



Deutsche Gesellschaft
für Hauswirtschaft e.V.

dgh for future

Das digitale Lexikon der nachhaltigen Hauswirtschaft



SDG 12 Nachhaltige/r Konsum und Produktion

Für nachhaltige Konsum- und Produktionsmuster sorgen: Alternativprodukte zu tierischen Lebensmitteln einsetzen

Gehen Sie in Ihrer Einrichtung neue Wege bei der Mahlzeitenzusammensetzung! Pflanzliche und Alternativprodukte zu tierischen Lebensmitteln bieten großes Potenzial für eine nachhaltigere Ernährung und Landwirtschaft.

Zu diesem Thema ist die 3-R-Strategie veröffentlicht worden, die einen pragmatischen Weg bietet, Umwelt und Gesundheit zu schützen und gleichzeitig individuelle Ernährungsspielräume zu berücksichtigen und zu erweitern.

3-R heißt: „Reduce-Remix-Replace“.

Reduce: Weniger tierische Produkte durch kleinere Portionsgrößen,

Remix: Kombination tierischer und pflanzlicher oder alternativer Zutaten in

Mahlzeiten, Replace: Vollständiger Ersatz tierischer Produkte durch Alternativen.

Voraussetzung, dass diese „Sowohl-als-auch-Strategie“ funktioniert, sind eine gute Verfügbarkeit, ausreichende Vielfalt und die Alltagstauglichkeit nachhaltiger Alternativen.

Schlagworte: Lebensmittelbeschaffung, Ernährungsstrategie, Ökologie.

Quellen:

Bundeszentrale für Ernährung (BZfE) (2025): BZfE-Newsletter Nr. 30 vom 23. Juli 2025.

<https://www.bzfe.de/service/newsletter>

Bundeszentrale für Ernährung (BZfE) (2025): Pflanzliche Alternativen zu Fleisch. Gesund und nachhaltig oder überflüssig?

<https://www.bzfe.de/klima-und-wandel/essen-im-wandel/pflanzliche-alternativen-zu-fleisch>

(alle aufgerufen am 14.11.2025)

Ein Tipp von Petra Wehmeier, 21. November 2025

Deutsche Gesellschaft für Hauswirtschaft e. V.
Kaiser-Friedrich-Str. 13, 53113 Bonn, Tel.: 0228 9212592
E-Mail: dgh@dghev.de, www.dghev.de