

Palmöl in Lebensmitteln

So beliebt wie umstritten

Die Lebensmittelindustrie schätzt Palmöl als Zutat mit günstigen Eigenschaften. Die Verbraucher dagegen sehen den Rohstoff eher kritisch – schließlich ist bekannt, dass dafür wertvolle Regenwälder gerodet werden. Wer will, kann viele Produkte mit Palmöl glücklicherweise leicht vermeiden.

TEXT: BIRGIT SCHUMACHER



Es kann in Margarine und Nuss-Nougat-Creme stecken, in Gemüsebrühe und Tütensuppen, in Tiefkühlpizza genauso wie in Zwieback oder Crunchy-Müslis, in Süßigkeiten mit cremiger Schokoladenfüllung und in eher deftigem Knabbergebäck. Palmöl ist eine Zutat, die die Lebensmittelindustrie nur allzu gerne verwendet. Kein Wunder, denn das Fett hat wertvolle Eigenschaften: Es ist bei Zimmertemperatur fest und außerdem geschmacksneutral. Hinzu kommt noch ein weiterer, nicht zu unterschätzender Pluspunkt. Palmöl ist chemisch wesentlich stabiler als andere Fette und verdirbt nicht so schnell – damit lässt sich das Mindesthaltbarkeitsdatum deutlich nach hinten verschieben.

Seit Anfang der 1990er Jahre ist die Nachfrage nach dem Rohstoff enorm gestiegen. Um sie bedienen zu können, wurden vor allem in den Hauptanbauländern Indonesien und Malaysia große Flächen an wertvollem Regenwald vernichtet, um dort in riesigen Monokulturen Ölpalmen anzubauen. Das hat schwerwiegende ökologische Folgen – schließlich binden Regenwälder große Mengen des Klimakillers CO₂. Es wäre also mehr als wichtig, sie zu erhalten. Stattdessen werden bei den zwar illegalen, aber trotzdem immer noch üblichen Brandrodungen der Waldgebiete gigantische Mengen an CO₂ freigesetzt.

ES VERLIEREN: DAS KLIMA, DIE ARTEN- VIELFALT UND DIE MENSCHEN VOR ORT

Die Rodung der Regenwälder hat aber nicht nur langfristige Auswirkungen auf das Weltklima, sie zerstört auch einen für viele Tiere und Pflanzen wichtigen Lebensraum. Denn gerade hier gibt es eigentlich eine ungeheure Artenvielfalt. Dieser Verlust an Biodiversität ist nicht mehr rückgängig zu machen. Auch Menschen gehören zu den direkten Verlierern: Etliche verloren ihr Land beziehungsweise die Nutzungsrechte durch Enteignung. Die Arbeiter in den Palmöl-Plantagen bringen gefährliche Pestizide häufig ohne ausreichende Schutzkleidung aus. Auch über die Missachtung von Arbeitsrechten und Kinderarbeit wird immer wieder berichtet.

KEINE OPTION: PALMÖL EINFACH ERSETZEN

Es wundert also nicht, dass Palmöl so in Verruf gekommen ist. Wer die Deklaration von Lebensmitteln studiert, kann den Stoff inzwischen sogar vermeiden, denn seit Ende 2014 muss eingesetztes Palmöl als Zutat aufgeführt werden – vorher war es möglich, einfach nur „Pflanzenöl“ zu schreiben. Wahrscheinlich ist auch deshalb so mancher Hersteller inzwischen auf Kokos-, Soja- oder Sonnenblumenöl umgeschwenkt. Doch das simple Austauschen durch andere Öle tut der Umwelt nicht unbedingt einen Gefallen. Denn



Ölpalmfrüchte nachdem sie manuell von Spelzen und Fruchthüllen gelöst und gereinigt wurden

Palmöl hat den großen Vorteil, dass der Anbau vergleichsweise wenig Fläche braucht. Nach Angaben der Umweltorganisation WWF liegt die Ausbeute bei Ölpalmen bei durchschnittlich 3,3 Tonnen pro Hektar. Raps, Kokos und Sonnenblumen bringen dagegen nur rund 0,7 Tonnen Öl pro Hektar, Soja sogar nur 0,4 Tonnen. „Oft kommt man



ZAHLEN UND FAKTEN ZUM PALMÖL

Ölpalmen brauchen ein **tropisches Klima**, um gut zu wachsen und reichen Ertrag zu bringen. Aus den dicken Fruchtbüscheln wird das Palmöl und aus den Fruchtkernen das Palmkernöl gewonnen.

Global gesehen ist Palmöl das am meisten produzierte Pflanzenöl. Auf über **20 Millionen Hektar** stehen heute bereits Ölpalm-Plantagen, mehr als vier Fünftel der weltweiten Erträge wachsen in Indonesien und Malaysia.

2017 wurden weltweit insgesamt knapp **68 Millionen Tonnen Palmöl** produziert, nur etwa ein Viertel davon war als nachhaltig zertifiziert. Beim Palmkernöl waren es immerhin 43 Prozent der 7,2 Millionen Tonnen.

Die Europäische Union ist mit etwa zehn Millionen Tonnen der weltweit **zweitgrößte Importmarkt für Palmöl**. Ein Zehntel davon verbraucht allein Deutschland: Im Jahr 2017 waren es 1,1 Millionen Tonnen Palmöl und knapp 120.000 Tonnen Palmkernöl.

Palmkernöl kommt in Deutschland vor allem in Kosmetika beziehungsweise Wasch- und Reinigungsmitteln zum Einsatz. Beim eingeführten Palmöl wird **mehr als die Hälfte für die Produktion von Biosprit** verwendet, ein knappes Viertel verbraucht die Lebensmittelindustrie. Der Rest wird Futtermitteln fürs Vieh beigemischt, in der pharmazeutischen Verarbeitung verwendet und in Körperpflege- und Reinigungsmitteln eingesetzt.

Es geht auch anders

Etliche Lebensmittelunternehmen ersetzen inzwischen Palmöl durch Sonnenblumen- oder Kokosöl. Rapunzel als ökologischer Hersteller vegetarischer oder veganer Produkte aber bleibt dem umstrittenen Stoff treu. **Eva Kiene**, die Sprecherin von Rapunzel, erklärt, warum.



EVA KIENE

Die Palmölexpertin verantwortet die Unternehmenskommunikation und Öffentlichkeitsarbeit bei Rapunzel Naturkost.

oder mit Broschüren. Wir haben zu diesem Thema auch ein zweitägiges Palmöl-Forum veranstaltet, das allen offenstand. In den Gesprächsrunden dort wurden auch die Schattenseiten des konventionellen Anbaus und die Ausbeutung von Mensch und Natur diskutiert. Die beiden Projekte in Ghana und Ecuador, von denen wir das fair gehandelte Bio-Palmöl beziehen, zeigen aber sehr deutlich, dass es auch anders geht. Primär- und Sekundärwälder werden bewahrt, die Lebensräume gefährdeter Tiere und Pflanzen geschützt. Über den fairen Handel werden soziale Arbeitsplätze in strukturschwachen Regionen geschaffen und langfristig gesichert.

Ist der Rapunzel-Weg eine vorbildliche Ausnahme oder eine Möglichkeit für alle?

Sicher lässt sich die derzeitige weltweite Nachfrage nach Palmöl nicht kurz- oder mittelfristig über ähnliche Projekte decken. Daher engagieren wir uns auch dafür, zu überdenken, wofür Palmöl wirklich notwendig ist. Es gibt viele Wege, den Bedarf von Palmöl sinnvoll einzuschränken – zum Beispiel beim Biosprit oder im Tierfutter. Gleichzeitig wollen wir zeigen, dass es auch anders geht: ökologisch nachhaltig und sozial verantwortungsvoll.

Das Interview führte **BIRGIT SCHUMACHER**



Warum ist für Rapunzel der Verzicht auf Palmöl keine Option?

Eva Kiene: Rapunzel hat bereits 1992 den weltweit ersten ökologischen Ölpalmen-Anbau initiiert. Hintergrund war die Entwicklung von Samba, einem Schoko-Nuss-Aufstrich mit einem sehr hohen Anteil von Haselnüssen, nämlich 45 Prozent. Ohne gehärtete Fette – was für Bio-Produkte selbstverständlich nicht möglich ist – würde diese Creme sehr stark ausölen. Palmöl bindet die nuss-eigenen Öle auf natürliche Weise und sorgt so für eine gleichbleibend geschmeidige Konsistenz. Aber wenn Palmöl, dann sollte es umweltverträglich sein. Und so kam es zum ersten Bio-Ölpalmenprojekt in Kolumbien. Inzwischen sind wir einen bedeutenden Schritt weitergegangen und verarbeiten nur noch fair gehandeltes Bio-Palmöl. Palmöl ist ja an sich kein böser Rohstoff – genauso wie die Ölpalme keine schlechte Pflanze ist. Verheerend ist nur, was in der konventionellen Wirtschaft daraus gemacht wird.

Wie begegnen Sie der Kritik von Verbrauchern?

Durch offene und transparente Kommunikation, zum Beispiel durch Informationen auf unserer Homepage



GEWINNSPIEL

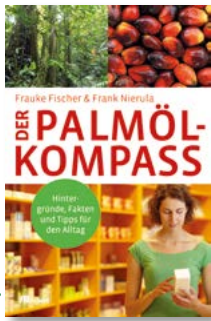
BIO verlost fünf 750 Gramm-Gläser „Samba Jumbo“ von Rapunzel.

Wer einen Aufstrich gewinnen möchte, schreibe bis zum 31. Juli 2019 eine Postkarte oder eine E-Mail mit dem Stichwort „Palmöl“ an den oekom verlag, BIO-Redaktion, Waltherstraße 29, D-80337 München, E-Mail gewinnspiel@biomagazin.de.

Bitte beachten Sie unsere Datenschutzhinweise auf Seite 113.



BUCHTIPP



»DER PALMÖL-KOMPASS. HINTERGRÜNDE, FAKTEN UND TIPPS FÜR DEN ALLTAG «

Frauke Fischer und Frank Nierula, oekom 2019, 176 Seiten inkl. Einkaufsführer für Produkte mit Palmöl zum Rausnehmen, 20 Euro

vom Regen in die Traufe“, meint Ilka Petersen, Palmöl-Expertin beim WWF. „Im Sojaanbau wird in der Regel mit genmanipulierten Pflanzen gearbeitet. Und wenn, wie inzwischen bei Eiscreme üblich, Kokosfett statt Palmöl eingesetzt wird, hat das oft keine Zertifizierung.“ Statt Palmöl durch andere Stoffe zu ersetzen, sei es sinnvoller die Anbaubedingungen zu verbessern.

ZERTIFIKATE FÜR MEHR NACHHALTIGKEIT

Dafür gibt es schon länger entsprechende Bemühungen. So will beispielsweise der 2004 gegründete Roundtable on Sustainable Palm Oil (RSPO) mit Mindeststandards dafür sorgen, dass auf den Plantagen mehr für Naturschutz und Menschenrechte getan wird. Nach Angaben der Organisation sind inzwischen 19 Prozent der globalen Palmöl-Ernte nach RSPO zertifiziert. Umweltverbände wie Greenpeace oder Rettet den Regenwald bemängelten aber schon früh, dass die Kriterien des RSPO zu schwach seien und außerdem nicht ausreichend überwacht würden. Ende 2018 wurden die Anforderungen deshalb überarbeitet und verschärft. Ein weiteres wichtiges und international anerkanntes Zertifizierungssystem ist der ISCC-Standard (International Sustainability & Carbon Certification). Er wurde allerdings nicht speziell für Palmöl entwickelt, sondern überprüft für verschiedene Agrarrohstoffe ökologische und soziale Anforderungen.

MIT SIEGELN ALLES IM GRÜNEN BEREICH?

Nach Angaben des Forum Nachhaltiges Palmöl (FONAP) gelten fast vier Fünftel des in Deutschland verbrauchten Palmöls als nachhaltig angebaut, der Löwenanteil davon ist entweder nach ISCC oder nach RSPO zertifiziert. Also alles im grünen Bereich und das schlechte Gewissen überflüssig? Die Zahlen sagen nur die halbe Wahrheit. „Bei der großen Menge Palmöl, die in Deutschland für Biosprit genutzt wird, ist eine Zertifizierung vorgeschrieben. Das schön die Statistik“, meint Ilka Petersen vom WWF. „Rechnet man das raus, liegt der Anteil des zertifizierten Palmöls nur etwas über 50 Prozent.“ Vorbildlich in Sachen

1999 lebten in Borneo noch mehr als doppelt so viele Orang Utans wie 2016 – schuld ist die Umwandlung von Regenwald in Ölpalmplantagen



Kleinbauer Kwadwo Nkrumah erntet mit seinen Helfern reife Palmfrüchte in seinem Palmenhain bei Asoum in Ghana

nachhaltiges Palmöl sei vor allem die Biobranche. Fakt ist auch: Etliche Produkte mit Palmöl müsste es gar nicht unbedingt geben. Auf Produkte wie Fertiggpizza, Tütensuppen, Saucen zum Anrühren, die nur unserer Bequemlichkeit dienen, könnten wir durchaus verzichten.

VIELE GESÄTTIGTE FETTSÄUREN

Für die gesunde Ernährung ist das Fett ohnehin nicht notwendig. Palmöl enthält zwar einen hohen Anteil gesundheitlich wertvoller einfach ungesättigter Fettsäuren, aber eben auch – im Vergleich zu Sonnenblumen-, Distel-, Raps- oder Olivenöl – viele gesättigte Fettsäuren. Die Zusammensetzung ist für eine gute Ernährung nicht optimal, noch schlechter schneiden bei den pflanzlichen Fetten eigentlich nur Kokosöl und Kakaobutter ab. Außerdem warnte die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) 2016, dass bei der Raffination krebserregende Fettsäureester entstehen können. Das betrifft zwar auch andere Pflanzenöle, bei der EFSA-Untersuchung wurden die höchsten Werte der unerwünschten Stoffe aber in Palmölen und -fetten gefunden. – Noch ein Grund mehr, wieder häufiger mit frischen Zutaten zu kochen, denn hier kommt man ganz ohne Palmöl aus. 