Gutes und gesundes Essen – auch eine soziale Frage

Posted on 16. Oktober 2025 by Christoph Habermann



Foto: VanBk auf Pixabay

Die Deutschen essen weniger Fleisch. 2018 waren es durchschnittlich 60,9 Kilo, in den vergangenen drei Jahren waren es etwas weniger oder etwas mehr als 53 Kilo. Dafür gibt es ganz unterschiedliche Gründe. Die einen denken an ihre Gesundheit, andere ans Tierwohl und viele von ihnen auch daran, dass Fleisch mehr Energie und Wasser in Anspruch nimmt und mehr Emissionen verursacht als pflanzliche Lebensmittel. Männer essen deutlich mehr Fleisch als Frauen, fast doppelt so viel. Einige versuchen daraus einen Kulturkampf zu machen: Der fleischessende Mann wird als bedrohte Art dargestellt, die vor dem Verschwinden bewahrt werden muss.

Kein Medium eignet sich für kulturkämpferische Töne und schlichte Parolen besser als Facebook und Co. Deshalb präsentiert sich der bayerische Ministerpräsident und CSU-Vorsitzende Markus Söder dort seit Jahren als Schutzpatron und Schirmherr des angeblich verfolgten Fleischessers. Wer ihm begegnet, läuft Gefahr, öffentlich in Würste oder Steaks beißen zu müssen. Er besucht Grillfeste im ländlichen Bayern und lädt zum Grillen in die CSU-Zentrale ein. Zum Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft hat er einen Metzgermeister gekürt, der seinen Betrieb vor kurzem dicht gemacht hat. Ende Mai hatte foodwatch beim zuständigen Landratsamt nach Kontrollberichten über dessen Metzgerei gefragt. Bisher weiss niemand, ob das Zufall war oder nicht.



Foto: Screenshot X, Account von Markus Söder

Wenn es um persönlichen Geschmack und Vorlieben beim Essen ginge, könnte einem das Wurst sein. Söder aber führt einen Kulturkampf. Gegen Vernunft und wissenschaftliche Einsichten. Gegen die Gesundheit vieler Menschen. Gegen Natur und Umwelt.

1 Hoher Priester des Fleischkonsums

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt wie viele vergleichbare Einrichtungen in anderen Ländern, nicht mehr als 300 Gramm Fleisch und Wurst in der Woche zu essen. Das ist weniger als ein Drittel von dem, was in den vergangenen Jahren tatsächlich gegessen wurde. Zu viel Fleisch ist nach tausenden wissenschaftlichen Studien schlecht für die Gesundheit, schlecht für die natürlichen Lebensgrundlagen, vom Tierwohl ganz zu schweigen. Söder sagt, was er sagt, und tut, was er tut, wider besseres Wissen.

In der „Ernährungsstrategie für Bayern“ der von ihm geführten Staatsregierung aus dem August 2024 heißt es, dass die *„neuen lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.“ als „Orientierungspunkte dienen… In der Ernährungsstrategie für Bayern sprechen wir deshalb vorzugsweise von einer pflanzlich orientierten Ernährungsweise, die an den bisherigen lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der DGE festhält, jedoch den Verzehr von Hülsenfrüchten und Nüssen verstärkt hervorhebt. Damit wird ein gesunder Ernährungsstil bei gleichzeitiger Beachtung klimatischer Herausforderungen und einer besseren Akzeptanz durch die bayerische Bevölkerung ermöglicht.“*

Man fragt sich natürlich, warum der Ministerpräsident als Hoher Priester des Fleischkonsums auftritt, wenn seine eigene Regierung amtlich eine pflanzlich orientierte Ernährungsweise empfiehlt.

2 Den inneren Schweinehund überwinden

Das hat damit zu tun, dass es Söder, wie so oft, nicht um die Sache geht. Die ist ihm Wurst. Ihm geht es darum, Emotionen zu schüren, gar nicht so alte Traditionen um ihrer selbst willen zu bestätigen und Feindbilder zu zeichnen. Er hetzt gegen Menschen, die umweltbewusst sind, und politisch gegen die grüne Partei. Das ist das Gegenteil von politischer Verantwortung, und viele empfinden das als peinlich.



Foto: Michael Lucan auf wikimedia commons

Es nützt aber nichts und niemandem, das ständig zu wiederholen. Stattdessen kommt es darauf an, ruhig und bestimmt darüber zu sprechen, was gutes Essen ausmacht. Dazu sollten alle beitragen, die Verantwortung tragen für Ernährung und Landwirtschaft. Wer Verantwortung trägt, sollte verantwortlich handeln. Das fängt bei den Bauern an, geht über den Lebensmittelhandel und das Einkaufsverhalten der Bürgerinnen und Bürger bis hin zum Essensangebot in Kitas, Schulen, Krankenhäusern und Einrichtungen für alte Menschen. Hausärztinnen und Ernährungswissenschaftler können dabei helfen.

Das Wichtigste ist, dass das Essen den Menschen schmeckt und dass es ihrer Gesundheit nicht schadet. Wird

das ernst genommen, bedeutet das weniger Fleisch. Kein Problem, wenn einige immer noch viel, zu viel davon essen so wie andere, aus unterschiedlichen Gründen, gar kein Fleisch essen. Auf die grosse Mehrheit kommt es an. Wenn die weiss, worum es geht, dann wird sie, den einen oder anderen inneren Schweinehund überwindend, Schritt für Schritt anders und besser essen.

3 Das sind ganz andere Töne

Wie man das Thema anders, besser als Söder, angehen kann, hat der Vorsitzende der französischen Kommunisten Fabien Roussel gezeigt. Auch er isst gerne Fleisch und trinkt gerne Wein. Als Kandidat für das Amt des französischen Präsidenten wurde er am 9. Januar 2022 in einer Fernsehsendung nach seiner Einstellung zu Essen und Trinken gefragt. Seine Antwort: „Ein guter Wein, ein gutes Fleisch, ein guter Käse, das ist für mich die französische Gastronomie. Um aber Zugang zum Guten, zu dieser guten Gastronomie zu haben, braucht man das nötige Geld. Das beste Mittel, für guten Wein, für die gute Gastronomie einzutreten, heisst, dass die Franzosen sich das leisten können. Zum Guten und Schönen müssen alle Zugang haben."



Foto: NakaraZn auf wikimedia commons

Auf die Frage, ob auf Weinflaschen vor den Gefahren von Alkohol gewarnt werden soll, antwortet Roussel: „Ich denke, dass man tatsächlich Präventions-Kampagnen entwickeln muss gegen den Alkoholismus. Aber mit dem guten Wein ist es wie mit gutem Fleisch, besser ein bisschen weniger trinken, aber guten Wein trinken, weniger essen, aber gutes Fleisch essen. Französisch trinken und französisches Fleisch essen. Vor allem

müssen alle das können, weil das teuer ist. Das ist also eine Frage der Löhne und Renten. So tut man etwas für unsere Gastronomie.“

Das sind ganz andere Töne als bei Söder, obwohl auch Roussel nichts gegen Fleisch hat, nichts gegen Fleisch sagt und auf die grosse Tradition der französischen Küche verweist. In Frankreich ist Roussel für diese Sätze, die er in den vergangenen Jahren bei vielen Gelegenheiten wiederholt und variiert hat, von einigen heftig kritisiert worden. Die französischen Grünen greifen ihn nach Söder-Art an, ihr kulturkämpferischer Ansatz ist nur umgekehrt.

Zu diesen Attacken auf Facebook und Co erklärt Fabien Roussel: „Man beschimpft mich als Macho, als Fleischfresser. Weil ich Couscous und Paella nicht genannt habe, macht man mich sogar zum Rassisten und zu einem Suprematisten, einem, der an die Überlegenheit der „weissen Rasse“ glaubt.“ Auf den Tweet einer prominenten Grünen, dass Couscous das beliebteste Essen der Franzosen sei, antwortet er mit einem Foto, das seine grosse Patchworkfamilie zeigt, rund um einen Tisch, auf dem Couscous steht.

Der Chef der französischen Kommunisten weiss, dass viele Menschen aus Gewohnheit am Fleisch hängen und dass Fleisch essen noch immer auch eine Frage des sozialen Status ist. Der Beweis, dass man sich etwas leisten kann. Er weiss aber auch und spricht darüber, dass es auf die Qualität ankommt, nicht auf die Menge. Er hat besser als viele andere verstanden, dass für viele Menschen neben den Folgen des Fleischessens für die eigene Gesundheit und für die Umwelt die soziale Bedeutung des Fleischessens noch immer eine große Rolle spielt. Das sollten gerade die nicht vergessen, die mit guten Gründen dafür werben und etwas dafür tun, dass deutlich weniger Fleisch gegessen wird.

4 Populistisch ist nicht gleich populär

Wer über Essensgewohnheiten spricht und Änderungen für nötig hält, sollte auf gute Argumente setzen. Informieren, überzeugen und manchmal auch überreden, darauf kommt es an. Nichts wirkt stärker und besser als gute Angebote in den unterschiedlichen Formen der Gemeinschaftsgastronomie in Kitas, Schulen, Betriebs-Kantinen und beim Essen in Krankenhäusern und anderen Einrichtungen. Sie können und sollten dazu beitragen, dass Menschen gut und gesund essen und, das ist und bleibt das Wichtigste, dass es ihnen schmeckt.

Gutes und gesundes Essen ist auch eine soziale Frage. Das können auch die vom Chef der französischen Kommunisten lernen, denen Kommunismus mindestens genau so fremd ist wie die Vorstellung, gar kein Fleisch oder möglichst viel Fleisch zu essen. Der Vorsitzende der französischen Kommunisten gehört im Sommer 2025 zu den beliebtesten Politikern in Frankreich, weit vor dem Präsidenten und dem

Premierminister, obwohl er bei der Präsidentschaftswahl 2022 nur etwas mehr als zwei Prozent der Stimmen bekommen hat.

Der bayerische Ministerpräsident Söder rangierte im Juli 2025 in der Beliebtheits-Skala zwischen plus und minus 5 im Negativ-Bereich. Er ist nicht populär trotz seiner Angriffe gegen die grüne Partei, die, nicht nur was das Fleischessen angeht, maßlos sind. Der Vorsitzende der Kommunistischen Partei ist in Frankreich populär trotz der Angriffe der Grünen auf ihn. Die trägt er inzwischen wie eine Art Auszeichnung..

Daraus kann man lernen: Wer sich populistisch inszeniert, ist noch lange nicht populär, und populär kann man auch sein, wenn man nicht auf die populistische Tour unterwegs ist. In Frankreich gilt das sogar für den Vorsitzenden der kommunistischen Partei.

Unter dem Titel „Bayerischer Konservativer und französischer Kommunist: Ganz gegensätzlich Gemeinsames, wenn es ums Fleischessen geht“ erschien der Beitrag zuerst auf dem Blog der Republik.

- E-Mail
- teilen
- teilen
- teilen
- teilen

Entdecke mehr von bruchstücke

Melde dich für ein Abonnement an, um die neuesten Beiträge per E-Mail zu erhalten.

Gib deine E-Mail-Adresse ein …

Abonnieren