

In Zukunft nur noch Wurstzipfel?

Es ist unbestritten, dass bei bestimmten Krankheiten durch Ärzte entsprechende Ernährungsempfehlungen gegeben werden. Das mag seine Berechtigung haben.

Dass mir aber ein Bundeslandwirtschaftsminister vorschreiben will, wieviel Wurst und Fleisch ich essen darf, ist nicht nur für mich nicht mehr hinnehmbar. Offensichtlich haben ihn ideologische Gründe als Veganer für die Forderung, dass pro Nase und Tag nur noch 10 g Fleischprodukte verzehrt werden sollen, dazu veranlasst.

Das geschieht auch auf Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), die neuerlich ihre langfristigen propagierten Daten zum Fleischverzehr deutlich nach unten korrigiert hat. Dort wird ein Wochenverzehr von 300 g bis 600 g Fleisch/-produkte je Woche empfohlen. Ob mit diesen neuerlichen Zahlen die Gründungsväter der DGE noch einverstanden wären, ist leider nicht mehr feststellbar.

(<https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/dge-ernaehrungsempfehlungen/10-regeln/#c2384>)

Das steigende Lebensalter der Bevölkerung ist ja auch darauf zurückzuführen, dass die ältere Generation auch mit einem „hohem Fleischverzehr“ so alt wird. Ältere Menschen gehen sehr sorgsam mit Lebensmitteln um und legen mehrheitlich auf eine ausgewogene Ernährung wert, zu der auch Fleischprodukte gehören. Die steigende Lebenserwartung sollte doch der Beweis dafür sein, dass sie damit richtig lagen.

Also Herr Bundesminister Özdemir, lassen Sie uns Älteren die Lebensfreude am Essen nicht vergehen. Im Übrigen wurde uns Senioren früher, d.h. vor 60 – 80 Jahren, in der Grundschule schon beigebracht, dass der Mensch ein Allesfresser ist. Dazu gehören nicht nur pflanzliche sondern auch tierische Lebensmittel. Der Stoffwechsel des Menschen hat sich nun einmal im Laufe der Genetik darauf eingestellt.

Wie heißt es doch scherzhaft, „Essen ist der Sex des Alters“.

Konrad Riedel
Vorsitzender der Senioren-Union KV Leipzig