

Mit Spaß und gutem Gewissen grillen

Nachhaltigkeit im Alltag: Die Initiative „Buxtehude im Wandel“ gibt Tipps

wd. Buxtehude. Der Sommer ist da und die Grillsaison ist somit eröffnet. Der Frage, wie nachhaltig das beliebte Freizeitvergnügen ist, ist Dr. Barbara Ruser von der Initiative „Buxtehude im Wandel“ nachgegangen. Die Experten geben in der WOCHENBLATT-Serie zum Thema Nachhaltigkeit in lockerer Reihenfolge Tipps, wie sich der Alltag umweltfreundlich gestalten lässt.

Eine Studie des TÜV Rheinland ergab, dass beim Grillen für acht Personen durchschnittlich 17 bis 18 Kilogramm Emissionen freigesetzt werden, hat Barbara Ruser herausgefunden. Allerdings entstehen dabei nur fünf Prozent durch das Grillen selbst, z.B. durch Rauch. Die restlichen 95 Prozent der klimaschädlichen Emissionen sind auf die Produktion des Grillguts, also Fleisch und Grillkäse, zurückzuführen. „Da lässt sich also einiges ver-



Lecker: Spargel lässt sich hervorragend grillen Foto: Ruser

NACHHALTIGKEIT



bessern“, so Barbara Ruser und gibt gleich ein paar Tipps für die Umsetzung:

► Generell werden

Gas- und Elektrogrills gegenüber Holzkohlegrills als nachhaltiger eingestuft. Überwiegend werden jedoch Holzkohlegrills verwendet. Daher sollte besonders auf die Qualität bzw. Herkunft von Kohle und Anzündern geachtet werden. Einweggrills sollten nicht verwendet werden. ● Kohle sollte mit dem FSC-, PEFC- oder Naturland-Siegel ausgezeichnet sein. Diese Siegel stehen für nachhaltigere Holzwirtschaft. Auf chemische Anzünder oder Benzin zum

Anzünden sollte verzichtet werden, da Rückstände in das Grillgut gelangen könne. Barbara Ruser rät, möglichst nur Produkte mit dem FSC-Siegel zu verwenden. Eine andere Möglichkeit ist, Anzünder selber herzustellen. Anleitungen gibt es unter www.selbstversorgerland.de/haus/holzheizen/kaminanzuender-selber-machen-2749.

● Das Fleisch sollte eine gute Qualität (Bio-Ware) haben und aus der Region sowie aus artgerechter Tierhaltung stammen. Fisch sollte mit dem MSC-, ASC- oder FOTS-Siegel ausgezeichnet sein. ● Mehr Gemüse auf den Grill: In vielen Supermärkten gibt es eine große Produktvielfalt an vegetarischem und veganem Grillgut. Auch lassen sich verschiedenste Gemüsesorten grillen. Vorher in eine Marinade eingelegt,

schmecken sie besonders lecker.

● Aluschalen als Grillgeschirr sind aus gesundheitlichen Gründen ungeeignet, stattdessen sollten wiederverwendbare Grillkörbe, -gitter und -bretter oder bestimmte Pflanzenblätter verwendet werden (<https://utopia.de/ratgeber/grillen-ohne-alufolie-so-gelingen-auch-feta-fisch-undfrisches-gemuese>). ● Damit nach einem Grillabend keine Reste in der Mülltonne landen, sollten die Grillrezepte auf die Personenzahl abgestimmt werden. Bleiben trotzdem Reste über, können sie im Kühlschrank gelagert und am kommenden Tag zu einem neuen Gericht verarbeitet werden. Rezepte gibt es z.B. unter <https://restegourmet.de>. Weitere Infos online unter <https://buxtehude-im-wandel.de> sowie www.kreiszeitung-wochenblatt.de unter dem Stichwort Nachhaltigkeit.