



DER BIO-GUIDE FÜR IHREN EINKAUF

Unsere Ernährung beeinflusst die Umwelt, das Klima und die Artenvielfalt enorm. Bei der Produktion von biologischen Lebensmitteln wird explizit darauf Rücksicht genommen. Wir klären die häufigsten Fragen rund um das Thema Bio – damit Sie zukünftig eine besser informierte Entscheidung beim Einkauf treffen können.

BIO, REGIONAL, SAISONAL: WAS SOLLTE ICH AM BESTEN KAUFEN?

Am besten kauft man regionale und saisonale Bio-Lebensmittel. Ist das nicht möglich, bleibt die Wahl oft schwierig. Grundsätzlich sind Produkte aus biologischer Landwirtschaft im Sinne des Natur-, Umwelt- und Artenschutzes vorzuziehen, da die Art und Weise, wie Lebensmittel angebaut werden, die größten Auswirkungen auf Natur und Klima hat. Im biologischen Anbau werden keine chemisch-synthetischen Pestizide eingesetzt, die landwirtschaftlichen Anbaumethoden sind umweltfreundlicher und in der Tierhaltung gelten strengere Regeln für den Einsatz von Antibiotika. Transportwege verursachen zwar Emissionen, doch bei großen Lieferungen kann der CO₂-Ausstoß pro Stück relativ gering bleiben. Dennoch sind regionale und saisonale Bio-Produkte, wenn möglich, zu bevorzugen. Vor allem bei Fleisch gilt es auf Bio-Qualität zu achten. Generell gilt: Eine pflanzliche Ernährung ist stets die bessere Wahl für Umwelt und Tierwohl!



© Krim Kate | Canva Pro

„Die beste Wahl sind Lebensmittel in Bio-Qualität, die gleichzeitig regional und saisonal sind.“

Pegah Bayaty,
WWF-Expertin für nachhaltige Ernährung

WARUM SOLL ICH BIO KAUFEN? IST BIO WIRKLICH BESSER?

Ja, Bio-Lebensmittel sind die bessere Wahl. Biologische Landwirtschaft ist im Vergleich zur konventionellen Landwirtschaft ressourcenschonender und umweltverträglicher. Zudem trägt sie aktiv zum Erhalt der natürlichen Vielfalt und zum Schutz von Lebensräumen bei.

WELCHE ANFORDERUNGEN GELTEN IN ÖSTERREICH FÜR BIO-LEBENSMITTEL?

Bio-Lebensmittel werden in ökologischer Landwirtschaft erzeugt und sind durch die EU-Bio-Verordnung gesetzlich definiert: Sie dürfen beispielsweise nicht gentechnisch verändert sein und werden ohne Einsatz von chemisch-synthetischen Pestiziden angebaut. Tierische Bio-Produkte stammen von artgerecht gehaltenen Tieren, die ausschließlich Bio-Futter erhalten. Antibiotika dürfen nur bei medizinischer Notwendigkeit verabreicht werden. Die EU-Bio-Verordnung regelt die Produktions-, Kennzeichnungs- und Kontrollvorschriften und legt Mindeststandards fest. Darüber hinaus gibt es nationale Bio-Verbände und -Siegel, die noch strengere Anforderungen vorgeben.

IST DER BIO-BEGRIFF GESETZLICH GESCHÜTZT?



Ein verarbeitetes Lebensmittel darf in der EU nur als „öko“ oder „bio“ bezeichnet werden, wenn mindestens 95% der Zutaten der EU-Bio-Verordnung entsprechen. Beide Begriffe sind EU-weit geschützt. Eine Bezeichnung wie „kontrollierter Anbau“ ist nicht geschützt und bedeutet nicht dasselbe wie „kontrolliert biologischer Anbau“. Auch Marketing-Begriffe wie „umweltfreundlich“, „nachhaltig“ oder „naturnah“ sind gesetzlich nicht geschützt und daher unverbindlich.

WIE WIRD DIE EINHALTUNG DER BIO-REGELUNGEN KONTROLLIERT?

Hierzulande überwachen unabhängige, akkreditierte Kontrollstellen die Einhaltung der EU-Bio-Verordnung. Mindestens jährlich, oft unangekündigt, prüfen sie Höfe, Betriebe, Produktionsprozesse und Dokumentationen. Verstöße können zur Aberkennung des Bio-Status und zu rechtlichen Konsequenzen führen.

UNTERSCHIEDEN SICH DIE BIO-STANDARDS IN ÖSTERREICH VON DENEN DER EU?

Ja! Neben der EU-Bio-Verordnung gibt es strengere nationale Bio-Verbände und -Siegel, deren Auflagen über die EU-Mindeststandards hinausgehen, besonders in den Bereichen Tierwohl und Umwelt. Die Verbände und Bio-Siegel legen eigene Kriterien fest, deren Einhaltung wird von externen Instituten kontrolliert. Dadurch werden in Österreich – zusätzlich zu den EU-Mindestanforderungen – auch Produkte mit höheren Bio-Standards produziert. In Österreich werden rund 27% der landwirtschaftlichen Flächen ökologisch bewirtschaftet – deutlich mehr als der EU-Durchschnitt von etwa 10%.

SAGT DENN DAS BIO-LABEL AUCH ETWAS ÜBER DAS TIERWOHL AUS?

Ja, es beinhaltet Mindestanforderungen für die Tierhaltung. Bio-Produkte sind oft tierfreundlicher, da Tiere Zugang zu Freilandflächen haben und gentechnikfreies Bio-Futter erhalten. Antibiotika und Medikamente sind nur im Notfall erlaubt. Praktiken, die Tieren unnötiges Leid zufügen – wie das Kürzen von Schnäbeln oder Schwänzen – sind verboten oder stark eingeschränkt. In Österreich setzen Bio-Verbände und -Siegel häufig noch strengere Maßstäbe.



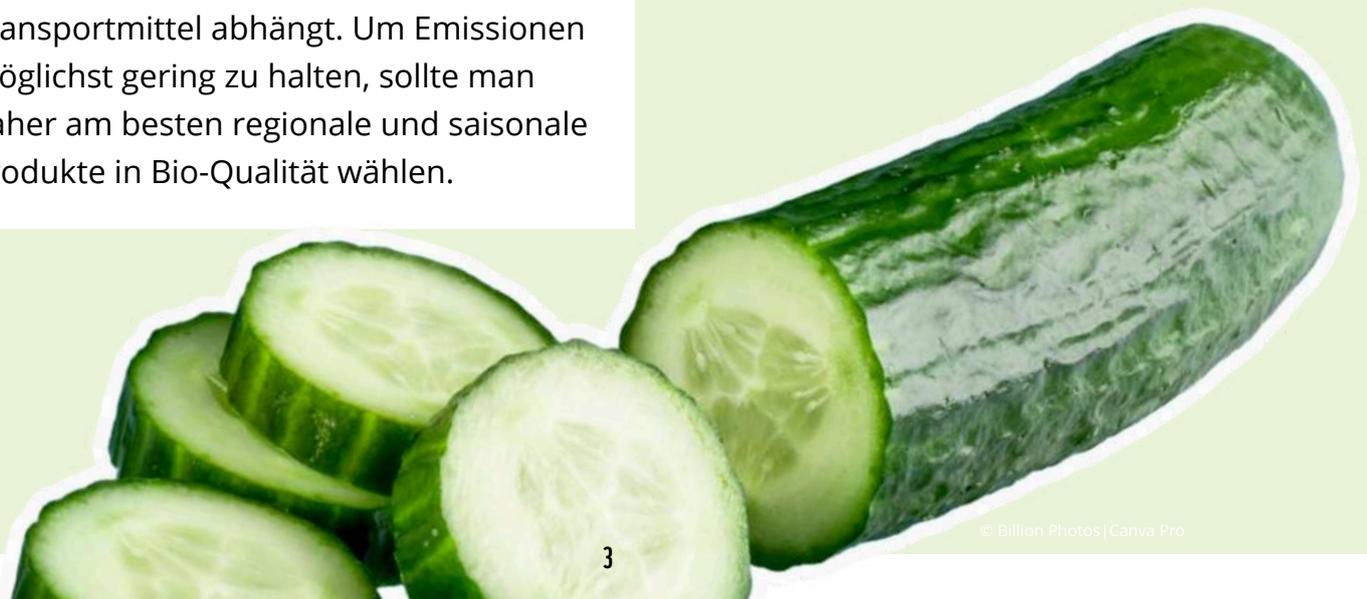
© Buono del Tesoro | Pixabay | Canva

IST DIE IN PLASTIK EINGESCHWEISSTE BIO-GURKE EINE GUTE WAHL?

Am besten kauft man regionale und saisonale Bio-Lebensmittel. Wenn die Tomate in Österreich keine Saison hat, ist das biologische Produkt in vielen Fällen die bessere Wahl. Beim Transport werden oft große Mengen an Tomaten auf einmal befördert. Wenn dies per LKW geschieht, kann der CO₂-Ausstoß pro Tomate relativ gering sein – insbesondere im Vergleich zum Flugzeugtransport, der deutlich höhere Emissionen verursacht. Dennoch führen lange Transportwege grundsätzlich zu höheren Emissionen, auch wenn der genaue Fußabdruck vom Transportmittel abhängt. Um Emissionen möglichst gering zu halten, sollte man daher am besten regionale und saisonale Produkte in Bio-Qualität wählen.

Verpackungen machen nur etwa 5% der gesamte Treibhausgasemissionen aus. Viel mehr negative Auswirkungen auf Umwelt und Klima hat die Art und Weise, wie unsere Lebensmittel angebaut werden. Beispielsweise werden im biologischen Anbau keine chemisch-synthetischen Pestizide eingesetzt, was die Umwelt deutlich weniger belastet. Da Plastik Umwelt und Natur aber trotzdem belastet, ist der Kauf von unverpacktem Bio-Gemüse die beste Wahl.

IST ES SINNVOLL, DIE BIO-TOMATEN AUS SPANIEN ZU KAUFEN?



© Billion Photos | Canva Pro

IST BIO-FLEISCH BESSER ALS KONVENTIONELLES FLEISCH?

Fleisch in Bio-Qualität ist grundsätzlich aus ökologischer Sicht besser als konventionelles Fleisch aus Österreich. Bio-Fleisch wird unter strengeren Tierschutz- und Umweltauflagen produziert. Die Produktion von konventionellem Fleisch fördert hingegen die Zerstörung von Natur und belastet das Klima, da sehr viel Soja als Futtermittel importiert wird. Das betrifft unter anderem die brasilianische

Savannenregion Cerrado: Die Hälfte der gesamten Fläche wurde wegen industrieller Landwirtschaft wie zum Beispiel zur Sojaproduktion für Tierfutter, bereits zerstört. Fleisch sollte man nur selten und wenn in Bio-Qualität essen. Am besten ist es aber sich überwiegend pflanzlich zu ernähren – das reduziert Treibhausgase, spart Wasser und Fläche und schützt die Biodiversität.



© Atlas Studio | Canva Pro

BIO SIEGEL IM CHECK



Alle verpackten Bio-Lebensmittel in der EU müssen das **EU-Bio-Logo**, eine Kontrollnummer (z. B. AT-BIO-XXX) und die Herkunftsbezeichnung (z. B. AT Landwirtschaft oder EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft) tragen. Es erfüllt den Mindeststandard bei Umwelt- und Tierschutz.



BIO AUSTRIA ist der größte Bio-Ernteverband in Österreich. Er stellt strengere Anforderungen, die weit über die Vorgaben des EU-Bio-Labels hinausgehen.



Produkte mit dem **AMA-Bio-Siegel** sind auch mit dem EU-Bio-Logo zertifiziert und erfüllen zusätzliche Standards. Mit der Angabe „AUSTRIA“ garantiert es Österreich als Ursprung der Rohstoffe sowie als Ort der Be- und Verarbeitung.



Die **Austria Bio Garantie** ist eine von mehreren Kontroll- und Zertifizierungsstellen in Österreich. Sie stellt die Einhaltung der kontrollierten Standards in den Bereichen Landwirtschaft, Verarbeitung, Handel und Import sicher. Die Kriterien von Bio-Eigenmarken der Handelsketten variieren stark, basieren jedoch auf der EU-Bio-Richtlinie und gehen hinsichtlich Tier- und Umweltschutz teilweise über diese hinaus.

LEBENSMITTEL MIT DEM EU-BIO-LOGO ERFÜLLEN UNTER ANDEREM DIESE VORAUSSETZUNGEN (AUSZUG):

- Kein Einsatz chemisch-synthetischer Pestizide und Dünger.
- Verbot gentechnisch veränderter Organismen.
- Nur etwa 55 zugelassene Zusatzstoffe (bei konventionellen Produkten sind es rund 300 bis 400) – sofern sie technologisch für die Produktion notwendig sind. Darunter fallen z.B. Apfelpektin oder natürliche Farbstoffe, meist biologischer Herkunft. Künstliche Süßstoffe, Geschmacksverstärker und synthetische Farbstoffe sind verboten.
- Mindestgrößen für Ställe und Freiflächen, Beschränkung bei Anzahl von Tieren pro Hektar.
- Ausschließlich Bio-Futtermittel, ohne präventive Antibiotika-Gabe – der Einsatz ist nur im medizinischen Notfall erlaubt.
- Das EU-Bio-Logo ist nur zulässig auf Produkten mit mindestens 95% Bio-Zutaten. Die übrigen 5% dürfen unter bestimmten Bedingungen aus konventioneller Erzeugung stammen.



Wir wollen die weltweite Zerstörung der Natur und Umwelt stoppen und eine Zukunft gestalten, in der Mensch und Natur in Harmonie miteinander leben.

together possible

wwf.at

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: Umweltverband WWF Österreich Ottakringer Straße 114-116, 1160 Wien; Tel.: +43 1 488 17-0 | ZVR-Zahl: 751753867
Infos zum Datenschutz: www.wwf.at/datenschutz Spendenkonto:
IBAN: AT262011129112683901 | BIC: GIBAAATWWXXX
wwf@wwf.at | www.wwf.at