Nachhaltigkeit auf den Tisch – mit Gemüse-Kisten aus der Region

Regionale Gemüse-Kisten liegen im Trend. Denn immer mehr Menschen möchten sich nachhaltig ernähren. Während Supermärkte und Discounter zwar zunehmend mit Ware aus der Region werben, bleibt deren Sortiment oft hinter den Erwartungen zurück. Regionale Gemüse-Kisten mit Lieferservice können in Ballungsräumen wie Hamburg eine gute Alternative sein. Wir haben uns die Angebote genauer angeschaut.



© iStock.com/Galiyah Assan

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

1. Mit regionalen Gemüse-Kisten erhalten Verbraucherinnen und Verbraucher in der Regel frische Ernteprodukte aus der Region. Doch nicht immer hat die Ware einen

wirklich kurzen Anfahrtsweg.

2. Oft geben die Lieferanten den genauen Herkunftsort der Lebensmittel an. Manche Anbieter des Hamburger Ballungsraums sollten diesbezüglich jedoch noch etwas nachbessern.
3. Während man sich in Supermarkt oder Discounter oft entscheiden muss, ob man Ware aus der Region oder mit Bio-Siegel kauft, sind die Produkte in Gemüse-Kisten oft regional und bio zugleich.
4. Erfreulich ist, dass die ins Haus gelieferte Ware in der Regel sehr frisch ist und mit wenig zusätzlichem Verpackungsmaterial zugestellt wird.
5. Bei der Auswahl eines Anbieters sollten Verbraucherinnen und Verbraucher vorab genau prüfen, ob das angebotene Obst und Gemüse tatsächlich aus der Region stammt.

Stand: 28.09.2022

Bitte beachten Sie, dass dieser Artikel den Stand der Dinge zum Zeitpunkt der Veröffentlichung wiedergibt.

Essen Sie auch gerne Obst und Gemüse? Einen eigenen Garten haben Sie aber nicht? Dann könnte eine regionale Obst- oder Gemüsekiste vielleicht ein echter Gewinn für Ihren Alltag sein. In einer typischen Gemüse-Kiste sind Produkte vom eigenen Hof des Anbieters oder von anderen Höfen. Das Gemüse wird wöchentlich oder auch in größeren Zeitabständen zugestellt. In der Regel können die Verträge kurzfristig gekündigt oder pausiert werden.

Mit einer Gemüse-Kiste bekommen Sie in der Regel frische Ware aus der Region und in Bio-Qualität. Das ist auch bei den acht lokalen Lieferanten für Gemüse so, die wir uns im Hamburger Raum angeschaut haben. In Sachen Herkunftsort und Transparenz besteht bei einigen jedoch Nachbesserungsbedarf. Für unseren Marktcheck haben wir Gemüse-Kisten bestellt, die explizit als „Regional“, „Regio“ oder „Hofkiste“ beworben wurden. Insgesamt 55 Stücke Gemüse bekamen wir geliefert.



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg



© Verbraucherzentrale Hamburg

- Detaillierte Ergebnisse des Marktchecks „Regionale Gemüse-Kiste“ (PDF-Dokument, Stand: August 2022)

Herkunftsort nicht immer nah und genau angegeben

Nur etwas mehr als ein Drittel (20) der insgesamt 55 bestellten Produkte stammte aus sehr nah gelegenen Betrieben mit einer Entfernung von höchstens 50 Kilometern zum Lieferort im Zentrum von Hamburg. 60 Prozent (33) des Gemüses kam von Höfen, die über 100 Kilometer entfernt waren oder deren Standort mit der Angabe »Deutschland« nicht konkret benannt wurde. Drei Produkte davon stammten sogar trotz der Auslobung »Regionalkiste« aus dem Ausland, darunter war beispielsweise eine Mangostane aus Kolumbien.

In Bezug auf die Regionalität schnitt das Unternehmen *Hoflieferant* am besten ab, bei dem 5 der 8 bestellten Produkte von Höfen aus der näheren Umgebung Hamburgs

kamen. Mit Abstrichen gilt dies auch für den Anbieter *Frischepost*: 7 von 9 Gemüsearten wurden aus der Nähe von Hamburg geliefert, Radieschen und Paprika jedoch stammten aus Europa. *(Anmerkung: Frischepost hat aktuell wegen Insolvenz seinen Betrieb vorläufig eingestellt. Als Grund gibt der Anbieter einen „überraschenden Rückzug unseres Käufers“ an.)*

Bei immerhin einem Fünftel der Produkte (11 von 55) fehlte eine genaue Kennzeichnung des Herkunftsortes innerhalb Deutschlands. Diese ist zwar nicht vorgeschrieben, aber bei einer Auslobung »Regionalkiste« aus Verbrauchersicht erforderlich, um zu erkennen, wie regional das Gemüse tatsächlich ist. Die Angabe »Deutschland« hilft da nicht weiter. So könnte das in Hamburg ausgelieferte Gemüse am Ende sogar aus Bayern kommen und viele Kilometer gereist sein. Das Unternehmen *My Fresh Farm* machte für kein einziges Produkt in seiner regionalen Obst- und Gemüse-Kiste eine konkrete Angabe zu dessen Ernteort. Bei der *Biokiste Hamburg* war mehr als die Hälfte der Produkte nur mit »Deutschland« deklariert. Das ist nicht ausreichend für eine Regionalkiste, finden wir.

GUT ZU WISSEN

Der Begriff „regional“ ist leider nicht gesetzlich geschützt. Das bedeutet: Es sind keine vorgeschriebenen Anforderungen zu erfüllen, um ein Produkt als „regional“ bezeichnen zu dürfen. Verpflichtend ist nur die Angabe, aus welchem Land frisches Obst oder Gemüse stammt. Aus welcher Region oder gar von welchem Betrieb das Produkt stammt, bleibt im Supermarkt oft unklar. Insofern herrscht bei den Produkten einer Regional-Kiste deutlich mehr Transparenz. Bei rund zwei Dritteln der im Rahmen der Stichprobe gekauften Waren ließ sich herausfinden, von welchem regionalen Hof die Produkte kommen.

Viel Bio-Qualität aus der Region

47 von 55 bestellten Gemüsesorten wurden in Bio-Qualität geliefert. Mit 85 Prozent ist der Bio-Anteil der Stichprobe deutlich höher als der am gesamten Gemüsemarkt, wo bisher nur etwa jedes zehnte Gemüse aus ökologischem Landbau stammt. Die Anbieter *Biokiste Hamburg, Grüne Kiste, Lehmann’s Bio Service*

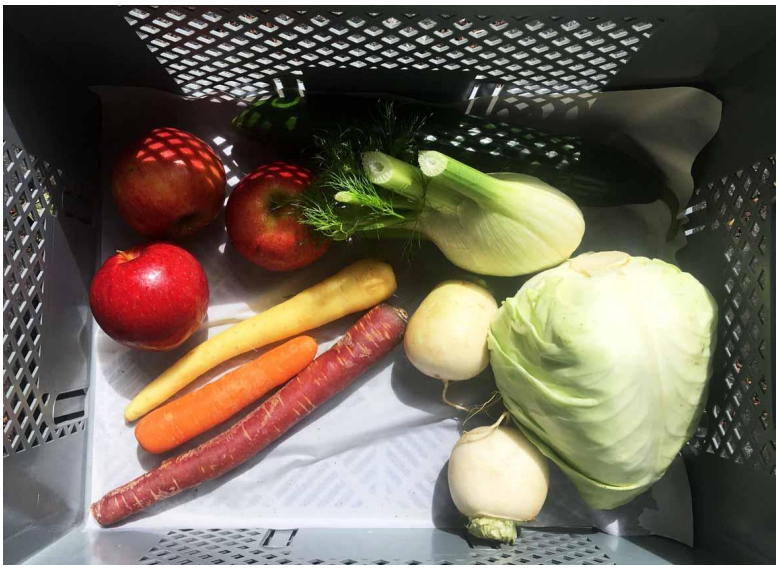
und *Gut Wulksfelde* sind sogar reine Bio-Anbieter. Gar kein Bio-Gemüse liefert ausschließlich das Unternehmen *My Fresh Farm*. Bei *Frischepost* fehlte bei einem Produkt ein Hinweis auf eine Bio-Zertifizierung.

In Supermärkten und Discountern müssen Sie sich häufig entscheiden, ob Sie Obst und Gemüse aus der Region oder Ware in Bio-Qualität kaufen wollen. Denn oft kommt die Bio-Ware – selbst zur saisonalen Erntezeit – aus dem europäischen Ausland. Bei den regionalen Kisten ist erfreulicherweise beides (Regional und Bio) im Kombi-Pack zu haben, was eindeutig die Nachhaltigkeit erhöht.

Da die Lieferdienste effizient geplante Routen zu den bestellenden Haushalten fahren, sind pro Haushalt nur wenige Transportkilometer nötig. Der Lieferdienst ist also ökologisch sinnvoller, als wenn jeder Haushalt mit dem Auto aus der Stadt raus zum Hof fährt.

Gute Qualität und wenig Verpackungsmaterial

Das Gemüse in allen acht bestellten Kisten wirkte sehr frisch und wies nur äußerst selten leichte Beschädigungen auf. Dabei war die Verpackung der Ware sehr reduziert. Die Lieferungen erfolgten in Mehrwegkisten aus Holz, Plastik oder Pappe. Manche dieser Kisten waren mit Papier ausgelegt, doch viele Produkte nicht noch einmal extra eingepackt.



© Verbraucherzentrale Hamburg

Verpackungen für kleinteilige Lebensmittel wie Pilze oder Kartoffeln finden wir zweckmäßig, weil diese Lebensmittel ansonsten nur schlecht transportiert werden können. Bei großen Produkten hingegen sehen wir die Verpackungsmaterialien kritisch. Besonders positiv fielen hinsichtlich der Verpackung die Anbieter *Hoflieferant, Biokiste Hamburg, Elbers Hof* und *My Fresh Farm* auf.

Während der Handel oft betont, dass Verpackungen notwendig sind, um die Frische von Obst und Gemüse zu erhalten, ist dies bei den bestellten Kisten augenscheinlich nicht notwendig. Das ist ein zusätzlicher Pluspunkt gegenüber dem Einkauf im stationären Handel, wo die Ware oft in unnötig viel Plastik verpackt angeboten wird. So fanden wir bei Rewe fast die Hälfte der ausgewählten Produkte mit einer zusätzlichen Verpackung vor, bei Lidl waren es sogar ungefähr zwei Drittel.

UNSER TIPP

Als Alternative zu einer regionalen Gemüse-Kiste bietet eine SoLaWi (Solidarische Landwirtschaft) Verträge über ein ganzes Jahr an und liefert in der Regel ihr eigenes Gemüse. Als Mitglied einer SoLaWi erhält man jeweils einen festgelegten Anteil der Ernte: Fällt die Ernte besonders gut aus, sind die Mengen an Ernteprodukten größer. Ist sie eher schlecht, wird weniger Obst und Gemüse verteilt. Bei einigen SoLaWis wird der Preis nicht vom Anbieter festgelegt, sondern die Mitglieder geben Gebote ab. So können sich auch Menschen mit geringerem Budget beteiligen. In Hamburg gibt es neben den Anbietern von Gemüse-Kisten mehrere SoLaWis. Eine umfangreiche Übersicht über die SoLaWis aller Bundesländer gibt es beim Netzwerk Solidarische Landwirtschaft.

Qualität und Service haben ihren Preis

Die Preise der Produkte aus den Gemüse-Kisten sind vergleichbar mit denen für Ware vom Wochenmarkt, aber in der Regel höher als beim Supermarkt oder Discounter. Das zeigt auch die Tabelle mit den Vergleichspreisen für Äpfel, Möhren und Tomaten in Bio-Qualität.

	Regionale Gemüse-Kiste (pro kg)	**Wochenmarkt** (pro kg)	**Supermarkt Rewe** (pro kg)	**Discounter Lidl** (pro kg)
Äpfel	3,08 - 4,29 Euro	4,95 Euro	3,99 Euro	3,98 Euro
Möhren	2,45 - 3,59 Euro	3,95 Euro	1,99 Euro	1,69 Euro
Tomaten	7,99 - 8,99 Euro	7,95 Euro	5,98 Euro	4,98 Euro

Preislich bewegen sich die bestellten Kisten zwischen 14 und 34 Euro, wobei die teuersten Kisten gleichzeitig die mit der größten Füllmenge ist. Da die Ware komfortabel bis vor die Wohnungstür geliefert wird, ist bei vielen Anbietern von Gemüse-Kisten zusätzlich eine Liefergebühr fällig, die zwischen 2,50 und 4,10 Euro liegt. Bei *Frischepost* wird die Lieferung nicht gesondert berechnet, beim Anbieter *Grüne Kiste* ist das Lieferentgelt gestaffelt und fällt ab einem Bestellwert von 30 Euro weg.

Guter Kundenservice und flexible Verträge

Für einen oft höheren Preis gibt es aber sehr frische Lebensmittel und einen guten Service bei Bestellung und Lieferung. Fragen unsererseits zum Ablauf der Bestellung wurden zeitnah und ausführlich beantwortet. Kann man die Kiste nicht persönlich zu Hause in Empfang nehmen, wurde sie auch an einem anderen abgesprochenen Ort abgestellt. Bei vielen Anbietern kann man zwischen einer wöchentlichen Lieferung und einem längeren Intervall wählen und den Vertrag jederzeit kündigen oder pausieren.

UNSER FAZIT

Nach unserem Marktcheck ziehen wir ein überwiegend positives Resümee: Wer sich als Großstadtmensch ohne eigenen Garten nachhaltig ernähren, saisonal essen und landwirtschaftliche Betriebe in der Region unterstützen möchte, ist mit einer Gemüse-Kiste von lokalen Lieferanten häufig gut beraten. Bei Qualität, Verpackung und Service gibt es kaum etwas zu beanstanden, in Bezug auf die Regionalität der Produkte ist noch Luft nach oben. Wichtig ist, sich vorab genau zu informieren, ob die angebotene Ware tatsächlich aus

der Region stammt. Je genauer benannt und je näher am Lieferort, desto besser! Fehlt die entscheidende Info, sollte man einfach beim Anbieter nachfragen.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/essen-aus-der-region/nachhaltigkeit-auf-den-tisch-gemuese-kisten-aus-der-region