

Klimaschutz geht auch in der Küche

Mit den Umweltstation-Kochwerkstätten klimafreundlich kochen

Was genau bedeuten die Begriffe Klima und Klimawandel für die heimische Natur und den Alltag? Kann jeder etwas zum Klimaschutz beitragen? Diesen Fragen geht das Team der Umweltstation Landshut um Leiterin Dr. Verena Eißfeller in seinen Kochwerkstätten nach. Zusammen mit interessierten Teilnehmern werden dort unter der Prämisse der Nachhaltigkeit klimafreundliche Gerichte zubereitet – darüber hinaus gibt es auch viel Wissenswertes über die Hintergründe der Lebensmittelproduktion und Ernährung zu erfahren.

Die Wahl des täglichen Essens und das entsprechende Einkaufsverhalten haben Einfluss auf die Gestaltung der Lebensmittelerzeugung und bergen Potenzial für den Klimaschutz. Die Regale sind gefüllt mit Lebensmitteln aus aller Welt, die zu jeder Jahreszeit verfügbar sind. Ob Mango, Kiwi oder Quinoa – viele Lebensmittel haben bereits eine weite Reise hinter sich, bevor sie im Einkaufskorb landen. Diese Fülle lässt den Blick auf den eigentlichen Wert der Lebensmittel, auf die Erzeuger und die begrenzten Ressourcen der Natur oftmals verlassen. Zugleich benötigen Herstellung, Verpackung, Transport, Zubereitung und auch die Entsorgung von Lebensmitteln immer mehr Ressourcen. Dadurch wird das Klima verändert, was Auswirkungen auf die Umwelt und auch auf die Herstellung von Lebensmitteln hat.

Nachhaltiger Umgang mit der Erde

Aber was kann jeder Einzelne dagegen tun – dies ist stets die Kernfrage der Kochwerkstätten der Umweltstation Landshut. Zusammen mit den Teilnehmern werden Lösungen gefunden und die Motivation geschaffen, es selbst auszuprobieren. Als Kompass für die vielen



Heimische und saisonale Produkte stehen im Mittelpunkt der Kochwerkstätten der Umweltstation, in denen es auch viel Wissenswertes rund um das Thema nachhaltige Ernährung zu erfahren gibt.

Foto: Stadt Landshut

- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 El Butter
- 300 g Emmerreis
- 200 g Kürbis kleingeschnitten oder geraspelt
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1/8l weißer Traubensaft oder Weißwein
- Salz, Pfeffer, Curry
- 100-150 g geriebener Hartkäse

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und mit der Butter glasig anbraten. Knoblauch und Emmer zugeben, kurz anrösten und mit Saft oder Wein ablöschen. Sobald die

Flüssigkeit weniger wird, immer wieder mit Gemüsebrühe aufgießen. Unter ständigem Rühren kochen, bis die Flüssigkeit fast verschwunden ist und dann wieder aufgießen. Nach 20 Minuten den Kürbis zugeben und so lange kochen, bis der Emmer bissfest ist. Dann abschmecken, würzen und den Käse unterrühren.

Mit Salat und Kürbiskernöl servieren. Schmeckt auch mit anderem Gemüse oder Einkorn.

Tipp: Das Getreide kann bereits am Vortag im Wasser eingeweicht werden – dann geht es schneller.

Gesichtspunkte, die für einen nachhaltigen Umgang mit der Erde berücksichtigt werden sollten, wird hierbei die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung genutzt. Sie ist ein Vertragswerk der internationalen Staatengemeinschaft und umfasst 17 Nachhaltigkeitsziele, deren Umsetzungen einen Weg in eine Zukunft weisen, in der „genug für alle für immer“ möglich ist. In den Kochwerkstätten wird mit Rücksicht auf das Klima und die Umwelt gekocht. Grundlage dazu sind frische, regionale und saisonale Zutaten, die darüber hinaus noch ökologisch erzeugt sein können. So wird dem Teilnehmer bewusst, welchen Beitrag er zur Gestaltung der Lebensmittelerzeugung leisten kann.

Weitere Informationen zur Kochwerkstatt und den Veranstaltungen gibt es online unter www.umweltstation-landshut.de. Wissenswertes zu saisonalen und regionalen Lebensmitteln ist auch in der Direktvermarkter-Broschüre zu finden, die als Druckversion in der Tourist-Info im Rathaus in der Altstadt oder online unter www.landshut.de/direktvermarkter zur Verfügung steht. (red)

Kürbis-Emmer-Risotto für vier Portionen

Zur Aktionskampagne „KlimaZeit“

Ins Leben gerufen wurde die „KlimaZeit“, die das lokale Engagement für Klimaschutz, Nachhaltigkeit und zur Energiewende in den Fokus der Öffentlichkeit rücken möchte, von der Stadt und dem Landkreis Landshut, der Stadt Moosburg sowie den Märkten Ergolding und Essenbach.

Über den Oktober verteilt sind einige Veranstaltungen in der Region geplant – allerdings aufgrund der Pandemiesituation und der damit verbundenen unvorhersehbaren Auflagen in deutlich kleinerem Umfang.

Um die fehlende Veranstaltungsdichte auszugleichen und auch diejenigen zu erreichen, die derzeit Veranstaltungen lieber meiden, sollen die regionalen Klimaschutz-Ideen, Initiativen und Denkanstöße ergänzend in Form einer Presseserie vorgestellt werden: Deshalb wird in den kommenden Wochen mit Unterstützung der Landshuter Zeitung an dieser Stelle immer mittwochs ein Bericht zur „KlimaZeit“ zu finden sein.

Das Veranstaltungsangebot ist auch online unter www.klimazeit.info zu finden.