

## Швейцарцам подложили в тарелки экологическую пищу | Impact environnemental de notre alimentation: Les écobilans passent à table

Auteur: Людмила Клот, [Берн](#), 27.02.2012.



Швейцарская корова - тяжелый удар по экологическому балансу

Федеральная служба защиты окружающей среды перепробовала несколько видов типичных швейцарских меню и подсчитала, насколько каждое из любимых блюд вредно для окружающей среды.

|  
Près d'un tiers de la pollution liée à la consommation est à mettre sur le compte de ce que nous mangeons, surtout de la viande et des autres produits d'origine animale. C'est ce qui

ressort d'une analyse approfondie d'aliments et de menus fondée sur les écobilans.  
Impact environnemental de notre alimentation: Les écobilans passent à table

Не секрет, что наши потребительские привычки наносят ущерб окружающей среде. Но оказывается, ущерб, связанный с образом питания жителей, на треть превышает тот, который мы наносим передвижением, и вдвое – всеми действиями, связанными с обустройством жилья, использованием энергии для дома, меблировкой и ведением манерой ведения домашнего хозяйства.



Проблема состоит в том, что даже те, кто привык подсчитывать калории в своей тарелке, не знают, как рассчитать баланс кислорода и углекислого газа. И не представляют размера энергетических затрат, необходимых на производство продуктов, которые им предстоит скушать.

Об этом позаботилась Федеральная служба защиты окружающей среды (Bafu/Aura), опубликовав в своем журнале «[Umwelt](#)» (название которого так и переводится: «Окружающая среда») исследование, посвященное четырем видам типичных меню, в которых присутствовали мясо и овощной гарнир.

Подсчетом экологического баланса в тарелках занимался консалтинговый кабинет из Базеля Carbotech, специализирующийся на вопросах защиты окружающей среды. Он рассчитал количество так называемых «баллов злоупотребления», по размеру ущерба, наносимого окружающей среде тем или иным блюдом.



Вегетарианцы – самые безобидные. Порция картофельного пюре со стручковой фасолью и грибами в соусе представляет собой идеально сбалансированное меню с точки зрения экологии: оно набрало 1287 баллов. Добавим к нему мясное рагу, и пункты сразу взлетят до 6000.

Тот, кто не хочет становится адептом вегетарианства, может остановиться на меню,

в которое входит картофель-фри, зеленый салат и мясная котлета: 3800 баллов.

Расчеты показали, что на производство продуктов, которые человек съедает в Швейцарии в месяц, необходимы затраты энергии, эквивалентные 80 литрам бензина. Эта цифра не включает в себя расходы энергии на переработку и перевозку сельхозпродукции.

Что касается мясных продуктов, между моментами, как мясная пища попадет из ее естественного состояния в рот потребителю, в ее цикл жизни включается процесс продажи, упаковки, заморозки, переработки, а также последующей утилизации отходов. Все это тоже энергозатратные процедуры, и энергия, полученная при сгорании нефтепродуктов или угля, способствует выбросу в атмосферу загрязняющих частиц и углекислого газа.

Тарелка с рагу из говядины с гарниром из картофеля и зеленой стручковой фасоли потянула на 6000 пунктов. Но если в меню говядину заменит курица, то тарелка потянет на 3000 пунктов, потому что птицеводство наносит намного меньше ущерба окружающей среде, чем разведение коров. И вчетверо безобиднее для окружающей среды, если вместо мяса потребитель согласится добавить сюда порцию рагу из шампиньонов. Вегетарианцы затрачивают другую энергию: при выращивании содержимого их тарелки используется бензин, натуральный газ, водные и почвенные ресурсы. К этому нужно прибавить работу сельскохозяйственной техники, удобрения, пестициды, а также строительство зданий для хранения, очистки и переработки овощей, и их последующую упаковку (вместе с ее утилизацией). «Каждый из этих этапов соответствует количеству вредных выбросов в атмосферу, почву и воду, а также вносит свою лепту в процесс изменения климата, напрямую или опосредованно», - пояснил Петер Гербер из отделения Потребления и пищевых продуктов Федеральной службы защиты окружающей среды. «Этот феномен более выражен при производстве продуктов животного происхождения, таких, как мясо или сыр. В Швейцарии большая часть выбросов углекислого газа, а также вредных веществ, таких, как аммиак, метан или протоксид азота, связана именно с животноводством», - считает Гербер.

Несколько базовых правил для тех, кто готов питаться экологически. Важно отдавать себе отчет, что изменения пищевых привычек от человека не требуется, и сокращать количество съеденного ему ни в коем случае не стоит! А вот такие критерии, как место происхождения продукта и способ его приготовления играют решающую роль, и их выбор вполне доступен потребителю.

«Не стоит отказываться от такого важного продукта, как мясо, - пояснил Петер Гербер. - Содержание протеинов это самый значимый критерий по полезности пищи».



Способ приготовления картофеля практически не влияет на экологический баланс блюда. Вареная картошка несколько безобиднее, чем картофель-фри или пюре, так как число баллов увеличивается при добавлении в блюдо масла или молока, но в целом картофельная составляющая блюда не превышает 10% его экобаланса при условии, что в нем есть мясо. И разница в 200 баллов практически не засчитывается. Как и переход на другой гарнир – если вместо картофеля в тарелку положить рис или макароны, количество баллов останется прежним. Впрочем, рис на несколько пунктов лучше, чем макаронные изделия – макароны «подводит» вымывание нитратов из подземных вод при выращивании пшеницы.

При перевозках продуктов на самолете выбросы углекислого газа в 10 раз на километр превышают выбросы грузового автомобильного и в 7 водного транспорта. Например, в торговой сети Migros лишь 0,5% фруктов и овощей перевозятся самолетом. Торговая сеть Coop отмечает продукты, перевозимые воздушным путем, наклейкой на упаковке «By Air». В Coop существует и лейбл «Bio Suisse», который позволяет идентифицировать продукты, не перевозимые самолетом и не выращенные в теплицах.



Свежая стручковая фасоль из Швейцарии, выращенная летом, в десять раз экологичнее, чем импортированная на самолете из Египта. Но результат станет также плох, если овощи на месте будут выращиваться в подогреваемых теплицах: расходы на авиационное топливо сравнимы с теми, которые идут на обогрев. То же самое со свежей фасолью, которая растет на юге Испании: казалось бы, там природные условия благоприятствуют выращиванию овощей и даже освобождает от необходимости использовать удобрения, а транспортировка на грузовике из Испании в Швейцарию не так вредна для окружающей среды, но местные водные запасы ограничены, и это сильно сказывается при выставлении «штрафных» пунктов блюду с фасолью.

Если вы хотите кушать овощи круглый год, а не только летом, то с экологической точки зрения лучше выбрать овощи, выращенные в Швейцарии или в Китае, либо консервированные. Их экологический баланс в пять раз лучше, чем у овощей, импортированных воздушным путем, к примеру, из Египта или Марокко. А нагрузка на окружающую среду в полтора выше при потреблении замороженных овощей, что объясняется затратами энергии, идущими на их заморозку.

[Швейцария](#)

---

**Source URL:**

*<https://nashagazeta.ch/news/le-coin-du-gourmet/shveycarcam-podlozhili-v-tarelki-ekologicheskuyu-pishchu>*