

Vom Überfluss zum Abfall: Wie Lebensmittel im Alltag verloren gehen

Lebensmittelverschwendung wird nicht nur, aber zu einem erheblichen Teil von Privathaushalten verursacht. Oft ist es ein schleichender Prozess, in Summe kommen in Österreich dennoch gewaltige Mengen zusammen. Pro Person und Jahr sind es hierzulande rund 75 Kilogramm. Anlässlich des Internationalen Tages gegen Lebensmittelverschwendung am 29. September, der von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen wurde, zeigt Land schafft Leben, in welche Fallen viele von uns im Alltag tappen und wie wir Lebensmitteln die Wertschätzung geben können, die sie verdienen.

Über eine Million Tonnen vermeidbare Lebensmittelabfälle fallen in Österreich jedes Jahr an. Das zeigt eine Hochrechnung zum Thema Lebensmittelverluste und -abfallaufkommen in Österreich aus dem Jahr 2024. Die landwirtschaftliche Produktion wurde in dieser Berechnung nicht berücksichtigt. Wenn man diese Menge in Lkw lädt und die Fahrzeuge aneinanderreihet, würde das eine Kolonne verursachen, die ungefähr von Wien bis nach Mailand reicht. Besonders bemerkenswert: Der Hochrechnung zufolge entstehen über die Hälfte der vermeidbaren Lebensmittelabfälle in privaten Haushalten. Auf die österreichische Bevölkerung umgerechnet sind das rund 75 Kilogramm pro Person und Jahr. Weitere zehn Prozent entfallen auf Supermarkt und Großhandel, elf Prozent auf die Verarbeitung und 16 Prozent auf Gastronomie und Außer-Haus-Verzehr. Restmüllanalysen zeigen zudem, was zu Hause besonders häufig in der Tonne landet: Brot, Süß- und Backwaren sowie Obst und Gemüse. Gemeinsam machen diese Produktgruppen mehr als die Hälfte der vermeidbaren Lebensmittelabfälle im Restmüll österreichischer Haushalte aus.

Bewusster Griff ins Regal spart nicht nur Geld

Die Verschwendung macht sich auch finanziell bemerkbar: Dem Letztstand einer BOKU-Berechnung zufolge schmeißt ein Durchschnittshaushalt jährlich Lebensmittel im Wert von bis zu 800 Euro weg – das entspricht ungefähr zwei Monatseinkäufen. Der Betrag kann aufgrund der aktuellen Inflationslage allerdings variieren. Land-schafft-Leben-Gründerin **Maria Fanninger** verdeutlicht: *„Wir kritisieren Preissteigerungen beim Essen – gleichzeitig werfen wir Lebensmittel in den Müll. Mit jedem Stück Gebäck, Gemüse oder Obst entsorgen wir auch Rohstoffe und die dafür eingesetzten Ressourcen wie Wasser, Energie und Ackerfläche sowie die Arbeit jener, die unsere Lebensmittel herstellen. Ein bewusster Griff ins Regal hilft uns nicht nur Geld zu sparen, sondern auch, unsere Mittel zum Leben wertzuschätzen.“*

Viele kleine Fallen im Alltag

Lebensmittelverschwendung beginnt aber nicht erst zu Hause, sondern oft schon beim Einkauf. Aktionen wie „2+2 gratis“ oder Rabatte für größere Packungen können dazu führen, dass mehr im Einkaufswagen landet, als daheim tatsächlich gegessen wird. Ein Blick in den Kühlschrank und die Vorratskammer vor dem Einkauf und eine Einkaufsliste können helfen, Doppel- und unnötige Spontankäufe zu vermeiden. Daheim geraten Lebensmittel wiederum schnell aus dem Blick: Reste vom Vortag, ein halbes Joghurt oder angeschnittenes Gemüse verschwinden in der hintersten Ecke des Kühlschranks. Lebensmittel, die bald verbraucht werden sollten, sollten gut sichtbar nach vorne gestellt und bei der Planung der nächsten

Mahlzeiten bewusst eingebaut werden. Aus Resten lässt sich oft noch etwas Schmackhaftes zaubern: Hartes Brot kann etwa zu Bröseln verarbeitet werden, sehr reifes Obst eignet sich für Kompott oder Kuchen und übrig gebliebenes Gemüse kann als Suppe oder in einem Auflauf verwertet werden.

„Mindestens haltbar bis“ heißt nicht „verdorben ab“

Auch Unsicherheit über die Haltbarkeit kann dazu führen, dass einwandfreie Lebensmittel entsorgt werden. Ein überschrittenes Mindesthaltbarkeitsdatum bedeutet bei Produkten, die noch originalverpackt sind und richtig gelagert wurden, nicht automatisch, dass sie ungenießbar sind. Aussehen, Geruch und Geschmack können bei der Einschätzung helfen. Anders ist es beim Verbrauchsdatum „zu verbrauchen bis“: Dieses wird bei leicht verderblichen Lebensmitteln wie Fleisch verwendet und sollte eingehalten werden. Die richtige Lagerung kann die Haltbarkeit vieler Lebensmittel verlängern. Gekühlte Produkte sollten etwa möglichst schnell ihren Weg in das richtige Kühlschranksfach finden. Brot sollte hingegen in einem Brotkasten oder einem Tontopf aufbewahrt werden.

Mit dem Internationalen Tag gegen Lebensmittelverschwendung, der jedes Jahr am 29. September stattfindet, wollen die Vereinten Nationen auf das Problem der Lebensmittelverschwendung aufmerksam machen. Laut UN-Ziel sollen die Lebensmittelabfälle pro Kopf bis zum Jahr 2030 halbiert werden. Jeder und jede Einzelne kann einen Teil dazu beitragen und dabei helfen zu verhindern, dass aus vielen kleinen Wegwerf-Momenten am Ende Millionen von Tonnen werden.

Für Rückfragen oder ein Interview stehen wir gerne zur Verfügung.

Kathrin Krispler, Presse und Medien
Land schafft Leben
1010 Wien | Schwarzenbergstraße 8/1
T: +43 664 388 86 78
presse@landschafttleben.at

Bildmaterial

- **Bild:** Brot und Gebäck zählen zu jenen Lebensmitteln, die in österreichischen Privathaushalten besonders oft im Restmüll landen. © Land schafft Leben
- **Infografik 1:** Visualisierung des Lkw-Staus von Wien bis nach Mailand. © Land schafft Leben
- **Infografik 2:** Die Anteile der verschiedenen Lebensmittel bzw. Produktgruppen, die im Restmüll entsorgt werden. © Land schafft Leben

Weiterführende Links

- [Tipps zur Lebensmittelrettung](#)

Kurzinfo Land schafft Leben

„Den Menschen fehlt der Bezug zu Lebensmitteln, sie treffen ihre Konsumententscheidungen hauptsächlich über den Preis.“ Es war diese Erkenntnis, die den Bio-Bergbauern **Hannes Royer** und die Unternehmerin **Maria Fanninger** 2014 dazu veranlasst hat, zusammen mit Mario Hütter den gemeinnützigen Verein **Land schafft Leben** zu gründen und 2016 schließlich der Öffentlichkeit zu präsentieren. Transparent und unabhängig klären sie seither zusammen mit ihrem Team über

österreichische Lebensmittel und deren Produktion auf und schaffen Bewusstsein für die ökologischen und gesundheitlichen Auswirkungen unseres Lebensmittelkonsums. Dazu beleuchtet der Verein die gesamte Wertschöpfungskette von der Landwirtschaft über die Verarbeitungsbetriebe bis in die Gastronomie und den Handel. Die Ergebnisse der wissenschaftlich fundierten Recherchen werden in Form von Bild, Text und Video aufbereitet und sind frei unter www.landschafttleben.at zugänglich. Seit 2021 bringt der Verein mit der Bildungsinitiative „Lebensmittelschwerpunkt“ Wissen zum Essen in Österreichs Schulen. Das Gründer-Duo Hannes Royer und Maria Fanninger stehen mit ihrem Verein Land schafft Leben für Konsumentinnen und Konsumenten ebenso wie Medien als erste Ansprechpartner zu vielfältigen Themen aus der Lebensmittelwelt zur Verfügung. Auch über zahlreiche Social-Media-Kanäle, einen Newsletter und Vorträge bekommen Konsumentinnen und Konsumenten realistische Bilder, die unsere Lebensmittelproduktion weder skandalisieren noch beschönigen. Ein besonders wichtiges Sprachrohr ist der mehrfach prämierte Podcast „Wer nichts weiß, muss alles essen“, mit dem der Verein 2023 den Ö3-Podcast-Award gewinnen konnte. Land schafft Leben finanziert sich über vier Säulen: Aktuell unterstützen über 60 Förderer den Verein, darunter Verarbeiter, Erzeugergemeinschaften und Vertreter des Lebensmittelhandels. Zudem erhält Land schafft Leben seit dem Jahr 2021 eine öffentliche Förderung. Weiters nimmt der Verein Gelder über Vortragstätigkeiten ein und wird von privaten Spenderinnen und Spendern unterstützt.