



# Pressemitteilung

WWF Deutschland

Pressestelle

Wiebke Elbe

Reinhardtstr. 18 | 10117 Berlin

Tel.: +49 (0)30 311 777-219

Mobil: +49 (0)151 188 54 950

wiebke.elbe@wwf.de

www.wwf.de

## (K)ein Festtag für die Umwelt? WWF-Tipps für das Festessen an Weihnachten

Berlin, 20.12.2021: Gänsekeule, Rouladen oder Räucherlachs. Danach selbst gebackene Plätzchen, Lebkuchen und den Schokoweihnachtsmann: Für alle, die an Weihnachten Familie und Freunden gerne nachhaltiger auftischen möchten, hat die Umweltschutzorganisation WWF Deutschland einige Tipps zusammengestellt.

1. An Weihnachten möchte jeder seinen Liebsten etwas Besonderes bieten. Dabei landet im Einkaufswagen meist mehr als nötig. Oft wandern nach Weihnachten etliche Reste ab in die Mülltonne. Der WWF rät zum moderaten Einkauf vor dem Fest und animiert dazu, Lebensmittelreste lecker zu verwerten. Wie wäre es zum Beispiel mit einem leckeren Nachtisch, gezaubert aus Plätzchenresten, den letzten Schokoweihnachtsmännern und Birnen? Diese und weitere Inspirationen für Resterezepte nach dem Fest gibt es unter [www.wwf.de/zum-anbeissen/](http://www.wwf.de/zum-anbeissen/).
2. Soll es an den Feiertagen Fleisch sein, dann ist Bio-Fleisch aus der Region eine gute Wahl. Bei der Bio-Haltung gelten höhere Ansprüche in der Tierhaltung als im konventionellen Bereich. Für das Futter wurden keine Regenwaldflächen gerodet: Häufig kommen heimische Eiweißpflanzen wie Klee Luzerne oder Lupine als Futtermittlersatz zu Sojaschrot in die Tröge. Wo Sojaschrot verfüttert wird, stammt es aus ökologischer Erzeugung. Und die Bio-Verbände legen gegenüber dem EU-Biosiegel bei Haltung und Fütterung noch mal eine Schippe drauf. Eine leckere und nachhaltige Fleischalternative fürs Menü ist Wild aus der eigenen Umgebung. Rehrücken oder Wildschweingulasch bekommt man zum Beispiel bei Förster:innen oder Jäger:innen der Region und oft einfach beim heimischen Metzger. Nachfragen lohnt sich! Weitere Informationen für den bewussten Fleischkonsum bietet der [WWF- Einkaufsratgeber Fleisch und Wurst](#) .
3. Auch Fisch kommt zum Fest gerne auf den Teller. Der Friedfisch Karpfen ist rundum empfehlenswert. Er ist ein genügsamer Zuchtfisch und braucht keinen Futterfisch aus Wildbeständen. Vom Verzehr von größeren Raubfischen wie Schwertfisch oder Kabeljau rät der WWF ab. Sie sind überfischt. Auch der vom Aussterben bedrohte Aal, der Granatbarsch, sowie Haiprodukte wie zum Beispiel Schillerlocken gehören nicht auf den Teller. Bei dem an Weihnachten besonders beliebten Lachs gilt: bitte Bio-Zucht oder MSC-zertifizierter Wildlachs. Einen Überblick über die Do's und Dont's an der Fischtheke bietet der [WWF-Ratgeber Fische & Meeresfrüchte](#) - auch als kostenfreie App für den schnellen Check im Supermarkt.

4. Beim Backen rät die Umweltschutzorganisation zu Zutaten aus ökologischer Landwirtschaft. Eier mit dem Bio-Siegel oder der Ziffer „0“ zeigen an, dass Hennen tiergerechter gehalten und mit ökologisch angebautem Futter gefüttert wurden. Für die Weihnachtsbäckerei braucht man nicht unbedingt Eier, Milch und Butter. Omas Rezepte lassen sich oft ganz einfach abändern, indem man etwa pflanzliche statt tierischer Milch und Öl statt Butter verwendet. Anstelle von Eiern gehen zum Beispiel pürierte Bananen, Nussmus sowie gemahlene Chia- oder Leinsamen.

## Weitere Informationen:

Wiebke Elbe, Pressestelle WWF, Tel.: 030-311 777 219, [wiebke.elbe@wwf.de](mailto:wiebke.elbe@wwf.de)