

Zutaten für die klimafreundliche Küche



Gute Wahl	0,2 kg CO ₂ e/kg Gemüse, frisch	0,2 kg CO ₂ e/kg Kartoffeln, frisch	0,5 kg CO ₂ e/kg Tomaten, frisch
	0,7 kg CO ₂ e/kg Hülsenfrüchte	0,8 kg CO ₂ e/kg Getreide	1,1 kg CO ₂ e/kg Nudeln
	1,6 kg CO ₂ e/kg Tofu (Soja)	1,8 kg CO ₂ e/kg Milch	2,1 kg CO ₂ e/kg Sonnenblumenöl
2. Wahl			
	2,6 kg CO ₂ e/kg Reis	3,2 kg CO ₂ e/kg Frischkäse	3,3 kg CO ₂ e/kg Kartoffeln, trocken
	3,6 kg CO ₂ e/kg Fisch	4,4 kg CO ₂ e/kg Olivenöl	4,5 kg CO ₂ e/kg Geflügel
Lieber nicht			
	5,7 kg CO ₂ e/kg Pommes TK	5,9 kg CO ₂ e/kg Sahne	6,9 kg CO ₂ e/kg Schwein
	9,3 kg CO ₂ e/kg Tomaten, Gewächshaus	9,4 kg CO ₂ e/kg Käse	10,2 kg CO ₂ e/kg Garnelen
	11,2 kg CO ₂ e/kg Lamm	12,1 kg CO ₂ e/kg Butter	16,7 kg CO ₂ e/kg Rind

CO₂-Emissionen ausgesuchter Lebensmittel im Vergleich. Quelle: Eaternity Database (EDB) © KlimaTeller 2019

Produktwahl
mehr pflanzlich
statt tierisch

Saisonalität
lieber frisch
statt konserviert

Regionalität
besser aus der Nähe
statt weit transportiert

Herstellung
lieber ökologisch
statt konventionell