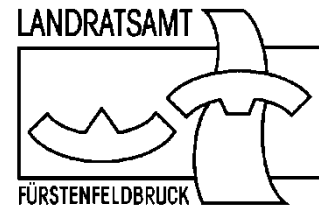


Pressemitteilung Nr. 191

Sperrfrist für Redaktion:

**Klimaschonendes Grillen -
Tipps für eine gelungene Grillparty!**



Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Münchner Straße 32
82256 Fürstenfeldbruck

Pressesprecherin: Jana Zimmermann

Zimmer: A 204

Telefon: 08141/519-212

08141/519-978

08141/519-352

Telefax: 08141/519-941

E-Mail: pressestelle@lra-ffb.de

Internet: www.lra-ffb.de

02.07.2021

Die Grillsaison ist in vollem Gange, gerade dieses Jahr zur Europameisterschaft. Es passt perfekt zusammen: ein spannendes Fußballspiel und der rauchige Duft eines auf dem Holzkohlegrill brutzelnden saftigen Steaks. Aber auch beim Grillen gelangt schädliches CO₂ in die Atmosphäre und belastet die Umwelt. Wie man einen Grillabend gesünder und nachhaltiger gestalten kann, zeigen die folgenden Tipps.

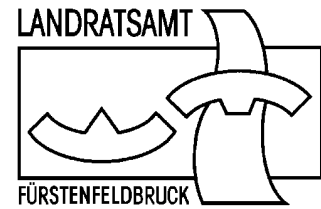
Statt auf einen Einweggrill sollte auf einen Mehrweggrill zurückgegriffen werden. Diese gibt es bereits auch schon in handlichen Größen, so dass einer spontanen Grillparty nichts im Wege steht. Allein der Herstellungsprozess der Aluminiumschale, die überwiegend bei Einweggrills zum Einsatz kommt, verursacht hohe Mengen an klimaschädlichem CO₂. Aluminiumfolien und Alu-Grillschalen sollten generell ebenfalls aus gesundheitlichen Aspekten vermieden werden. Unter dem Einfluss von Säure und Salz kann Aluminium auf Lebensmittel übergehen. Anstelle von Alu-Schalen können Blätter von Kohl oder Mangold die ökologisch und gesundheitlich einwandfreie Alternative sein, um Grillprodukte vor zu großer Hitze oder vor dem Durchfallen durch den Gitterrost zu bewahren.

Größter Beliebtheit erfreuen sich vor allem Holzkohlegrills, da sich hier die typischen Röst- und Rauchnoten bilden, die dem Grillgut erst das richtige Grillaroma verleihen. Bei unachtsamer Grillweise besteht jedoch die Gefahr, dass sich krebserregende Schadstoffe (Polycyclische aromatische Kohlenwasserstoffe - kurz PAK) bilden. Sobald Fett aus dem Grillgut in die Glut tropft, können sich die Schadstoffe bilden, die sich mit dem Rauch in den Lebensmitteln ablagern. Dies lässt sich durch eine indirekte Grillweise vermeiden. Hierzu sollten die Lebensmittel nicht unmittelbar über die Hitzequelle gelegt werden, sondern seitlich versetzt.

Gas- und Elektrogrills stellen eine deutlich gesündere Variante dar. Diese bieten darüber hinaus den Vorteil, dass sie regulierbar sind. So lässt sich der Energieverbrauch im Vergleich zum Holzkohlegrill senken. Wird der Elektrogrill mit Ökostrom betrieben, reduziert dies zusätzlich Emissionen. Auch die Rauchentwicklung ist bei einem Elektrogrill deutlich geringer, so dass dieser auch auf dem Balkon genutzt werden kann. Ganz ohne zusätzliche Emissionen grillt, wer einen Solargrill nutzt. Die Geräte sind sehr mobil und eignen sich fürs Wandern oder andere Outdoor-Erlebnisse. Da manche Geräte auch Sonnenenergie speichern, kann auch nachts gegrillt werden.

Möchte man dennoch nicht auf einen Holzkohlegrill verzichten, sollte möglichst Holzkohle mit Zertifikaten für nachhaltige Forstwirtschaft wie Naturland, FSC bzw. Bio-Siegel verwendet werden. Diese gewährleisten, dass das verwendete Holz aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung und nicht aus

Pressemitteilung Nr. 191



Seite 2

wertvollen Tropenwäldern stammt. Laut Umweltbundesamt steckt fast in jeder zweiten Grillkohle Holz aus Tropenwäldern! Es lohnt daher der Blick auf die entsprechenden Siegel.

Laut einer Studie des TÜV Rheinland ist hinsichtlich der CO₂-Emissionen nicht die Grillweise ausschlaggebend, sondern das Grillgut. Dabei wurde die Herstellung der einzelnen Grills, die Erzeugung der Grillprodukte, das Grillen selbst sowie die Entsorgung der Grillgeräte betrachtet. Bis zu 95% der klimarelevanten Emissionen gehen hierbei auf das Grillgut zurück. Klimaschädlich sind vor allem Rindfleisch mit Emissionen von 2,9 Kilogramm CO₂-Äquivalent je 200 Gramm gegrilltem Fleisch und Grillkäse (1,9 kg CO₂e je 200 Gramm). Schwein und Würstchen schneiden deutlich günstiger ab. Achten Sie hierbei auf Bio-Qualität. Der Umwelt zuliebe sollte am besten vegan gegrillt werden. Im Vergleich zum Grillen mit Fleisch wird dabei nur knapp ein Fünftel an schädlichen Treibhausgasen freigesetzt. Als Grillgemüse eignen sich vor allem Pilze, grüner Spargel, Mais oder Süßkartoffeln, da sie wenig Wasser enthalten. Festes Gemüse wie Paprika oder Auberginen entfalten sich geschmacklich besser, wenn sie mariniert sind.

Weitere Tipps:

- Reduzieren Sie die Raumentwicklung, indem Sie einen Anzündkamin verwenden und für eine gute Luftzufuhr sorgen.
- Verzichten Sie auf Spiritus und chemische Anzünder, nehmen Sie stattdessen Pappe oder Anzünder auf pflanzlicher Basis (auch hier bestenfalls auf eine FSC-Zertifizierung achten).
- Vermeiden Sie Müll, indem Sie Mehrweggeschirr verwenden.
- Verwenden Sie Senf. Dieser kurbelt dank Ätherischer Öle die Verdauung an und kann Schadstoffe reduzieren.
- Je schwärzer das Grillgut, desto mehr heterozyklische aromatische Amine. Diese sind krebsverdächtig. Schneiden Sie schwarze Stellen daher großzügig ab.
- Entsorgen Sie die Holzkohleasche im Restmüll. Die Asche beinhaltet konzentrierte Mengen aus Schwermetallen aus der Luftverschmutzung, die von den Bäumen aufgenommen wurden und eignet sich daher nicht für eine Kompostierung.