

Lang studiert: Mit 14 Gramm Fleisch die Welt retten

Ein Blick auf die Bestsellerlisten zeigt den neusten Trend auf dem Sachbuchmarkt: Auf dem «Stern»-Bestseller vom 21. Februar handeln sechs Bücher aus der Top-Ten-Liste von gesunder Ernährung. Hip ist vegan. Aus Teufels Küche kommt die Wurst. Vegetarismus wurde für viele zum Lebensstil.

Puritaner stilisieren Fleischessen zur ethischen Frage. «Wer die Wahl hat zwischen einem Vegi-Menü und einem Menü mit Schweinefleisch und sich für das Fleisch entscheidet, ist unanständig», moralisierte der Basler Philosophieprofessor Markus Wild in der «SonntagsZeitung».

Was wissenschaftlich bewiesen sein soll: Fleischlose Ernährung soll gegen Demenz helfen und den Krebs bekämpfen. «Wer zwischen 50 und 65 Jahren reichlich tierisches Eiweiss isst, dessen Sterblichkeitsrisiko ist um 75 Prozent erhöht, das Krebsrisiko steigt sogar um das Vierfache, eine Grössenordnung, die man vom Rauchen kennt», zitiert beispielsweise Bas Kast, Autor des Bestsellers «Der Ernährungskompass», den Altersforscher Valter Longo von der University of Southern California.

Und mit möglichst fleischloser Nahrung kann man nicht nur das eigene Leben, son-

dern die ganze Welt retten. Fleischlose Ernährung ist die neue Wunderwaffe gegen den Klimawandel. Denn die Lebensmittelproduktion verursacht 30 Prozent der Treibhausgas-Emissionen und verbraucht 40 Prozent der Landfläche.

37 internationale Forscher aus Landwirtschaft, Klimafor-

schung und Medizin unter dem Vorsitz des Ernährungs-

«Fleischlose Nahrung kann nicht nur das eigene Leben, sondern die ganze Welt retten.»

mediziners Walter Willet von der Harvard-Universität (Eat-Lancet-Kommission) haben den Schlüssel gefunden, wie die Ernährung den Klimawandel aufhalten kann: Dafür müssen die Menschen ihren Ernährungsplan in den Industrieländern jedoch radikal umstellen. Erlaubt wären beispielsweise nur noch 14 Gramm Fleisch und 28 Gramm Poulet pro Tag. Auf die Woche berechnet, entspricht diese Menge einem kleinen Sonntags-Steak und samstags gibts ein Riz Casimir. En Guete!

Heinz Lang arbeitete in leitenden Funktionen bei diversen Medien. Heute ist er als Lehrer tätig. Für die «Schweiz am Wochenende» nimmt er wissenschaftliche Meldungen unter die Lupe.