

## Podcast Agrar Science - Wissen kompakt

Episode 145 vom 14.10.2025: Weg mit der Verschwendung! Wie wir Lebensmittel retten können

[Link zur Folge](#)

### Einleitung:

#### **Über eine Million Tonnen im Müll – wie wir Lebensmittelverschwendung stoppen können.**

Jedes Jahr landen in Österreich über eine Million Tonnen essbare Lebensmittel im Müll – und das meist völlig unnötig. In dieser Podcastfolge von „Agrar Science – Wissen kompakt“ der HBLFA Raumberg-Gumpenstein spricht Priv.-Doz. Dr. Andreas Steinwider mit Dr.<sup>in</sup> Michaela Hickersberger vom Ökosozialen Forum und Dr.<sup>in</sup> Alexandra Gruber von der Tafel Österreich über das Ausmaß und die Ursachen von Lebensmittelverschwendung. Dr.<sup>in</sup> Michaela Hickersberger und Dr.<sup>in</sup> Alexandra Gruber leiten gemeinsam, das Projekt „Isst das jemand?“. Sie zeigen uns, warum wir alle Teil des Problems – aber auch Teil der Lösung sein können. Mit vielen praktischen Tipps für den Alltag, spannenden Hintergrundinfos und einem Blick auf wichtige gesellschaftliche Initiativen. Ein Muss für alle, die nachhaltiger leben wollen!

### Das Interview führt: Andreas Steinwider

Interviewpartnerinnen: Alexandra Gruber (Die Tafel Österreich), Michaela Hickersberger (Ökosoziales Forum Österreich & Europa)

**Lebensmittel sind wertvoll. Gemeinsam setzen wir der Verschwendung ein Ende. Herzlich willkommen zu einer neuen Folge von Agrar Science – Wissen kompakt, dem Podcast der HBLFA Raumberg-Gumpenstein. Heute dreht sich alles um ein Thema, das uns alle betrifft, nämlich um Lebensmittelverschwendung. Rund eine Million Tonnen essbarer Lebensmittel landen jährlich in Österreichs Müll. Warum ist das so? Welche Auswirkungen das auf die Umwelt und Klima hat und vor allem, was wir dagegen tun können, darüber spreche ich, Andreas Steinwider, heute mit Frau Doktorin Michaela Hickersberger vom Ökosozialen Forum und Frau Doktorin Alexandra Gruber von der Tafel Österreich. Sie engagieren sich intensiv für einen bewussten Umgang mit unseren Lebensmitteln und bringen viele praktische Tipps und spannende Einblicke, basierend auf einem aktuell laufenden Projekt, mit. Schön, dass ihr heute bei mir seid und beim Podcast über Lebensmittelverschwendung mit mir redet.**

**Hickersberger:** Ja, danke für die Einladung.

Michaela, ich fange vielleicht bei dir an. Warum interessiert dich das Thema Lebensmittelverschwendung so sehr und was hat es auch für eine Bedeutung für uns alle?

**Hickersberger:** Ich habe vor ca. 10 Jahren zu einem Artikel recherchiert über den Wert von Lebensmitteln. Es wird ja immer gesagt, Lebensmittel sind zu teuer und diese Dinge. Ich habe mir mal angeschaut: Was sind Lebensmittel wert? Dabei sind mir die Zahlen zur Lebensmittelverschwendung, zu dem, was im Mist landet, untergekommen. Und da habe ich mir gedacht, das ist ein Wahnsinn, das kann ja wohl nicht sein. Ich habe mich selber beobachtet und mir wurde klar: ich werfe auch genug in den Mist, was eigentlich dort nicht hingehört. Und da war mir klar, wir sind Teil des Problems. Auch ich bin ein Teil des Problems. So bin ich irgendwie zu dem Thema gekommen.

**Und ihr habt dann, Alexandra, gemeinsam dieses Projekt entwickelt, eingereicht und ihr seid mitten in der Umsetzung. Das Projekt heißt „Isst das jemand?“. Kannst du uns ein bisschen was über dieses Projekt erzählen und was eure Ziele sind?**

**Gruber:** Ja, sehr gerne. Das Projekt „Isst das jemand?“ ist jetzt eigentlich genau ein Jahr alt. Wir haben vor einem Jahr begonnen, das Ökosoziale Forum Österreich & Europa und wir als Tafel Österreich, gemeinsam zu schauen, wie wir gemeinsam Bewusstsein in der allgemeinen Bevölkerung zum Thema Lebensmittelverschwendung schaffen können. Was uns als Die Tafel Österreich immer schon wichtig war, aber auch besonders in diesem Projekt, ist lösungsorientierte Arbeit. Es geht nicht darum, irgendeinen Schuldigen zu finden – man schaut immer ganz gern auf andere in der Kette, vielleicht den „bösen“ Handel, der so viel wegwirft oder einen anderen Bereich – sondern, du hast es eh schon gesagt, Micky: Hier muss man wirklich vor der eigenen Haustür kehren und da kann sich eigentlich wahrscheinlich keiner ausnehmen, ich mich auch nicht. Es gibt immer wieder mal den Fall, dass auch bei mir im Haushalt etwas schlecht wird. Und die Haushalte sind halt einmal für über 50 Prozent dieses Problems verantwortlich. Aber ich glaube an die Bewusstseinsbildung und es gibt gute Lösungen. Da ist für jeden und jede etwas dabei. Das wollen wir mit diesem Projekt forcieren, um hier einfach dafür zu sorgen, dass die Bewusstseinsbildung weitergeht in Richtung Verhaltensänderung. Das kann ein Restrezept sein oder das Thema Mindesthaltbarkeitsdatum mit neuen Augen zu sehen. Es gibt ganz, ganz viele unterschiedliche Maßnahmen und da ist für jeden und jede etwas dabei. Und das wollen wir mit dem Projekt forcieren, dass wir wirklich ins Tun kommen und zeigen, dass es für jede:n möglich ist, hier gegenzusteuern.

**Michaela, Lebensmittelverschwendung, was ist das eigentlich von der Definition her?**

**Hickersberger:** Lebensmittelabfälle kann man unterscheiden in vermeidbare und nicht vermeidbare Lebensmittelabfälle. Und wir beschäftigen uns bei der Lebensmittelverschwendung oder dem Kampf gegen die Lebensmittelverschwendung mit den vermeidbaren.

**Also all das, was wir noch essen könnten, oder?**

**Hickersberger:** Was grundsätzlich noch genießbar wäre bzw. wenn wir es rechtzeitig verwendet hätten, genießbar gewesen wäre. Manchmal ist die Grenze auch fließend. Was sind vermeidbare und was sind nicht vermeidbare Abfälle? Knochen sind wahrscheinlich eher schwer zu essen. Dinge, die

bereits schlecht geworden sind, weil sie schimmeln, sind dann auch nicht mehr essbar – aber die hätten vorher vermieden werden können.

**Alexandra, du hast vorhin die die Verschwendung im Haushalt angesprochen. Insgesamt eine Million Tonnen ist ja ein Wahnsinn. Wenn ich zum Beispiel sage, ein LKW hätte 10 Tonnen Lebensmittel geladen und ich schmeiße 1 Million Tonnen im Jahr weg, dann sind das 100.000 LKW-Fahren. Oder zumindest 50.000, wenn 20 Tonnen oben wären. Ein Wahnsinn, oder? Wenn man das aufteilt – mehr als die Hälfte bei uns zu Hause, die andere in der Herstellung, in der Verarbeitung, in der Landwirtschaft – fehlt da noch was?**

**Gruber:** Also in der Landwirtschaft reden wir ja oft nicht von Lebensmittelabfällen, sondern eher von Überschüssen oder von Lebensmittelverlusten. Dann haben wir den Bereich der Produktion, wir haben Großhandel/Handel und wir haben die Gemeinschaftsverpflegung.

**Da fällt auch viel an, oder?**

**Gruber:** Ja. Wir als Die Tafel Österreich decken die ganze Wertschöpfungskette ab, weil wir natürlich überall Lösungen anbieten. Aber für uns endet das Lösungsanbieten eben nicht bei der Gemeinschaftsverpflegung, sondern geht bis zu den Haushalten.

**Erklärst du uns kurz Die Tafel Österreich?**

**Gruber:** Wir retten seit über 25 Jahren noch genusstaugliche Lebensmittel entlang der Wertschöpfungskette und versorgen damit kostenfrei arbeitsbedingte Menschen in sozialen Einrichtungen. Das sind Mutter-Kind-Häuser, Frauenhäuser, Obdachlosenheime, Asylzentren bis hin zu Tagesberatungsstellen, wo Menschen aus der eigentlichen Not geholfen wird. Das heißt, für uns ist das Lebensmittel ein ganz wichtiges Vehikel, damit soziale Einrichtungen noch besser ihre Arbeit machen können, sprich in der Sozialarbeit die Menschen erreichen können. Wir sehen zum Beispiel, dass an den Tagen, wo wir Lebensmittel liefern, mehr arbeitsbedingte Menschen in eine Einrichtung kommen. Und wenn wir ein Lebensmittel oder vielleicht sogar eine Speise liefern, ist natürlich dann eine Person, wenn sie satt ist, viel zugänglicher, um einen Blick auf ihre eigenen Sorgen zu werfen und dann kann der Sozialarbeiter ganz anders wirkungsvoll werden. Das ist für uns diese wichtige Synergie und da versorgen wir mittlerweile 75.000 arbeitsbedingte Menschen in ganz Österreich in rund 200 sozialen Einrichtungen.

**Also sehr, sehr wertvoll.**

**Gruber:** Wir bemühen uns. Und wir versuchen auch immer zu schauen, wie können wir unsere Wirkung noch weiter erhöhen. Weil: auch für uns als spendenfinanzierter Verein ist natürlich der Input Geld. Aber der Output ist nicht Geld, sondern eigentlich Wirkung. Und da schauen wir halt sehr stark,

was haben wir für einen ökologischen Fußabdruck, wie können wir den noch verbessern, aber auch den sozialen Mehrwert.

**Michaela, kannst du ein bisschen einen Überblick geben: Wenn man die österreichischen Zahlen international einordnet, sind wir hier vorne mit dabei im Verschwenden oder im super Umgang?**

**Hickersberger:** Im super Umgang sind wir nicht an erster Stelle, also wir sind jetzt nicht an der Front, wo wir uns besonders auf die Schulter klopfen müssten. Wo Österreich besonders ein Problem hat, ist der Anteil, der im Haushalt anfällt. Hier haben wir einen sehr hohen Anteil, wie Alexandra schon gesagt hat – über die Hälfte der Lebensmittelabfälle.

**685.000 Tonnen pro Jahr ...**

**Hickersberger:** ... das ist gewaltig. Da könnte man etwas tun und wenn wir uns alle bei der Nase nehmen, könnte da auch ein bisschen was eingespart werden.

**Warum sind wir gerade hier so schlecht in Österreich? Geht es uns zu gut? ist unser Lebensumfeld besonders oder unterscheiden wir uns da von anderen Ländern so stark? Was hat sich vielleicht auch bei unserem Konsumverhalten in den letzten Jahren verändert? Oder waren wir immer schon so katastrophal?**

**Hickersberger:** Also die Zahlen reichen nicht so weit zurück, dass man das genau sagen könnte. Ich denke, es wird eine Mischung aus allem sein und ich glaube, dass viele Leute auch nicht wissen, wie sie mit Lebensmitteln umgehen können. Es ist sehr wenig Wissen vorhanden und sehr viel Unsicherheit. Du hast es bereits angesprochen, Alexandra, bezüglich Mindesthaltbarkeitsdatum: was heißt denn das? Ist es abgelaufen? Ist es gefährlich oder auch nicht? Auch Kochen wird nicht mehr wirklich gelehrt oder gelernt. Es hängt, glaube ich, mit vielen verschiedenen Dingen zusammen. Aber Wissen ist einmal ein erster Schritt, um in die richtige Richtung zu gehen.

**Vielleicht gehen wir die Punkte ein bisschen an, was man zu Hause tun kann. Ich sehe das auch bei der Jugend, dass sie sehr stark auf das Haltbarkeitsdatum fokussieren. Wenn das überschritten ist (und selbst wenn es im Kühlschrank super verwahrt wird), ist das kritisch. Man nimmt nicht die Sinne zur Hilfe. Also vielleicht können Sie uns da jetzt mal sagen: Wie gehen wir es an, wie lagern wir überhaupt Lebensmittel?**

**Gruber:** Absolut. Wir sehen auch an Studien sehr gut, woran es denn im Haushalt hakt. Die Top-Themen sind eben einerseits falsche Interpretation des Mindesthaltbarkeitsdatums, dann das Thema richtige Lagerung und dann geht es eh schon in Richtung „was kann ich aus Resten noch herstellen?“. Also das sind immer so die Top-Themen.

**Ist vielleicht der Einkauf auch ein Thema? Nach dem Motto „nimm zwei, zahl drei und brauchen tust du eh nur eins“?**

**Gruber:** Genau. Da hat natürlich der Österreicher, sage ich mal, schon auch ein bisschen eine Schnäppchen-Mentalität. Jäger und Sammler. Leute freuen sich, dass sie ein Überraschungssackerl im Handel ganz günstig erworben haben. Dann schmeißen sie vielleicht die Hälfte weg und glauben trotzdem: Wir sind jetzt die ganz großen Lebensmittelretter, weil wir haben ja die andere Hälfte gerettet. Im Prinzip hätten wir das wahrscheinlich sowieso als gemeinnütziger mildtätiger Verein abgeholt und gerettet und dann wirklich der Verwendung zu 100 Prozent zugeführt. Aber okay, so gibt es halt ja auch im Einkauf sicher den einen oder anderen Trigger, der uns dann möglicherweise selber dazu verleitet.

**Aber jetzt gehen wir ein bisschen zur Lagerung vielleicht, vielleicht kannst du uns zur Lagerung ein bisschen was sagen.**

**Gruber:** Wir wissen nach Untersuchungen mit der Lebensmitteluntersuchungsanstalt, dass oft zum Beispiel der Kühlschrank zu Hause zu warm eingestellt ist. Da beginnt es schon; dass der Verderb früher einsetzt und auch, dass sich Keime leichter weiterverbreiten. Dann gibt es im Kühlschrank unterschiedliche Temperaturzonen. Das versuchen wir auch sehr praxisnah zu vermitteln: Wo gehört denn welches Lebensmittel richtig gelagert? Oben ist es üblicherweise wärmer als unten, das heißt sensible Fleischsorten, die möglicherweise auch ein Verbrauchsdatum haben, weiter unten und weiter oben die eher unkritischen Lebensmittel. Da sehen wir an der Aufklärungsarbeit, dass man oft eben zu Hause optimieren kann und damit zu einer längeren Haltbarkeit der Lebensmittel beiträgt. Beziehungsweise auch lehrt, was gehört denn in den Kühlschrank, was gehört in das Obst- und Gemüsefach, was gehört überhaupt außerhalb vom Kühlschrank gelagert, was gehört nicht miteinander gelagert, weil es dann eben auch den Verderb anfeuern könnte. Da gibt es ganz viele praktische Tipps, was die Lagerung betrifft. Gerade bei Obst und Gemüse ist es oft notwendig, Wissen weiterzugeben. Wir sehen es bei unseren eigenen Ehrenamtlichen: Wenn die Obst und Gemüse sortieren, kann es sein, dass einer sagt „Ach, das ist unbedenklich, da ist vielleicht ein kleiner Schimmelflaum, das kann ich ja wegschneiden“. Das geht vielleicht beim Strunk vom Paprika noch gut, aber bei einer anderen Frucht ist das schon eigentlich gefährlich, weil sich hier der Schimmel möglicherweise auch nach innen nachgezogen hat. Also da gibt es ganz viel wo man sagt, ja da fehlt das Wissen, da geht es um Lebensmittelernährungs kompetenz und letztendlich auch um Lebensmittelsicherheit. Das wird oft nicht mehr in den Schulen so gelehrt, wie es vielleicht früher war. Ich kenne es noch aus meiner Zeit, da gab es halt das Fach Kochen. Heute wird dieses Wissen vielleicht nicht mehr so weitergegeben, auch nicht von den Älteren zu den Jüngeren. Wir sehen mit unserem Projekt, dass wir da ganz viel Wissen auf fruchtbaren Boden setzen können und sich dieses dann hoffentlich vermehrt und weiterträgt in die Haushalte.

**Das heißt, was ihr in dem Projekt erarbeitet oder weitergebt, richtet sich auch gerade an Schulen und Lehrkräfte, um das weiter zu transportieren, oder?**

**Gruber:** Auch. Es ist wirklich jeder und jede gefordert und oft sehen wir, dass Kinder und Jugendliche gute Multiplikator:innen sind, natürlich auch, um die Eltern und Haushalte mitzunehmen.

**Hickersberger:** Die Kinder sind gar nicht das Problem, es sind schon die Eltern auch das Problem. Also da müsste sich jeder bei der Nase nehmen.

**Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist natürlich schon ein kritischer Bereich. Es macht ja an sich Sinn, dass es draufsteht. Das kommt nicht von ungefähr. Den Konsumenten, die Konsumentin dahin zu bekommen, ein abgelaufenes Produkt zu verwenden, das braucht schon gute Sinne oder? Und auch Wissen.**

**Hickersberger:** Ich glaube, das Wichtigste ist einmal zu unterscheiden, was ist das Mindesthaltbarkeitsdatum und was ist das Verbrauchsdatum. Es gibt Produkte mit einem Mindesthaltbarkeitsdatum, das ist zum Beispiel Joghurt, da garantiert der Hersteller bei richtiger Lagerung, dass es die Qualität hat, die es haben soll. Bei einem Verbrauchsdatum steht dann „zu verbrauchen bis“, das wäre zum Beispiel Fisch, Fleisch oder Geflügel – und das soll wirklich nicht überzogen werden. Selbst bei richtiger Lagerung ist das Ding dann nachher vielleicht gefährlich, das gehört wirklich weg. Aber ich glaube, zu unterscheiden zwischen „mindestens haltbar“ und „zu verbrauchen bis“ ist einmal der erste Schritt, um zu sagen: Okay, da ist keine Gefahr und da kann ich dann sehen, riechen, schmecken, ist das noch gut. Dazu muss ich aber auch mal gelernt haben, wie es richtig gehört.

**Und das versucht ihr in eurem Projekt auch praktisch hinauszutragen oder wie kann man sich das vorstellen? Wie vermittelt ihr dieses Wissen?**

**Gruber:** Unter anderem durch tolle Möglichkeiten wie diesen Podcast. Weil natürlich zählen die modernen Medien ganz wichtig dazu, aber genauso durch Offline-Events, Online-Events, wir versuchen mit Infoständen die Zielgruppen von beiden Vereinen zu verschneiden, weil wir sehen, gemeinsam kommen wir einfach aus unseren jeweiligen Blasen so gut raus und können viel mehr in die Breite gehen. Und da haben wir ganz tolle Eventformate, auch Dialogformate, wo sich die Bevölkerung beteiligen kann: Sei es mit Quizformaten oder dass sie bei Dialogformaten anwesend sind und sich an der Diskussion beteiligen. Weil das sehen wir auch: es ist ganz wichtig, die Diskussion emotionalisiert, das Thema emotionalisiert und wir müssen hier Räume schaffen, damit man den Austausch ermöglicht. Austausch letztendlich auch mit den Stakeholdern der Wertschöpfungskette, also dass auch mal ein Landwirt dabei ist oder der Handel. Weil es gibt oft unterschiedliche Perspektiven und der Austausch ist wichtig. Durchs Reden kommen die Leute zusammen. Und das ist uns auch in diesem Projekt so wichtig, dass wir hier gemeinsam den Austausch suchen und auch die Landwirtschaft wieder ein Stück näher zum Konsumenten bringen. Wir sehen uns ein bisschen als Enabler für diese Austauschformate, die wir für sehr, sehr wertvoll halten und mit denen wir bis jetzt sehr gute Erfahrungen gemacht haben.

**Wir haben am Anfang von Restverwertung gesprochen. Wie kann ich mir das vorstellen, Michaela? Braucht es da spezielles Wissen zum Kochen?**

**Hickersberger:** Also ein bisschen Wissen brauche ich schon, was ich mit Sachen machen kann. Es gibt aber auch schon sehr gute Apps, wo sich dann einfach mit bestimmten Zutaten, die ich zu Hause habe, Rezepte ergeben. Da findet man auch was. Aber ich glaube, ein bisschen kochen lernen und ausprobieren muss es auch sein.

**Da kann ich vielleicht auch was dazu sagen. Wir haben einmal eine Bio-Jugendstudie gemacht und uns angeschaut bei Jugendlichen: Wer konsumiert bewusster oder wer isst eher mehr Fast Food? Und das korreliert sehr eng. Es gibt einen kausalen Zusammenhang zwischen selbst kochen bzw. sich mit dem Lebensmittel zu beschäftigen und mit dem, was man dann auch kauft. Man kann offensichtlich, wenn man es selbst verarbeitet, den Wert eines Produktes besser wertschätzen. Das haben wir daraus abgeleitet und das spielt auch hier hinein. Wir sind ja ein bisschen in einer Zeit, wo wir das Kochen ein bisschen durch Convenience-Lebensmittel und so weiter verdrängen, oder? Und da müssen wir gemeinsam gegensteuern. Ich glaube, das tut auch der Landwirtschaft gut, weil gerade die österreichische Landwirtschaft auf Qualität setzt und da brauchen wir den mündigen Konsumenten, der weiß, was Qualität ist.**

**Gruber:** Absolut, und auch wo kommt was her. Das hören wir auch oft, dass der Bezug – wo kommt das Lebensmittel eigentlich her – nicht gegeben ist. Geschweige denn die Auseinandersetzung mit dem Lebensmittel. Bis hin zu dem Thema, was wir auch immer mehr aus der Praxis hören: dass es auch das gemeinsame Abendessen in der Familie manchmal nicht mehr gibt. Ich bin noch in einer Zeit aufgewachsen, da war es undenkbar, dass wir einmal nicht als Familie gemeinsam Abendessen. Da wurde eigentlich fast immer gekocht oder halt zumindest ein Restl nochmal aufgewärmt.

**Und kommuniziert vor allem.**

**Gruber:** Ja! An der Tafel oder am Tisch kommen einfach die Leute zusammen. Auch hier. Ich kann mir das gar nicht vorstellen, aber es dürfte schon so sein, dass einfach die Zeit ein immer knapperes Gut wird, auch in den Familien. Jeder geht seinen Weg und dann hat man nicht dieses gemeinsame Erlebnis des Genusses. Essen sollte ja eigentlich im besten Fall ein Genussmoment sein.

**Hickersberger:** Wir sehen auch, dass die Haushaltsgrößen kleiner werden, es gibt immer mehr Single-Haushalte, wo das Kochen sicher auch ein größeres Problem darstellt.

**Weil es nicht so lustig ist. Und dann geht man eher wohin. Das verstehe ich schon.**

**Gruber:** Oder weil es auch die Packungsgrößen nicht gibt. Da bin ich beim nächsten Thema. Weil dann kauft man vielleicht eh sogar lieber – wenn man es sich leisten kann und die Möglichkeit hat –

bei einem Bauernmarkt, wo man auf Stückbasis kaufen kann. Da habe ich im Handel oft eher meine Probleme und bin bei anderen Bezugsquellen möglicherweise als Singlehaushalt besser und auch kostengünstiger aufgehoben.

**Ich habe gelesen, wenn wir Lebensmittelverschwendung reduzieren würden, könnten wir bis zu 10 % der Treibhausgasemissionen, die im Bereich Lebensmittelkonsum insgesamt entstehen, mit einem Schlag reduzieren. Das sind große Zahlen und das hat natürlich auch finanziell große Bedeutung. Wir reden sehr viel darüber, dass Lebensmittel billiger werden müssen. Was dann oft auch Probleme in der Qualität verursacht oder mit dem, was davor passiert. Aus dieser Sicht macht es nur Sinn, hochwertige Lebensmittel zu kaufen und mit diesen auch hochwertig umzugehen. Schonend und nicht über den Bedarf hinaus zu kaufen. Was macht das monetär aus? Haben Sie da Zahlen dazu?**

**Hickersberger:** Also es sind Schätzungen, aber die gehen von 400 bis 800 Euro pro Haushalt und Jahr aus. Das ist eine ordentliche Summe, wenn man das hochrechnet. Bei vier Millionen Haushalten – Daumen mal Pi – sind das 1,6 Milliarden Euro. Wir haben es ausgerechnet, das ist circa ein Fünftel der Pflegeausgaben im Bundeshaushalt, das ist schon was. Das könnte man sich ersparen.

**Das könnte sich jeder Haushalt ersparen, oder?**

**Hickersberger:** Ich meine, das ist jetzt ein Durchschnitt, Es wird sicher Haushalte geben, wo weniger weggeschmissen wird, aber grundsätzlich ist das kein Verlust, wenn man sich das erspart. Also ich esse deswegen nicht schlechter.

**Gibt es noch weitere Effekte, neben Emissionsreduktion und Kosten?**

**Gruber:** Auch das Soziale. Das sehen wir schon, dass das auch in Gesprächen mit der Bevölkerung immer gut ankommt. Es ist einfach eine Tatsache, dass es in Österreich rund 420.000 Menschen gibt, die an schwerer Ernährungsarmut leiden. Da ist wirklich der Kühlschrank leer und die lassen Mahlzeiten aus. Wenn man solche Zahlen hört, überlegt man auch noch einmal mehr: Da gibt es Menschen, die können sich die wichtigsten Lebensmittel nicht leisten und auf der anderen Seite schmeiße ich sie weg. Oft ist das auch ein gutes Argument, sein eigenes Verhalten zu reflektieren. Unser Verein arbeitet natürlich tagtäglich an dieser Umverteilung. Da gibt es einen Überschuss, dort gibt es einen Mangel ... Wie können wir diese Brücke möglichst effizient schlagen und wie kann da wirklich jeder seinen Beitrag leisten? Auch in anderen Bereichen, in der Gemeinschaftsverpflegung zum Beispiel, oder auch bei Events. Das kennt jeder von uns: ein Event ist auf 100-150 Leute ausgerichtet und dann wird vielleicht der Caterer schief angeschaut, wenn dann viel überbleibt. Aber eigentlich haben wir es hier oft in der Hand, weil ich muss mich halt rechtzeitig an- oder abmelden. Wir stellen oft fest, dass man sich dann nicht mehr so leicht wo abmeldet. Oder es ist einem vielleicht ein bisschen egal, sag ich mal. Aber das wirkt sich in der Kette beim Caterer aus und auch da wird dann wertvolles Essen, das andere Menschen dringend bräuchten, einfach weggeschmissen. Auch in dem

Bereich haben wir, glaube ich, einen sehr großen Hebel, bewusster umzugehen, dass wir auch da den Konsumenten und die Konsumentin in die Pflicht nehmen. Oder auch: es bleibt am Teller was über, dann kann ich mir in der Mitnahmebox was nach Hause mitnehmen und dafür sorgen, dass wertvolle Ressourcen nicht dann im Restaurant zum Beispiel im Müll landen.

**Du hast vorher gesagt, ihr schaut euch die gesamte Lebensmittelkette an. Vielleicht können wir jetzt ein bisschen über den Haushalt hinausschauen. Ich habe schon das Gefühl, dass sich in Österreich hier viel verändert hat und dass sich zum Beispiel der Handel bemüht oder auch die Landwirtschaft bemüht, dass Lebensmittel, die vielleicht optisch nicht so schön ausschauen, dann anders verarbeitet werden oder in andere Produktschienen hineinlaufen. Da ist einiges mit Start-ups zum Beispiel auch aufgebaut worden. Oder der Handel gibt an euch Produkte weiter. Vielleicht können wir über das auch ein bisschen reden: was läuft gerade, wo könnte man noch forcieren, dass man das Ganze ein bisschen im Bild hat.**

**Gruber:** Ja, sehr gerne. Ich teile deine Einschätzung, es passiert sehr viel und das Glas, würde ich sagen, ist halb voll. Wir sollten auf das fokussieren, wo wir eh schon gut unterwegs sind und hier noch mehr tun. Also Handel war zum Beispiel bei uns als Tafel Österreich ein Partner der ersten Stunde. Uns gibt es jetzt 26 Jahre, das war eigentlich so die erste Kooperation, die sich aufgebaut hat und wo man schon über die Jahre gemerkt hat, die Bewusstseinsbildung ist auch im Handel auf einen fruchtbaren Boden gefallen und es wird geschaut, dass abverkauft oder gespendet werden kann, was ganz wichtig ist für uns und andere gemeinnützige, mildtätige Vereine. Es gibt noch neue Themen, zum Beispiel das Thema Fleischrettung, was wir gerade angehen.

**Fleischrettung? Kannst du mir das erklären? Wenn du etwas Neues hineinwirfst, dann hinterfrage ich es.**

**Gruber:** Ja, Fleisch ist natürlich eine ganz wertvolle Ressource und das hat ein Verbrauchsdatum. Michaela, du hast es schon kurz angesprochen – das ist heikel, das muss mit der Kühlkette entweder gekühlt oder tiefgekühlt transportiert werden, aber auch da gibt es Ausnahmeregelungen für Vereine wie Die Tafel Österreich, dass wir das retten und weitergeben dürfen, wenn entsprechende Richtlinien eingehalten werden. Und das ist natürlich ein super Thema für die Zukunft, wo man sagen kann, ja konzentrieren wir uns auf Fleisch, was ein Verbrauchsdatum hat und halten wir natürlich Lebensmittelsicherheit und Hygiene ein, aber schauen wir trotzdem, dass diese wertvolle Ressource zu den armutsbetroffenen Menschen kommt.

**Genau diese Lebensmittel fehlen oft in einem leeren Kühlschranks, oder? Und die sind sehr wertvoll, weil sie ja von den Inhaltsstoffen her – hohe Eiweißqualität, Mineralstoffgehalte etc. – sehr gut sind, oder?**

Genau, Fleisch ist sicher eher Mangelware bei armutsbetroffenen Menschen aber auch Obst und Gemüse ist immer ein Thema. Wir fragen immer, wo am meisten Bedarf ist und das sind eigentlich so

die Hauptkategorien. Was schön ist, weil auch da ich habe oft das Gefühl, dass bei armutsbetroffenen Menschen das Bewusstsein, was eine gesunde Ernährung ist, sehr verankert ist und das sehen wir auch an Studien. Aber da müssen wir einfach die Brücke schlagen, damit eben diese Menschen, die es sich nicht leisten können, die aus irgendeinem Grund in die Armut geschlittert sind, die bestmögliche Ernährung bekommen und auch bestmögliche sozialarbeiterische Unterstützung.

**Habt ihr auch Schnittstellen zur Landwirtschaft, wo Produzenten Ware an euch weitergeben, weil sie über den Handel aufgrund ihrer Optik nicht absetzbar ist? Gibt es da Initiativen? Das ist natürlich logistisch eine Herausforderung, oder?**

**Gruber:** Absolut, aber wir sind in den letzten Jahren schon sehr stark in die Landwirtschaft gegangen, weil wir da einfach ganz viele Schnittmengen sehen. Einerseits hat uns natürlich immer mit den Bäuerinnen und Bauern die Wertschätzung von Lebensmitteln verbunden. Da wissen wir wirklich, wir ziehen an einem Strang – Wertschätzung für die Arbeit der Bäuerinnen und Bauern, aber auch für ihre Produkte. Jedes Lebensmittel, das wir weitergeben können und das aus irgendeinem Grund vielleicht am Acker oder im Lager verbleibt oder vom Handel zurückgeht, ist so wertvoll. Das ist eine ganz wichtige Ressource und hier ist es ganz, ganz wertvoll, die Arbeit der Bauern auch vielleicht zu unterstützen. Da oder dort zu schauen, braucht es auch Aufwandsentschädigungen, wenn uns die Bauern hier mit ihrer Arbeit unterstützen, um diese Brücke zu schlagen. Das ist logistisch eine Herausforderung, aber die meistern wir mittlerweile sehr gut. Da ist so viel Bedarf bei den armutsbetroffenen Menschen und auch ganz viel Wertschätzung für diese regionalen heimischen Produkte, dass es uns wirklich antreibt, hier noch mehr zu tun und auch mit Landwirt:innen in ganz Österreich noch stärker zu kooperieren. Vom kleinen Überschuss oder irgendeiner Ware, die aus dem Handel zurückkommt, die zu groß, zu klein, zu dick, zu dünn ist – wo wir ja auch sehr viel im Rahmen unseres gemeinsamen Projektes Bewusstseinsbildung machen – bis hin zu Tonnen, die übrigbleiben ... da gibt es ganz viele Möglichkeiten. Wir versuchen, alles möglich zu machen und so regional wie möglich auch dann weiter zu verteilen.

**Wie schaut es mit dem Handel aus? Was läuft hier schon gut und was könnte noch forciert werden?**

**Hickersberger:** Also das Thema mit den Multipacks ist sicher eines, das man sich anschauen kann. Also auf der einen Seite ist, wenn ich eine große Familie habe, der Multipack natürlich gut, weil ich da was günstiger bekomme. Wenn ich aber nur eine Einzelperson bin, dann ist vielleicht das „Kauf 3, zahl 2“ immer noch zu viel, immer noch teurer als wenn ich nur eins kaufe. Ich glaube, da gibt es schon Dinge, die da noch verbessert werden können, also dass man vielleicht den Multipack nicht unbedingt nehmen muss. Das liegt aber natürlich auch bei der Konsumentin und beim Konsumenten. Wir haben da sehr oft dieses Henne-Ei-Problem, wo der Handel sagt, ja ich biete es deswegen an, weil das gekauft wird, und die Leute kaufen es, weil es angeboten wird. Da gibt es sicher Dinge, die man noch verbessern könnte – und das ist ja auch der Sinn unseres Projektes, wo es darum geht, miteinander ins Gespräch zu kommen und sich gegenseitig zu erklären, wo man steht. Aber auch vielleicht den

anderen zu verstehen. Und es kann ja auch der einzelne Konsument etwas tun. Wenn ich zwei Dinge kaufe zum Preis von einem – vielleicht kann ich dann was einfrieren. Bei uns geht es ja vor allem auch darum, sich selber zu verbessern.

**Gruber:** Absolut. Wobei auch in unserem Dialogformat in der Urania kam dann raus, dass auch der Handel gesagt hat: Ah, das ist eigentlich eine gute Idee, dem werden wir nochmal nachgehen. Das ist vice versa irrsinnig befruchtend und es kommen dann doch immer wieder, auch bei Dialogformaten – und ich bin doch schon über zehn Jahre dabei – überraschend noch neue Ideen, wo man sagt, ja, das ist sicher zumindest wert, es weiter zu verfolgen.

**Aber arbeitet ihr auch mit Verarbeitungsbetrieben zusammen? Also ich sage jetzt zum Beispiel Molkereien.**

**Gruber:** Ja, wir arbeiten mit ganz vielen unterschiedlichen Produzent:innen zusammen, auch mit solchen, die uns z. B. aus Tomatenüberschüssen dann ein Sugo herstellen. Weil oft ist es so, dass, wenn ein Überschuss da ist, dieser in sehr großen Mengen anfällt. Und dann ist es auch hier eine logistische Meisterleistung, dass wir so rasch wie möglich versuchen, diese österreichweit, solange es noch gut ist, an soziale Einrichtungen zu verteilen. Wenn sich das nicht ausgeht, arbeiten wir eben mit Produzent:innen zusammen, die uns vielleicht was tiefrieren, wie zum Beispiel Tomatenüberschüsse, und zu einem späteren Zeitpunkt, wenn genug Tomaten zusammengekommen sind, daraus dann ein Passata beziehungsweise ein Sugo herstellen. Das kommt bei armutsbetroffenen Menschen, die vielleicht manchmal gar keine richtige Infrastruktur haben, gut an. Weil nicht jede:r hat eine eigene Wohnung oder eine Küche zur Verfügung. Da gibt es Wege, um eine gesunde Ernährung auch haltbar gemacht an bedürftige Menschen zu bringen. Dahingehend arbeiten wir mit vielen Produzent:innen in Österreich zusammen.

**Wenn ich mich jetzt als Produzent engagieren will, weil ich Gemüse im Überschuss habe oder einen Überschuss erwarte: Wo gehe ich hin, an wen kann ich mich wenden?**

**Gruber:** Mit uns kann man sehr niederschwellig entweder telefonisch Kontakt aufnehmen bzw. haben wir haben eine eigene Warensponder-Homepage. Man kann aber auch, wenn man digital orientiert ist, über unsere digitale Tafel-Drehscheibe direkt Lebensmittel einmelden. Dann werden sie auf kürzestem Weg auch mit der nächstgelegenen sozialen Einrichtung vernetzt. Also wenn der Landwirt eine kleine Menge hat, macht es natürlich keinen Sinn, dass man da einen Riesentransport braucht.

**Und sie nach Wien bringt, wenn man in der Steiermark sitzt ...**

**Gruber:** Genau. Deswegen versuchen wir alles anzubieten, auch digitalisiert. Wenn es schnell gehen muss, ist das ein großer Vorteil, sowohl für landwirtschaftliche Mengen, die rasch verteilt werden müssen, aber zum Beispiel auch Fertiggerichte oder Cateringspeisen. Da bewährt sich die Tafel-Drehscheibe und sonst sind wir über ein Logistikteam eigentlich rund um die Uhr erreichbar, weil wir

wissen, es muss oft schnell gehen und es schauen oft die Lösungen ganz unterschiedlich aus. Jede Warenspende ist anders. Manches muss vorsortiert werden bei uns, wir nehmen auch B-Ware oder selbst Kartoffeln, die vielleicht einen Drahtwurmbefall haben. Wir sortieren das aus bei uns, wir wissen, was wir tun, wie wir es tun und es sind noch immer hochwertige Lebensmittel, auch wenn wir vielleicht nur die Hälfte der Ware verwenden können.

### **Wenn ich mich selbst engagieren möchte und ich habe keine Landwirtschaft im Hintergrund – wie geht das?**

**Gruber:** Wir haben rund 300 ehrenamtliche Mitarbeiter:innen, primär im Raum Wien, Niederösterreich, Burgenland, aber jetzt zum Teil auch schon in den Bundesländern, die uns gerade bei so Vernetzungen zwischen Warensponder:innen und Empfängerinnen helfen. Auch da geht es ganz niederschwellig, mit uns Kontakt aufzunehmen, alle Details finden sich auf unserer Homepage [tafel-oesterreich.at](http://tafel-oesterreich.at). Da ist auch für jeden und jede etwas dabei. Manche wollen sich auch in der Bewusstseinsbildung weiter engagieren und halten zum Beispiel Vorträge an Schulen oder betreiben eben Infostände. Ohne Ehrenamtliche wäre unser Verein fast nicht lebensfähig. Das muss man einfach sagen. Ehrenamt ist so wichtig und arbeitet auch in beide Richtungen. Wir kriegen einerseits eine ganz wertvolle Zeitspende. Auf der anderen Seite kriegen viele Menschen durch uns Einblick in andere Lebenswelten und haben dann ein anderes Verständnis, was Armut bedeutet. Aber auch, dass sie im eigenen Haushalt dann plötzlich viel mehr Rüstzeug oder Ideen bekommen, wie man noch Lebensmittel noch verarbeiten kann und damit auch ein Beitrag gegen Lebensmittelverschwendung geleistet werden kann.

### **Michaela, euer Projekt läuft jetzt seit etwa einem Jahr. Wie lange läuft es noch und wo kann man sich informieren? Kann man auch teilnehmen?**

**Hickersberger:** Selbstverständlich, das ist der Sinn der Sache, dass die Leute da teilnehmen und mitmachen. Unser Projekt läuft noch bis April 2026 und wir haben auf unseren Webseiten – auf der Webseite von der Tafel Österreich, [tafel-oesterreich.at](http://tafel-oesterreich.at), und auf unserer Webseite, [oekosozial.at](http://oekosozial.at), – im Bereich „Isst das jemand?“ jeweils Informationen, Zahlen und Daten, aber natürlich auch, wann die nächste Veranstaltung ist. Wir haben Stände an unterschiedlichen Orten und bei „Isst das jemand? on Tour“ kann man einfach schauen, wo die nächste Veranstaltung ist.

### **Und ihr habt ja auch praktische Tipps, oder?**

**Hickersberger:** Selbstverständlich. Wie räume ich meinen Kühlschrank ein, Restlessen – wie geht das? etc. Aber es geht auch darum, einfach mit den Leuten einmal ins Gespräch zu kommen. Viele Leute, die zu uns kommen, sagen: Das ist schon ein Problem, aber ich selber schmeiße ja nichts weg. Also vielleicht auch da ins Bewusstsein zu rufen, beobachtet euch einmal selber, vielleicht schmeißt du ja auch etwas weg, was nicht notwendig wäre.

**Alexandra, zum Schluss: Bekommt ihr aus der Gesellschaft Rückmeldungen zu eurer Arbeit? Ich könnte mir vorstellen, sehr viel Positives, oder? Und gibt euch das auch Energie?**

**Gruber:** Ja, absolut. Das ist eigentlich der Antrieb, weil es kommen natürlich immer ganz viele Herausforderungen. Man würde immer gerne noch viel mehr auch an Projektarbeit, an bewusstseinsbildender Arbeit machen – und oft muss man dann wirklich auf die eigenen Ressourcen schauen, sowohl vom hauptamtlichen als auch vom ehrenamtlichen Team. Man stellt doch oft fest, okay, der Tag hat auch nur 24 Stunden – und leider kann man nicht alles umsetzen. Aber wir sehen einfach wirklich einen großen Hebel in dem, was wir tun. Und wenn wir es gemeinsam tun – mit euch vom Ökosozialen Forum, aber auch mit unseren Partnern entlang der Wertschöpfungskette bis hin zu den sozialen Einrichtungen – dann entsteht so viel Mehrwert, dass es uns wirklich antreibt, möglichst wirkungsvoll zu agieren und diesen Mehrwert noch weiter zu skalieren in ganz Österreich. Und letztendlich auch eine Umkehr in den Zahlen zu schaffen, weil das muss eigentlich der Antrieb sein. Die Zahlen sind in den letzten Jahren eher in die Gegenrichtung gegangen, vor allem im Haushalt, aber auch sonst stagnieren sie auf hohem Niveau. Wenn man sich die SDGs, die Sustainable Development Goals anschaut, haben wir unser eigentlich eine Reduktion vorgenommen. Da müssen wir jetzt eine Trendumkehr schaffen und das treibt uns an.

**Michaela, wenn du zum Schluss einen Appell an die Zuhörerinnen und Zuhörer – vor allem für Jugendliche, die unseren Podcast hören – richten kannst, was wäre das?**

**Hickersberger:** Nicht nur Kochsendungen anschauen, sondern vielleicht auch selber kochen, selber ausprobieren. Und auch wenn man mal scheitert, etwas schiefgeht, trotzdem dranbleiben. Ich glaube, wenn man mit Lebensmittel umgeht, dann schätzt man das auch Wert und ich glaube, das ist auch für junge Leute spannend, einmal aus etwas was zu machen.

**Ins Tun kommen, oder, Alexandra?**

**Gruber:** Ja, das sehe ich auch genauso. Wir haben ja zum Beispiel auch die TafelBox für übriggebliebene Speisen bei Buffets, Caterings, ... Wenn diese TafelBoxen dann am Ende der Veranstaltung aufgelegt werden und man beginnt mit dem eigenen Akt, sich da was einzupacken – das ist der erste Schritt des Tuns. Das klingt jetzt total simpel, aber es ist so: Jetzt bin ich Lebensmittelretter:in geworden und es rechtfertigt eigentlich nichts, dass man diese Mengen wegwirft, die können wir auch nicht weitergeben. Und dann wird die Box vielleicht noch im Haushalt weiter diskutiert. Das sind kleine erste Schritte. Und die haben aber insgesamt eine riesengroße Auswirkung.

**Hickerberger:** Auch zum Beispiel im Lokal. Wenn ich es nicht essen kann, das ist okay, aber dann kann ich es ja mitnehmen. Warum nicht?

**Gruber:** Danach fragen und zumindest eine Alufolie wird es geben oder vielleicht eben sogar die TafelBox. Ich glaube, da gibt es auch viel Potenzial. Das sind kleine Schritte und das addiert sich aber gewaltig.

**Ich bedanke mich für die Möglichkeit, mit euch über dieses spannende Thema zu sprechen. Es war ein sehr aufschlussreiches Gespräch und ich wünsche euch für eure Arbeit alles Gute und bei Ihnen zu Hause bedanke ich mich fürs Zuhören. Wir würden uns freuen, wenn Sie unseren Podcast teilen. Auf Wiederhören beim nächsten Mal bei Agrar Science – Wissen kompakt der HBLFA Raumberg-Gumpenstein. Danke!**