

## "Fleisch essen – Tiere lieben"

Wo Vegetarier sich irren und  
was Fleischesser besser machen können  
Theresa Bäuerlein

Entweder – oder? Fleisch ja oder nein? Die Endgültigkeit der Entscheidung fällt Menschen, die viele Jahre lang Fleisch gegessen haben, schwer. Vor allem dann, wenn die Alternativen, sogenannte Fleischersatzprodukte, nicht unbedingt zu den kulinarischen Höhepunkten gehören.



### Bewußter Konsum

Der Begriff Flexitarier beleuchtet diesen Zwiespalt und das mit dem Fleischkonsum verbundene schlechte Gewissen. Also entscheiden viele Menschen: Hin und wieder mal ein Schnitzel oder Burger, das darf sein, wenn ansonsten hauptsächlich vegetarische Kost den Speiseplan bestimmt. Aber die Vegetarismus-Debatte hat nicht nur die berühmten zwei Seiten, Theresa Bäuerlein, selbst lange Zeit Vegetarierin, bricht deshalb eine Lanze für den bewußten und reduzierten Konsum von Fleisch – wenn es denn von Tieren stammt, die aus artgerechter Haltung stammen, also vom ökologischen Bauernhof.

## **Das Hirn einschalten**

Die Autorin will aufklären und hat zahlreiche Fakten gesammelt: über Futtermittel und Massentierhaltung, Monokulturen und Überdüngung, natürliche Kreisläufe, die globale Gier nach Fleisch und ihre Auswirkungen auf den Klimawandel, über Lebensmittelskandale und die Notwendigkeit einer Rückbesinnung auf regionale und saisonale Produkte.

Wer im Supermarkt sein Hirn ausschaltet, fördert mit fast jedem Produkt, das in den Einkaufskorb wandert, Umweltzerstörung, Klimaerwärmung und Hunger in der Welt. Ganz abgesehen davon, dass er seine Gesundheit gefährdet.

## **Nachhaltigkeit**

Theresa Bäuerlein warnt davor, sich von falschen Werbeversprechen blenden zu lassen. Es geht ihr um Nachhaltigkeit, und die beginnt bei einer umweltschonenden und ökologischen Landwirtschaft. Davon ist inzwischen sogar die Welternährungsorganisation FAO überzeugt. Studien über Monokulturen, riesige Viehweiden und die Folgen übermäßigen Düngemitelesinsatzes beweisen, dass die Agroindustrie keine Zukunft haben darf, wenn unsere Erde auch für unsere Kinder noch lebenswert sein soll.

## **Lebensstil verändern**

Ihr Buch steht in einer Reihe von Veröffentlichungen, in denen es letztendlich um die Veränderung unseres Lebensstils geht. Nicht mehr "Hauptsache billig", sondern bewußte Ernährung, Qualität und die Abkehr von industrieller Massenproduktion. Das hilft den Tieren, der Umwelt, dem Klima und nicht zuletzt der eigenen Gesundheit.

(Christiane Schwalbe)

### **"Fleisch essen – Tiere lieben"**

**Wo Vegetarier sich irren und was Fleischesser besser machen können**

**Theresa Bäuerlein**

Ludwig Verlag 2011, 160 Seiten, 12.99 Euro