

Titel:
Cool wie Quinoa

Idee der Sendung:

Kennst du Quinoa? Kleine braune Samen? Gekocht wie Reis? Nussiger Geschmack? Sagt dir nichts? Heute gibt's 5 Minuten Quinoa Facts! Lernen wir unsere Lebensmittel der Zukunft kennen. Was findet man am klimafreundlichen Speiseplan der nächsten Jahre?

Quellen:

1. <https://www.egger-quinoa.at/home/anbau-der-quinoa/>
2. <http://webapps.towson.edu/cbe/economics/workingpapers/2016-06.pdf>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=WsEC67poY90>
4. <http://marcfbellemare.com/wordpress/11813>

Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J. A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., ... Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. In *The Lancet* (Vol. 393, Issue 10170). [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)

Folge 104: Cool wie Quinoa
(Willett et al., 2019)

Wenn wir unsere Landwirtschaft dem Klimawandel anpassen wollen ... Wohin bewegen wir uns da?

Gute Frage. Lass mich dir heute 1 Antwort von unzähligen geben.

Kennst du Quinoa?

Hmm. Nur so vom Hören

Quinoa ist eine Getreideart aus dem Westen Südamerikas.
Und Quinoa ist eigentlich der absolute Wahnsinn. Ein ziemlicher Chiller, könnte man sagen.

Wieso?

Erstens: Quinoa ist es wurscht, wenn es mal ein bisschen heißer wird.

Zweitens: Weil ihm völlig egal ist, wie lang ein Tag dauert. Andere Pflanzen sind da wesentlich empfindlicher und wollen ihre genaue Anzahl an Sonnenstunden und Schönheitsschlaf.

Und drittens: Quinoa ist eine der Pflanzen, die besonders gut mit Salz umgehen können. Also man kann Quinoa mit salzigem Wasser gießen. Das ist super, weil wir mit Süßwasser sparsam umgehen müssen.

Cooooool!

Ja aber noch nicht ganz. Für die industrielle Landwirtschaft, lässt sich die Superpflanze allerdings noch nicht so gut nutzen.

Perfektion an den falschen Stellen?

Für Landwirtschaft in größerem Stil muss Quinoa noch besser gezüchtet werden.

Aber die Pflanze wird doch schon irgendwo kultiviert? Und ich dachte sie sei so chillig?

Quinoa ist nicht wirklich anspruchsvoll. Aber man will auch Ernteauffälle möglichst vermeiden können. Darum ist es zum Beispiel wichtig, dass die Pflanzen einen stabilen Stängel haben, um nicht umzuknicken bei starkem Regen oder Gewitter. Solche Eigenschaften will man noch herauskitzeln aus der Pflanze.

Ich glaub, ich habe Quinoa noch nie gesehen ... außer im Supermarkt. Wo wird er denn angebaut?

99% kommen immer noch aus den ursprünglichen Herkunftsländern: Bolivien und Peru. Dort wird er nicht immer unter romantischen Bedingungen produziert, wie wir uns das oft vorstellen.

Was meinst du damit?

Quinoa ist doch eines dieser sogenannten Superfoods, also Nahrungsmittel aus anderen Teilen der Erde, die bei uns momentan voll im Trend liegen. Diese finden sich langsam aber sicher im Speiseplan der privilegierten Bevölkerung in westlichen Ländern ein.

Ahhh so wie: Chia-Samen, Goji Beere oder die Königin dieser Disziplin: Die Avocado.

Genau!

Viele dieser Superfoods bringen ethische Bedenken mit sich. Das heißt auch bei Quinoa gibt es solche sozialen und/oder ökologischen Probleme?

Ja, leider. Lebensmittel, die wir nun neu in unseren Supermärkten finden, werden von irgendwo angekauft und dieser Handel ist oft ein schmutziges Geschäft. Davon bekommen wir im Supermarkt allerdings nichts mit.

Auch Quinoa hat so eine problematische Geschichte. Es wird darüber diskutiert, ob der Quinoa-Export nun gut oder schlecht ist für die einheimische Bevölkerung.

Durch den Verkauf ist also nichts besser geworden für die Landwirt*innen?

Der Preis von Quinoa ist stark angestiegen und das soll zumindest zu einer kleinen Verbesserung der Löhne für die Bäuer*innen in Südamerika geführt haben.

Ich seh schon: ‚Das alles hängt wieder mal in einem großen komplizierten Netzwerk‘ zusammen. Das heißt, in Zukunft müssen wir wohl auch das Leben der Bäuer*innen weltweit verbessern.

Ja, das hast du richtig erkannt. 5MinutenClimate Chance für Bäuer*innen! Ich würd's ihnen stark vergönnen.

Jop. Immerhin ernähren diese Landwirt*innen die Welt.

Quinoa essen ist übrigens aber auch gut für dich:

Die Samen sind reich an Proteinen, Ballaststoffen, Vitamin B und Mineralstoffen. Damit schlagen sie Reis und Weizen im Nährstoffrennen!

Also kann man sagen - Quinoa ist cool, Quinoa wird vielleicht eine Pflanze der Zukunft sein?

Yo! Unter ökologischen und fairen Bedingungen hergestellt, definitiv! Auch die ersten Bauernhöfe in Österreich haben schon den Anbau gestartet.