

Vorwort

Klimaschutz und Klimagerechtigkeit sind große politische Herausforderungen unserer Zeit.

Durch den Klimawandel werden globale Ungerechtigkeiten verstärkt, unter denen Frauen besonders leiden. Andererseits haben gerade Frauen als Verbraucherinnen die Macht und viele Möglichkeiten, durch nachhaltigen Konsum das Klima zu schützen.

Der Bereich Ernährung nimmt dabei einen wichtigen Stellenwert ein. Grund für die Gemeinschaft Hausfrauen in der kfd, Anregungen für eine klimafreundliche und nachhaltige Ernährung zu geben. Denn jede kann ihren Beitrag zum Schutz des Klimas leisten – unkompliziert und sofort wirksam.

Der Vorstand der Gemeinschaft Hausfrauen und die Referentin für Hauswirtschaft und Verbraucherfragen in der kfd, haben die christliche Tradition des Sonntagsbratens unter klimafreundlichen Aspekten modern interpretiert. Ziel ist es, in möglichst vielen Haushalten schmackhaftes und klimagerechtes Essen auf den Tisch zu bringen. Die Rezepte sind für je eine Woche im Laufe der Jahreszeiten zusammengestellt, leicht nachzukochen, und alle Zutaten sind in der Region erhältlich. Mit wertvollen Tipps für klimagerechtes Verhalten leistet die Gemeinschaft Hausfrauen einen Beitrag zur Bewahrung der Schöpfung.



Alles zu seiner Zeit ...

Als junges Mädchen habe ich meiner Großmutter oft beim Kochen zugesehen. Sie war für die damalige Zeit eine außergewöhnlich kreative Hausfrau, die Wert legte auf schonende Zubereitung und „frische Kost“. Ich habe sie einmal gefragt, warum es zu Weihnachten eigentlich keinen Spargel gibt. Ihre prompte und überzeugende Antwort war: „Alles zu seiner Zeit. Der Spargel wächst, wenn der Mensch ihn braucht.“

Gesundheit, Geschmack und Lebensfreude sind wichtige Aspekte unserer täglichen Ernährung. Doch seit Jahren kommt immer mehr das Thema Verantwortung für Gottes Schöpfung in unser Bewusstsein. Durch unser Alltagshandeln das Klima zu schützen, ist zentrales Anliegen der Gemeinschaft Hausfrauen in der hier vorliegenden Broschüre.

Aktuelle Studien zum Thema Klimaschutz betonen den Einfluss der Ernährung für unser Klima. Saisonale und regionale Produkte, überwiegend pflanzliche Kost: So lebt man gesünder, schützt das Klima und schont nachhaltig die natürlichen Ressourcen unserer Umwelt.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Genuss bei der Entdeckung neuer Ernährungsweisen im Einklang mit der Natur. Denn wie Phil Bosmans, Priester und Autor, sagt: „Wo Menschen zusammen sind in Freude und Freundschaft, ist das gemeinsame Essen und Trinken, und mag es noch so einfach sein, immer ein Fest.“

Maria Anneken
Vorsitzende der Gemeinschaft Hausfrauen in der kfd