

Wir kochen die Transformationssuppe – Transformation zu einer nachhaltigen Ernährungsweise durch Kochen

Präsentation auf der 1. umweltpsychologischen Doktorand*innentagung in Landau, 23. Mai 2018

Referentin: Johanna Quendt

Abstract

Die Ernährung hat einen hohen Einfluss auf das Klima: Etwa 19-29% der weltweiten Treibhausgasemissionen sind auf den Ernährungssektor zurückzuführen (Vermeulen, Campbell & Ingram, 2012). Das Reduktionspotenzial auf Konsumentenebene ist allein durch eine Veränderung der Zusammensetzung der Ernährung enorm (Koerber, Bader & Leitzmann, 2016). Wie wir uns ernähren ist kulturell und durch Gewohnheiten geprägt, trotzdem wandelt sich unsere Ernährung: Studien gehen davon aus, dass mit einer zunehmenden Flexibilisierung der Arbeitswelt bei verstärkter Convenience-Orientierung im Ernährungsbereich weniger zu Hause gekocht wird und die Kochfertigkeiten zurückgehen (Brunner, van der Horst & Siegrist, 2010). Die Fähigkeit zu Kochen ist jedoch nicht irrelevant für eine nachhaltige Ernährungsweise: Wer kochen kann, verfügt neben alltagspraktischen Kompetenzen auch über mehr Wissen über Lebensmittel, deren Zusammensetzung und Produktionsbedingungen. Nicht zuletzt ist Kochen für Viele ein genussvolles Hobby. In dieser Vielschichtigkeit des Kochens sehen wir einen Ansatzpunkt für eine Transformation zu einer nachhaltigeren Ernährungsweise. Im Rahmen eines Projektes, das sich um eine Transformation zu nachhaltigen Ernährungssystemen in Kleinstädten dreht, wurde eine Umfrage durchgeführt, in der der Zusammenhang zwischen der Freude am Kochen, Kochkompetenz und einer nachhaltigen Ernährung untersucht wurde. Es werden Ergebnisse der Umfrage präsentiert. Außerdem werden Maßnahmen der Projektstädte zum Thema Kochen vorgestellt und hinsichtlich ihres Potenzials für eine Förderung einer nachhaltigeren Ernährungsweise diskutiert.

Literaturverzeichnis

- Brunner, T. A., van der Horst, K. & Siegrist, M. (2010). Convenience food products. Drivers for consumption. *Appetite*, 55 (3), 498–506. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.08.017>
- Koerber, K. von, Bader, N. & Leitzmann, C. (2016). Wholesome Nutrition: an example for a sustainable diet. *The Proceedings of the Nutrition Society*, 76 (1), 34–41. <https://doi.org/10.1017/S0029665116000616>
- Vermeulen, S. J., Campbell, B. M. & Ingram, J. S.I. (2012). Climate Change and Food Systems. *Annual Review of Environment and Resources*, 37 (1), 195–222. <https://doi.org/10.1146/annurev-environ-020411-130608>