

Pilze können Wälder retten

(GMH/BDC) „Pilze können Wälder retten“, mit diesem Schlagwort informiert das Potsdamer Institut für Klimafolgenforschung über seine jüngsten Untersuchungen über Pilze als Alternative zum Fleisch. Der weltweite Fleischkonsum hat sich in den vergangenen 20 Jahren mehr als verdoppelt und lag 2018 bei 360 Mio. Tonnen. Auch wir Deutschen essen trotz der wachsenden Zahl an Veganern und Vegetariern immer noch rund 1 kg Fleisch pro Woche - doppelt so viel, wie die Deutsche Gesellschaft für Ernährung aus Gesundheitsgründen empfiehlt. Aber nicht nur der Gesundheit, sondern auch der Umwelt zuliebe sollten wir weniger Fleisch essen. Denn um Fleisch zu produzieren, werden weltweit immer mehr Wälder in Acker- und Weideland umgewandelt. Die Auswirkungen sind komplex. Das lokale Klima ändert sich, genauso wie das globale. Denn riesige Mengen an CO₂ werden freigesetzt, wenn Wälder verschwinden.



Bildnachweis: GMH/BDC

Bildunterschrift: Nicht nur der Gesundheit, sondern auch der Umwelt kommt die Umstellung der Ernährung von Fleisch auf Pilze zugute.

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

https://www.gruenes-medienhaus.de/download/2023/04/GMH_2023_15_04.jpg



Hinzu kommen die Methanemissionen der Tiere und der immense Wasserverbrauch für die Fleischproduktion. Leisten können wir uns diese Entwicklung schon lange nicht mehr.

Um die vorgenannten Nachteile der Fleischproduktion dauerhaft zu stoppen, stehen heutzutage bereits schmackhafte Alternativen in Form von Pilzen für die menschliche Ernährung zur Verfügung. Vor allem die Seitlinge wie der Austern- und der Kräuterseitlinge mit ihrer festen Konsistenz gelten als wunderbarer Fleischersatz – obwohl Ersatz der völlig falsche Ausdruck ist angesichts der gesunden Inhaltsstoffe. Die Möglichkeiten, die in Pilzen stecken, haben die Kreativität einiger Unternehmer herausgefordert. Sie stellen mittlerweile gewohnte Produkte aus Pilzen statt aus Fleisch her. Als vegane oder vegetarische Alternative entstehen Hackfleisch, Schnitzel, Geschnetzeltes oder Bratwurst aus in Würfeln und Flocken geschnittenen oder gehackten Austern- und Kräuterseitlingen. So zerkleinert landen sie auch in Fertigsuppen, -saucen, in Ragouts, als Pizza- oder Brotbelag. Dank des würzigen Umami-Geschmacks wird den meisten Menschen kaum mehr bewusst, dass sie kein Fleisch verzehren.

Bei uns noch in den Kinderschuhen stecken weitere Möglichkeiten, die die große Ordnung der Pilze bietet. Nicht nur die Fruchtkörper, die wir als Pilze bezeichnen, können Pilz-Eiweiß, also Mykoproteine, liefern, auch das Mycel, also die Pilzwurzeln selbst stecken voll davon. Vor allem Letzteres hatten die Potsdamer Wissenschaftler bei ihren Untersuchungen über die Fleischalternativen im Blick. Schon seit den 1960er Jahren wird aus dem Mycel eines Schlauchpilzes, *Fusarium venenatum*, wertvolles Eiweiß gewonnen. Dieser Pilz wird in Bioreaktoren auf Reststoffen aus der Lebensmittelindustrie kultiviert und komplett verarbeitet. Auch aus ihm entstehen Hackfleisch, Filet, Wurst, Burger-Patties und etliches andere. In England und der Schweiz gehören derartige Pilzprodukte seit langem zum Standard-Sortiment der Supermärkte. Erschöpft sind die Möglichkeiten, Fleisch durch Pilze zu ersetzen, damit sicher noch lange nicht. Es liegt an uns, mehr Pilze, statt Fleisch zu essen, unserer Gesundheit zuliebe und um damit unsere Wälder und das Klima zu retten.

Viele weitere interessante Informationen und Rezepte zu Speisepilzen finden Sie auf der Website www.gesunde-pilze.de