

KRONE BUNT

DAS SONNTAGSMAGAZIN FÜR DIE GANZE FAMILIE

Sonntag, 18. Mai 2025

kronen.at | Wien 1190 | Muthgasse 2 | 05 7060-0

**Kronen
Zeitung**

UNABHÄNGIG

NACHHALTIGKEIT

WARUM LANDET SO VIEL ESSEN IM MÜLL?

75 Kilogramm Nahrungsmittel wirft jeder Einzelne von uns jährlich in den Mist. Vier Familien und Paare zeigen ihre Kühlschränke und sagen, was im Kübel landet und warum. Plus: Strategien aus der Verschwendung und wie wir uns alle besser organisieren können.

A large, dense pile of various food items, including bread, fruit, vegetables, and packaged goods, arranged on a dark surface. The items are scattered across the frame, creating a sense of abundance and waste. The text is overlaid on the pile, emphasizing the scale of the food waste.

**DAS SIND 75 KILO
LEBENSMITTEL**

**.. und die landen
jährlich im Müll!**

Es ist eine erschreckende Zahl: 75 Kilogramm Lebensmittel wirft jeder in Österreich pro Jahr weg. Milch ist ebenso darunter wie Brot, Nudeln, Gemüse und Obst. Auch Foodbloggerin und Marketingexpertin Isolde Bornemann und ihren Mann, den TV-Journalisten und Fotografen Dieter Bornemann, hat die enorme Verschwendung beschäftigt und sie dazu veranlasst, ein Buch darüber zu schreiben: In „Aufgegessen!“ wurden elf Familien vier Wochen lang begleitet und dokumentiert, was sie weggeworfen haben.

Dieter Bornemann hat das fotografisch festgehalten, seine Frau liefert im Buch Fakten und Lösungen zur Vermeidung von zu viel Lebensmittelmüll. Die Fotos aus dem Buch sind darüber hinaus Teil des niederösterreichischen Fotofestivals „La Gacilly-Baden Photo“ (13. Juni bis 12. Oktober 2025).

NICHTS WEGWERFEN ALLES VERWENDEN

„Auf meinem Foodblog Küchenfreundin“, sagt Isolde Bornemann, „ist es mir immer wichtig, Lebensmittel möglichst vollständig zu verwerten. Das kommt aus meiner Kindheit in Kärnten. Meine Mutter hat mir schon früh vermittelt, nichts wegzwerfen und alles zu verwenden. Auch Dieter und ich haben oft über dieses Thema gesprochen, weil so viel Essen achtlos im Müll landet und uns das sehr beschäftigt.“ Dieter Bornemann erinnert sich, dass er eigentlich eine Ausstellung mit Fotos von perfekt angerichteten Tellern und dann dieselben Teller mit Bröseln und Soßenspuren, nachdem aufgegessen worden war, machen wollte. „Irgendwann haben wir unsere Zugänge kombiniert, und so ist die Idee zu diesem Buch entstanden.“

Dabei war dem Ehepaar wichtig, nicht mit dem erhobenen Zeigefinger an das Thema heranzugehen, sondern genussvoll und praxisnah. „Wir wünschen uns, dass die Leserinnen und Leser ein Bewusstsein dafür entwickeln, was sie täglich wegwerfen. Wenn

Jede Person in Österreich wirft im Schnitt jährlich 75 Kilogramm Lebensmittel weg. Aber warum? Für ihr Buch „Aufgegessen!“ haben Dieter und Isolde Bornemann mit elf Familien ein vierwöchiges Experiment gestartet und dokumentiert, wie viel Essen bei ihnen im Müll landet. Die Fotos zeigen die enorme Verschwendung. Aber es gibt auch Ideen, wie man hier selbst gegensteuern kann.

SANDRA WOBRAZEK

man einmal anfängt, sich mit dem Thema zu beschäftigen, folgen die nächsten Schritte meist von selbst.“ Die für sie überraschendsten Erkenntnisse? Dass private Haushalte mehr wegwerfen als Landwirtschaft, Industrie und Handel zusammen, so Dieter Bornemann. „Viele glauben, sie selbst werfen fast nichts weg. Doch unsere Interviews mit den Familien zeigen das Gegenteil: Sie haben viel mehr entsorgt, als sie gedacht haben.“ Es sind auch die kleinen Dinge, die sich summieren, gibt Isolde Bornemann zu bedenken: „Eine halbe Packung saure Milch, vergessene

Marmelade, die schimmelig geworden ist, Brot, das austrocknet. Brot ist generell ein Riesenthema – laut Statistik wirft jeder von uns eine Scheibe pro Tag weg.“

EINE FAMILIE ZIEHT BILANZ

Auch Mike, 53, und Catherine, 54, und ihre beiden Kinder Lotte, 18, und Franz, 14, haben am Projekt „Aufgegessen!“ teilgenommen – und waren ob der Menge an Lebensmitteln, die in einem Monat zusammenkommt, durchaus überrascht. „Es ist unnötig, dass wir so viele Sachen wegschmeißen. Vor allem bei Produkten, bei denen man weiß, dass es lange →



LOTTE, 18, MIKE, 53, CATHERINE, 54, & FRANZ 14

1 Zwetschke, 1 Birne, 5 Äpfel, 350 Gramm Brot, 1 Ziegenjoghurt – und vieles mehr. Das ist die Wegwerfliste der vierköpfigen Familie. „Wir haben Zugang zu allem, wir leben in so einem Überfluss. Da verdrängt man vielleicht auch ein bisschen, wie viel man wegwirft“, so Lotte. Ihr Vater Mike sagt: „Wir sind mit einer Generation vor uns aufgewachsen, die gesagt hat, Wegschmeißen ist Sünde. In meiner Kindheit hat sich der Speiseplan danach gerichtet, was an Resten noch da war.“

Unser Kühlschrank



Unser Kühlschrank



HELMAR, 45, TIMON, 7, LIVIO, 12, & CHRISTINA, 46

Helmar ist „das Mindesthaltbarkeitsdatum egal“. Nicht so für Christina: „Mir ist klar, was es bedeutet, aber trotzdem: Wenn ich ein abgelaufenes Produkt aufmache, denke ich schon, dass es komisch riecht oder säuerlich schmeckt – und dann ist es auch schon weg.“ Für die Familie bleibt nach den vier Wochen ein bewusster Umgang beim Wegwerfen. „Auch dass man nicht zu viel kauft“, so Christina, „und auf die jeweiligen Vorlieben beim Essen achtet.“

dauert, um sie zu produzieren. Es tut mir leid, wenn ich dann Sachen wegschmeiße, weil die Leute für sehr wenig Geld hart gearbeitet haben“, so Franz.

Seine Mutter Catherine sagt, dass sie eine bessere Logistik bräuchte, um einfach das Vorhandene auch immer zeitgerecht zu verwerten: „Ich habe darüber nachgedacht, kaufe ich zu viel ein, oder kaufe ich zum falschen Zeitpunkt ein? Gleichzeitig habe ich gemerkt, dass mir die Energie fehlt, in diese Küchenlogistik wirklich einzusteigen. Denn am nächsten Tag stellt sich wieder die Frage: Haben wir jetzt noch Brot daheim? Ich weiß es nicht und kaufe wieder eines . . .“

ÜBERANGEBOT UND FEHLENDE PLANUNG

Doch woran liegt es eigentlich, dass so viel weggeworfen wird? Ein großes Thema ist, sagt Isolde Bornemann, dass zu viel eingekauft wird – aus Lust, wegen Angeboten wie „Nimm 3, zahl 2“ oder weil dann doch ungeplant auswärts gegessen wird. „Fehlende Planung beim Einkauf, das Überangebot im Supermarkt und falsche Lagerung sind weitere Gründe für den Lebensmittel-Abfall. Dazu kommt gerade bei Fleisch die enorme Verschwendung von Ressourcen. Denn ein Tier braucht Futter und Fläche – und wird für uns geschlachtet. Daher sollten wir es nicht achtlos in den Müll werfen.“ Dieter Bornemann ergänzt: „Wenn man eine Zitrone oder ein halbes Brot wegwirft, fällt einem das nicht weiter auf – aber in Summe sind das 400 bis 800 Euro pro Jahr und Haushalt, die im Mist landen.“

Doch es sind nicht nur die Konsumenten, die in die Verantwortung genommen werden können – auch Handel und Industrie sind Big Player. Es wäre sinnvoll, das „Mindesthaltbarkeitsdatum“ klarer zu formulieren, wie etwa im Englischen mit „Best before“, empfiehlt Dieter Bornemann. „Verpackungsgrößen sind ein weiteres Problem – besonders für Single-Haushalte. Sie werden zum Kauf von größeren Einheiten verleitet, weil sie günstiger



SABINE, 53, & DANIEL, 16

Die Vier-Wochen-Wegwerfliste von Mutter und Sohn ist kurz: 3 Kartoffeln, 1 Bund Petersilie, 1 Gurke, 1 Melone, 2 Zwiebeln, 1 Ziegenkäse, 1 Frischkäse, 1 Glas selbst gemachte Chilisauce, 1 Salzstangerl mit Salami, 1 Scheibe Brot. „Mama ist immer sehr streng, wenn es darum geht, Essen wegzuworfen. Das finde ich aber richtig“, sagt Daniel. Sabines Fazit: „Wir sollten uns besser abstimmen, ob Daniel zu Hause isst, ob er sich mit Freunden trifft oder schon gegessen hat.“

Unser Kühlschrank



erscheinen. Dabei ist es dann teurer, wenn man die Hälfte wegwirft“, gibt seine Frau zu bedenken.

EIN EINKAUFSZETTEL ALS PLANUNGSTOOL

Gerald, 57, und Karin, 56, aus Baden sind ebenfalls in „Aufgegessen!“ mit dabei. Sie setzen auf einen Einkaufszettel, um nicht zu viel einzukaufen. „Auf dem steht, was ausgegangen ist und was ich zu kochen plane. Das machen wir immer schon so. Es gibt dann noch genug Angebote, oder etwas schaut besonders gut aus, was dann zusätzlich gekauft wird“, so Karin.

Gerald spürt, dass nach den vier Wochen Teilnahme am Buchprojekt mehr Bewusstsein bleibt: „Ich bin fasziniert, wenn ich die Mengen aufs gesamte Jahr hochrechne. Es ist immer noch zu viel. Ich habe gemerkt, dass es viel Resonanz von Bekannten, Freunden und Kollegen darauf gibt. Aber das Thema ist noch nicht genug medial bespielt.“

In „Aufgegessen!“ werden deshalb auch zahlreiche Tipps gegeben, wie Lebensmittel vor dem Mistkübel bewahrt werden können – etwa wie man Brot und Gebäck wieder frisch bekommt: Etwa Semmeln mit Wasser befeuchten und bei 150 Grad ein paar Minuten im Ofen aufbacken. „Sie sind dann wieder knusprig und frisch. Oder kreativ mit Resten kochen. Ich habe 30 Rezepte im Buch, die Lust aufs Verwerten machen. Gerade mit Kindern kann das gemeinsame Kochen mit Resten viel Spaß machen“, betont Isolde Bornemann, deren Mann einen weiteren Tipp hat: „Einen Zettel am Kühlschrank, auf dem notiert wird, was man wegwirft. Das schafft Bewusstsein für die tatsächlich weggeworfenen Mengen.“

Bleibt noch die Frage, wie es eigentlich im Hause Bornemann um Lebensmittelabfälle bestellt ist. Dieter Bornemann: „Isi hat immer ein schlechtes Gewissen, wenn etwas verdirbt – und dann drückt sie es mir in die Hand, damit ich es wegwerfe, weil sie es nicht übers Herz bringt. Natür-

Unser Kühlschrank



GERALD, 57, & KARIN, 56

„Wurst wird bei uns so lange gegessen, bis sie nicht mehr gut riecht oder schmeckt. Das machen wir bei Joghurt und Obst genauso“, sagt Gerald. Das Paar kauft einmal die Woche ein und verzichtet auf Zufallskäufe. Karin sagt, dass sie schon beim Einkaufen aufpasst, dass es nicht zu viel wird. „Dann muss ich nichts aufheben oder wegschmeißen. Es ist ein Urinstinkt, dass man Lebensmittel nicht wegwirft.“



Isolde & Dieter Bornemann dokumentieren in „Aufgegessen!“ (Edition Lammerhuber), was im Müll statt auf dem Teller landet.

QR-LINK ZUR LISTE

QR-Code scannen & Liste downloaden, so können entsorgte Lebensmittel dokumentiert werden
Infos: kuechenfreundin.at



lich wird auch bei uns manchmal etwas schlecht. Aber wir versuchen, mit gutem Beispiel voranzugehen. Brot zum Beispiel frieren wir portionsweise ein oder toasten es, wenn es nicht mehr frisch ist.“

Dass etwas getan werden muss, wird umso deutlicher, wenn man die Zahlen beleuchtet: Wäre die Lebensmittelverschwendung ein Land, wäre es nach den USA und China der drittgrößte CO₂-Versursacher. Produktion, Transport, Kühlung – all das kostet enorm viel Energie. Denn 30 bis 40 Prozent aller weltweit produzierten Lebensmittel werden nicht gegessen.

„Gleichzeitig“, erinnert Isolde Bornemann, „hungern Millionen Menschen. Es geht also nicht nur um Geld oder Umwelt, sondern auch um globale Gerechtigkeit. Mehr als 50 Prozent aller Lebensmittelabfälle werden von Privatpersonen weggeworfen. Deshalb kann jeder und jede einen entscheidenden Beitrag leisten.“