

PROTEINWENDE MESSBAR MACHEN

Wie die Erfassung des Proteinverhältnisses
zum strategischen Instrument für den Einzelhandel wird

Proteinwende messbar machen

Wie die Erfassung des Proteinverhältnisses zum strategischen Instrument für den Einzelhandel wird

ProVeg, die Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt und der Bundesverband für Alternative Proteine empfehlen dem Lebensmitteleinzelhandel (LEH), das Verhältnis pflanzlicher zu tierischer Proteine im Absatz zu erfassen und auf ein Zielverhältnis von 60 % pflanzlich zu 40 % tierisch bis 2030 hinarbeiten. Als Branchenlösung für diesen sogenannten Protein Split sprechen die Organisationen sich für die Messmethode „Protein Tracker“ aus. ProVeg und die Albert Schweitzer Stiftung bieten dem deutschen LEH umfassende Unterstützung bei der Berechnung, Zielsetzung sowie Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen zur Zielerreichung an.

Hintergrund der Empfehlung sind die sich zuspitzende Klimakrise und **das sich verändernde Ernährungsbewusstsein der Bevölkerung**. Die Menschen hierzulande sind zunehmend bereit dazu, von tierischen zu pflanzlichen Proteinquellen zu wechseln – vor allem dann, wenn es **ein ausreichend großes Angebot an geschmacklich und preislich überzeugenden Optionen** gibt. Zudem erkennt der LEH zunehmend seine Rolle in der Transformation des Ernährungssystems und sucht nach verlässlichen Messkriterien, um sich wirkungsvolle Nachhaltigkeitsziele zu stecken und deren Erreichung zu überprüfen.

Die Proteinwende – die Änderung von Ernährungsstilen hin zu mehr pflanzlichen und weniger tierischen Lebensmitteln – ist ein entscheidender Bestandteil der Transformation des Ernährungssystems. Mit der Etablierung einer einheitlichen Messmethode für das Verhältnis pflanzlicher zu tierischen Proteinen im Verkauf kann sie erstmals **umfassend quantifiziert werden**. Diese Quantifizierung lässt sich perspektivisch auch auf den Außer-Haus-Markt ausweiten und in politischen Zielsetzungen verankern.

Pflanzenbetonte Ernährung maßgeblich für Gesundheit und Klimaschutz

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat im März 2024 die lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen für den Verzehr von Fleisch und Milch gesenkt und empfiehlt einen höheren Anteil pflanzlicher Lebensmittel.¹ Durch eine Umstrukturierung der eingeteilten Lebensmittelgruppen wird zudem die Bedeutung von proteinreichen Lebensmitteln wie Hülsenfrüchten und Nüssen für die Gesundheit hervorgehoben. Darüber hinaus hat die DGE im Juni 2024 ihre Position zu einem pflanzlichen Ernährungsstil neu bewertet und die positiven

¹ Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (05.03.2024): Gut essen und trinken – DGE stellt neue lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen für Deutschland vor. Online unter: <https://www.dge.de/presse/meldungen/2024/gut-essen-und-trinken-dge-stellt-neue-lebensmittelbezogene-ernaehrungsempfehlungen-fuer-deutschland-vor/> [10.07.2024]

Effekte auf Gesundheit und Umwelt herausgestellt.² Passend dazu ist der Pro-Kopf-Verzehr von Fleisch in Deutschland zum 5. Mal in Folge gesunken.³

Diese Entwicklungen sind nicht nur aus gesundheitlicher Sicht zu begrüßen, auch für das Vorgehen gegen die Klimakrise ist eine Reduktion des Konsums tierischer Lebensmittel unabdingbar: Bei der Erzeugung tierischer Lebensmittel entstehen mehr als die Hälfte der Treibhausgasemissionen aus unserer Ernährung.^{4 5 6}

Die Planetary Health Diet als Leitbild

Die interdisziplinäre EAT-Lancet-Kommission hat 2019 mit der Planetary Health Diet eine Ernährungsempfehlung veröffentlicht, die eine gesunde Ernährung im Rahmen unserer planetaren Grenzen beschreibt – und damals erstmals die komplexen gesundheitlichen und ökologischen Herausforderung der menschlichen Ernährung in einer Richtlinie zusammengebracht.⁷ Im Abgleich mit unserem aktuellen Ernährungsmuster wird deutlich, **dass der Konsum von Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten und Nüssen deutlich zunehmen, der von Fleisch deutlich sinken muss**, um langfristig die Gesundheit von Mensch und Natur zu erhalten. Seit ihrer Aktualisierung im März 2024 passen auch die Ernährungsempfehlungen der DGE zum Zielkorridor der EAT-Lancet-Kommission.

Momentum in der Branche: LEH will zur Proteinwende beitragen

Die meisten Menschen in Deutschland kaufen ihre Lebensmittel überwiegend in Supermärkten und Discountern ein, wobei Sortiment, Platzierung und Preisgestaltung maßgeblich das Konsumverhalten beeinflussen.^{8 9 10} **Der LEH spielt damit eine zentrale Rolle in der**

² DGE (2024): DGE veröffentlicht neues Positionspapier zu veganer Ernährung, veröffentlicht am 13.06.2024. Online unter:

<https://www.dge.de/presse/meldungen/2024/positionspapier-zu-veganer-ernaehrung/> [11.07.2024]

³ Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (04.04.2024): Pro-Kopf-Verzehr von Fleisch sinkt auf unter 52 Kilogramm. Online unter:

https://www.ble.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2024/240404_Fleischbilanz.html [11.07.2024]

⁴ IPCC (2022): Climate Change 2022: Impacts, Adaptation, and Vulnerability, Contribution of Working Group II to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change, Cambridge University Press, Cambridge, UK & New York, NY, USA. Doi: 10.1017/9781009325844

⁵ Crippa, M. et al. (2021): Global anthropogenic emissions in urban areas: patterns, trends, and challenges, Environmental Research Letters 16(7), IOP Publishing, 074033. Doi: 10.1088/1748-9326/ac00e2

⁶ Xu, X. et al. (2021): Global greenhouse gas emissions from animal-based foods are twice those of plant-based foods, Nature Food 2, 724–732. Doi: 10.1038/s43016-021-00358-x

⁷ EAT-Lancet Commission (2019): Healthy Diets From Sustainable Food Systems. Summary Report of the EAT-Lancet Commission. Online unter:

https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf [10.07.2024]

⁸ Statista (2024): Kauforte für Lebensmittel in Deutschland im Jahr 2024. Online unter:

<https://de.statista.com/prognosen/999761/deutschland-kauforte-fuer-lebensmittel> [11.07.2024]

⁹ ProVeg (2023): Evolving appetites: an in-depth look at attitudes towards plant-based eating. German market. Online unter:

https://smartproteinproject.eu/wp-content/uploads/ProVeg_Smart-Protein-Report_Germany_2023.pdf [10.07.2024]

¹⁰ ProVeg (2022): Succeeding on supermarket shelves: How integrated-segregated product placement can promote sustainability and boost profits. Online unter:

<https://proveg.org/article/succeeding-on-supermarket-shelves/> [10.07.2024]

Proteinwende. Einzelhändler erkennen zunehmend deren Dringlichkeit und fangen an, entsprechende Maßnahmen umzusetzen. So hat Lidl beispielsweise im Oktober 2023 erstmals eine eigene Proteinstrategie formuliert und veröffentlicht, in der sich das Unternehmen die Verschiebung des Proteinverhältnisses hin zu mehr pflanzlichen Proteinen zum Ziel gesetzt hat.¹¹ Als Leitbild für diese Strategie dient hier die Planetary Health Diet.

Diese Initiative markiert den Anfang eines wachsenden Momentums innerhalb der Branche in Deutschland. In Foren und Diskussionen unter Fachleuten kommt deutlich der Wunsch nach einer einheitlichen Lösung für die Erfassung des Protein Split zum Ausdruck. Das Verfolgen des Verhältnisses zwischen pflanzlichen und tierischen Proteinen ermöglicht es Supermärkten, ihren Status Quo zu kennen und sich Zielwerte zu setzen, auf die es sich hinarbeiten lässt – auch im Hinblick auf Einsparung von Treibhausgas-Emissionen. So können Verbesserungen des Protein Splits auf die Reduzierung von Scope-3-Emissionen einzahlen, die nach ESG-Standards berichtet werden müssen. Der Handel kann somit ein eigenes Instrument zur Messung von Fortschritten in diesen Bereichen etablieren und womöglich externer Regulierung vorgeifen.

Der LEH ist prädestiniert für die Erfassung und Verbesserung des Protein Splits, da er über unmittelbare Verkaufsdaten verfügt. Hier bietet sich die einmalige Chance, eine Vorreiterrolle in der Proteinwende einzunehmen.

Vergleichbarkeit als Schlüssel

Bei der Entscheidung für eine branchenweite Messmethode zur Proteinmessung ist die Vergleichbarkeit der Ergebnisse entscheidend. Die Methode sollte es zum einen erlauben, den Fortschritt eines einzelnen Händlers Jahr für Jahr sichtbar und kommunizierbar zu machen. Zum anderen soll auch die Vergleichbarkeit zwischen den verschiedenen Händlern gewährleistet sein. So werden nicht nur **Zielsetzungen und -erreichungen der Unternehmen miteinander vergleichbar**, auch ein **Best-Practice-Austausch** lässt sich etablieren: Händler können voneinander lernen, welche Maßnahmen das Proteinverhältnis verbessern.

Die Konkurrenz untereinander kann dem Einzelhandel ebenfalls zugutekommen, weil die Händler im Wettstreit zu ambitionierteren Zielen neigen und jeder Wettbewerber die effektivsten Mittel zu ihrer Erreichung zuerst finden will. So hat Lidl beispielsweise im Herbst 2023 als erster Einzelhändler verkündet, die Preise pflanzlicher Alternativprodukte ihrer Eigenmarke Vemondo an die Preise der tierischen Pendanten dauerhaft anzugleichen – nur wenige Tage später zogen Kaufland, Penny und Aldi Süd nach. Im April 2024 verkündete Lidl, dass seitdem der Absatz der Vemondo-Produkte um 30 % gestiegen ist.¹²

Eine öffentlichkeitswirksame Verkündung eines ambitionierten Protein-Split-Ziels einzelner Einzelhändler würde möglicherweise eine ähnliche Dynamik unter den Mitbewerbern auslösen.

¹¹ Lidl: Proteinstrategie. Online unter:

<https://unternehmen.lidl.de/verantwortung/gut-fuer-die-menschen/gesundheitsfoerdern/handlungsfelder/bewusste-ernaehrung/proteinstrategie?> [11.07.2024]

¹² Lidl in Deutschland (12.04.2024): Lidl lädt zum Dialog: Wie gelingt der Übergang zur gesunden und nachhaltigen Proteinversorgung? Online unter:

https://unternehmen.lidl.de/pressreleases/2024/240412_lidl-im-dialog [11.07.2024]

Vorausgesetzt, es hat sich eine einheitliche Messmethode etabliert, die von verschiedenen Stakeholdern verstanden und kommunikativ genutzt wird.

Messung des Protein Split: zwei mögliche Methoden

1. Protein-Disclosure

Schon länger arbeiten Fachleute an der Frage, wie sich das Verhältnis pflanzlicher zu tierischen Proteine im Sortiment der Einzelhändler erfassen lässt. Bereits im August 2022 hat die internationale Umweltorganisation WWF dafür als Erstes eine Methode veröffentlicht, die sogenannte Protein Disclosure.¹³ Diese wird in Deutschland seit 2023 von Lidl verwendet.¹⁴ Sie konzentriert sich auf Schlüsselkategorien, darunter Fleisch- und Milchprodukte sowie Hülsenfrüchte, Nüsse und pflanzliche Alternativprodukte – also auf **Lebensmittel mit einem hohen Proteingehalt**. Innerhalb dieser Kategorien wird das **Gewicht eines verkauften Produkts** sowie die **Anzahl verkaufter Produkte pro Jahr** gemessen. Um mit dieser Methode Produkte mit sowohl tierischen als auch pflanzlichen Gewichtsanteilen im Protein Split zu erfassen, müssten die Mengen der jeweiligen Zutaten vorliegen. Der Umgang mit zusammengesetzten Produkten und die genaue Definition der Kategoriegrenzen der Schlüsselprodukte sind derzeit Gegenstand der Weiterentwicklung der Protein Disclosure.

Mit der Fokussierung auf den Abverkauf tierischer und pflanzlicher Schlüsselprodukte in den Kategorien „Proteinreiche Lebensmittel“ und „Milchprodukte“ ist die Methode in der Lage, einen grundlegenden Fortschritt in der Veränderung des Protein Splits entlang der Planetary Health Diet und anderen gängigen Ernährungsempfehlungen zu erfassen. Allerdings sind Proteinquellen in deutlich mehr Lebensmitteln als den betrachteten Schlüsselkategorien zu finden, die damit im Protein Disclosure nicht berücksichtigt werden.

2. Protein-Tracker

Unabhängig davon hat ProVeg Niederlande gemeinsam mit der niederländischen Green Protein Alliance und dem LEH ein eigenes Messverfahren entwickelt. Die sogenannte Protein-Tracker-Methode **berücksichtigt das gesamte Lebensmittelsortiment und gewichtet die einzelnen Produkte entsprechend ihres Proteingehalts**.¹⁵ Im Gegensatz zur Protein-Disclosure-Methode werden neben den Lebensmitteln mit hohem Proteingehalt auch alle übrigen Produkte des Sortiments in die Messung mit einbezogen – die Tiefkühl-Pizza mit Mozzarella ebenso wie der Apfelkuchen mit Ei und Butter.

Diese Bewertung des kompletten Sortiments sichert die Vergleichbarkeit der Daten über Unternehmens- und Ländergrenzen hinweg. Gleichzeitig gibt sie den Supermärkten **mehr Stellschrauben, mit denen sie ihren Beitrag zur Proteinwende leisten können**: Neben der

¹³ WWF (2023): Rebalancing of plant-based & animal-based key products - "Protein-Split". Online unter: https://www.wwf.ch/sites/default/files/doc-2023-09/2023_Rebalancing_of_plant-based_and_animal-based_key_products.pdf [10.07.2024]

¹⁴ Lidl: Proteinstrategie. Online unter:

<https://unternehmen.lidl.de/verantwortung/gut-fuer-die-menschen/gesundheit-foerdern/handlungsfelder/bewusste-ernaehrung/proteinstrategie?> [11.07.2024]

¹⁵ Green Protein Alliance & ProVeg Netherlands (2023): The Protein Tracker. Online unter:

<https://theproteintracker.com/wp-content/uploads/2024/03/2023-The-Protein-Tracker-Green-Protein-Alliance-Proveg.pdf> [10.07.2024]

Sicherstellung eines attraktiven Angebots an pflanzlichen Alternativprodukten können auch die Verantwortlichen in allen weiteren Warengruppen beitragen, indem sie beispielsweise Backwaren oder Fertiggerichte mit tierischen und pflanzlichen Proteinen auf rein pflanzliche Rezepturen umstellen. Damit bietet diese Methode für den Protein Split ein hohes Maß an strategischer Integration im LEH, weil die Verantwortlichen in ihrer jeweiligen Warengruppe Maßnahmen zur Zielerreichung umsetzen können.

Die Daten, die es für die Bewertung des eigenen Sortiments basierend auf der Protein-Tracker-Methode benötigt, liegen den Einzelhändlern prinzipiell vor. Ihre Aufbereitung für die Erfassung des Protein Splits ist mit einem überschaubaren Mehraufwand verbunden. Für die Bewertung eines Artikels wird die **Absatzmenge pro Jahr, das Gewicht und der Proteingehalt** benötigt. Für Lebensmittel, die sowohl tierische als auch pflanzliche Proteine enthalten, kann im ersten Schritt vereinfacht ein 50:50-Verhältnis angenommen werden.

Die Berücksichtigung aller Lebensmittel und die damit verbundene weitreichende strategische Integration des Protein Trackers sowie die sichergestellte Vergleichbarkeit sowohl über den Zeitablauf als auch zum Wettbewerb sind wichtige Erfolgsfaktoren für der Etablierung der Protein-Split-Messung. **Deshalb empfehlen ProVeg und Partner als einheitliche Branchenlösung die Protein-Tracker-Methode.**

Standard setzen

Die Etablierung eines einheitlichen Branchenstandards ist essentiell. ProVeg begrüßt die Pionierarbeit des WWF und sieht in beiden Methoden einen relevanten Beitrag zur Messung des Proteinverhältnisses im LEH. ProVeg setzt sich dafür ein, eine gemeinsame Weiterentwicklung mit dem WWF zu erarbeiten, die bei überschaubarer jährlicher Datenauswertung vergleichbare, relevante und präzise Ergebnisse ausweist.

Best Practice: Die Niederlande machen es vor

Im März 2024 veröffentlichte in den Niederlanden eine Gruppe von Einzelhändlern ihre aktuellen Protein Splits nach Protein-Tracker-Methode: Bei den teilnehmenden Supermärkten, die mittlerweile über 90 % des niederländischen LEH abbilden, sind knapp 40 % der verkauften Proteine pflanzlichen, 60 % tierischen Ursprungs.^{16 17} Damit wurde **erstmals der Status quo des Proteinverhältnisses in signifikanter Größenordnung erfasst und veröffentlicht** – ein Meilenstein für die Proteinwende.

Im Abgleich mit Verbraucherwünschen wird deutlich: **Die Supermärkte hinken ihren Kund:innen hinterher.** Eine Umfrage von Kieskompas, in Auftrag gegeben unter anderem von ProVeg Niederlanden, zeigt, dass die Menschen in den Niederlanden sich eine Ernährung mit

¹⁶ Gemessen an umsatzbasierten Marktanteilen der Einzelhändler: Albert Heijn, Aldi, Crisp, Dirk, Ekoplaza, Jumbo, Lidl, Odin, Picnic, Plus, Spar; Quelle: Duurzaam Ondernemen: Ook Picnic en Spar gaan voor meer plantaardig. Online unter:

<https://www.duurzaam-ondernemen.nl/ook-picnic-en-spar-gaan-voor-meer-plantaardig> [11.07.2024]

¹⁷ The Protein Tracker (März 2024): National Supermarket Protein Split 2023, S. 6. Online unter:

https://theproteintracker.com/wp-content/uploads/2024/05/ENG_Protein-Tracker-National-Protein-Balance-2023-Green-Protein-Alliance-ProVeg-Nederland.pdf [11.07.2024]

57 % pflanzlichen und 43 % tierischen Proteinen vorstellen können.¹⁸ In der aktuellen niederländischen Ernährung – ebenso wie in der generellen europäischen – ist das Verhältnis genau andersherum und spiegelt damit das Proteinverhältnis im Sortiment der Einzelhändler wider.^{19 20} **Alle teilnehmenden niederländischen Händler haben sich das Ziel gesetzt, bis 2030 das Proteinverhältnis zu 60:40 (pflanzlich : tierisch) umzukehren.** Auch entsprechende Maßnahmen werden bereits umgesetzt: So verzichtet beispielsweise der Händler Jumbo seit dem 27. Mai 2024 auf Werbeaktionen im Fleischsortiment.²¹

In den Niederlanden ist der Umgang mit dem Protein Split nicht nur im LEH angekommen, auch politisch wird das Verhältnis pflanzlicher zu tierischer Proteine als Marker genutzt: Im April 2022 setzte sich die niederländische Regierung **das Ziel eines nationalen Protein Splits von immerhin 50:50 bis 2030**, angelehnt an das geschätzte niederländische Proteinverhältnis von 1950.²² Außerdem unterstützt das niederländische Landwirtschaftsministerium die Entwicklung der Protein-Tracker-Methodik und die erstmalige Messung des Nationalen Proteinverhältnisses in 2024.^{23 24}

60 % pflanzliche Proteine bis 2030

Zum Schutz von Mensch und Planeten muss mindestens ein Verhältnis pflanzlicher zu tierischer Proteine von 60:40 erreicht werden – das ergeben ProVeg-Berechnungen auf Grundlage der Empfehlungen der EAT-Lancet-Kommission (vgl. Anhang). Auch eine kürzlich in Nature Foods veröffentlichte Studie deutet daraufhin, dass sowohl für die Nährstoffversorgung als auch für eine Reduktion von Treibhausgas-Emissionen und Landnutzung ein Ernährungsmuster mit einem Protein-Split von 60:40 das optimale Verhältnis darstellen könnte.²⁵

¹⁸ ProVeg Niederlande (2023): Beleidsvoorstellen voor de eiwittransitie – Wat wil Nederland van het kabinet in 2024? Online unter https://proveg.com/nl/wp-content/uploads/sites/6/2023/09/Eiwittransitie_-wat-wil-Nederland-in-2024_.pdf [10.07.2024]

¹⁹ In den Niederlanden beträgt der Anteil tierischer Proteine an der Ernährung 57 %. Aus: National Institute for Health and Environment: Wat eet en drinkt Nederland? Verander de consumptie van eiwitrijke producten. Online unter: <https://www.wateetnederland.nl/resultaten/veranderingen/verandering-consumptie-eiwitrijke-producten> [10.07.2024]

²⁰ Europaweit rangiert der Anteil tierischer Proteine in der Ernährung zwischen 55 und 60 %. Aus: Bonnet C, Bouamra-Mechemache Z, Requillart V, Treich N, 'Viewpoint: Regulating meat consumption to improve health, the environment and animal welfare', Food Policy 97: 101847, 2020.

²¹ Lebensmittelpraxis (15.03.2024): Jumbo stellt Fleisch-Werbeaktionen ein. Online unter: <https://lebensmittelpraxis.de/lp-economy/39678-niederlande-jumbo-stellt-fleisch-werbeaktionen-ein.html> [10.07.2024]

²² Green Protein Alliance & Proveg Netherlands (2023): The Protein Tracker. Online unter: <https://theproteintracker.com/wp-content/uploads/2024/03/2023-The-Protein-Tracker-Green-Protein-Alliance-Proveg.pdf> [11.07.2024]

²³ Tweede Kamer der Staten-Generaal; Kamerstuk (08.04.2022): 31 532 Voedingsbeleid. Online unter: <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/dossier/kst-31532-271.html> [11.07.2024]

²⁴ Kammerbrief des niederländischen Landwirtschaftsministers (28.03.2024): Kamerbrief over de huidige situatie van de eiwittransitie in Nederland. Online unter: <https://open.overheid.nl/documenten/c76bc14c-61d1-47a9-9091-eebb6c546923/file> [10.07.2024]

²⁵ Simon, W. J., R. Hijbeek, A. Frehner, et al. (2024): Circular food system approaches can support current European protein intake levels while reducing land use and greenhouse gas emissions. Nature Food 5(5), 402–412. doi:10.1038/s43016-024-00975-2

Die Planetary Health Diet sieht für die globale Umsetzung den Zeitraum bis 2050 vor, jedoch sollten Vorreiterländer eine weitaus ambitioniertere Zielerreichung anstreben. Jede Tonne CO₂, die wir in Klimaschutzmaßnahmen erst später vermeiden, wird umso teurer. Als Spitzenreiter im Markt für pflanzliche Alternativen und mit einem stetig sinkenden Fleischkonsum ist Deutschland zudem prädestiniert für ehrgeizige Ziele und sollte nicht hinter den Niederlanden zurückbleiben, wo sich der Handel bereits 2030 als Meilenstein für die Erreichung des Protein Splits gesetzt hat. **Der LEH in Deutschland sollte deshalb ebenfalls eine Umkehr des Protein Splits auf 60:40 bis 2030 anstreben.**

Handlungsempfehlungen für den LEH

Mit Blick auf die nationalen und globalen gesundheitlichen und ökologischen Herausforderungen ist eine Transformation des Ernährungssystems unabdingbar. **Der LEH spielt eine Schlüsselrolle** dabei, diese zu gestalten und das Ernährungsverhalten in Deutschland maßgeblich hin zu einer stärker pflanzenbetonten Ernährung zu verschieben.

Empfehlungen für den LEH:

- jährlich das Verhältnis pflanzlicher zu tierischen Proteinen im Absatz **mittels der Protein-Tracker-Methode** zu erfassen.
- diesen Protein Split in der strategischen Ausrichtung zu berücksichtigen und auf ein **Ziel von 60:40 (pflanzlich : tierisch) bis 2030** hinarbeiten. Der effektivste Weg ist der Eins-zu-Eins-Austausch tierischer Produkte und Inhaltsstoffe durch pflanzliche Lebensmittel.
- die Zielsetzungen zum Protein Split **aktiv nach außen zu kommunizieren**, an der **Aufklärung zu den Vorteilen pflanzlicher Proteine mitzuwirken** und so deren Akzeptanz bei Kund:innen zu fördern.
- sich **aktiv international mit anderen Händlern auszutauschen**, zum Beispiel hinsichtlich erfolgreicher Maßnahmen zur Erreichung der Zielsetzungen. ProVeg unterstützt diesen Austausch mit regelmäßigen Veranstaltungen wie dem Retailer Roundtable und der New Food Conference.

Handlungsempfehlungen für die Politik

Stetig wachsende Gesundheitsausgaben belasten den Bundeshaushalt. In Zukunft werden dazu verstärkt Sondervermögen für Klimakatastrophen hinzukommen. In einer grundsätzlichen Verschiebung hin zu einer pflanzenbetonten Ernährung in der deutschen Bevölkerung liegt enormes Potenzial, die Prävalenz der häufigsten Zivilisationskrankheiten zu reduzieren und gleichzeitig einen wirkungsvollen Beitrag zur Erreichung der Klimaziele zu leisten. Deshalb sollte die Bundesregierung die Proteinwende in der Ernährungsstrategie verankern und mit konkreten politischen Initiativen unterlegen.

Empfehlungen für politische Entscheidungsträger:innen:

- die Entwicklungen im LEH zu verfolgen, **das nationale Proteinverhältnis zu erfassen** und langfristig die Erreichung eines umweltverträglichen Protein Splits anzustreben, ähnlich wie es die niederländische Regierung angeht

- den Protein Split als Indikator zur Umsetzung der Ernährungsstrategie des Bundes aufzunehmen und die Etablierung in der Praxis, insbesondere die **Anwendung im Außer-Haus-Markt**, zu **unterstützen**
- Ähnlich dem Vorbild Dänemarks einen **Aktionsplan für den Aufbau eines pflanzlichen Sektors** für zukunftsfeste Arbeitsplätze **zu entwickeln**, gemeinsam mit Akteuren entlang der gesamten Wertschöpfungskette und hinterlegt mit einem konkreten Budget²⁶
- **Anreize für die Erweiterung des Proteinangebots aus der Landwirtschaft zu schaffen.** Denkbare Anreize für Landwirte könnten sein:
 - **Steigerung der Nachfrage nach pflanzlichen Rohstoffen** durch Förderung der weiteren Verbesserung von pflanzenbasierten Fleisch-, Fisch-, Milch- und Eialternativen
 - **Abnahmegarantien** von pflanzlichen Rohstoffen zu Mindestpreisen seitens der öffentlichen Gemeinschaftsverpflegung, verarbeitenden Betrieben und des Lebensmitteleinzelhandels zu fördern
 - Schaffung eines Kompetenzzentrums für Proteine der Zukunft um den **Aufbau von resilienten, wettbewerbsfähigen Wertschöpfungsketten** zu unterstützen
 - **Verbreitung von Erfahrungswissen** zur Erweiterung ihres Proteinangebots für Landwirte durch Schulungs- und Modellprojekte im Rahmen des „Chancenprogramm Höfe“
- Die **Forschungsförderung zu innovativen Herstellungsmethoden für Proteine** auf Basis von Fermentation oder Zellkultivierung **deutlich auszubauen**

Die Erfassung des Protein Split ist ein wegweisendes Vorgehen, mit dem der LEH eine Vorreiterrolle in der dringend benötigten Proteinwende einnehmen kann. ProVeg, die Albert Schweitzer Stiftung und BALPro empfehlen branchenweit die Auswertung der Daten mittels der Protein-Tracker-Methode. Ziel ist es, den Protein Split langfristig als universelle Kennzahl der Proteinwende zu etablieren und damit das unternehmerische und politische Engagement für eine Veränderung des Ernährungsverhaltens in der Bevölkerung abzubilden.

ProVeg e. V.,
 Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt,
 Bundesverband für Alternative Proteine (BALPro) e. V.,

Berlin, 18. Juli 2024

²⁶ Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri (2023): Danish Action Plan for Plant-based Foods. Online unter: <https://fvm.dk/Media/638507727168382898/Danish-Action-Plan-for-Plant-based-Foods.pdf> [11.07.2024]

Ansprechpartner:

ProVeg e. V.

Dirk Liebenberg, Senior Project Manager
Corporate and Institutional Engagement
Mail: dirk.liebenberg@proveg.org



Albert Schweitzer Stiftung für unsere Mitwelt

Esther Rabofski, Interim Leitung
Lebensmittel-Fortschritt
Mail: er@albert-schweitzer-stiftung.de



Bundesverband für Alternative Proteinquellen (BALPro) e. V.

Godó Röben, Vorstand
Mail: dialog@balpro.de



Berechnung eines Zielwertes für den Protein Split auf Grundlage der Planetary Health Diet

Die Zielsetzungen für einen gesundheitsfördernden und umweltverträglichen Protein Split orientieren sich an den Ernährungsempfehlungen der EAT-Lancet-Kommission, bekannt als Planetary Health Diet. Im Folgenden wird erläutert, **wie sich aus diesen Empfehlungen ein Protein Split von 60:40 (pflanzlich : tierisch) ableiten lässt.**

Logik der Berechnungen

Die Planetary Health Diet gibt Empfehlungen zu den täglichen Verzehrmenen je Lebensmittelkategorie. Um für diese Kategorien einen durchschnittlichen Proteingehalt abzuleiten, wurden Lebensmittelbilanzen der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (Food and Agriculture Organization of the United Nations, FAO) genutzt. Mit einem Dreisatz wurden aus der empfohlenen Verzehrmenge und dem zugehörigen Proteingehalt die tägliche Proteinzufuhr pro Lebensmittelkategorie geschätzt.

Ermittlung des Proteingehalts der Planetary Health Diet mittels FAO-Daten

Die FAO stellt Daten zur Produktion und Versorgung mit verschiedenen Lebensmitteln zur Verfügung. Dazu gehören unter anderem der Pro-Kopf-Verbrauch pro Jahr²⁷ mit verschiedenen Lebensmitteln sowie die Verbrauchsmenge an Protein aus verschiedenen Nahrungsquellen. Für die Schätzung des Proteingehalts der einzelnen Lebensmittelgruppen wurden Daten für Deutschland (Referenzjahr 2021) aus den FAO-Lebensmittelbilanzen verwendet.²⁸ Um die Daten der FAO mit denen der PHD vergleichen zu können, wurden verschiedene Gruppen von Lebensmitteln der FAO verwendet oder selbst gruppiert, die der PHD-Klassifizierung nahe kommen. Aus dem Verhältnis zwischen der Nahrungsversorgung pro Kopf („Food supply quantity“, kg/Kopf/Jahr) und der Proteinversorgung pro Kopf („Protein supply quantity“, g/Kopf/Tag) aus den FAO-Daten wurde die Proteinmenge für die PHD anhand eines Dreisatzes abgeleitet (Tabelle 1).

²⁷ Dieser Wert wird häufig mit dem tatsächlichen „Verzehr“ (Consumption) verwechselt. Es handelt sich jedoch eher um den „Verbrauch“, da die Zahlen der FAO nicht um Verluste und Abfälle bereinigt sind. Zum Beispiel basieren die Zahlen für Fleisch auf dem Schlachtgewicht und enthalten immer noch Knochen und andere Teile, die im Regelfall nicht für den menschlichen Verzehr weiterverarbeitet werden.

²⁸FAO (2024): Food Balances (2010-). License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Online unter: <https://www.fao.org/faostat/en/#data/FBS>. [10.02.2024]

Tabelle 1: Ermittlung der Proteinzufuhr basierend auf den Empfehlung der Planetary Health Diet (PHD)

Lebensmittel	Aktuelle Nahrungsversorgung (g / Tag) [FAO] ²⁹	Aktuelle Proteinversorgung (g / Tag) [FAO] ²⁹	Empfohlener Verzehr (g / Tag) [PHD] ³⁰	Toleranzspanne [PHD] ³⁰	Niedrige Schätzung Proteinzufuhr laut PHD (g / Tag)*	Hohe Schätzung Proteinzufuhr laut PHD (g / Tag)**	Korrigierter Proteinanteil für Fisch und Nüsse (g / Tag)***
(Vollkorn)getreide	277	22,76	232		19,03	25,37	19,03
Stärkehaltiges (Wurzel-)Gemüse	170	2,5	50	0 - 100	0,73	0,88	0,73
Anderes Gemüse	550	162,8	300	200 - 600	2,09	2,58	2,09
Obst	280	82,8	200	100 - 300	0,98	1,22	0,98
Milchprodukte	570	32,31	250	0 - 500	14,15	15,21	14,15
Rind, Lamm und Schwein	158,9	22,27	14	0 - 28	2,05	2,96	2,05
Hähnchen und anderes Geflügel	48,3	8,22	29	0 - 58	4,94	8,23	4,94
Eier	43,7	4,48	13	0 - 25	1,33	1,48	1,33
Fisch	31,8	3,56	28	0 - 100	3,13	3,52	5,18
Hülsenfrüchte	11,4	2,37	75	0 - 100	15,6	16,25	15,6
Nüsse	52,1	1,76	50	0 - 75	1,69	2,03	8,25
Ungesättigte Öle	-		40	20 - 80	-	-	
Gesättigte Öle	-		11,8	0 - 11,8	-	-	
Alle Zucker	-		31	0 - 31	-	-	
Verhältnis pflanzlich / tierisch					61 / 39	61 / 39	63 / 37

* Die Proteinzufuhr ergibt sich aus dem Proteingehalt der Lebensmittelgruppe (ermittelt aus den FAO-Daten der ersten beiden Spalten) multipliziert mit der empfohlenen Verzehrmenge der PHD (3. Spalte)

** Basierend auf einer Neuberechnung des aktuellen Nahrungsverzehrs inkl. Berücksichtigung von Abfällen und Verlusten. Für die Umrechnung von Schlachtgewicht zu Fleischprodukt wurden die Faktoren 0,67 (Rind), 0,73 (Schwein), 0,6 (Geflügel) sowie 0,66 für Schafe und Ziegen genutzt.³¹ Für die anderen Kategorien wurden europäische Daten der FAO zu generischen Verlusten in der Wertschöpfungskette auf Konsumebene genutzt.³²

*** In den Kategorien „Fisch“ und „Nüsse“ wurde der angenommene Proteinanteil auf 18,5 % bzw. 16,5 % korrigiert.

Aus diesen Berechnungen – sowohl mit den Original-FAO-Daten („niedrige Schätzung“) als auch unter Berücksichtigung von Abfällen und Verlusten in der Lebensmittelproduktion („hohe Schätzung“) – ergibt sich für die Ernährungsempfehlungen der Planetary Health Diet ein

²⁹ FAO (2024): Food Balances (2010-). License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Online unter:

<https://www.fao.org/faostat/en/#data/FBS>. [10.02.2024]

³⁰ EAT-Lancet Commission (2019): Healthy Diets From Sustainable Food Systems. Summary Report of the EAT-Lancet Commission. Online unter:

https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf [10.07.2024]

³¹ OECD/FAO (2023): OECD-FAO Agricultural Outlook 2023-2032, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/08801ab7-en>.

³² FAO (2011): Global food losses and food waste – Extent, causes and prevention. Rome. Online unter: <https://www.fao.org/4/mb060e/mb060e00.pdf> [11.07.2024]

Verhältnis pflanzlicher zu tierischer Proteine von etwa 61:39 – **was sich auf etwa 60:40 runden lässt.**

Datenbereinigung

Das Verhältnis von Protein- zu Verzehrmenge in den Daten der FAO für Fisch sowie für Nüsse und Samen erscheint bei genauerer Betrachtung ungewöhnlich niedrig. Als relativ eiweißreiche Lebensmittel wäre bei diesen Gruppen ein Proteinanteil von etwa 20 % zu erwarten. Stattdessen ergibt sich aus den Daten bei den Berechnungen mit der oben dargestellten Methodik ein Proteinanteil von 11 % (Fisch) beziehungsweise 3 % (Nüsse und Samen). Um diese Unstimmigkeit zu verbessern, wurde eine dritte Schätzung vorgenommen, bei der der Eiweißanteil in diesen Lebensmitteln auf 18,5 % (Fisch) und 16,5 % (Nüsse und Samen) korrigiert wurde.³³ Dadurch würde sich das Proteinverhältnis der Planetary Health Diet geringfügig auf 63:37 ändern, was gerundet immer noch etwa 60:40 ergibt.

Weitere Indikatoren für einen Protein Split von 60:40

Ende 2023 veröffentlichte der **niederländische Gesundheitsrat** einen Bericht, in dem er die niederländische Regierung aufforderte, ein Proteinverhältnis von 60:40 anzustreben und damit das derzeitige Verhältnis umzukehren.³⁴ Eine Umstellung auf eine Ernährung mit 60 % pflanzlichen und 40 % tierischen Proteinen wäre für die Gesundheit der meisten Niederländer von Vorteil.

Eine im Mai 2024 **in Nature Food veröffentlichte Studie** zeigt, dass ein Proteinverhältnis von 60:40 im Hinblick auf die Ernährung und die Versorgung mit Mikronährstoffen optimal sein und zudem eine signifikante Verringerung der Landnutzung (60 %) und Treibhausgasemissionen (81 %) bewirken könnte.³⁵ In dieser Studie wurden 18 Szenarien mit 2 Ernährungsansätzen entwickelt: eine Umstellung auf eine Ernährung entsprechend den Empfehlungen der Planetary Health Diet unter Beibehalt der derzeitigen Proteinzufuhr von 82 g pro Kopf und Tag, sowie die gleiche Ernährung mit einer Proteinzufuhr von 46 g pro Kopf und Tag. Strategien wie Anreicherung, Biofortifikation und Diversifizierung der Ernährung wurden in dieser Studie nicht berücksichtigt. Sie können jedoch die Aufnahme von Mikronährstoffen verbessern und damit das Verhältnis von tierischem zu pflanzlichem Eiweiß möglicherweise noch weiter verringern.

³³ Zugrunde gelegt wurden hier der Mittelwert des Proteingehalts verschiedener Fischarten- und -produkte sowie Nüsse und Samen auf Grundlage von Elmadfa, I., E. Muskat, D. Fritzsche et al. (2023): Die Grosse GU Nährwert Kalorien Tabelle. Gräfe und Unzer Verlag GmbH, München. Dieser Mittelwert wurde nicht nach Konsummengen der verschiedenen Produkte gewichtet.

³⁴ Health council of the Netherlands (2023): A healthy protein transition. Online unter: <https://www.healthcouncil.nl/documents/advisory-reports/2023/12/13/a-healthy-protein-transition> [11.06.2024]

³⁵ Simon, W. J., R. Hijbeek, A. Frehner, et al. (2024): Circular food system approaches can support current European protein intake levels while reducing land use and greenhouse gas emissions. *Nature Food* 5(5), 402–412. doi:10.1038/s43016-024-00975-2