www.esp-nuernberg.de

Konsumtipp

Frische Lebensmittel aus der Region bevorzugen

Tiefkühlkost ist teurer als man denkt

2010 Good Practice Energieeffizienz
Durch die Deutsche Energie-Agentur zur Nachahmung empfohlen.

EnergieSparProjekt – ESP –
EnergieSchuldenPrävention

Amt für Existenzsicherung und soziale Integration

Sozialamt Nürnberg

In Zusammenarbeit
mit dem Institut für Ökologische Wirtschaftsforschung
und dem Wuppertal Institut für Klima, Umwelt, Energie.

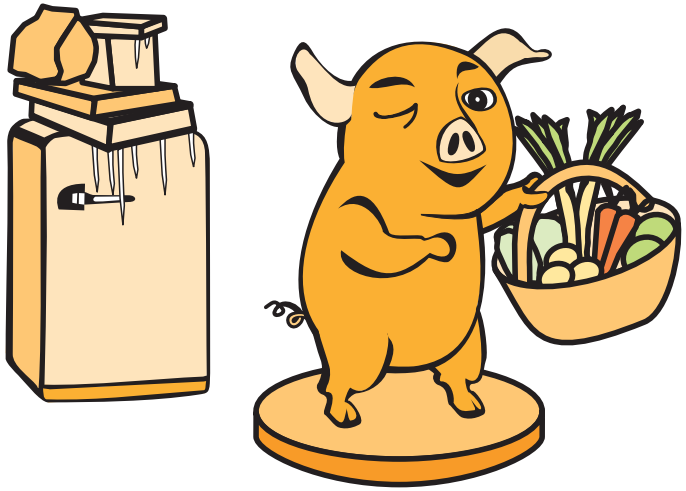
Mit freundlicher Unterstützung der N-ERGIE AKTIENGESELLSCHAFT

Energie SparProjekt
Geld sparen – Umwelt schützen

Die Fakten:

Etwa die Hälfte des Bestands an Gefrierschränken in Deutschland ist älter als 6 Jahre, ca. 20 % sogar älter als 10 Jahre. Ähnlich sieht die Situation auch bei Kühl-Gefrierkombinationen und bei Kühlschränken aus. Je älter ein Gerät ist und je größer das Kühl- bzw. Gefriervolumen, desto höher fällt in der Regel der Energieverbrauch aus.

Im Jahr 2008 kaufte ein deutscher Haushalt durchschnittlich 43 kg Tiefkühlkost. Davon entfielen je 17 % auf Gemüse bzw. Tiefkühlgerichte, 14 % auf Pizzas, 13 % auf Kartoffelerzeugnisse, je 12 % auf Backwaren und Fische/Krustentiere und 11 % auf Fleisch.



Was kann man tun?

Auf überflüssiges Tiefkühlvolumen verzichten

Bei Altgeräten abwägen, ob sie tatsächlich noch benötigt werden. Verzichtet man beispielsweise auf einen 10 Jahre alten Gefrierschrank, spart man jährlich rund 100 € an Stromkosten. Schafft man ein Neugerät an, sollte das Gefriervolumen nicht größer als erforderlich sein.
Eine Kühl-Gefrierkombination schneidet in der Regel beim Stromverbrauch und beim Anschaffungspreis günstiger ab als ein Kühlschrank und ein zusätzlicher Gefrierschrank.

Frische Lebensmittel statt Tiefkühlkost

Frische Lebensmittel der Saison sind wesentlich günstiger als vergleichbare Tiefkühlprodukte. Bei frischem Gemüse spart man bis zu 60 %, bei frisch zubereiteten Gerichten bis zu 40 % der Kosten. Frische Produkte haben zudem die bessere Ökobilanz. Zum Beispiel ist die Klimabelastung von Tiefkühlgemüse vom Anbau bis zum Handel ungefähr dreimal so hoch wie bei Frischgemüse. Für die Verarbeitung zum Tiefkühlprodukt und für die Lagerung bei Minustemperaturen wird viel Energie verbraucht. Dies wirkt sich letztendlich auch auf den Preis der Produkte aus.

Frische Produkte der Saison bevorzugen

Den größten Preisvorteil gegenüber Tiefkühlkost erzielt man, wenn man beim Kauf frischer Lebensmittel auf die Saison achtet. Kauft man Produkte der Saison aus der Region, haben diese den kürzesten Transportweg und den geringsten Aufwand für Verarbeitung, Lagerung und Kühlung.
Lediglich Fleischprodukte können bis zu 25 % teurer sein als die entsprechende Tiefkühlware. Der hohe Aufwand bei Transport und Lagerung von Frischfleisch wirkt sich hier ungünstig auf den Preis aus.