

Pressemitteilung

Wien, 23. Dezember 2022

**Resteküche mit den Bäuerinnen: Nach den Feiern gut verwertet**

*Was übrig bleibt, erfreut in anderer Form auf unseren Tellern*

**Gleich mit einer ganzen Reihe an online verfügbaren Rezepten, Infos und Tipps möchten österreichische (Seminar-)Bäuerinnen der Lebensmittelverschwendung nach den Weihnachtsfeiertagen "zu Leibe" rücken.**

Der Blick in die Keksdose und den Kühlschrank spricht Bände. Da haben wir über die Festtage geschlemmt und doch sind noch der halbe Truthahn oder fast zwei Kilogramm Lebkuchen übrig geblieben. Was tun mit den Resten, um nicht nochmals das Gleiche auf den Tisch zu bringen? Zum Wegwerfen viel zu schade, waren die Zutaten für das Weihnachtsmenü heuer doch viel teurer als noch im Vorjahr. Außerdem heißt es doch seitens des Instituts für Abfallwirtschaft der Universität für Bodenkultur, die Haushalte seien mit knapp 521.000 t genießbarer Nahrungsmittel im Mist- bzw. Biokübel die größten Lebensmittelverschwender überhaupt. Wer öfter kocht, hat Übung darin, aus Resten interessante, pfiffige Mahlzeiten zuzubereiten. Hilfestellung geben dabei die heimischen Bäuerinnen.

Von Rezepten und Broschüren bis Videos und Cookinaren

Die österreichischen Bäuerinnen und Seminarbäuerinnen haben den Dreh raus, wie man aus wenigen Zutaten ein schmackhaftes Essen auf den Tisch zaubert. Konkrete Ideen gibt es auf [www.esserwissen.at](http://www.esserwissen.at), der gemeinsamen Plattform von Ernährungsberaterinnen, Bäuerinnen und Seminarbäuerinnen, die zum "nachhaltigen Kochen ohne Rezept" (<https://www.esserwissen.at/nachhaltig-essen/kochen-ohne-rezept/>) einladen sowie auf der Plattform [www.regionale-rezepte.at](http://www.regionale-rezepte.at).

Einige Bäuerinnen-Landesorganisationen haben auch Broschüren zur Resteverwertung aufgelegt und übriggebliebene Kekse lassen sich ebenso vielfältig neu interpretieren. Die Bäuerinnen aus dem Ländle zeigen in einer eigenen Videoreihe wie sie "Zäm kocha" (<https://www.laendletv.com).> Und die Seminarbäuerinnen aus Niederösterreich geben in ihren “Komm & koch mit der Bäuerin“-Seminaren Tipps, wie Lebensmittel und -reste verwendet werden können. Alle Termine ab Jänner 2023 unter [www.kommundkoch.at](http://www.kommundkoch.at).

Wer sich an den Grundsatz hält, "beim Kochen die Kreativität spielen zu lassen, beim Backen aber genau an die Vorgaben zu halten', kann eigentlich jedes Rezept heranziehen und mit den Zutaten, die zur Verfügung stehen, ein tolles Essen auf den Tisch bringen".

Interessante Rezepte und Tipps:

* [www.esserwissen.at](http://www.esserwissen.at)
* Broschüren:

- <https://www.regionale-rezepte.at/de/quelle/258/Suesse_Leibspeisen_aus_Omas_Kueche.htm>

- <https://www.regionale-rezepte.at/de/quelle/256/Kursunterlage_Herzhafte_Hausmannskost.htm>

- https://www.landwirtschaft-verstehen.at/shop

Im Projekt “Bildungscluster Dialog mit der Gesellschaft“, das durch das Programm Ländliche Entwicklung gefördert wird, haben sich 20 Kooperationspartner zusammengeschlossen, um Konsument:innen, Pädagog:innen und Journalist:innen die vernetzten Themen Landwirtschaft, Umwelt und Ernährung näherzubringen. (Schluss)

Rückfragehinweis:

Mag. Martina Wolf, LK Österreich, Pressereferentin der ARGE Österreichische Bäuerinnen, Tel. (01) 533 1843 - 16, Mobil: 0676 83441 8778, E-Mail: m.[wolf@lk-oe.at](mailto:wolf@lk-oe.at),

Dipl.-Ing. Michaela Glatzl, M.A., Geschäftsführerin der ARGE Österreichische Bäuerinnen in der LK Österreich, Tel. (01) 53 441 - 8517; Mobil: 0676 83441 8517, E-Mail: [m.glatzl@lk-oe.at](mailto:m.glatzl@lk-oe.at), Homepage: www.baeuerinnen.at