



Altes Brot mit neuem Sinn

Mit schmackhaften Rezepten und
sinnvollen Tipps zur Altbrotverwertung
im eigenen Haushalt



Inhalt

| | |
|--|----|
| Einleitung | 4 |
| Rezeptsammlung „altes Brot mit neuem Sinn“ | 6 |
| Brot-Chips | 7 |
| Brot-Cordon-bleu | 8 |
| Gefüllte Champignons | 9 |
| Italienischer Tomaten-Brotsalat | 10 |
| Zwiebel-Käse-Brotauflauf | 11 |
| Cookies mit Sinn | 12 |
| Rumkugeln für Erwachsene | 13 |
| Scheiterhaufen | 14 |
| Tipps und Tricks zur Altbrotvermeidung im eigenen Haushalt | 15 |
| Lebensmittelabfälle Brot und Backwaren | 16 |
| Die Tafel Österreich – versorgen statt entsorgen | 17 |
| Weitere Informationen | 18 |



Kinder lernen mit dem Food-Trailer und auf dem Welttellerfeld, wie Lebensmittel nachhaltig produziert und verwertet werden können.



Lebensmittel nicht verschwenden – das ist schon für die Kleinsten ein Thema!



Lebensmittel retten. Armut bekämpfen. Dafür setzt sich Die Tafel Österreich mithilfe von rund 250 Ehrenamtlichen ein



Backwaren sind die am häufigsten weggeworfene Lebensmittel-Gruppe – dabei lässt sich auch aus altem Brot und Gebäck noch Köstliches zaubern (z. B. Knuspersticks)!



Lebensmittelrettung durch Weitergabe

Einleitung

Brot ist ein wichtiger Bestandteil unserer Ernährung, aber gleichzeitig auch eines der am häufigsten verschwendeten Lebensmittel. Um dem entgegenzuwirken, hat die Stadt Wien – Umweltschutz, im Rahmen des Lebensmittelaktionsplans „Wien isst G.U.T.“ (Gesund und genussvoll – Umwelt und klimafreundlich – Tierfair), innovative Maßnahmen initiiert, die den verantwortungsvollen Umgang mit Lebensmitteln fördern und zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen beitragen. Ein wichtiger Schwerpunkt davon ist auch die Bewusstseinsbildung. Zu dieser soll diese Broschüre, ebenso wie das Programm SchoolFood4Change und der FoodTrailer der Stadt Wien – Umweltschutz, beitragen.

Pionierarbeit bei der Lebensmittelrettung, Armutsbekämpfung und Bewusstseinsbildung leistet seit 1999 Die Tafel Österreich. Sie rettet genießbare Lebensmittel vor der Entsorgung und versorgt damit kostenfrei armutsbetroffene Menschen in Sozialeinrichtungen. Projekte wie das Sensorik Labor für Schüler*innen oder Kochworkshops „mit Sinn“ zum Verarbeiten von überschüssigen Lebensmitteln helfen bei der Vermeidung von Lebensmittelverschwendung im eigenen Haushalt. Mit mehr als 1.000 Tonnen so vor dem Müll bewahrter Lebensmittel pro Jahr kann Die Tafel Österreich rund 35.000 bedürftige Menschen unterstützen.

Gemeinsam stellen wir Ihnen nun diese Broschüre für praktische Tipps zur Reduktion von Brotabfällen und kreative Rezeptideen zur Verfügung. Darin finden sich köstliche Rezepte aus hart gewordenem Brot und Gebäck ebenso wie wertvolle Tipps und Tricks, die man beim Kauf, der Lagerung, Verarbeitung etc. von Brot mitdenken sollte.

Durch den bewussten Konsum und die kreative Wiederverwendung von Brot steigern wir den Genuss und leisten einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz. Schließlich besteht Brot aus wichtigen Ressourcen, mit denen wir achtsam umgehen sollten. Werden Sie gemeinsam mit uns zu Lebensmittelretter*innen und kommen Sie auf den Geschmack, altem Brot neuen Sinn zu geben.



Rezeptsammlung „altes Brot mit neuem Sinn“

© Thomas Topf

Ein wichtiger Grund, weshalb Lebensmittel sehr oft „vor ihrer Zeit“ den Weg in die Tonne finden, sind fehlende Ideen für Kochrezepte, vor allem mit Resten und älteren Lebensmitteln. Dabei gibt es vor allem **mit Altbrot** viele **wunderbar schmackhafte, pikante und süße Rezeptideen**, die mit wenig Aufwand zubereitet werden können.

Zu einigen der Zubereitungen wurden auch **Videotutorials** gedreht, die Ihnen das Nachkochen erleichtern sollen.

Egal ob süß oder herzhaft – für jeden Geschmack ist in der Verwertung von älterem Brot etwas dabei.
Probieren Sie es aus!



© Thomas Topf

Köchin Petra Gruber in der Profiküche von Die Tafel Österreich



© Die Tafel Österreich

Brot-Chips

Mit Variationen

VARIANTE PUR

- 200 g altbackenes Brot oder Gebäck in ca. 2–3 mm dünne Scheiben schneiden. Wenn vorhanden am einfachsten mit der Brotschneidemaschine.
- Auf einen mit Backpapier ausgelegten Backrost auslegen und bei 160 °C Heißluft ca. 10–15 Minuten goldgelb backen. Eventuell die letzten beiden Minuten das Backrohr einen kleinen Spalt geöffnet lassen, damit die Brot-Chips knuspriger werden.
- Auf dem Backrost auskühlen lassen. Falls die Brot-Chips nicht sofort aufgegessen werden – das ist unwahrscheinlich, könnte aber vorkommen :-)) – in einer Frischhaltedose aufbewahren.

VARIANTE MEDITERRAN

Zusätzlich zum altbackenen Brot und Gebäck: 6 EL Olivenöl, 2 TL Meersalz, 1,5 TL Thymian, 1,5 TL Rosmarin, 2 getrocknete Tomaten

- Olivenöl, Tomaten und Gewürze in ein hohes Gefäß füllen und mit einem Pürierstab fein mixen.
- Die dünnen Brotscheiben mit einem Pinsel dünn mit Kräuteröl bestreichen und wie in der ersten Variante backen.

VARIANTE ORIENTALISCH

Zusätzlich zum altbackenen Brot und Gebäck: 6 EL Olivenöl, 2 TL Meersalz, 2 TL Kreuzkümmel, 1 TL Piment, 0,5 TL Zimt

- Das Olivenöl mit den Gewürzen gut vermischen und die dünnen Brotscheiben mit einem Pinsel dünn bestreichen. Wie in der ersten Variante goldgelb backen.

NACHKOCHEN NOCH EINFACHER GEMACHT

Ein Video zu diesem Gericht sehen Sie auf:

<https://youtu.be/VkWIH644SWw>

| | |
|-------------------|---|
| Brotmenge: | helles oder dunkles Brot und Gebäck – was gerade zur Hand ist |
| Zubereitungszeit: | 10 Minuten (für ca. 200 g) |
| Gesamtkochzeit: | 25–30 Minuten (für ca. 200 g) |
| Schwierigkeit: | leicht |



Brot-Cordon-bleu

2 Portionen

2 Scheiben Brot, altbacken, ca. daumendick
2 Scheiben Schinken
2 Scheiben Käse
ca. 2 TL Senf
1 Ei
etwas Butter zum Anbraten

ZUBEREITUNG

- Die dicken Brotscheiben nicht ganz durchschneiden, damit eine Tasche entsteht.
- In die Taschen je ca. 1 TL Senf streichen.
- Je eine Scheibe Käse in eine Scheibe Schinken einwickeln und in die Brottasche stecken. Mit einem Zahnstocher verschließen.
- Das Ei verquirlen und die Brotscheiben darin wenden.
- Butter in eine Pfanne geben und darin die Brotscheiben bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldgelb braten (ca. 5–7 Minuten pro Seite).

Dazu passt perfekt ein frischer Salat!

Brotmenge: 2 dicke Scheiben helles Brot oder helles Mischbrot
Zubereitungszeit: 10 Minuten
Gesamtkochzeit: 20 Minuten
Schwierigkeit: mittel



© Petra Gruber

Gefüllte Champignons

2–3 Portionen

| | |
|----------|--|
| 100 g | altbackenes Brot oder Gebäck |
| 250 g | Champignons, wenn möglich mit großem Kopf |
| 1 kleine | Zwiebel oder eine halbe große (alternativ auch Porree) |
| 1 | Ei |
| 1 Tasse | Milch |
| | Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Thymian, Chili (wenn man es scharf mag) |
| 50–100 g | Käse zum Überbacken (Emmentaler, Bergkäse, ...) |
| | Öl zum Anbraten |
| | Backpapier |

ZUBEREITUNG

- Das alte Brot in kleine Würfel schneiden.
- Ei und Milch mit den Gewürzen gut vermischen. Falls noch etwas Sauerrahm, Frischkäse oder ähnliche Milchprodukte im Kühlschrank sind, kann auch davon etwas dazu gegeben werden. Dadurch wird die Masse flaumiger.
- Über das Brot gießen, untermischen und ziehen lassen.
- In der Zwischenzeit die Stiele der Champignons entfernen, diese klein würfeln. Die Champignonköpfe von Erde und Druckstellen befreien. Den Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in etwas Öl gemeinsam mit den Stielen glasig anbraten, ebenfalls zur Seite stellen.
- Den Käse reiben.

- Das Backrohr auf 180 °C vorheizen.
- Wenn die Masse gut durchgezogen hat, also keine trockenen Brotwürfel mehr vorhanden sind, Zwiebel und Stiele unterheben und die Masse in die Champignonköpfe füllen, so dass ein kleiner Gupf entsteht.
- Zuletzt den geriebenen Käse darüber streuen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Für ca. 20 Minuten backen bis der Käse goldbraun ist.

Dazu passt perfekt ein frischer Salat!

NACHKOCHEN NOCH EINFACHER GEMACHT:

Ein Video zu diesem Gericht sehen Sie auf:

<https://youtu.be/1qw3HwBfymI>

Brotmenge: 100 g helles oder dunkles Brot oder Gebäck

Zubereitungszeit: 15–20 Minuten

Gesamtkochzeit: 35–20 Minuten

Schwierigkeit: mittel



© Petra Gruber

Italienischer Tomaten-Brotsalat

3–4 Portionen

- 400 g altbackenes Brot, Ciabatta oder rustikales Landbrot, kein Toastbrot
- ca. 750 g reife Paradeiser
- 1 Zwiebel
- 1-2 gelbe oder rote Paprika gegrillt oder gegrillte Paprika in Öl eingelegt
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Handvoll Basilikum, davon die Blätter

DRESSING

- 5 EL Olivenöl
- 4 EL weißer Balsamessig
- Salz
- Pfeffer

ZUBEREITUNG

- Nimmt man frische Paprika, werden diese als Erstes entweder über einer offenen Gasflamme oder im Backrohr gegrillt, bis die Haut schwarz ist.
- Danach in einer mit Folie abgedeckten Schüssel 10-15 Minuten rasten lassen und die Haut, die sich jetzt ganz leicht löst, abziehen. Nach den Entfernen der Kerne in 2 cm dünne Streifen reißen. Alternativ passen in Öl eingelegte Antipasti-Paprika. Die benötigte Menge aus dem Glas nehmen und abtropfen lassen.
- In der Rastzeit der Paprika können das Brot und die Paradeiser vorbereitet werden. Das Brot sollte mindestens vom Vortag sein, denn frisches Brot wird rasch matschig und der ganze Salat schmeckt nicht mehr. Mit der Hand in

daumengroße Stücke reißen. Durch das Reißen (statt Schneiden) entsteht eine schöne grobe Oberfläche, welche die Aromen des Salats besser aufnimmt. Die Brotstücke offen stehen lassen, damit sie noch etwas antrocknen.

- Die Paradeiser waschen und auch in daumengroße Stücke schneiden, mit etwas Salz bestreuen, durchmischen und am besten in einem Sieb über einer Schüssel bis zum Marinieren abtropfen lassen. Die abgetropfte Flüssigkeit wird die Basis für unsere Marinade.
- Für die Marinade die Flüssigkeit aus den Paradeisern mit Öl, Essig, Salz, Pfeffer, den Kräutern und einer zerdrückten Zehe Knoblauch mischen.
- In einer großen Schüssel Paradeiser, Brot, Gemüse und die Marinade gut durchmischen und ca. 15 Minuten, aber nicht länger als 1 Stunde durchziehen lassen.

Dieses Rezept eignet sich hervorragend, um Grillreste zu verwerten. Gegrillte Zucchini oder Melanzani sind eine köstliche Ergänzung.

Brotmenge: 400 g helles Brot, kein Toastbrot
 Zubereitungszeit: 15–20 Minuten
 Gesamtkochzeit: 35–75 Minuten (abhängig wie lange man den Salat rasten lässt)
 Schwierigkeit: leicht



© Petra Gruber

Zwiebel-Käse-Brotauflauf

4 Portionen

300-400 g altbackenes Brot oder Gebäck
 3 Stück Zwiebel
 200 g Gemüse nach Verfügbarkeit (Karotten, Kürbis, Brokkoli, ...)
 150 g Topfen oder Frischkäse
 200 g Käse
 4 Eier
 200 ml Milch
 200 ml Gemüsesuppe (oder Wasser mit ½ Suppenwürfel)
 2 Bund Kräuter nach Geschmack (Petersilie, Schnittlauch, ...)
 Salz, Pfeffer
 Öl zum Anbraten

ZUBEREITUNG

- Das alte Brot in kleine Würfel schneiden, die Milch mit der Gemüsesuppe mischen und darüber gießen, vermengen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
- In der Zwischenzeit Karotten oder anderes Gemüse klein schneiden und in etwas Wasser bissfest, also noch leicht knackig dünsten.
- Die Zwiebel in feine Scheiben schneiden und in Öl anbraten und bei geringer Hitze dünsten.
- Das abgetropfte Gemüse und die Zwiebel etwas auskühlen lassen.

- Das Backrohr auf 200 °C vorheizen und eine Auflaufform mit Backpapier auslegen.
- Die Kräuter waschen und grob hacken, den Käse reiben. Zum Brot geben und mit den Händen oder einer Gabel gut durchmischen.
- Eier mit Topfen/Frischkäse verquirlen und gemeinsam mit dem Gemüse zum Brot mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- In die Auflaufform füllen und ca. 25–35 Minuten backen.
- Nach dem Backen für ca. 10 Minuten rasten lassen, damit sich der Auflauf festigt und schöne Stücke abgestochen werden können.
- Der Auflauf kann auch mit etwas Schinken oder Speck verfeinert werden.

Schmeckt auch kalt hervorragend.

Brotmenge: 300–400 g helles oder dunkles Brot oder Gebäck
 Zubereitungszeit: 20–30 Minuten
 Gesamtkochzeit: 70 Minuten
 Schwierigkeit: leicht



© Thomas Topf

Cookies mit Sinn

20–25 Stück

nach einem Rezept von 

| | |
|---------|--|
| 220 g | getrocknetes Weißbrot oder Gebäck, fein gerieben |
| 130 g | Zucker |
| 1 Pkg | Vanillezucker |
| 100 g | Sonnenblumenöl oder anderes Pflanzenöl |
| 90 g | Kochschokolade oder Schokoladereste |
| 2 | Eier |
| ¼ TL | Backpulver |
| 1 Prise | Salz |

- Teig eine einheitliche Konsistenz hat.
- Den Teig in 20–25 Stücke teilen, zu Kugeln formen und anschließend flachdrücken.
- Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech mit ausreichendem Abstand legen.

BACKEN

- Bei 170 °C für ca. 14–16 Minuten backen, bis sie braun und knusprig sind.

NACHKOCHEN NOCH EINFACHER GEMACHT

Ein Video zu diesem Gericht sehen Sie auf:
<https://youtu.be/jLHrX54KQ0E>

VORBEREITUNG

- Das getrocknete Weißbrot oder weiße Gebäck (Semmeln oder Toast) in einem Multizerkleinerer oder mit einer Reibe möglichst fein reiben und anschließend sieben. Die größeren Körner können wie Semmelbrösel verwendet werden.
- Je nach Geschmack und Verfügbarkeit Kochschokolade oder Schokoladenreste (z. B. Osterhasen) in Stücke hacken.
- Wichtig: Das Öl wiegen, da es nicht die gleiche Menge wie in ml ist.

TEIG

- Die Brotbrösel mit dem Backpulver gut vermischen oder sieben.
- Zucker, Vanillezucker und Öl in einer mittelgroßen Schüssel gut vermischen.
- Eier hinzufügen und mit einem Schneebesen oder Mixer etwas schaumig schlagen.
- Nun das fein gemahlene Weißbrot-Mehl einrühren.
- Zuletzt die Schokostücke hinzufügen und kneten bis der

| | |
|-------------------|-----------------------------------|
| Brotmenge: | 220 g Weißbrot oder helles Gebäck |
| Zubereitungszeit: | 20 Minuten |
| Gesamtkochzeit: | 40 Minuten |
| Schwierigkeit: | mittel |



© Die Tafel Österreich

Rumkugeln für Erwachsene

ca. 30 Stück

| | |
|-------|---|
| 150 g | Brot, altbacken, ca. daumendick |
| 200 g | Kochschokolade oder Schokoladenreste von Ostern oder Nikolo |
| 100 g | Kokosflocken |
| 4 EL | Rum |
| 100 g | Staubzucker |
| 125 g | weiche Butter |

ZUBEREITUNG

- Das altbackene Brot oder Gebäck fein zerbröseln.
- Die Kochschokolade im Wasserbad schmelzen und dabei darauf achten, dass kein Wasser in die Schokolade gelangt, da sonst die Schokolade verklumpt.
- Nun Gebäckbrösel und Kokosflocken unter die Schokolade mischen. Anschließend den Rum dazu geben.
- Staubzucker mit der weichen Butter schaumig rühren und unter die Schokolademasse mischen.
- Mit feuchten Händen gleichgroße Kugeln formen und sofort in Schoko- oder Kokosraspeln wälzen. In eine geschlossene Dose geben, im Kühlschrank fest werden lassen und dort auch lagern.

NACHKOCHEN NOCH EINFACHER GEMACHT

Ein Video zu diesem Gericht sehen Sie auf <https://youtu.be/kS3R07i072o>

| | |
|-------------------|-----------------------------------|
| Brotmenge: | 200 g Weißbrot oder helles Gebäck |
| Zubereitungszeit: | 15 Minuten |
| Gesamtkochzeit: | 90 Minuten |
| Schwierigkeit: | mittel |



© Petra Gruber

Scheiterhaufen

4 Portionen

400 g Semmeln, Kipferl oder Striezel, altbacken
250 ml Milch
4 Eier
40 g Zucker
3 Stück Äpfel
1 Stück Zitrone
1 Pkg Vanillezucker
1 Prise Zimt
Fett für die Formen

ZUBEREITUNG

- Die Äpfel schälen und die Kerngehäuse entfernen. Äpfel in dünne Spalten schneiden.
- Anschließend mit Zucker, Zimt, Zitronensaft vermischen und zur Seite stellen.
- Backrohr auf 180 °C vorheizen und eine Auflaufform mit Fett (z. B. Butter) ausstreichen.
- In einer Schüssel Milch, Eier und Vanillezucker gut verquirlen.
- Das alte Gebäck in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in der Milch-Eier-Mischung wenden und abwechselnd Gebäck und Äpfel in die Auflaufform schichten. Zuletzt die restliche Milch-Eier-Mischung darüber gießen.
- Nun den Auflauf bei 180 °C ca. 30–40 Minuten backen.

Brotmenge: 400 g Semmeln, Kipferl oder Striezel
Zubereitungszeit: 20 Minuten
Gesamtkochzeit: 90 Minuten
Schwierigkeit: mittel

Tipps und Tricks zur Altbrotvermeidung im eigenen Haushalt

WIR KÖNNEN ALLE ETWAS GEGEN LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG TUN!

Ein großer Teil der österreichischen Bevölkerung schätzt das Thema Lebensmittelverschwendung als sehr wichtig ein.¹ Dennoch sind Lebensmittel- und Brotabfälle in privaten Haushalten ein allgemeines und weit verbreitetes Phänomen. Generell sind ungenügende Planung, fehlender Überblick über den Bestand, ein falscher Umgang mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD), sowie falsche Lagerung der Lebensmittel Gründe, weshalb Lebensmittel in privaten Haushalten unnötigerweise im Müll landen.

Speziell bei Brot und Backwaren können Qualität sowie richtige Aufbewahrung und Umgang die Haltbarkeit maßgeblich steigern. Dabei gilt:

- Am besten Brot mit der Schnittfläche nach unten aufbewahren – die Kruste schützt das Brot vor dem Austrocknen.
- Brot und Gebäck in einem Brottopf aus Keramik, Ton, etc. oder in einem Stoffsackerl aufbewahren – schützt vor dem Austrocknen und hält Schimmelgefahr fern, wobei der Geschmack erhalten bleibt.
- Sackerl aus Biokunststoff verlängern die Haltbarkeit für Brot und Gebäck.²
- Brot wird am besten bei Zimmertemperatur um die 18–22 °C gelagert.
- Brot und Gebäck gehören nicht in den Kühlschrank – können aber problemlos eingefroren werden! Tipp: Brot vor dem Einfrieren aufschneiden und portionsweise einfrieren.
- Ein paar Tage altes Brot wird durch Toasten meist wieder sehr schmackhaft.
- Zu trockene Semmeln können z. B. durch Aufbacken im Backrohr oder Toasten wieder aufgepeppt werden.

ES LOHNT SICH, AUF QUALITÄT ZU ACHTEN!

Erfahrungsgemäß haben billig gekaufte Backwaren eine weitaus kürzere Haltbarkeit als Qualitätsware von Handbäckereien. Hochwertige Zutaten, vor allem Vollkorn, wirken sich positiv auf die Haltbarkeit von Brot und Gebäck aus. Während Backstationen in Supermärkten oder Discountern oft Backmischungen verwenden, bereiten kleinere Bäckereien die Brote meist nach eigener Rezeptur zu.



© John Mounsey/pixabay
Brottopf aus Keramik mit Schneidbrett

Bei größeren Unternehmen werden die Brote meist in einer zentralen Produktionsstätte gebacken bzw. in den Filialen (auf-)gebacken. Oftmals werden auch künstlich erzeugte Enzyme verwendet – von Bäckereien aller Größenordnungen.³ Nur bei Bio-Bäckereien dürfen diese nicht verwendet werden.

Es zahlt sich aus, hinsichtlich der Zutaten nachzufragen, um die Qualität eines Brotes beurteilen zu können!

WAS BEIM EINKAUF NOCH ZU BERÜCKSICHTIGEN IST

- Je dicker die Kruste, desto länger war das Brot im Ofen – so hält es länger frisch und schmeckt auch aromatischer.
- Doppelt gebackenes Brot hält länger, weil die Kruste hier eine besondere Schutzfunktion erfüllen kann.
- Brote und Gebäck, bei denen der Teig während der Zubereitung ausreichend ruhen konnte, halten länger. Angenehmer Nebeneffekt: das Brot wird oft auch besser vertragen.
- Ganze Laibe halten länger als vorgeschnittenes Brot.
- Brot und Gebäck mit Vollkornmehl bleibt länger frisch – auf die Zutaten achten!
- Dunkles Brot und Gebäck schlagen helles in der Haltbarkeit – während Weißbrot nur ein bis drei Tage frisch bleibt, hält z. B. Roggenvollkornbrot bis zu neun Tage!

Sollten manche Informationen nicht auf der Etikette des Brotes ersichtlich sein – fragen Sie nach!

1) Danone, Die Tafel Österreich (2018), Food Waste Online-Umfrage in österreichischen privaten Haushalten.

2) IFA Tulln (2009), Studie „Der Brotsack - Frischhaltevermögen für Obst, Gemüse und Gebäck“.

3) <https://www.landschafttleben.at/lebensmittel/brot/tipps/unterscheidung-im-regal#enzymkennzeichnung>

Lebensmittelabfälle

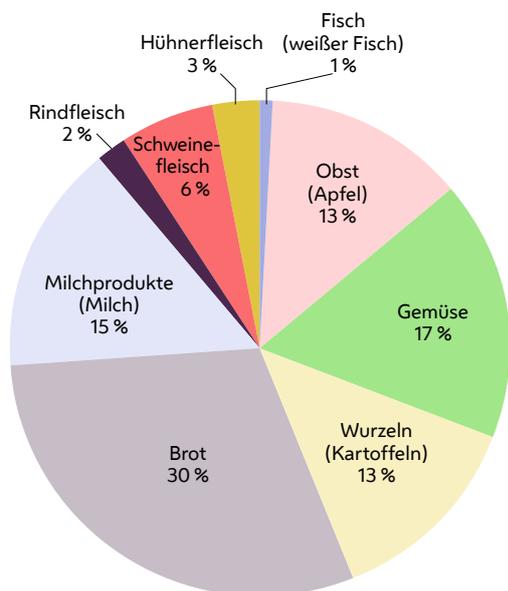
Brot und Backwaren

In österreichischen Haushalten werden laut offiziellen Angaben jährlich geschätzt rund 520.000 Tonnen vermeidbare Lebensmittelabfälle in den Restmüll geworfen, die bei rechtzeitigem Verzehr als potentiell vermeidbar gelten.⁴



Blick in eine Mülltonne mit zahlreichen Lebensmitteln

Die größte Menge an Lebensmittelabfällen machen Brot und Backwaren aus, gefolgt von Gemüse, Milchprodukten und Obst:



Menge an Lebensmittelabfällen in der EU nach Produktgruppe⁵

Mit dem Brot, das in Wien an einem Tag weggeworfen wird, könnte eine Stadt wie Graz problemlos versorgt werden.

WAS BEDEUTET „FRISCHE“ FÜR UNS?

Persönliches Konsumverhalten beeinflusst nicht nur die Lebensmittelabfälle im eigenen Haushalt, sondern hat auch ganz unmittelbar Auswirkungen auf das Angebot des Einzelhandels. Dieser hat den hohen Anspruch mitaufgebaut, dass täglich rund um die Uhr frisches Brot und Gebäck angeboten werden muss. Durch die damit verbundenen steigenden Erwartungen der Konsument*innen an Auswahl und Frische wird in Bäckereien und Supermärkten oftmals eine hohe Warenpräsenz bis Ladenschluss verlangt. Bereits nach wenigen Stunden hat Brot seinen Frischestatus verloren. Es wird nur für einen Tag als frisch genug befunden, um verkauft zu werden. Die Lebensmittelgruppe der Backwaren veranschaulicht so besonders eindrucksvoll, wie schnell aus wertvollen Lebensmitteln „Abfall“ wird – entscheidend sind oftmals die Minuten vor bzw. nach Ladenschluss.



Brot und Gebäck auf dem Weg zur Entsorgung

EINFLUSS DES HANDELS

In Österreich haben vor allem Lebensmitteldiskonter in den letzten Jahren ihre Angebote für frisches Brot und Gebäck durch das Aufbacken von vorgefertigten gekühlten oder tiefgefrorenen Teiglingen stark ausgebaut. Da viele Supermärkte ihre Backwaren bei Bäckereien auf Kommission bestellen, geht die nichtverkaufte Ware oftmals kostenlos an diese zurück und wird dort zu häufig zu Tierfutter oder Biogas verarbeitet. Gleichzeitig wächst im Handel das Bewusstsein, dass die Ressourcen und die Arbeit, die in die Produktion von Brot und Gebäck fließen, auch nach einem Tag noch etwas wert sein müssen. Daher werden im Handel konkrete Maßnahmen gegen Brotverschwendung gesetzt, wie etwa:

- eine 50%ige Reduktion von Gebäck am Ende des Tages
- ein verbilligtes Angebot von Brot vom Vortag
- Verringerung des Frischwarenangebots gegen Ladenschluss
- eine themenspezifische Schulung der Mitarbeiter*innen.⁶

4) Obersteiner, G. & Luck, S. (2020). Lebensmittelabfälle in Österreichischen Haushalten: Status Quo, Wien: Institut für Abfallwirtschaft (ABF-BOKU)

5) Scherhauser, S., Moates, G., Hartikainen, H., Waldron, K., Obersteiner, G. (2018) Environmental impacts of food waste in Europe. Waste Management 77, 98-113.

6) Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus (2018), Lebensmittel sind kostbar. 100 Fakten & Tipps (6. Auflage). Link: www.umweltvt.at/fileadmin/documents/ABFALL/LSK_Lebensmittel/Bund_Broschuere_100_Fakten_Tipps.pdf

Die Tafel Österreich – versorgen statt entsorgen

Die Mission der Tafel Österreich (gegründet als Wiener Tafel) ist seit 1999 unverändert: Sie rettet noch genussstaugliche Lebensmittel vor der Entsorgung und versorgt damit kostenfrei armutsbetroffene Menschen in sozialen Einrichtungen. Allein im Jahr 2023 wurden so mehr als 1.000 Tonnen einwandfreie Lebensmittel vor der Vernichtung bewahrt und an 35.000 Menschen in Not weitergegeben.

Damit bildet Die Tafel Österreich seit 25 Jahren eine Brücke vom Überfluss zum Bedarf, leistet einen doppelt nachhaltigen Beitrag – sozial und ökologisch – und hat Pionierarbeit in der Lebensmittelrettung geleistet. Doch auch heute noch gilt: Täglich wird viel mehr Brot und Gebäck weggeworfen als Die Tafel Österreich aufnehmen und umverteilen kann!

Nicht zuletzt dadurch ist klar: Die Vermeidung von Lebensmittelabfällen bei Brot und Gebäck muss bereits zu einem früheren Zeitpunkt beginnen. Die Tafel Österreich setzt daher eine Vielzahl an bewusstseinsbildenden Maßnahmen ein, um Konsument*innen für diese Thematik zu sensibilisieren und Know-how zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen zu vermitteln.

So klärt die Kampagne „Ist das noch gut?“⁷ zum Mindesthaltbarkeitsdatum auf, das Sensorik Labor⁸ zeigt, wie man seine Sinne einsetzt, um zu erkennen, ob ein Lebensmittel noch genießbar ist und die Wanderausstellung



© Die Tafel Österreich

Die Tafel Österreich bei ihrer täglichen Mission der Lebensmittelrettung

GewissensBISS⁹ bringt das Thema Lebensmittelabfall(-vermeidung) informativ und interaktiv in Schulen. Auch mit der Suppe mit Sinn¹⁰, der TafelBox¹¹ oder der Marmelade mit Sinn¹² schafft Die Tafel Österreich Wissen und Bewusstsein. Die Stadt Wien unterstützt seit vielen Jahren die Vorhaben der Tafel Österreich und ist eine starke Partnerin, um Menschen über das Thema Lebensmittelverschwendung zu informieren. Denn wir alle haben es täglich in der Hand, selbst zu Lebensmittelretter*innen zu werden!

7) <https://tafel-oesterreich.at/ist-das-noch-gut/>

8) <https://tafel-oesterreich.at/sensorik-labor/>

9) <https://tafel-oesterreich.at/gewissensbiss/>

10) <https://suppemit Sinn.at/>

11) <https://tafelbox.at>

12) <https://marmelademitsinn.at/>

Weitere Informationen



„IST DAS NOCH GUT?“ LEBENSMITTEL SICHER GUT GENIESSEN

Die Tafel Österreich hat gemeinsam mit der Lebensmitteluntersuchungsanstalt der Stadt Wien und pulswerk getestet, wie lange Lebensmittel über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus haltbar sind. Entstanden ist eine Gebrauchsanweisung zur sicheren Nutzung von Lebensmitteln und für einen sinnvollen Umgang mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD).

tafel-oesterreich.at/ist-das-noch-gut/



LEITFADEN ZUR LEBENSMITTELWEITERGABE „DAS IS(S)T ES MIR WERT“

Die Stadt Wien – Umweltschutz hat gemeinsam mit dem Ökosozialen Forum einen Überblick der Möglichkeiten erstellt, wie nicht mehr benötigte Lebensmittel weitergegeben werden können. Der Leitfaden richtet sich sowohl an Privatpersonen als auch an Betriebe. Dadurch soll die Weitergabe von Lebensmittel gefördert und vermeidbare Lebensmittelabfälle verhindert werden.

wien.gv.at/umweltschutz/nachhaltigkeit/pdf/leitfaden-lebensmittelweitergabe.pdf

* Die Aufstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, die genannten Broschüren sollen Lust darauf machen, sich selbst näher mit dem Thema Vermeidung von Lebensmittelabfällen zu beschäftigen.

DER WIENER LEBENSMITTELAKTIONSPLAN „WIEN ISST G.U.T.“

Lebensmittelproduktion, Lebensmitteltransport und Lebensmittellagerung verursachen ein Viertel bis ein Drittel aller Treibhausgas-Emissionen.

Die Wahl unserer Lebensmittel und unser Umgang damit beeinflussen das Klima unmittelbar. Aber auch wie mit Tieren in den Produktionsbetrieben umgegangen wird. Hier können wir alle einen wertvollen Beitrag leisten.

Der Wiener Lebensmittelaktionsplan steht daher unter dem Motto: „**Wien isst G.U.T.** – **Gesund, Umweltfreundlich und Tierfair**“. Er umfasst alle Aktivitäten der Stadt Wien für einen umfassend nachhaltigen, umwelt- und klimafreundlichen und tierfairen Umgang mit Lebensmitteln, die von der Stadt Wien – Umweltschutz gebündelt, verstärkt und erweitert werden.

Die wichtigsten Schwerpunkte des Lebensmittelaktionsplanes „Wien isst G.U.T.“, die im Jänner 2021 vom Wiener Landtag beschlossen wurden, sind:

- Klares Bekenntnis zu hochwertigen, gesunden und nachhaltig produzierten Lebensmitteln für Wiener*innen
- Weiterentwicklung der Kriterienkataloge von ÖkoKauf Wien
- Mindestkriterien & K.O.-Kriterien bei öffentlicher Beschaffung für Tierwohl bei Produktionsbetrieben, Transport, Schlachtung.
- Mitarbeiter*innenschulungen zur Beschaffung, Zubereitung und Ausgabe von Speisen
- Lebensmittelabfallvermeidungsmaßnahmen in öffentlichen Einrichtungen der Stadt Wien
- Erhöhung der Bioquote (derzeit 50 % in Wiener Schulen und Kindergärten)
- Umsetzung und Weiterentwicklung der Maßnahmen des „Runden Tisches für mehr Tierwohl in der Lebensmittelproduktion“.
- Ausweitung der „Natürlich gut essen“-Auszeichnung für die Gastronomie
- Bekenntnis zur Biolandwirtschaft in Wien

wien-isst-gut.wien.gv.at

EMPFEHLUNGEN DER STADT WIEN – UMWELTSCHUTZ

Auf dem Weg zu einem nachhaltigen, umwelt-/klimafreundlichen und tierfairen Umgang mit Lebensmitteln können alle mithelfen! Hier ein paar Tipps:

- Die Wahl von **biologischen, regionalen und saisonalen Lebensmitteln** fördert die Gesundheit, schützt Umwelt- und Klima. Durch die generell besseren Haltungsbedingungen in Biobetrieben – möglichst mit Freilandhaltung – wird so auch Tierleid reduziert.
- **Fleischreduzierte, vegetarische oder vegane Ernährung** ist gesund, schont Umwelt sowie Klima und vermeidet ebenfalls Tierleid.
- **Lebensmittel sind zu wertvoll für den Mistkübel!** Die Vermeidung von Lebensmittelabfällen beginnt schon beim Einkauf und endet beim konsequenten Restl-Verwerten und Weitergeben. Siehe auch: umweltberatung.at/themen-essen-lebensmittelabfaelle
- Die **Reduktion von Fleisch** im Warenkorb – aber auch die **Vermeidung von Lebensmittelabfällen spart Kosten** und ermöglicht so auf der anderen Seite eine bessere (Bio-) Qualität bei anderen Lebensmitteln.
- Bei Produkten aus Übersee – wie Bananen, Orangen, Kaffee, Kakao, Textilien ... – darauf achten, dass sie aus dem **fairen Handel (z.B. mit dem Fairtrade-Siegel)** kommen. Sind sie überdies in Bio-Qualität, ist das auch fair gegenüber der Umwelt.
- **Selbst Gekochtes** verbraucht nicht nur weniger Ressourcen als aufwändig verpackte Fertiggerichte oder Tiefkühlprodukte, es ist auch preiswerter.
- Wer wissen will, was in der Gastronomie auf den Tisch kommt, kann sich an der „**Natürlich gut essen**“-Auszeichnung von OekoBusiness Wien orientieren: Je nachdem, wie nachhaltig und tierfair das Angebot ist, gibt es „Natürlich gut essen“-Betriebe in Gold, Silber und Bronze.
- Den **lokalen Einkauf** mit dem Rucksack oder Einkaufswagenl kann man sehr gut mit einem gemütlichen Spaziergang verbinden. Vor dem Aufbruch nicht auf Sackerln und Netze für nicht verpackte Produkte vergessen!

IMPRESSUM

Medieninhaberin und Herausgeberin:

Magistrat der Stadt Wien, Stadt Wien – Umweltschutz, Dresdner Straße 45, 1200 Wien

umweltschutz.wien.gv.at | post@ma22.wien.gv.at

Redaktion: Die Tafel Österreich, Stadt Wien – Umweltschutz

Rezepte: Petra Gruber

Grafik-Design: ergott visual communication, Wien

Bildcredits: Die Tafel Österreich, Petra Gruber, Thomas Topf, Stadt Wien – Umweltschutz, istockphoto

Fotos Titelseite: Gemeinsam am Werk in der Profiküche von Die Tafel Österreich

Online-Videos: Die Umweltberatung, Thomas Topf

Herstellung: Druckerei Janetschek

Die Stadt Wien – Umweltschutz druckt auf ökologischem Druckpapier aus der Mustermappe von ÖkoKauf Wien.

Erscheinungsdatum: 05/2024