wir dann auch noch auf diese Mangos verzichten, wovon leben dann die Leute, die in den Ländern, wo die Mangos herkommen, diese Mangos anbauen?

Wie schaffen wir das also? Genuss und Gesundheit – die von uns selbst und die von unserem Planeten, zu verbinden?

Ihr seht: es ist kompliziert. Also eigentlich wie immer. Und genau darüber möchte ich heute mit jemandem sprechen, der sich mit Lebensmitteln so richtig gut auskennt. Der gern Neues ausprobiert und dem auch Genuss ganz wichtig ist. Also rede ich mit dem Sterne- und Fernsehkoch Nelson Müller.

[Musik setzt aus]

Dirk Steffens

Hallo Nelson Müller, der Sternekoch.

Nelson Müller

Hallo mein lieber Dirk, ich freue mich sehr, dass ich hier sein darf.

Dirk Steffens

Ja Nelson, das ist toll, dass du da bist.

Ich frag mich ja jedes Mal, wenn ich mit dir rede. Warum bist du eigentlich Koch geworden? Ich habe dich nämlich mal singen gehört und weiß, du bist ein wirklich cooler Musiker.

Nelson Müller

Ja, du, das ist immer schön, finde ich, einen Ausgleich zu haben zu der Leidenschaft oder zum Handwerk, was man vielleicht als Nummer eins setzen würde. Und das ist natürlich bei mir das Kochen. Ich bin ja bei deutschen Pflegeeltern groß geworden, die mich mittlerweile adoptiert haben und mein Vater kommt aus einer Bauernhoffamilie und da war ich als Kind immer. Und das war eben nicht nur ein Bauernhof, sondern da ist auch eine Metzgerei angeschlossen, ein Restaurant, also Gastwirtschaft, richtig bayerische Gastwirtschaft, ein Biergarten mit Grill und allem, und eben aber auch... was haben wir noch dabei? Eine kleine Schnapsbrennerei gibt es noch, die ist glaube ich mittlerweile stillgelegt. Aber es ist so ein ganzheitlicher Betrieb und mich hat es als Kind immer fasziniert, Gastgeber zu sein. Es gab dann immer Käsekuchen mit der Milch, von eigenen Kühen und so. Und dieser ganze geschlossene Kreislauf, das fand ich toll.

Dirk Steffens

Und jetzt bist du nicht irgendein Koch. Also, obwohl Leute natürlich tendieren immer dazu, wenn sie jemand aus dem Fernsehen kennen, zu sagen: Ja, ja, das ist so ein Fernsehkoch. Aber ne, das bist du zwar, aber du hast eben auch richtig eine Sterneküche, du hast nen Michelin-Stern.

Nelson Müller

Genau, mit dem Restaurant "Schote" haben wir jetzt seit 10 Jahren den Michelin-Stern auch. Sind jetzt schon lange auf dem Markt und machen das mit Leidenschaft.

Dirk

Nelson Müller ist auf einem Bauernhof groß geworden. Er hat dort erfahren, wie man mit Tieren lebt, wie man sie als Nutztiere hält, auch wie man sie schlachtet und zerlegt. Er weiß also, wovon er redet. Er hat dann in Restaurants in ganz Deutschland gelernt, wie man als moderner Koch teure Fisch- und Fleischgerichte zubereitet. Und dann hat er jetzt ein Kochbuch geschrieben. Das heißt aber nicht "Mehr Steaks braten", sondern das heißt "Öfter vegetarisch". Also, seltener Fleisch.

Was ist denn da passiert?

Nelson Müller

Ja, also ich glaube, das Thema vegetarische Küche ist ja ein absoluter Food-Trend aus verschiedensten Gründen, die du eben ja auch gerade schon wunderbar angeschnitten hast. Und wir haben eigentlich auch schon lange im Restaurant vegetarische Gerichte. Früher, glaube ich, hat man das nicht so bewusst wahrgenommen, aber wenn man mal drüber nachdenkt und wenn ich mich zurückerinnere an die Zeit, an meine Kindheit, wenn meine Mutter noch typische Wochenessenspläne geschrieben hat und uns gefragt hat, was wir uns wünschen, dann waren da immer mindestens 60 Prozent vegetarische Gerichte drauf. Das war überbackener Blumenkohl, Nudel-Auflauf, Reis-Auflauf, Pfannkuchen. Und es gab gar nicht so viel Fleisch. Und eigentlich bin ich auch so aufgewachsen und das war dann eben auch der Punkt zu sagen: Komm, wir machen ein Kochbuch, wo man nicht mit erhobenem Zeigefinger dasteht, aber mit so einem natürlichen kulinarischen Verständnis irgendwie, dass man einfach in der Lage ist, wenn man so ein bisschen kochen kann, einfach eine wunderbare Speisekarte zu schreiben, bei denen eben nicht immer Fleisch vorkommt.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Nelson hat also so ein Gefühl: Man sollte weniger Fleisch essen. Und dieses Gefühl, das haben ja viele Menschen. Die vegetarische, die vegane Ernährung, das ist in der Tat ein Trend und völlig bedenkenlos ins Fleisch beißen, das geht eigentlich gar nicht mehr. Aber warum eigentlich nicht? Warum ist das so? So rein wissenschaftlich betrachtet: Was hat denn eigentlich die Zukunft unserer Erde mit meinem Steak zu tun?

[Musik setzt aus]

Nina Langen

Wenn es um die Frage geht, möchte ich mich nachhaltig ernähren, dann würden alle sagen: Ja, das möchte ich tun.

Dirk Steffens

Und tun es dann trotzdem nicht. Das sagt zumindest Nina Langen.

Nina Langen

Ja, ich bin Nina Langen, ich bin promovierte Agrar-Ökonomin und forsche in Berlin an der TU zu dem Thema "Nachhaltige Ernährung".

Dirk Steffens

Nina Langen ist Professorin an der Berliner TU - und diese ganze emotional aufgeladene Diskussion darüber, wie wir uns ernähren sollen, die sieht sie mit der Nüchternheit einer erfahrenen Wissenschaftlerin.

Nina Langen

Und da geht's um ganz unterschiedliche Aspekte der nachhaltigen Ernährung. Hauptsächlich fokussieren wir darauf, was Menschen, wenn sie sich ernähren, verbessern können in Bezug auf nachhaltige Ernährung. Wie wir die Menschen dazu bringen, die nachhaltige Wahl zu treffen und das, was sie dann wählen, auch aufzuessen. Es ist also ein breites Feld. Von Food Waste bis hin zum Konsum von Insekten als Fleischersatz.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Insekten als Fleischersatz, dazu kommen wir später noch. Aber jetzt nochmal ans Eingemachte, also ans Fleisch: Nina Langen, die beschäftigt sich mit der Nachhaltigkeit von Ernährung. Also: Welche Auswirkung hat unsere Ernährung auf die Natur? Und das Fleisch, das hat eine ganz massive Auswirkung auf unsere Welt. Beispiel: Wenn alle US-Amerikaner, also etwa 330 Millionen Menschen, ab sofort vegetarisch und vegan leben würden, dann könnten 350 Millionen Menschen zusätzlich ernährt werden auf diesem Planeten - also das zeigt doch mal, über was für ein Ausmaß wir hier reden. Wie ressourcenintensiv der Fleischkonsum wirklich ist.

Die Erzeugung von einem einzigen Kilogramm Rindfleisch braucht knapp 3 Kilogramm Futter. Und dieses Futter, das muss auf Flächen angebaut werden, die man ja auch direkt für die menschliche Ernährung nutzen könnte, indem man dort eben vegetarische Lebensmittel anbaut. Außerdem braucht es dafür so ungefähr 30 bis 650 Quadratmeter Land - je nach Bodenbeschaffenheit. Und natürlich braucht es auch noch jede Menge Wasser! Die Rinder brauchen Unmengen an Wasser. Also jetzt weniger, um es selbst zu trinken, sondern vor allem für die Futterherstellung: 450 Liter ungefähr werden für eine Tonne Rindfleisch so verschmutzt, dass das Wasser dann als Trinkwasser nicht mehr benutzt werden kann. Im Vergleich: bei Getreide sind es weniger als die Hälfte, nämlich 184 Liter pro Tonne.

[Musik setzt aus]

Nina Langen:

Das heißt, muss man da wirklich sehr genau schauen, auf was man achten möchte und was einem auch besonders am Herzen liegt. Und das ist schon eine Frage, die jeder, jedes Individuum noch weiter auch für sich beantworten darf.

Dirk Steffens

Die UN-Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation, die FAO sagt, dass die Viehhaltung im Jahr 2013 fast 15 Prozent zu den globalen Treibhausgasemissionen beigetragen hat. Wobei vegetarisch ja auch nicht automatisch ökologisch ist, also in unseren Supermärkten liegen ja nicht nur Steaks, sondern auch Avocados oder Ananas. Und die wachsen nun mal nicht hier bei uns in Deutschland. Die werden extra mit dem Flugzeug hergeflogen, wenn sie reif sind. Naja, und dann stellt sich ja schon die Frage, hat ein Vegetarier wirklich immer die bessere Essens-Klimabilanz als jemand, der Fleisch isst? Das hat und auch Nina Langen erzählt.

Nina Langen

Das ist völlig klar, dass die fleischbetonte Ernährung klimaschädlicher ist als eine vegan, vegetarische. Das ist aber eine andere Diskussion als die der nachhaltigen Ernährung im Sinne der Planetary Health Diet, weil die mehr Indikatoren einbezieht und Nachhaltigkeit ja breiter fasst, als nur diesen Aspekt CO2.

[Musik setzt ein]

Dirk

Planetary Health Diet, den Begriff könnt ihr euch schon mal merken, da kommen wir nachher noch drauf zu sprechen. Wir können aber jetzt schon mal festhalten: Fleischkonsum ist auf jeden Fall nicht klimafreundlich. Und nachhaltige Ernährung ist auch ein Thema, wenn man kein Fleisch isst. Aber auch wenn man das Fleisch jetzt wirklich gerne mag, es gibt so kleine Maßnahmen, mit denen kann man seine eigene Klimabilanz dann schon so ein bisschen aufpolieren, ohne jetzt gleich komplett vegetarisch leben zu müssen.

[Musik setzt aus]**Dirk Steffens**

Ich habe hier eine Tabelle, damit will ich zwei, drei Zahlen mit dir mal besprechen. Und zwar haben Forschende des Instituts für Energie und Umweltforschung in Heidelberg mal in einer Studie berechnet, wie man mit relativ kleinen Ernährungsmaßnahmen seinen ökologischen Fußabdruck verkleinern kann. Und das ist wirklich erstaunlich.

Was haben die da gemacht? Ich habe so eine Tabelle vor mir, da stehen so Gerichte drauf und die sind ausgerechnet als - jetzt kann ich einmal meinen Wissenschaftsjournalisten raushängen lassen - als CO₂, als pro Kilogramm CO₂ Äquivalent. Kurz gesagt: Das entspricht ungefähr so viel Kilogramm CO₂ in der Atmosphäre. Zum Beispiel eine Rinderfrikadelle mit Reis und frischen Erbsen sind so viel wie zwei, also so klimaschädlich wie zwei Kilogramm Kohlendioxid. Verrückt. Und jetzt gibt es Maßnahmen, um dieses Gericht, Rinderfrikadelle mit Reis und Erbsen, umweltfreundlicher zu machen. Zum Beispiel: wenn ich statt Rinderfrikadelle, Hähnchenbrust-Filet nehme, dann sinkt dieser Wert von 2,0 auf 1,3, also halbiert sich fast. Das ist doch verrückt, was du in der Küche mit so einer Maßnahme für den Klimaschutz machen kannst.

Nelson Müller

Ja, ganz klar, es ist natürlich so, die Rinderaufzucht verbraucht einfach Unmengen an Böden für die Tierzucht, klar, aber eben vor allem auch fürs Futter. Und da kann man eben ganz viel machen. Und es ist auch so, dass gerade pflanzliche Ernährung beispielsweise viel, viel, ja dann einen viel besseren Abdruck hat. Oh ja, auch Wasser, zum Beispiel.

Dirk Steffens

Wo du das sagst, der Veggie-Burger. Also wenn du jetzt die Rinderfrikadelle durch eine Veggie-Frikadelle ersetzen würde, so auf Sojabasis. Dann halbiert sich der Wert komplett von 2,0 auf 1,0.

Oder noch ein Beispiel hier aus dieser Tabelle: Lasagne, so ein Alltagsgericht, hat so ein CO2 Äquivalent wie 1,6 Kilogramm CO2. Und da ersetze ich jetzt nur das Rindergehackte in der Lasagne durch Schweinegehacktes. Dann sinkt der Wert von 1,6 auf 1,0, weil die Tiere halt unterschiedlich gehalten und aufgezogen werden. Crazy. Da muss Du ja noch nicht mal große Geschmackskompromisse machen, sondern nur sehr überlegen tatsächlich, was nehme ich denn heute mal?

Nelson Müller

Ja, das ist klar. Das ist immer so die Frage, welches tierische Produkt man verarbeitet. Aber für uns ist natürlich Rindfleisch immer noch in der Gesellschaft so das edelste Stück Fleisch, was eben gerne verarbeitet wird und gegessen wird.

Dirk Steffens

Aber wenn du jetzt als Spitzenkoch sagst, bei uns in der Gesellschaft, jetzt mal ganz ehrlich, wir sind ja hier unter uns. Du bist ein Sternekoch. Ist Rindfleisch denn wirklich besser als anderes Fleisch? Kann man das so sagen?

Nelson Müller

Das kann man nicht so sagen. Also es ist ja ... Da kommen auch wieder ganz viele Sachen zusammen. Schwein ist ja eigentlich sozusagen eher so das Fleisch, was man vielleicht auch im Landgasthof oder auch im ländlichen Bereich noch mal eher findet, oder stärker findet als Rind. In den Städten und in unserer Gesellschaft ist aber wiederum Schwein a) gesundheitlich aber teilweise auch religiös geprägt, es ist wieder so ein bisschen in Verruf gekommen und deshalb und klar auch aus Marketinggründen geht man dann doch meistens, das muss ich ganz ehrlich gestehen, im Hauptgang dann auf ein Rindfleisch und wenn man sagt: Komm, wenn ich jetzt essen gehe, dann möchte ich am Schluss, am Finale, beim Hauptgang, da muss da ein Stück rosa gebratenes Rind liegen. Ist natürlich irgendwo Quatsch und wir gehen oft genug auch andere Wege. Ich hatte auf der letzten Karte dann eben Rehrücken drauf. Aber da ist man schon auch so ein bisschen konditioniert. Das ist ein bisschen schade, tatsächlich.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Wir sind darauf konditioniert, bestimmte Arten von Fleisch besonders edel und lecker zu finden – und anderes Fleisch weniger wertzuschätzen. Und das, obwohl es dafür eigentlich keinen wirklichen Grund gibt. Verrückt, oder? Das ist Kultur, das ist einfach nur so gelernt.

Und bevor jetzt jemand sagt: Na, super, dann ist doch alles ganz einfach. Ich esse ab sofort nur noch Hähnchen und Schwein, der Terra X Podcast hat mir ja gesagt, das ist besser für die Umwelt...ja, einerseits, andererseits aber ist die Massenhaltung von Geflügel und Schwein eine Katastrophe. Moralisch, ethisch, im Sinne des Tierwohls. So leicht lasse ich die Fleischesser hier also nicht davonkommen. Aber was bedeutet das jetzt eigentlich für die Restaurantküche?

[Musik setzt aus]

Dirk Steffens

Also was ist denn, wenn wir jetzt mal von oben nach unten uns durcharbeiten in der Sterneküche der Trend? Bei der Sterneküche würde man ja erst mal annehmen: Da gibt keiner nen Pfifferling für Ökologie oder bewusstes Essen, da geht es nur um puren Genuss. Ist das ein Vorurteil?

Nelson Müller

Ja, das ist insofern ein Vorurteil, dass eben gerade in den letzten, in den letzten Jahren, wenn man sich die, die Social Media Profile der Köche eben auch anschaut oder wenn man vor Ort is(s)t, ist das Thema Nachhaltigkeit immer größer und stärker geworden. Also Home Farming oder dass man eben mit lokalen Bauernhöfen und Produzenten arbeitet, ist mittlerweile eigentlich schon ein Muss. Das hat zum einen natürlich die Gründe der Nachhaltigkeit, aber es geht auch um Ästhetik, einfach und ja, das heißt, das ist ein absoluter Trend gerade, dass man eben schaut, dass man in seinem Umkreis selber, also entweder selber anbaut oder Partner findet, die wiederum für einen anbauen. Um einfach da den Radius etwas geringer zu halten. Also ganz klarer Trend.

Dirk Steffens

Aber bewusste Ernährung, also wenn man jetzt bewusst auch im Sinne von ökologisch versteht, vegan und vegetarisch, da ist es natürlich grundsätzlich ganz gut, wenn man diese Aspekte im Kopf hat, aber mit Avocados und Mangos und Erdbeeren im Winter und so weiter ist man ja auch nicht unbedingt auf der Seite der Gewinner. Wie kann man sich denn schlau sich ernähren und kochen, ohne dass man jetzt immer nur so Mangos, Avocados und so weiter sich reinziehen muss? Denn das ist ja ökologisch jetzt auch nicht gut.

Nelson Müller

Das Schöne ist, wir müssen ja gar nicht... Das ist ja keine Wissenschaft.

Das haben ja unsere Vorfahren so gemacht. Unsere Großmütter und Großväter haben ja eingeweckt und Saisonprodukte haltbar gemacht, über Fermentation, Alkohol, Salzen, Einwecken. All diese Handwerks-Möglichkeiten gibt es ja und die... da kann man wunderbar eben dann sich schauen, dass man das ganze Jahr über versorgt ist. Ganz klar: saisonal einkaufen und gerade hier in Deutschland: Wir sind natürlich ein wunderbares Land, in dem viel wächst und wo wir gute Sachen bekommen. Ich glaube es ist auch wichtig, eben nicht nur, immer nur im Supermarkt einzukaufen, sondern vielleicht auch mal beim Direktvermarkter einzukaufen, um eben auch nicht nur Lagerware, was, gerade wenn wir von Obst sprechen, wenn man da sein Vitamin C haben will, dass man dann auch guckt bei Direktvermarktern einzukaufen. Also das ist eigentlich gar nicht so schwer.

Das Thema Wild zum Beispiel ist auch ein Thema, das nicht mehr so sehr im Fokus ist und viele Menschen kennen sich damit nicht mehr aus oder haben das nicht so auf dem Sender. Die Bestände so hoch sind, weil es eben keinen natürlichen Feind mehr gibt. Der Wolf, der Bär ist weitestgehend zurückgedrängt. Hier und da vereinzelt taucht er noch auf aber ansonsten müssen die Bestände sozusagen bejagt werden, damit die Forste und die Wälder nicht kaputt gehen. Und es gibt genug Wildfleisch. Es gibt tolle Sachen, die man aus Wildfleisch eben auch machen kann.

Dirk Steffens

Und Wildfleisch ist ja was Tierwohl anbelangt, nicht zu toppen.

Nelson Müller

Auf jeden Fall klar. Klar, das Töten ist immer am Ende, am Schluss natürlich immer die ethische oder moralische Keule, die immer jeder für sich selber wissen muss, aber...

Dirk Steffens

Aber das ist eine andere Frage, du unterscheidest das. Das ist Ethik und Moral, aber wenn wir über Tierwohl reden...

Nelson Müller

Dann sind wir da richtig gut dabei.

Dirk Steffens

An dieser Stelle sind Sternekoch Nelson Müller und die Agrarökonomin Nina Langen übrigens ganz einer Meinung. Wildfleisch ist ein Fleisch, dass wir ganz gut essen können, also zumindest, wenn es uns um die Klimabilanz geht und auch, wenn es um das Tierwohl geht.

Nina Langen

Es ist mehr oder minder egal, in dem Fall muss man ja sagen. Weil es nicht extra erzeugt wird, weil die Futtermittel für das Tier nicht extra erzeugt werden, weil beispielsweise keine Emissionen beim Bau der Verstellung anfallen. Keine Arbeitsaufwände, jetzt bei der Erzeugung des Fleisches. Das muss ja nicht gepflegt, betreut werden. Es gibt keinen Einsatz von Tierarzneimitteln in dem Kontext.

Also was wir haben, ist nur noch den Vorgang nachher des Schießens und Zerlegen. Und dann fängt es an mit Fleischbeschau, Kühlung, also ab dem Moment der Tötung hat man die gleichen Emissionen wie jetzt beispielsweise bei einem Hausschwein. Aber alles, was davor anfällt in der Kette, fällt ja komplett weg.

Dirk Steffens

Also Rehkeule statt Schnitzel und T-Bone-Steak, wenn es um den ökologischen Fußabdruck geht. Aber müssen wir da jetzt kulinarisch Abstriche machen? Das wollte ich von Nelson wissen. Kann Wildfleisch mithalten, mit einem richtig toll gezüchteten Rind? Geschmacklich jetzt. Was sind da die Vor- und Nachteile?

Nelson Müller

Ich würde schon sagen, dass Wildfleisch sehr gesund ist, weil ich glaube, dass die... es ist ja sehr fettarm oft. Ein Reh oder ein Hirsch hat natürlich lang nicht so viel intramuskuläres Fett wie ein Rind, was ja genau darauf gezüchtet ist oder wo genau solche Rassen eben auch verwendet werden, die schnell und gut intramuskuläres Fett einlagern. Das ist da überhaupt nicht der Fall, das heißt, wir reden ja meist von sehr magerem Fleisch, von guten Fettsäuren. Ja, das und natürlich das, was das Wild eben auch frisst. Das ist ja dann eben nicht nur Krafffutter oder... sondern das ist einfach, es ist eine ausgewogene Wald- und Wiesenernährung, die das Wild dann in dem Fall hat. Und deshalb ist das eigentlich ein Top Produkt.

Dirk Steffens

Ist das teurer? So viel teurer als Fleisch aus der Massentierhaltung, dass sich das nicht so gut betuchte Leute gar nicht leisten können?

Nelson Müller

Überhaupt nicht. Im Gegenteil. Es gibt natürlich die Lieferanten, die es teuer verkaufen, aber die Jäger haben meistens oft Probleme das loszuwerden. Also die Jäger bieten das Wildfleisch oft sehr, sehr, sehr viel zu günstig an, weil sie es einfach nicht loswerden, weil das natürlich einfach nicht mehr in ist. Es ist ja nicht... Es ist ja sehr selten, dass du jetzt mal zu jemanden nach Hause eingeladen wirst und der sagt: Ja, du, ich hab heut schönes, heut gibts Wildschweinschnitzel oder Geschnetzeltes. Sondern man kocht halt ein Schwein oder man kocht Rind oder man kauft ein Hühnchen. Aber wer kauft denn, wer macht denn eine Rehkeule zu Hause? Es machen, machen die wenigsten Menschen und das gibt es dann in Restaurants und auch da.... Das ist einfach nicht mehr in und es ist leider so, dass wir dieses Thema Trend Food, Mode Essen ist ein großes Thema.

[Musik setzt ein]**Dirk Steffens**

Aber vielleicht könnten wir doch einfach mal gegen den Strom schwimmen – und das nächste Mal ein paar Wildschweinbratwürste auf den Grill werfen. Und bevor jetzt jemand sagt: Aber vielleicht sollten wir die Rehe und Wildschweine auch einfach in Ruhe lassen. Ja, verstehe ich. Ich find's auch nicht schön, wenn Tiere erschossen werden. Aber so einfach ist das nicht. Zu viele Tiere und sie müssen irgendwie reduziert

werden, um das Ökosystem im Gleichgewicht zu halten. Und weil wir jetzt zu wenig Top-Prädatoren haben, zu wenig große Raubtiere, muss dieser Jagdjob halt von Menschen gemacht werden. Das ist nicht ideal, das muss man auch nicht schön finden, aber es ist halt notwendig. Und auch darüber haben wir hier in diesem Podcast schon gesprochen.

Aber auch wenn wir das Fleisch jetzt mal komplett ausklammern - Der Ernährungssektor macht auf jeden Fall einen großen Anteil am globalen Treibhausausstoß aus. Der Weltklimarat schätzt, dass es ungefähr ein Drittel ist. Und Köche wie Nelson Müller finden sich deswegen plötzlich in einer ganz besonderen und unerwarteten Rolle wieder.

[Musik setzt aus]

Dirk Steffens

Nelson - Ist dir eigentlich klar, dass du jeden Tag in der Küche mit Weltrettung befasst bist, wenn man das jetzt mal ernst nimmt?

Nelson Müller

Ja, das ist mir klar und vor allem in den letzten Jahren, wo das Thema Regionalität und Saisonalität...Also Saisonalität ist ja schon lange, hat lange Einzug gehalten hat, aber auch in den letzten Jahren vermehrt das Thema Regionalität. Wenn man das so spielen möchte, dann ist das auch sicherlich gut und zahlt auf die von Dir eben genannten Punkte ein.

Aber ich habe ja auch das große Glück viel reisen zu dürfen im Rahmen unserer Lebensmittel-Recherchen. Und da stellt man dann eben auch fest, dass wir natürlich in einer globalisierten Welt leben und eben das Ganze so aufgebaut haben und ja, auch wir mittlerweile finde ich eine soziale Verantwortung auch haben. Und wenn man zum Beispiel in Ghana ist, also viele dieser von dir beschriebenen, geschnittenen Obstsorten, die wir in Supermärkten hier finden, die kommen zum Beispiel auch aus Ghana. Die werden dort geerntet, geschnitten und dann über Nacht nach Deutschland geflogen. Natürlich ist die Ökobilanz schlecht, aber die Menschen leben natürlich auch davon. Und da muss man jetzt glaube ich, sehr vorsichtig auch rangehen und überlegen, wie man das Rad auf eine vernünftige Art und Weise wieder zurückdreht oder so gestaltet, dass es eben für alle ja gut ist.

Dirk Steffens

Ja, das darf man halt auch einfach nicht vergessen, wir haben über Jahrzehnte mit unserer Nachfrage nach exotischen Früchten eine ganze eigene Wirtschaft aufgebaut, also einen Wirtschaftszweig. Also die jetzt von einem auf den anderen Tag einfach alle so hängenzulassen, die ganzen Arbeitsplätze, die Bauern und Bäuerinnen, die da dran hängen, da ist ja auch nicht die feine englische Art. Aber so ist das eben immer mit sozialen Fragen. Diese soziale Verantwortung, die spielt beim Essen eben auch immer eine Rolle. Und da sieht Nina Langen vor allem bei Produzenten die Verantwortung.

Nina Langen

Der Verbraucher, die Verbraucherin kann das am Ende kaum noch beeinflussen, was da angeboten ist, außer man boykottiert eine bestimmte Ware. Das ist natürlich immer möglich. Aber zu sagen, ich hätte es gerne... im Februar hätte ich gerne den Apfel aus Neuseeland mit dem Schiff und im August oder September, Oktober möchte ich gerne den Apfel aus Deutschland und den bitte sehr mit dem Fahrrad geliefert: Also diese Unterschiede kann der Konsument, die Konsumentin im Supermarkt ja im Moment gar nicht kommunizieren.

[Musik setzt ein]**Dirk Steffens**

Naja, okay. Sie sagt also: Alleine uns Verbraucherinnen und Verbrauchern hier die Verantwortung zuzuschieben, einfach, wir sollen jetzt durch unsere Einkaufsgewohnheiten ganz schnell die Welt retten, das funktioniert nicht, so einfach ist das nicht.

Denn wenn wir vorm Regal im Supermarkt stehen, dann können wir ja sowieso nicht immer sofort nachvollziehen, welches Produkt jetzt welche Klimabilanz hat. Ich mein, müsst ihr euch mal vorstellen. Ihr solltet jetzt bei jedem einzelnen Teil im Supermarkt irgendwie rausfinden, was da klimatisch wohl dahintersteckt. Das ist praktisch gar nicht möglich. Das ist einfach zu kompliziert.

Nina Langen sagt aber: Naja, man könnte uns dabei ja helfen, dieses Urteil zu fällen. Und uns höflich in eine bestimmte, nachhaltigere Richtung schubsen. Nudging, wie man das Neudeutsch oder auch auf Englisch nennt. Also dieses Nudging, das ist inzwischen ein wissenschaftlicher Fachbegriff. Und mit dem Nudging bewegt man jemanden auf

mehr oder weniger subtile Weise dazu, etwas Bestimmtes zu tun oder eben auch zu lassen. Zum Beispiel bei der Bestellung, nach dem Blick auf eine Restaurantkarte.

[Musik setzt aus]

Nina Langen

Dass da erstmal die vegetarischen, veganen Alternativen stehen und ich auch das andere haben kann, aber nicht darauf hingewiesen werde, sehr prominent, dass es auch Fleisch gibt. Nudging wäre auch, wenn man in der Kantine erst mal die Gemüse hat und die Salate, bevor man zu den anderen Komponenten eines Essens kommt, die dann möglicherweise auch fleischbetonter sind.

Also die Frage: Wann, wie ordnet man Dinge an? Hat das was mit Auswahlverhalten zu tun? Gerade in einem Setting, wo man sich selbst bedient und wo der Teller irgendwann voll ist. Das wäre Nudging, oder Nudging Typ 1, also eher unterbewusst.

Und dann gibt es durchaus die Idee auch, dass man Menschen mehr aufmerksam macht auf die Dinge und mit Labeln arbeitet, die man verstehen muss oder zumindest eine Idee haben muss, wie sie funktionieren, wo dann rot das Signal ist für „nicht so oft“ oder „besser gar nicht“ und grün das Signal für „erlaubt“.

Dirk Steffens

Das ist ja eine ganz spannende Idee. Von Nelson wollte ich dann wissen: Wo steht er als Koch eigentlich? Wie findet er das Nudging? Schubst er seine Kundschaft auch in eine bestimmte Richtung, damit nachhaltiger gegessen wird?

Nelson Müller

Ich nudge die Leute eigentlich gar nicht. Also im Gourmet-Restaurant haben wir einfach eine 50:50-prozentige Speisekarte, die besteht zu 50 Prozent aus vegetarisch, teilweise sogar veganen Gerichten und so 50 Prozent aus Gerichten mit tierischen Proteinen, also auch Fisch und Muscheln und Schalen- und Krustentiere. Also wird man eigentlich bei mir schon gezwungen, auch vegetarisch zu essen, wenn man jetzt das 10-Gang-Menü isst, dann ist jeder zweite Gang, mindestens jeder zweite Gang vegetarisch oder vegan.

Dirk Steffens

Das ist ja schon eine ganze Menge. Und, und ist das eine neue Entwicklung? Mögen die Gäste das? Oder ist das etwas, was du so mühsam jetzt reindrücken musst in den Markt?

Nelson Müller

Das Schöne ist, das machen wir eigentlich auch schon recht lange. Die gehobene Gastronomie gibt einem eben die Freiheit, da eigentlich auch alles zu machen und die Leute damit zu unterhalten. Und wir erklären es aber auch. Wir haben schöne bunte Karten, eben auch von zum Beispiel von Hühnermastbetrieben, von freilaufenden Schweinen. Anhand denen wir erklären, warum wir gewisse Produkte nicht machen.

Wir haben zum Beispiel gerade eine Tom Kha Suppe drauf.

Dirk Steffens

Thailändische Suppe.

Nelson Müller

Genau, die man vielleicht der Tom Kha Gai, also die mit Huhn am weit verbreitetsten kennt. Da haben wir das Huhn weggelassen. Wir haben es zunächst mal probiert und hatten schöne Wachtel gebraten und so weiter und mit einem Wachtelei drin. Wir haben jetzt ein Soja-Ei gebaut mit Kala Namak, das ist dieses Salz, was so Schwefel eingeschlossen hat. Und wenn man das dann eben über so einen Hobel macht, dann hat das so einen Ei-Geschmack. Da haben wir jetzt so ein kleines Mini-Sojarei nachgebaut und das treibt ein Schmunzeln auf das Gesicht der Gäste. Und geschmacklich haben wir da aber gar keine Einbußen, weil eben Kokos, Chili, Zitronengras, Limonenblätter, da kann man so eine Geschmacks Umami Bombe zaubern ohne tierisches Protein, dass das einfach Spaß macht.

Und genau so gehen wir dann halt da eben vor. Und das ist eigentlich noch, fast noch schöner eigentlich, als zu naheliegenden tierischen Proteinen zu greifen. Und das haben wir ja alle jahrelang gemacht. Das können wir. Das ist fast schon langweilig manchmal.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Also ich fasse das jetzt bis hierhin mal zusammen: Fleisch, daran besteht kein Zweifel, ist ein Klimakiller. Aber nachhaltige Ernährung heißt eben nicht nur Klima, da geht's ja auch um soziale Fragen. Auf jeden Fall ist ein Wildragout nachhaltiger als ein Rinderfilet, schon alleine, weil Hirsch, Reh und Wildschwein nicht zum Essen gezüchtet werden, also die wachsen ja in freier Wildbahn auf. Wenn ich jetzt Hähnchenbrust statt Rinderfrikadelle esse, dann halbiere ich die CO2-Bilanz von meinem Essen fast - ziemlich beeindruckend. Also müssen wir auch nicht unbedingt komplett auf alles Fleisch verzichten. Flugananas und Tomaten im Winter sind jetzt auch nicht wirklich toll, aber wir können so etwas auch nicht einfach dem Nichts heraus plötzlich boykottieren, weil wir erst diese Nachfrage über Jahrzehnte lang aufgebaut haben. Und wir würden jetzt ganze Wirtschaftszweige hängen lassen.

Und wenn wir schon über Verantwortung reden, was ist dann eigentlich mit dem Tierwohl? Auch das, also insbesondere für mich, ist das ein ganz besonderes wichtiges Thema. Und da erleben wir ja zum Glück, endlich, nach Jahrzehnten in der Diskussion so langsam ein gesellschaftliches Umdenken. Und Nelson, den hab ich natürlich auch gefragt, ob er sich jetzt als Teil dieser Bewegung sieht, also als jemand, der die Veränderung mit vorantreibt.

[Musik setzt aus]

Nelson Müller

Also ich würde mich schon eher als Teil der Gesellschaft, der sich verändernden Gesellschaft bezeichnen. Wobei natürlich meine Recherchen oder Sendungen zum Thema Lebensmittel-Report mich schon auch verändern. Also wenn ich dann mal so einen Drehtag hatte in einem Schweinemastbetrieb, dann muss ich dir sagen, dann habe ich da den Tag keine Lust Schwein zu essen, oder das geht einem schon weg. Also ich finde es ist irgendwann so eine Ästhetik, wenn man sich dann anfängt damit gedanklich zu beschäftigen, dann wird man, glaube ich an den Punkt kommen, wo man sich zwischendurch auch ekelt, vor allem vor, ja, Massentierhaltungsprodukten.

Dirk Steffens

Ohne Frage. Ich habe mal auch eine Dokumentation über Massentierhaltung gedreht und war bei einem Hähnchenmast-Bauern in so einem Stall, das ist wirklich krass. Und dann bin ich mal hinter den Stall gegangen und er hatte da so ein kleines abgestecktes

Gehege mit einer anderen Hähnchen Rasse, die so draußen im Gras rumlief. Und ich so: Was ist das denn? Er sagt: Ja, das ist für den Eigenbedarf.

Nelson Müller

Ja, genau, ja, es ist ein schwieriges Thema, auch wiederum kein einfaches Thema. Aber ganz klar ist das Thema Tierwohl momentan glaube ich ein sehr wichtiges Thema und es ist möglich und ich durfte eben auch schon wunderbare Betriebe sehen, wo die Tiere frei rumlaufen und sich zumindest halbwegs in einer Umgebung sich bewegen, in der sie sich auch in der Natur bewegen würden.

Dirk Steffens

Sag mal, wenn wir jetzt mal vom Gehirn auf die Zunge gehen und ich gehe mit viel Anlass davon aus, dass du eine deutlich trainiertere, eine bessere Zunge hast als ich. Kann man den Unterschied zwischen glücklichen Tieren und denen aus Massentierhaltung nur fühlen, weil man drüber nachdenkt? Oder kann man das auch wirklich schmecken?

Nelson Müller

Ja und nein muss ich sagen.

Also bei manchen Produkten kann man das schmecken, die sind dann einfach vom Muskelaufbau anders. Fester. Manchmal, und das ist auch der Punkt, ist ja das Perverse, wenn wir natürlich Massentierhaltung haben, Tiere, die eben nicht viel Auslauf haben, da sind die Muskeln natürlich nicht so ausgeprägt und das Fleisch ist dann weicher und zarter. Bei einer Gans beispielsweise. Jetzt kommt wieder die Saison. Dann geht man auf so eine freilaufende Gans, die dann richtig festes Muskelfleisch hat. Dann sagt der Gast: Ja gut, aber die beim, beim Kollegen ist viel zarter gewesen die Gans (lacht bitter).

Dirk Steffens

Ja, da kannst du ja fast nur lachen. Aber eigentlich ist das ja sehr traurig. Da merkt man wie weit weg wir mittlerweile sind von der Vorstellung, was eigentlich Natur ist oder natürlich. Wir finden das lecker, was maximal schlecht für uns ist, für unsere Umwelt, für die Tiere. Und Tierwohl, ich mein das ist ja auch ein riesiger Teil von diesem Hammerthema Ernährung. Was für ein Thema! Gerade für Veganer und Vegetarier ist das ganz wichtig. Und jetzt könnte man ja denken, also bei diesem ganzen

Vegetarismus, dem Veganismus - dass das nur so eine Bewegung in diesen Großstadt Milieus ist. Also bei diesen hippen Leuten, so in London, New York, Berlin. Leute in westlichen Großstädten halt. Also Leute, die immer drauf stehen, alles Neue mitzumachen. Aber das stimmt so gar nicht.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Einige große Bewegungen des Fleischverzichts, die sind schon entstanden im Jahr 600 v. Chr. Also ewig lange her. Und damals haben sich gleich mehrere Strömungen gebildet. Die haben sich dann zum Beispiel aus religiösen Gründen fleischfrei ernährt - viele Buddhisten machen das ja in Indien und auch Anhänger des Jainismus, die jede Form von Gewalt gegen Tiere ablehnen. Und auch die Anhänger der Orphiker haben kein Fleisch und keine Eier gegessen und auch keine Wolle getragen. Pythagoras, kennen wir ja alle noch aus dem Mathe-Unterricht, der war einer von ihnen. Der hat auch kein Fleisch gegessen.

Und heute? Ist das jetzt nur ein Gefühl, dass wir immer mehr Vegetarier werden? Oder stimmt das?

Dazu jetzt mal ein paar Zahlen. In den USA und Australien, da essen die Menschen mehr als 100 Kilogramm Fleisch pro Jahr. Um das mal in Relation zu setzen wie viel das ist. Da nehmen wir mal so ein Schnitzel als Vergleichsgröße. Das wiegt ungefähr 200g. Und das heißt, dass in Amerika, also Nordamerika, und Australien jede Person 500 Schnitzel pro Jahr isst. Meine Güte.

Und auch der weltweite Fleischkonsum, der hat sich in den vergangenen 20 Jahren mehr als verdoppelt. 2018 wurden 320 Millionen Tonnen gegessen. Denn wir sind ja auch viel mehr Menschen geworden und: das Einkommen der Menschen ist gestiegen. Und in vielen Ländern können sich also Menschen immer mehr Fleisch leisten. Das ist da ein Statussymbol, ein Luxusprodukt.

Wissenschaftler haben das auch mal ausgerechnet, wie lange man in welchem Land arbeiten muss für ein Kilogramm Schweinefleisch. In Deutschland sind es nur 1,2 Stunden. Nur in Norwegen, Schweden, Dänemark und Großbritannien ist es noch weniger Zeit. Aber dann gibt's eben auch Länder mit einem geringeren Mindestlohn. In Indien zum Beispiel muss man fast eine Woche für ein Kilo Schweinefleisch arbeiten.

Seit dem zweiten Weltkrieg ist der Fleischkonsum in Deutschland immer weiter angestiegen. Bis zur BSE-Krise in den 90er Jahren, da ist er dann gesunken, weil die Menschen Angst hatten, krank zu werden. Danach ist er wieder so ein bisschen gestiegen und seit 2012 hat er sich so um die 60 Kilogramm pro Kopf und Jahr eingependelt. Dass die Nachfrage aus Umwelt- und Tierschutzgründen leicht sinkt - leicht sinkt! - das ist nur in ein paar Industrienationen so. Nina Langen, die Agrarökonomin findet aber, dass sich hier keiner drücken darf vor Verantwortung.

[Musik setzt aus]

Nina Langen

Alle sind zur selben Zeit angesprochen. Und es gibt auch Empfehlungen für alle Kontinente und sehr spezifische auch da, so dass sich jetzt nicht der ein oder andere sich zurücklehnen kann in der Debatte und sozusagen: Ach, ich guck mal, wie die anderen das machen und dann überlegen wir, auch in 20 Jahren einzusteigen, sondern jede Gesellschaft, jedes einzelne Individuum in dieser Gesellschaft muss sich jetzt schon damit beschäftigen, was es isst und was es mag und was der eigene Beitrag ist zum Klimawandel, Klimaschutz und zu ethischen Fragen, wenn es um Tierwohl geht. Und zu der Frage: Ist das, was ich tue, nachhaltig und fair im Sinn der Generationengerechtigkeit?

Dirk Steffens

An sich ist der Fleischkonsum in den Ländern des globalen Südens aber eben genau deshalb nicht so hoch, weil Fleisch eigentlich ein absolutes Luxusprodukt ist. Mit steigendem Wohlstand, steigt eben auch die Nachfrage nach Fleisch und im globalen Süden wird sie, so die Schätzung bis 2028 sich nochmal vervierfachen. Unglaublich! Schätzt die OECD. Das geht zwar von einem geringeren Niveau aus als bei uns, aber na ja, dafür wächst dort auch die Bevölkerung viel schneller. Also das ist für den Fleischkonsum wirklich ein dicker Faktor.

Deshalb: Die Prognosen sind eindeutig und sagen: der weltweite Fleischkonsum wird weiter zunehmen. Wenn man sich aber anguckt, wie viele Menschen in China und Indien leben, also den Ländern, wo jetzt auch mehr Fleisch gegessen wird: Haben wir da in Europa nicht viel zu wenig Einfluss, um überhaupt was zu ändern? Ist das nicht

völlig egal, was wir hier machen, weil wir viel weniger sind? Das haben wir dann wieder die Frau gefragt, die das alles mit der ökonomischen Brille sieht.

Nina Langen

Ja, die grundlegende Frage, ob die Masse entscheidet oder vielleicht nicht Einzelne, die auch als Leitfiguren dienen. Und ich denke schon, dass Menschen, die Fleisch reduzieren, ob in Europa oder in Amerika oder in anderen Weltregionen, dass sie als Vorbild dienen können für einzelne Gruppen. Und so wie wir regionale Esskulturen, die wir im Urlaub erleben, mit nach Hause nehmen und da einfließen lassen und dann wieder in die lokale Esskultur dort, so wird es sicherlich was verändern, wenn deutlich wird, dass in Europa man da jetzt anders denkt über Fleisch und dass man eine andere Fleisch-Erzeugung haben möchte und eine nachhaltigere, Tierwohl basiertere, eine, die ethischen Grundsätzen anders genügt als bislang. Wenn wir dann davon ausgehen, dass Menschen weltweit sich mehr Gedanken machen können, weil sie die Zeit haben und die Nerven und die Lust über das, was sie essen, dann ist schon davon auszugehen, dass sie früher oder später sich auch inspirieren lassen.

Dirk

Dieses Vorleben, also etwas Vorleben, das macht Nelson Müller übrigens auch in seinem eigenen Restaurant.

Nelson, was mich ja immer interessiert, ich frag ja immer gerne bei Sterneköchen: Was hast du denn heute so gegessen?

Nelson Müller

Ja, ich habe gerade unseren wunderbaren Mittagstisch gegessen, den wir ja hier im Müller's in Essen immer zelebrieren. Wir sind in so einer Auflage, wo viele Geschäftsleute eben zum Mittagessen einkehren. Und heute gab es Dorade, gebraten mit einem Staudensellerie, Kirschtomaten, Gemüse, einer wunderschönen Ver Blanc und karamellisierten Knoblauch. Und sei froh, dass du jetzt nicht mit mir im Studio bist.

Drik Steffens

Nelson, der Stinker haha.

Aber, das ist zumindest ja standesgemäß, auch wenn du jetzt stinkst wie ein Knoblauch-Tier, das ist ja standesgemäß. Ich habe auch schon ein paar Mal mit zu Spitzenköche geredet und immer wenn ich die gefragt habe, dann kam die gerade von

der Currywurst Bude oder hatten sich gerade irgendso ein Fastfoodzeug reingedrückt oder so was. Machst du nicht so? Bist du tatsächlich auch im Alltag eher so ein Gut-Esser?

Nelson Müller

Du, wir haben das ein bisschen eingeführt. Also, wir haben... zweimal am Tag gibt es bei uns sogenanntes Mitarbeiter-Essen. Und ich finde es ganz wichtig, dass sich die Mitarbeiter eben auch gut ernähren. Und natürlich ist da auch mal eine Currywurst dabei. Aber wir machen das so, dass wir im Müller's immer das, was es als Mittagstisch gibt, also für unsere Gäste, davon machen wir mehr, so dass dann das Team davon nachher in die Mittagspause gehen kann. Und es hat einfach zur Folge, dass wir eigentlich eine sehr ausgewogene Ernährung dann dadurch haben. Und das finde ich auch wichtig. Also wenn man schon sagt, man isst im Betrieb, es gibt ein Betriebsessen, dann muss es auch echt gut sein.

Dirk Steffens

Nelsons Mittagessen war also pescetarisch, also zwar ohne Fleisch aber dafür mit Fisch. Das ist eine Ernährung, die die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, kurz DGE, gut findet. Also die DGE, nochmal als Hintergrund, das ist eine Organisation, die guckt da drauf, was eigentlich gesund für uns ist. Und die sagt, wer nie Fleisch isst, aber ab und zu Fisch und sich ansonsten ausgewogen ernährt, der lebt gesund.

Zuviel Fleisch hingegen ist ungesund, denn dadurch steigt das Risiko für Diabetes, Darmkrebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Empfehlung lautet für Erwachsene: pro Woche nicht mehr als 300 bis 600 g Fleisch und Wurst zu essen, also je nachdem, wie groß man ist, ob Mann oder Frau und wie viel man so wiegt. Um sich das vorstellen zu können, eine kleine Frau sollte nicht mehr als zwei Schnitzel pro Woche essen und ein großer Mann nicht mehr als vier. Also kurz gesagt: Die DGE rät zum Flexitarismus.

Jetzt gibt es so viele in dieser ganzen Ernährungsdiskussion, so viele Begriffe. Ich komme nicht mehr mit. Also klar, ich weiß was ein Veganer und Vegetarier ist. Ich krieg auch noch gerade Pescetarier und Flexitarier mit. Wo würdest du dich da so einsortieren?

Nelson Müller

Ja, ich bin auch eher ein Flexitarier.

[Musik setzt ein]**Dirk**

Und damit erfüllen wir wohl schon jetzt beide die Forderungen der DGE, denn ich bin ja auch Flexitarier, ich esse ziemlich wenig Fleisch aber manchmal eben schon.

Aber vielleicht ist ja die Frage ja auch: Fleisch ja oder nein, vielleicht ist die falsch, vielleicht ist die viel zu kurz gedacht. Vielleicht sollten wir größer denken. Welche Alternativen gibt es denn überhaupt zum Fleisch? Also wir haben ja jetzt verstanden: die industrielle Fleischproduktion, die ist nicht gut fürs Klima, die ist nicht gut für die Tiere, die wir essen, und gesund für uns ist dieser übermäßige Fleischkonsum auch nicht. Also viele Nachteile. Aber nutzt ja alles nix. Wir – also wir, die Menschheit – wir essen ja trotzdem weiter Fleisch. Hat ja auch viel mit Genuss und Geschmack zu tun. Und klar, es gibt inzwischen Alternativen im Supermarkt, Sojafleisch und Burger Patties, aus denen sogar blutiger Saft rausläuft, der aber gar kein Blut ist, sondern von Rote Beete stammt. Also das funktioniert schon alles, vor allem in dem Hippen Burger Laden um die Ecke in der Großstadt. Da ist das Zeug richtig angesagt.

Aber! Was wäre denn jetzt, wenn wir echtes Fleisch essen könnten, das besser für unsere Umwelt ist und für das sogar weniger Tiere leiden müssen oder fast gar keine? Das klingt erstmal verrückt, ist aber die Vision hinter In-Vitro-Fleisch. In-Vitro-Fleisch, das ist Fleisch, das im Labor gezüchtet wird. Also das wächst nicht mehr auf der Keule eines Tieres, sondern in einer Laborschale. Und auch wenn das jetzt vielleicht Science-Fiction-mäßig klingt, die Forschung dazu ist schon ziemlich weit.

Wie das wirklich funktioniert, das weiß Silvia Woll.

[Musik setzt aus]**Silvia Woll**

Mein Name ist Sylvia Woll. Ich arbeite am Karlsruher Institut für Technologie, genauer am Institut für Technikfolgenabschätzung und Systemanalyse. Und ich beschäftige mich mit den Folgen diverser Technologien, die mit Gesundheit und Ernährung zu tun haben und in dem Kontext seit etwa sechs Jahren mit in vitro Fleisch.

Dirk Steffens

Seit 2015 erforscht Silvia Woll also In-Vitro-Fleisch. Und wir wollen natürlich wissen: Wie schmeckt denn das?

Silvia Woll

Das kann ich nicht genau beantworten, ich habe es ja nicht probiert. Also es gibt sehr wenige Menschen, die In-Vitro-Fleisch bislang probiert haben.

Dirk Steffens

Okay, zum Geschmack können wir hier jetzt noch nicht so richtig viel sagen. Es soll aber eigentlich wie normales Fleisch schmecken. Was aber feststeht, was man auch klar sagen kann: wie es hergestellt wird.

Silvia Woll

Im Prinzip wächst In-Vitro-Fleisch gar nicht so anders als konventionelles Fleisch. Allerdings nicht mehr am Tier, hier ist der große Unterschied, sondern in der Petrischale oder im Bio-Reaktor. Das heißt, wir entnehmen einem Tier - also man braucht immer noch ein lebendiges Tier dafür. Dem werden Stammzellen entnommen, durch eine Muskelbiopsie. Und die werden dann in einem Nährmedium unter der Zufuhr von Strom, werden die wachsen gelassen. Man braucht dann noch ein Gerüst, an dem diese Zellen entlang hangeln müssen, das muss auch essbar sein, und so wächst dann eben das Fleisch in der Petri-Schale oder im Bio-Reaktor an diesem essbaren Gerüst entlang.

[Musik setzt ein]**Dirk Steffens**

Ja, das klingt jetzt so ein bisschen befremdlich. Aber tatsächlich wird das schon so umgesetzt. Schon 2013 hat ein Forschungsteam der Uni Maastrich den ersten In-Vitro-Burger vorgestellt. Das war damals eine Riesensensation! Man muss sich das mal vorstellen: da war dieses Stück Fleisch, das genauso aussieht wie richtiges Rindfleisch und auch genauso schmeckt und es IST ja auch Fleisch - aber es kommt eben nicht aus dem Körper eines Tieres, sondern es kommt aus einem Labor.

Könnte so etwas die Lösung sein? Stellen wir uns mal vor, irgendwann in 50 oder vielleicht auch schon in 30 Jahren, da würden wir komplett auf herkömmliches Fleisch verzichten und nur noch In-Vitro-Fleisch essen. Dann würden wir weniger Land verbrauchen und wir brauchen auch weniger Tiere.

Warum sag ich weniger und nicht keine? Na ja, ganz ohne geht's nicht, denn man braucht ja immer noch die Zellen der Tiere. Aber immerhin braucht man sehr viel weniger Tiere. Und auch der Wasserverbrauch runtergehen, deutlich runtergehen! Für die Herstellung von In-Vitro-Fleisch braucht man zwar Wasser, aber eben nicht so viel, wie für die Haltung von Rindern oder Hühnern.

Das klingt jetzt alles ziemlich gut. Aber... ja, es gibt da ein ganz großes Aber.

[Musik setzt aus]

Silvia Woll

Was ein ganz elementarer Punkt ist, ist der Energieverbrauch. Die Massentierhaltung, wie wir sie derzeit praktizieren, verbraucht ziemlich viel Energie. In-Vitro-Fleisch würde deutlich mehr Energie verbrauchen. Wir haben es eben mit einem Prozess zu tun, wo man eigentlich vom Anfang bis zum Ende Strom braucht. Elektrizität braucht. Also der Stromverbrauch, der Energieverbrauch generell würde deutlich in die Höhe gehen.

Dirk Steffens

Die große Frage wird dann also sein: können wir diesen hohen Energieverbrauch mit grünem Strom decken? Oder brauchen wir dafür womöglich Strom aus Kohle? Oder aus Kernkraftwerken? Weil dann wäre In-Vitro-Fleisch in der Produktion eben auch nicht nachhaltiger als herkömmliches Fleisch.

Und neben dem Aspekt der Nachhaltigkeit gibt es ja auch noch einen ganz anderen Faktor und der ist auch wichtig. Für soziale Gerechtigkeit zum Beispiel und das ist der Preis. Der Burger Pattie von der Maastrichter Uni, der hat 2013, Achtung aufgepasst, ungefähr 300.000 Dollar gekostet. Ein Burger Pattie! Okay, da sind jetzt Forschungs- und Entwicklungskosten eingerechnet, aber so oder so: Das ist nicht gerade ein Schnäppchen. Zum Glück ist seither viel passiert.

Silvia Woll

Aber gerade jetzt dieses Jahr haben wir zwei Hürden genommen. Es gibt jetzt in Singapur das erste Restaurant. Das ist so ein Club, in dem In-Vitro-Fleisch, also ein In-Vitro-Fleisch-Gericht angeboten wird. Und es gibt eine Fabrik in Israel jetzt, die erste, die tatsächlich, also tatsächlich eine Fabrikhalle, in der In-Vitro-Fleisch hergestellt wird.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Bis es In-Vitro-Fleisch auch hier in Deutschland im Supermarkt gibt, das wird wahrscheinlich noch ein bisschen dauern. Denn auch wenn es jetzt schon die erste Fabrik gibt, die produziert noch nicht so besonders viel. Wir sind also noch nicht an dem Punkt, an dem In-Vitro-Fleisch in Massen hergestellt werden kann. Aber daran tüfteln jetzt gerade Start-Ups und Forscherinnen und Forscher auf der ganzen Welt.

Und wenn das tatsächlich irgendwann klappen sollte, und wir dieses künstliche Laborfleisch im Supermarkt um die Ecke kaufen können, dann wird so ein Burger Pattie vielleicht 10 - 20 Euro kosten. Vermutlich. Also ist zwar auch noch teuer aber immerhin schon besser als diese 300.000 Dollar. Den genauen Preis kann natürlich jetzt noch niemand ausrechnen, aber na ja.

Wenn aber konventionelles Fleisch weiterhin dann für einen 5er über die Ladentheke geht, also billiger ist, dann stellt sich natürlich die Frage, ob sich In-Vitro-Fleisch überhaupt durchsetzen kann oder ob es nicht einfach nur ein Lifestyle-Produkt für ein paar reiche Hipster sein wird. Von Nelson wollte ich wissen: In-Vitro-Fleisch? Würde er damit kochen wollen?

Nelson Müller

Grundsätzlich kann ich mir das vorstellen. Momentan fehlt mir da der ästhetische Sinn noch so ein bisschen dafür oder Sinn nicht, falsches Wort, ästhetische Gefühl dafür fehlt mir gerade. Irgendwie schüttelt es mich gerade noch so ein bisschen irgendwie. Aber das ist eben nur, da muss man sich umprogrammieren. Es sollte einen ja viel mehr schütteln, wenn man daran denkt, wie das Schwein oder das Rind gerade den Bolzenschutz bekommt. Es ist nur eine Sache der Psyche. Und warum nicht.

Dirk Steffens

Ja, so Einstellungen ändern sich gerne mal. Das sieht man ja schon alleine daran, wie viel in den letzten Jahren passiert ist, was Fleischersatzprodukte angeht. Das Angebot

ist so viel besser geworden. Und einige Sachen davon schmecken ja auch richtig gut. Ich kann mich noch erinnern, als ich zum ersten Mal so ein Tofu-Schnitzel probiert hab, mein Gott. Also, ganz ehrlich? Das Ding hab ich damals nicht mal runterschlucken können. So schlimm war das.

Nelson Müller

Ja

Dirk Steffens

Die waren schlimm!

Nelson Müller

Ja, die waren schlimm. Aber wir wussten auch nicht damit umzugehen. Man muss ja auch sagen, vieles kommt ja aus der asiatischen Küche, die natürlich ganz andere Rezepturen haben für diese Produkte. Fake Fleisch wie zum Beispiel dieses Mogdam oder sowas. Das haben ja schon chinesische Mönche produziert. Also das heißt, das ist dann auch wieder eine Frage des kulturellen Breitengrades. Also es hat nicht immer nur was mit der Qualität des Produktes zu tun, denn eigentlich wollen wir ja optimalerweise möglichst unverarbeitete Produkte haben. Klar, wenn man heute in die Regale schaut, gibt es natürlich zig Anbieter und immer bessere Versionen der pflanzlichen Ersatzprodukte. Und es geht ja sogar so weit, dass eben namhafte Fleischhersteller mittlerweile einen größeren Umsatz eben mit diesen Ersatzprodukte machen. Und die sind auch gar nicht so schlecht.

Dirk Steffens

Und Ersatzprodukte, da gibt es eine stürmische Entwicklung. Also da haben wir natürlich einmal die Sachen, die sind jetzt überwiegend so aus Erbsen-Proteinen und so zum Beispiel gemacht. Ich war vor einiger Zeit in New York. Ich glaube es war sogar ein Sterne Restaurant und da haben die Blind-Verkostung gemacht mit vegetarischem Hackfleisch. Da gibt es ja inzwischen viele Marken.

Und da kann man die Unterschiede gar nicht mehr schmecken. Warum kommen wir dann nicht runter davon? Ich meine, wenn man den Unterschied von so einem Burger Petty gar nicht mehr schmeckt. Das ist doch verrückt.

Nelson Müller

Aber man schmeckt es schon. Und es ist auch eine, ja auch eine Frage, ob man das möchte, weil es eben auch so ist, das meistens in diesen industriell hergestellten Produkten auch eine riesen Zutatenliste dahinter steckt, die sozusagen.

Dirk Steffens

Also du willst sagen, ist auch nicht immer alles gut da drin.

Nelson Müller

Eben. Genau da haben wir ja meistens, also im Vergleich mal zu so ein klassischer Burger, da darf eben nur aus drei Zutaten bestehen im Endeffekt. Und wenn man dann mal auf den die Zusatzliste schaut, dann sind das dann eher so 20 Zutaten, die da reinkommen, weil natürlich ja alles nachgemacht wird. Man versucht die Fasern zu imitieren. Man versucht den Schmelz und den Fettgehalt über Fette, Kokosfett und so weiter zu imitieren und rote Beete Saft bis alles Mögliche rein, dann Verdickungsmittel und so weiter. Das ist ja dann, ist ja ein hoch industrielles Produkt meistens.

Dirk Steffens

Und da sagt der Nelson, der es ja auch gerne ein bisschen natürlich hat, mhhh, ja, kann man machen, aber ist auch nicht alles toll.

Nelson Müller

Genau das sehe ich auch so. Es ist gut, dass es das gibt. Ich finde es auch wichtig und ich finde es auch schön, dass es eine Vielfalt gibt. Aber auch da muss man sich im Klaren sein: Je weiter verarbeitet das Produkt ist, desto mehr nimmt man auch in Kauf, allen möglichen Kram in sich hinein zu essen. Und man kann natürlich auch selber viel machen, eigene Rezepturen entwickeln und da auch tolle vegetarische Gerichte zaubern.

Dirk Steffens

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, die sieht das ähnlich. Die sagt, man soll selbst einen Blick auf die Zusatzstoffe von vegetarischer Wurst oder veganen Schnitzel werfen und dann entscheiden. Aber, die Ökobilanz, die ist bei den Produkten auf jeden Fall besser.

Beim Geschmack zumindest sagt Nelson: Naja, da kann so ein Ersatzprodukt eben nicht 100% so schmecken wie Fleisch, ist ja klar, dann wär es ja kein Ersatzprodukt.

Also wenn einem der Geschmack besonders wichtig ist, na ja, dann mhh. Aber es gibt ja noch Alternativen...

So, jetzt raschel ich hier mal. Ich habe hier nämlich etwas, da steht drauf: Proteinquelle mit Olivenöl, glutenfrei, ballaststoffreich, Geschmack: Zwiebel, Kräuter. Ich reiße sie voll auf, es ist ein Cracker und zwar aus Insekten und ein guter Brennwert, wenn ich so drauf gucke. Jetzt steht er aber interessanterweise noch nicht mal drauf was für Insekten, aber ich beiße mal rein.

[Kaugeräusche]

Nelson Müller

Na ja, das kann jeder sagen.

Drik Steffens

Ach komm. Ja, ja, ich kann ja noch lauter kauen.

[Musik setzt ein]

Dirk

Insekten-Cracker! Haben wir geschickt bekommen von Dr. Grabowski und seinem Forschungsteam von der Tierärztlichen Hochschule in Hannover. Die erforschen nämlich, wie sich Insekten als Nutztiere einsetzen lassen. Und dafür, das zu probieren, gibt es wirklich gute Gründe: Die Haltung ist nämlich deutlich nachhaltiger als bei anderem Fleisch. Oder sagt man bei Insekten überhaupt Fleisch? Und - je nach Art - haben diese Insekten auch sehr gute Inhaltsstoffe, sie sind also gesund. Weltweit essen schon ungefähr zwei Milliarden Menschen Insekten, regelmäßig. Nur bei uns ist das noch sehr exotisch. Aber dieses Jahr im Sommer wurde der gelbe Mehlwurm als neuartiges Lebensmittel in der EU offiziell zugelassen. Das heißt, er kann jetzt auch gemahlen in anderen Produkten verarbeitet werden, zum Beispiel in Pasta oder in Keksen oder so und man kann das auch getrocknet am Stück kaufen.

[Musik setzt aus]

Dirk Steffens

Ah, es schmeckt völlig in Ordnung. Was würde passieren - ich spreche mal mit vollem Mund weiter - wenn du im Sterne-Restaurant Insekten anbieten würdest als Gericht, würde das überhaupt jemand bestellen?

Nelson Müller

Ja, das schöne ist ja, dass im Sterne-Restaurants die Menschen auch sehr bereit sind, Neues auszuprobieren und sich darauf einzulassen und es wird dann oft als Kunsthandwerk verstanden, wo eigentlich auch alles erlaubt ist. Und ich glaube, so manches Insekt ist auch von einer Form von Krustentieren nicht weit entfernt. Trotzdem bleibe ich dabei, dass es eben nicht Teil unseres, unserer Küche ist, Insekten. Und deshalb würde ich jetzt eher auf andere Sachen ausweichen. Es gibt eben doch so viele pflanzliche Proteine, die wir zu uns nehmen können. Da liegt das für mich eher nahe, als eben sofort jetzt in so einem anderen Kulturkreis zu gehen.

Dirk Steffens

Ich habe da mal eine ganz schräge Erfahrung gemacht, also weil ich ja immer so auf Expedition bin. Ich war mal in Venezuela bei einem indigenen Stamm und die essen Vogelspinnen, also da haben wir eine riesige Vogelspinne gefangen. Und dann ging es zurück ins Dorf und dann wurde diese Spinne, also Lagerfeuer, in der Mitte des Lagerfeuers lag nur so ein Felsen. Dann wurde diese Spinne da draufgelegt, vorher mit dem Daumnagel ein kleines Loch in den Chitin-Panzer. Das zischte dann so, als das Ding kochte. Und dann hat man so die Spinnenbeine von so einer großen Vogelspinne rausgerissen und die gegessen. Du hast völlig recht, das ist so ähnlich wie ein Krustentier, auch in der Textur, weißes Fleisch. Also wer eine Krabbe oder ein Krebs oder, oder auch Lobster, also ein Hummer essen kann, der kann sowas eigentlich auch essen.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Nelson und ich, wir sind aber nicht so ganz überzeugt, dass wir am Ende alle nur noch Insekten essen. Und wir sind mit dieser Skepsis nicht allein. Die Meinung teilt auch Agrarökonomin Nina Langen. Sie hält es für wahrscheinlicher, dass Proteine aus Insekten eher für so bestimmte Zielgruppen interessant werden als Ergänzung zum Speiseplan oder als Basis für Proteinriegel zum Beispiel, wie Sportler sie gerne essen.

Jetzt gehen wir nochmal zurück an den Anfang des Podcast, auf die große Frage: Was müssen wir essen, um die Welt zu retten? Da gibt es tatsächlich eine Antwort.

Ein Forschungsteam hat ein Rezept für das Essen der Zukunft entwickelt. Die Planetary Health Diet.

Da haben sie untersucht, wie sich die momentane globale Ernährung mit der Gesundheit der Erde verträgt, also mit unserer menschlichen Gesundheit natürlich auch. Denn, das darf man nicht vergessen, wir haben ja immer auch noch sehr viele unterernährte Menschen auf dieser Welt. Und fast genauso viele Adipöse, also sehr dicke Menschen, vor allem bei uns, in den Industrienationen.

Die Forscher haben das für das renommierte Wissenschaftsmagazin „Lancet“ ausgerechnet. Sie schlagen ein Ernährungsmodell vor, das weltweit an regionale Bedingungen und an die jeweilige Kultur angepasst werden kann und auch soll. Sogar eine Weltbevölkerung von zehn Milliarden Menschen könnte so ernährt werden, ohne den Planeten zu überfordern, also das sagen zumindest die Autoren und Autorinnen dieser Planetary Health Diet-Studie. Und Nina Langen sieht darin wirklich großes Potential.

[Musik setzt aus]

Nina Langen

Die Planetary Health Diet hat genau diese Idee: die planetarische gesunde Ernährung ist eine, die ist gesund für Mensch und Erde. Und in der Idee ist die flexitarisch. Ungefähr 2500 Kilokalorien soll man täglich zu sich nehmen. Das kann bestehen, oder die können sich zusammensetzen aus moderaten Mengen von Fisch, Fleisch und auch Milchprodukten. Sollen aber prinzipiell erst mal gemüse-, obstbasiert sein und beispielsweise, wenn es auf die Europäische Ernährung geht, mehr Nüsse enthalten. Und bei dieser planetarisch gesunden Ernährung werden Lebensmittelgruppen beschrieben und dann nach der Höhe des täglichen Verzehrs auch angeordnet. Was dann nicht gemacht wird, es ist kein Kochbuch. Und es geht auch nicht darum, dass wir alle jeden Montag das Gleiche essen und sondern es geht darum, dass man es lokal interpretiert, die eigene Kultur, die Geografie und auch die Demographie der Bevölkerung in den lokalen Gerichten widerspiegelt.

Dirk Steffens

Und eine Sache, die ist ihr wirklich wichtig. Diesen Punkt macht jetzt lustigerweise nicht der Sternekoch, sondern die Agrarökonomin.

Nina Langen

Es ist nicht der Vorschlag, dass man keinen Spaß mehr am vielfältigen Essen haben soll, sondern es ist genau die Anregung, Dinge anders auch auszuprobieren und vielfältiger zu werden und sich nicht so sehr zu konzentrieren auf eben das Fleisch an jedem Tag oder das Gemüse A an jedem Tag, sondern vielfältiger zu werden, auch da biodiverser zu werden, wenn es um die Gemüse und Obstsorten geht, man dann zu sich nimmt.

Dirk Steffens

Wir haben jetzt über die Planetary Health Diet gesprochen, aber nicht, was da jetzt eigentlich genau drin ist, also hier für unsere Breitengrade in Europa zum Beispiel. Ich hab mir das mal angeschaut, was für einen täglichen Bedarf brauchen im Durchschnitt.

Und diese Liste, die hab ich dann Nelson vorgelegt. Und damit ihr auch wisst, worum es geht, lese ich mal vor. Also da steht drauf:

500 Gramm Gemüse und Obst
250 Gramm Getreide und Milchprodukte
125 Gramm Hülsenfrüchte und Nüsse
43 Gramm Fleisch, davon nur 7 Gramm rotes Fleisch
50 Gramm pflanzliches Fett
30 Gramm Zucker

Nelson Müller

Das ist für mich eine ganz klassische Zutatenliste, mit der ich koche und mit der ich mich eigentlich auch täglich ernähre. Das ist eigentlich das, was Spaß macht. Mehr braucht man nicht. Und eigentlich ist das ja auch einfach schon unfassbar viel.

Dirk Steffens

Also wir sagen Flug-Ananas, nein, immer rotes Fleisch auch nein. Mit dieser Liste kann man die Welt retten, indem man isst.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Und das ist doch jetzt eine ganz erstaunliche Erkenntnis: wir überlegen so rum, wie können wir uns in Zukunft ernähren, wie können wir auf Fleisch verzichten, vielleicht sogar komplett vegan essen. Und dabei gibt es hier doch eine Lösung, wissenschaftlich geprüft sogar und dann klingt sie auch noch ganz verträglich, gar nicht so schlimm.

Also eigentlich klingt sie sogar gut. Unser Sternekoch sagt ja, das ist eine ganz normale Zutatenliste. Die Message ist also für uns alle: mehr regional und saisonal essen, bisschen kreativer werden und ab und zu auch mal was Neues ausprobieren. Also nicht so viele Berührungsängste bei Rezepten und Zutaten, die wir noch nicht kennen. Und wir müssen nicht unbedingt komplett auf Fleisch verzichten, aber wenn wir Fleisch essen, dann weniger und vielleicht auch aus anderer Haltung. Vielleicht das alte Rezept von Oma, nur der Sonntagsbraten und ansonsten bisschen drauf verzichten.

Und, klar, so eine Umstellung, die geht nicht von heute auf Morgen, das wissen wir alle, aber langfristig müssen wir anders essen, um die Welt zu retten.

[Musik setzt aus]

Dirk Steffens

Nelson, wenn du zurück in die Küche gehst, denk dran, du musst jedes Mal die Welt retten. Du machst es beim Kochen, ich beim Essen und beiße jetzt noch mal in meinen Insekten Cracker. Vielen Dank, dass du bei uns warst.

Nelson Müller

Ja, ich danke dir. Lass es dir schmecken. Bon Appetit.

[Musik setzt ein]

Dirk Steffens

Das war eine neue Folge Terra X - der Podcast. Vielen Dank fürs Zuhören. Ihr könnt diesen Podcast in der ZDF-Mediathek hören, da gibt's übrigens auch unsere Skripte, die kann man nochmal nachlesen da. Und ihr könnt diesen Podcast natürlich auch sonst überall hören, wo es gute Podcasts gibt. Beim nächsten Mal wird es noch mal ganz anders: Da geht's nämlich ums Geld! In 14 Tagen können wir uns dann wieder hören.



Seite 34

Und damit verabschiede ich mich im Namen des ganzen Terra X - Teams. Dieser Podcast ist eine Produktion von Kugel und Niere im Auftrag des ZDF. Ich bin Dirk Steffens - und bleibt fasziniert.