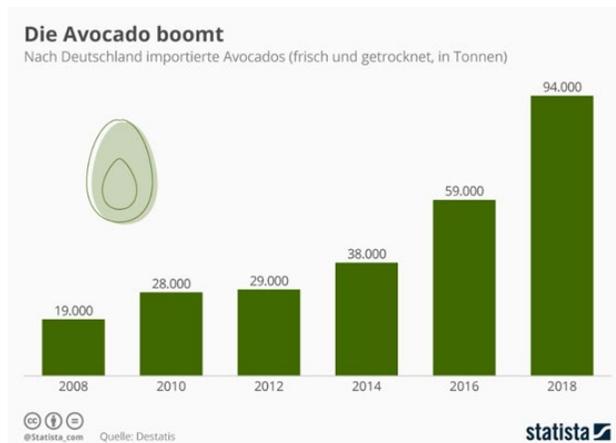


Umweltschutz beim Avocadokauf: Europa oder Südamerika?

Die Avocado, die **aus botanischer Sicht** eine **Beere** darstellt, fand noch bis vor ein paar Jahren hauptsächlich in der mexikanischen Küche Verwendung, bis sie aufgrund ihrer **guten Nährwerte** sowie der vielen in ihr enthaltenen Vitamine **zum „Superfood“ aufgestiegen** ist und damit ein regelrechter **Avocado-Hype** seinen Anfang nahm. So hat sich die **Menge der Avocado-Importe** nach Deutschland **von 2012 bis 2018** laut der Webseite statista auf etwa 94.000 Tonnen Früchte **mehr als verdreifacht**.



Doch werden Avocados aufgrund ihres **langen Transportweges** und **enormen Wasserverbrauchs** häufig als **„Öko-Katastrophe“** oder Umweltsünde bezeichnet.

Andererseits dienen Avocados wegen ihres **hohen Fettgehalts von bis zu 25 Prozent** vor allem Veganern häufig als **Butterersatz** und werden auch sonst häufig **statt Fleisch** in der Küche **verwendet**.

Und Fleisch sowie andere tierische Produkte sind ja bekanntlich die Lebensmittel mit dem größten Wasser- und Flächenverbrauch sowie einer schlechten CO₂-Bilanz.

Wie **(un-)nachhaltig** sind die birnenförmigen Früchte also nun tatsächlich?

Gibt es in **Bezug** auf die **Nachhaltigkeit Unterschiede zwischen** den einzelnen **Anbauländern**? Wir haben dazu verschiedene **Faktoren der Nachhaltigkeit** im einzigen europäischen Avocado-Anbaugebiet **Spanien** mit denen in **Süd- und Mittelamerika** verglichen, um herauszufinden, **wie nachhaltig Avocados** sind und **aus welchem Land** man sie (besser nicht) **kaufen sollte**.

CO₂-Bilanz beim Avocadoanbau, Transport und Lagerung

Anbau, Transport und Lagerung eines Kilos Avocado stoßen laut Bundesministerium für Umwelt 846 Gramm **CO₂** aus und liegt **fast doppelt so hoch wie bei Bananen**, die auf 480 Gramm kommen.

Die in Deutschland erhältlichen **Avocados** stammen **mehrheitlich aus Peru, Chile, Mexiko** und auch aus Südafrika. Sie haben also sehr lange Transportwege hinter sich, und das bedeutet immer auch hohe CO₂-Emissionen. Negativ ist dabei, dass die Früchte die langen Transportwege

in Kühlcontainern verbringen, anders könnte man sie hierzulande gar nicht anbieten.



Doch wie hoch ist die CO₂-Bilanz im Vergleich zu anderen Lebensmitteln wirklich? Ein Blick auf die Fakten ist wie so oft hilfreich. Die folgenden Zahlen stammen aus dem CO₂-Rechner von ifeu (Institut für Energie- und Umweltforschung), gemeint sind eigentlich CO₂-Äquivalente, die aber hier vereinfacht als CO₂-Emissionen genannt werden, hier einige Beispiele:

Avocado im Vergleich zu Ei

- 100 Gramm Avocado verantworten laut CO₂-Rechner 0,05 kg CO₂-Emissionen.
- 100 Gramm Ei sorgen demnach im Vergleich für 0,20 kg CO₂-Emissionen.
- Das Ei bringt also knapp **viermal so viele CO₂-Emissionen mit sich wie die gleiche Menge Avocado**, gerechnet auf 100 Gramm.

Avocado im Vergleich zu Fleisch

- 100 Gramm Avocado verantworten wie gesagt 0,05 kg CO₂-Emissionen.

- 100 Gramm Hamburger-Patty (gefroren) verantworten im Vergleich 0,81 kg CO₂-Emissionen.
- Das Burger-Patty bringt also **etwa 16mal so viele CO₂-Emissionen mit sich wie die gleiche Menge Avocado.**

Avocado im Vergleich zu Butter

- Die Avocado wird gern als Brotaufstrich und Butterersatz genutzt, aber:
- 100 Gramm Avocado sorgen eben nur für 0,05 kg CO₂-Emissionen,
- 100 Gramm Butter dagegen für 0,92 kg CO₂-Emissionen (und es gibt auch noch weit höhere Schätzungen).
- Die Butter bringt also **20mal so viele CO₂-Emissionen mit sich wie die gleiche Menge Avocado.**

Kurzum: Wer Avocado statt Fleisch, Butter oder Eiern isst, der kann sich zumindest in Sachen CO₂ auf der nachhaltigen Seite wähen. **Doch was ist nun besser: Avocados aus Südamerika oder aus Spanien?**

Fest steht, dass durch die großflächigen Rodungen **in Südamerika Bäume gefällt** werden, die sonst CO₂ zu Sauerstoff umwandeln könnten. Außerdem entstehen **durch die langen Transportwege hohe Emissionen**, die bei Avocados **aus Spanien deutlich geringer** sind. Deshalb schneiden **Avocados aus dem**

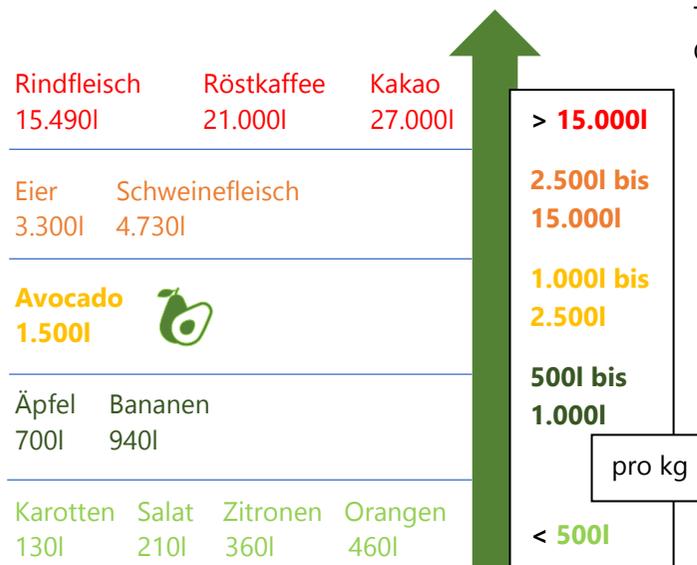
europäischen Anbaugebiet zumindest **bei der CO₂-Bilanz besser** ab als solche aus Südamerika.

Wasserverbrauch beim Anbau der Avocado

Avocados verbrauchen mit bis zu **1.500l Wasser pro Kilo** deutlich **weniger als tierische Produkte** wie z.B. Rindfleisch (15.490l), Schweinefleisch (4.730l) oder Eier (3.300l).

Sehr **viel Wasser** verbraucht die Avocado dagegen **im Vergleich zu heimischen Obst- und Gemüsesorten** wie Äpfeln (700l), Salat (210l) oder Karotten (130l).

Doch auch andere **Importfrüchte** wie Bananen (940l), Orangen (460l), oder Zitronen (360l) **verbrauchen** deutlich **weniger Wasser** als die Avocado.



Die **Bewässerung** beim Anbau von Avocados ist vor allem in solchen Ländern **problematisch**, in denen ohnehin schon Wasserknappheit herrscht, z.B. in Spanien oder Chile.

In letzterem werden die Avocados in **riesigen Monokulturen** angebaut und durch lange Rohrleitungen bewässert.

Dieser **übermäßige Wasserverbrauch** führte dort schon zur **Austrocknung ganzer Flüsse**, die Bevölkerung in Chiles Avocado-Hauptanbaugebiet wird durch Wassertankwagen mit Trinkwasser versorgt.

Ganz anders sieht es in den **tropischen Regionen Lateinamerikas** aus. Mit bis zu zehn Regentagen pro Monat ist in der **Dominikanischen Republik** beispielsweise überhaupt **keine künstliche Bewässerung** der Avocados nötig.

Im **Hinblick** auf den **Wasserverbrauch** ist es deshalb also **besser**, die Früchte aus tropischen Regionen wie **Mittelamerika zu kaufen**. Diese haben allerdings einen sehr **langen Transportweg** hinter sich (siehe CO₂-Bilanz) und nicht selten werden dort, um Platz für Anbauflächen zu schaffen, große Flächen **Regenwald gerodet** (siehe Auswirkungen auf Natur).

Auswirkungen des Avocadoanbaus auf die Natur

Aus ökologischer Sicht gibt es **viele Probleme**, die beim Anbau von Avocados aufkommen, z.B.

- Da die Avocados nur in bestimmten Gebieten wachsen, müssen sie erst einen **langen Weg** zurücklegen, bis sie bei uns im Supermarktregal liegen (siehe **CO2-Bilanz**).
- Die **vielen Pestizide**, die für den Avocadoanbau verwendet werden, **gelangen in Gewässer**, in die Erde und an Pflanzen, wo sie dann oftmals **von Tieren aufgenommen werden** (und diese schädigen), und tragen maßgeblich zum **Insektensterben** bei.
- **Avocados** verbrauchen **sehr viel Wasser** (siehe Wasserverbrauch). Für die **Herstellung von 1 Kilo Avocados** (das sind zwei bis drei Früchte) sind laut Warenvergleich bis zu **1500 Liter** nötig, was besonders in trockenen Anbauregionen ein **Problem** ist. Denn dort ist das **Regenwasser nicht ausreichend**, um dem übermäßigen Wasserverbrauch der Avocados nachzukommen wird dieses oftmals **aus Seen, Flüssen oder dem Grundwasser gepumpt**, was nicht selten **fatale Folgen für die Natur** hat.
- Die **Nachfrage nach Avocados** ist in den letzten Jahren **rasant angestiegen**, was

auch ein rasant **gestiegenes Bedürfnis an Anbaufläche** zur Folge hat. Deshalb werden **vor allem in Mexiko** gigantische Flächen **Regenwald (1500 bis 4000 Hektar jedes Jahr) oftmals illegal gerodet**, um sie in landwirtschaftliche Nutzfläche umzuwandeln. So wird der **Lebensraum** für unzählige **Tier- und Pflanzenarten zerstört** und die Tiere werden in die immer kleineren noch verbleibenden Waldgebiete zurückgedrängt.



- Auf den gerodeten Flächen entstehen dann oft **riesige Avocado-Farmen**. Sie gehören meistens zu **großen Lebensmittelkonzernen**, erreichen teilweise eine **Fläche vom Hamburger Stadtgebiet** und manche haben sogar eine **eigene Schule**. Damit können vor allem die **Kleinbauern** aus den Dörfern **nicht konkurrieren**, die lange nicht so produktiv wirtschaften.

Im **Hinblick auf die Auswirkungen des Avocadoanbaus auf die Natur** ist es deshalb besser, die Früchte **eher aus Spanien** zu kaufen, da dort **kein tropischer Regenwald** für den Anbau gerodet wird und die **Transportwege kürzer** sind.



Fazit

Abschließend kann man sagen: die **Avocado** ist zwar **äußerst gesund** und nahrhaft, schneidet aber in allen von uns verglichenen **Nachhaltigkeitsfaktoren schlecht** bis sehr schlecht ab, vor allem wegen ihres sehr **hohen Wasserbedarfs** und aufgrund der Tatsache, dass sie nur in wenigen ausgewählten Gebieten überhaupt wachsen kann, was **lange Transportwege** zur Folge hat. **Man sollte also lieber auf häufigen Avocadokonsum verzichten.**

Nun stellt sich aber immer noch die Frage, aus **welchem Anbauggebiet man die Avocados** zumindest mit einem **halbwegs guten Gewissen kaufen kann**.

Welche Avocado ist nachhaltiger, die aus **Südamerika** oder die aus **Spanien**? Wir haben den **Wasserverbrauch**, die **CO2-Bilanz** und die **Auswirkungen auf die Natur** ausgewertet und die Superfrucht mit einigen Lebensmitteln **verglichen**, die häufig durch die Avocado ersetzt werden.

Unser Fazit: Die Avocado aus **Südamerika** kann zwar **beim Wasserverbrauch punkten**, da die Bewässerung in tropischen Regionen hauptsächlich durch den Regen erfolgt. In **Spanien** hingegen herrscht sowieso schon **Wasserknappheit**, weshalb künstlich bewässert wird. Doch in punkto **CO2-Bilanz** und **Auswirkungen** des Anbaus auf die **Natur** ist **Spanien definitiv nachhaltiger**: in dem

europäischen Anbauland werden nämlich **keine Regenwälder** für riesige Plantagen **gerodet**, was in Südamerika häufig der Fall ist. Auch die **CO2-Emissionen** fallen logischerweise **geringer** aus, da der **Transportweg wesentlich kürzer** ist. Heißt also: **Spanien ist das bessere Anbauland**, was nicht heißt, dass die Avocados aus jenem Land vollkommen umweltfreundlich sind. Deshalb sollte man den Avocadoverzehr möglichst minimieren und stattdessen auf regionales Obst und Gemüse setzen. Als Ersatz für Ei, Banane oder Fleisch eignet sich die Avocado jedoch gut, zumindest was die CO2 Emissionen angeht. Dennoch gilt: der Natur zuliebe **weniger oder besten gar keine Avocados kaufen**, sondern stattdessen **auf regionales Obst und Gemüse setzen**.

Wer **trotzdem nicht** auf die grünen Früchte **verzichten kann**, hat hier die Möglichkeit, die **Avocado nachhaltiger zu kaufen**. Die dort angebotenen Avocados verbrauchen zwar auch enorm viel Wasser, sind aber **Bio-zertifiziert** (d.h. unter anderem **kein Einsatz von Pestiziden**), stammen von einem **Familienbetrieb aus Spanien** (kürzere Transportwege) und werden **plastikfrei verpackt**.

<https://www.crowdfarming.com/de/farmer/la-atalaya/up/avocados-hass-kaufen-la-atalaya/overharvest>



Podcast

Hört auch in unseren Podcast rein:



Aufnahme.m4a

Impressum

Erstellt von David Cossmann, Phil Käfer und Felix Kriege im Rahmen des **Echt kuh-I Projekts 2021** „Obst und Gemüse – Bunte Schatzkiste aus der Natur“

Quellen

Grafik Avocado-Importmenge:

URL für Referenzlink:

<https://de.statista.com/infografik/9841/deutschland-importiert-immer-mehr-avocados/> Zugriff am 09.02.21

Grafik Wasserverbrauch:

Selbsterstellt, David Cossmann

basierend auf Daten von Warenvergleich.de:

<https://www.warenvergleich.de/bis-zu-27-000-liter-wasser-pro-kilo-diese-lebensmittel-verbrauchen-am-meisten-wasser-in-der-herstellung/> Zugriff am 10.02.21

Foto Regenwald:

<https://pixabay.com/de/photos/urwald-dschungel-nebel-b%C3%A4ume-gr%C3%BCn-4003374/> Zugriff am 16.02.21

Foto Containerschiff:

<https://pixabay.com/de/photos/container-schiff-fluss-boot-2437260/> Zugriff am 21.02.21

Foto Wassertropfen:

<https://pixabay.com/de/photos/tropfen-wasser-tropfen-auswirkungen-578897/> Zugriff am 16.02.21

Fotos „Verschiedene Gesichter der Avocado:

Selbsterstellt, David Cossmann

Verschiedene Gesichter der Avocado

- naturbelassen



- halbiert



- als Guacamole zubereitet

