

Wie unterscheiden sich konventionell und alternativ hergestellte Lebensmittel?

Nicht nur in der Bundesrepublik Deutschland hält die Mehrzahl der Verbraucherinnen und Verbraucher ökologisch hergestellte Lebensmittel (Bio-Lebensmittel) heute für wohlschmeckender, v.a. für gesünder und sicherer als Erzeugnisse der konventionellen Landwirtschaft. Belegen oder entkräftigen lassen sich diese Erwartungen jedoch nur durch vergleichende wissenschaftliche Untersuchungen. Um so erfreulicher ist daher die Ende 2003 von der Senatsarbeitsgruppe der Bundesanstalten für Ernährung vorgestellte Analyse zur Qualität von Lebensmitteln aus alternativer und konventioneller Produktion.

Die Arbeitsgruppe kam übereinstimmend zu dem Schluss, dass der ökologische Landbau im Hinblick auf die Prozessqualität durchweg positiv einzuschätzen ist, d.h. dass dieses Produktionsverfahren der konventionellen Lebensmittelproduktion in nahezu allen Umweltwirkungsbereichen überlegen war. Diese höhere Prozessqualität mit positiver Umweltwirkung, vom Verbraucher wahrgenommen, kann dadurch zu einem gesteigerten (subjektiven) Wohlbefinden führen und so indirekt positive Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit haben.

Allerdings steht der wissenschaftliche Nachweis dafür, dass der ausschließliche oder überwiegende Verzehr von ökologisch erzeugten Lebensmitteln direkt oder indirekt die Gesundheit des Menschen fördert, weiterhin aus. So sind beispielsweise die als Tendenz erfassten Qualitätsunterschiede, wie die aus ernährungsphysiologischer Sicht wünschenswerten, erhöhten Gehalte an sekundären Pflanzeninhaltsstoffen bei Bio-Gemüse und –Obst bzgl. einer gesundheitsfördernden Wirkung bis dato nicht validiert.

Es bleibt also festzuhalten, dass für die Gesundheit des Menschen auch weiterhin eine ausgewogene Ernährung – wie in zahlreichen Studien belegt – , also eine geringere Verzehrsmenge an Fett und Fleisch bei gleichzeitig vermehrtem Verzehr von Obst und Gemüse als *conditio sine qua non* gilt.