



# Ökologische Analyse von Zucker, Kakao und Schokolade

Dieses Factsheet zeigt die aus ökologischer Sicht wichtigsten Ansatzpunkte zur Reduktion der Umweltauswirkungen beim Einkauf und Konsum von Zucker, Kakao und Schokolade auf.

## Handlungsempfehlungen

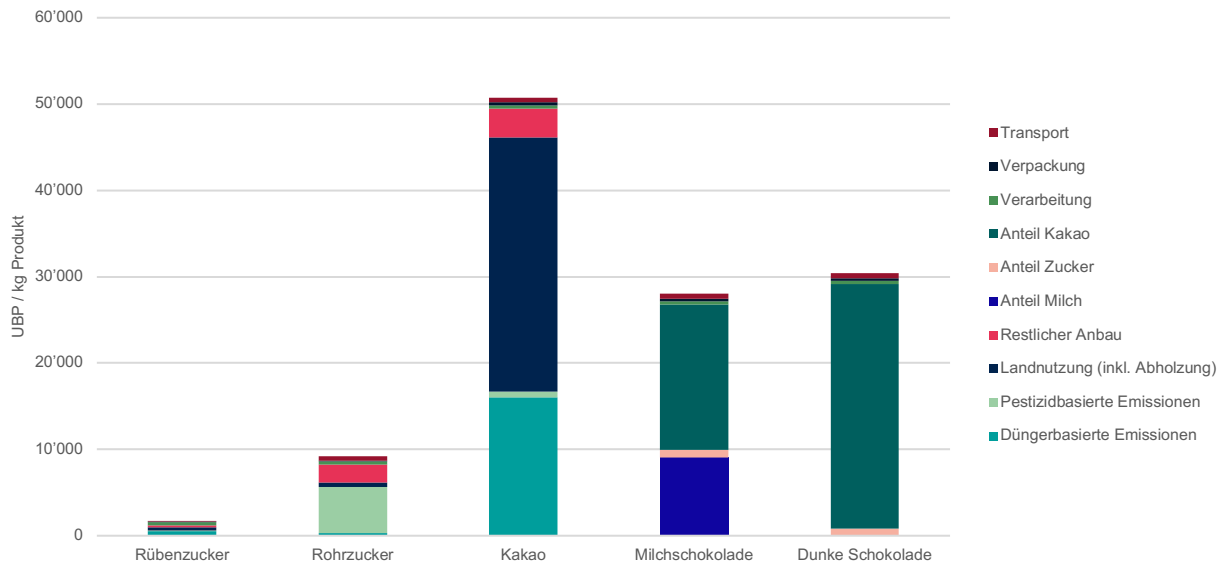
- Einheimischer Rübenzucker ist aus Umweltsicht dem Rohrzucker vorzuziehen.
- Wenn Rohrzucker eingekauft werden soll, dann empfiehlt es sich Bio-Rohrzucker zu kaufen, da so problematische Pestizide vermieden werden können.
- Beim Kakao ist auf Bio-Labels zu achten, da damit das Risiko der Waldrodung vermindert wird.

## Weitergehende Empfehlungen

- Idealerweise wird die Zuckermenge auf das notwendige Minimum beschränkt.
- Beim Einkauf von Kakao und Schokolade möglichst auf Fairtrade-Labels achten.

## Haben Sie gewusst?

- In der Schweiz werden täglich pro Kopf 110 g zugesetzter Zucker konsumiert. Das entspricht rund 40 kg pro Jahr.
- Bei Schokolade liegt der Konsum bei rund 10 kg pro Person und Jahr, das entspricht einer viertel Tafel Schokolade pro Tag.
- Gemäss Schweizerischer Gesellschaft für Ernährung werden maximal 50 g zugesetzter Zucker pro Tag für eine erwachsene Person empfohlen.



Umweltfussabdruck Zucker und Kakao

### Vergleich Zucker, Kakao, Schokolade

Pro kg Produkt weist Rübenzucker die deutlich tiefste Umweltbelastung auf. Der Umweltfussabdruck von Rohrzucker ist wegen dem Einsatz von problematischen Pestiziden deutlich höher. Bei Bio-Rohrzucker kann dieser Aspekt vermieden werden.

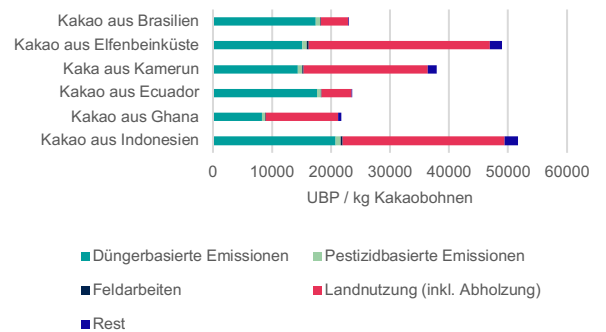
Beim Kakao tragen v.a. die Landnutzung und die damit einhergehende Waldrodung sowie düngerbasierte Feldemissionen stark zur Umweltbelastung bei. Bei Kakao aus nachhaltiger Produktion, bei der die zusätzliche Rodung von Land vermieden wird, kann ein beträchtlicher Teil der Umweltbelastung eingespart werden.

Bei der Schokolade stammt der Grossteil der Umweltbelastung vom Kakao. Milchsokolade benötigt zwar weniger Kakao, dafür aber Milch, welche ebenfalls eine hohe Umweltbelastung aufweist.

### Prozessbeiträge

Die landwirtschaftliche Herstellung ist für den Grossteil der Umweltbelastung verantwortlich. Verarbeitung, Transporte sowie die Verpackung sind wenig relevant.

### Prozessbeiträge Herstellung Kakao



Prozessbeiträge Kakao

Beim Kakao ist die Herkunft sehr entscheidend fürs Resultat. Kakao aus Ghana, Ecuador oder Brasilien weist eine deutlich geringere Umweltbelastung auf als Kakao aus Indonesien, der Elfenbeinküste oder Kamerun. Der Hauptgrund ist die Landnutzung, die je nach Land unterschiedlich bewertet wird, und die Waldrodung in den entsprechenden Ländern. Innerhalb eines Landes gibt es zusätzlich unterschiedliche Anbauformen, von Agroforstsystemen bis hin zu intensiven Monokulturen. Die Unterschiede zwischen diesen Systemen sind jedoch geringer als die Unterschiede zwischen den Ländern.

#### Grundlagen

Als Datenbankgrundlage diente die World Food LCA Database 3.5 (WFLDB). Die für die Berechnung verwendeten Hintergrunddaten wurden von der Carbotech AG mit der Ökobilanzierungssoftware SimaPro V9.1.1.1 (PRé Sustainability, 2020) modelliert. Der Umweltfussabdruck wurde mit der Methode der Ökologischen Knappheit 2021 (MöK21) berechnet.

Erarbeitet von Carbotech AG, 2021

im Auftrag der  
Stadt Zürich  
Umwelt und Gesundheitsschutz  
Fachbereich Ernährung  
[ugz-ernaehrung@zuerich.ch](mailto:ugz-ernaehrung@zuerich.ch)