

# Quellenverzeichnis Klimakochkalender

## Einführungsseite

- CO<sub>2</sub>-Emissionen von Ernährungsstilen:
  - [https://uba.co2-rechner.de/de\\_DE/food](https://uba.co2-rechner.de/de_DE/food)

## Januar

- CO<sub>2</sub>-Daten:
  - Susanne Pretterebner: Rezepte für die Zukunft (2015); Christliche Initiative Romero e.V.: Kochen und die Welt verändern (2020)

## Februar

- Lebensmittelverschwendung:
  - <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie-lebensmittelabfaelle-deutschland.html>
  - [https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/zgfdT-10regeln-lebensmittelabfaelle-vermeiden.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=5](https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/zgfdT-10regeln-lebensmittelabfaelle-vermeiden.pdf?__blob=publicationFile&v=5)
  - <https://www.zugutfuerdietonne.de/>

## März

- CO<sub>2</sub>-Emissionen von Lebensmitteln:
  - [https://www.klimatarier.com/de/CO2\\_Rechner](https://www.klimatarier.com/de/CO2_Rechner)
- Effizienz von tierischen Produkten:
  - [https://www.zeit.de/wirtschaft/2018-05/ernaehrung-fleisch-gemuese-bio-umweltschutz?utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F](https://www.zeit.de/wirtschaft/2018-05/ernaehrung-fleisch-gemuese-bio-umweltschutz?utm_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F)
- Emissionen 1kg Rindfleisch:
  - <https://www.spiegel.de/wissenschaft/natur/klimabilanz-ein-kilo-fleisch-verursacht-36-kilogramm-kohlendioxid-a-495414.html>
- Klimawirkung Methan:
  - <https://www.umweltbundesamt.de/themen/boden-landwirtschaft/umweltbelastungen-der-landwirtschaft/lachgas-methan>
- Soja in Deutschland:
  - <https://www.taifun-tofu.de/de/magazin/soja-aus-europa>
- Nutzung von Soja:
  - <https://albert-schweitzer-stiftung.de/aktuell/warum-sojawurst-nicht-dem-regenwald-schadet>
  - <https://utopia.de/ratgeber/soja-herkunft-tofu-drinks-marken/>

## April

- Urban Gardening:
  - <https://www.gartenbau.org/magazin/urban-gardening-201816443>
  - [https://de.wikipedia.org/wiki/Urbaner\\_Gartenbau](https://de.wikipedia.org/wiki/Urbaner_Gartenbau)
- Youtube-Kanal rethinknation:
  - <https://www.youtube.com/channel/UCxI5TTV3fjLa67OzJgHsF9w>

Youtube-Kanal Fräulein Öko:

- <https://www.youtube.com/user/SvenjaTutorials>

## Mai

- Vinted:
  - [www.vinted.de](http://www.vinted.de)

## Juni

- Anzahl Vegetarier\*innen:
  - <https://proveg.com/de/ernaehrung/anzahl-vegan-vegetarischer-menschen/>
- Gesundheitliche Vorteile Vegetarier\*innen:
  - <https://www.wissenschaft.de/gesundheit-medizin/studie-zu-vorzuegen-und-risiken-des-vegetarismus/>
- Tipps für vegane/vegetarische Ernährung:
  - <https://www.bzfe.de/einfache-sprache/vegetarisch-essen/>
- App Veganstart:
  - <https://play.google.com/store/apps/details?id=org.peta.veganstart3>
- Infos zum Leben einer Kuh:
  - <https://www.fuereinebesserewelt.info/milch-kuh-gluecklich/>
  - <https://www.spiegel.de/wirtschaft/service/tierhaltung-die-milchindustrie-entsorgt-maennliche-kaelber-a-1029612.html>
  - <https://www.planet-wissen.de/video-wie-deutschlands-milchkuehe-leben-100.html>
  - <https://www.peta.de/themen/kuhmilch/>

## Juli

- orangefarbene Haut durch Karotten:
  - <https://de.wikipedia.org/wiki/Carotin%C3%A4mie>

## August

- Wasserverbrauch Schokolade:
  - <https://www.brot-fuer-die-welt.de/projekte/multimedia-projekt/kenia-wasser/wasserquiz/>
- Nährwerte Schokolade:
  - [https://fddb.info/db/de/lebensmittel/durchschnittswert\\_vollmilchschokolade\\_durchschnitt/index.html](https://fddb.info/db/de/lebensmittel/durchschnittswert_vollmilchschokolade_durchschnitt/index.html)
- Kostenanteile Rohkakao in der Schokolade & Fairtrade:
  - <https://de.makechocolatefair.org/themen/schwankende-kakaopreise-und-geringes-einkommen-der-kleinproduzentinnen>
  - <https://www.spiegel.de/wirtschaft/unternehmen/schokolade-kleinen-herstellern-ist-fairtrade-nicht-fair-genug-a-0716b48f-464e-4da9-ac31-4894860d2b3b>

## September

- Rezept (abgeändert):
  - <https://bbqpit.de/rezepte/apfelchutney/>
- Apfelkonsum pro Kopf und Jahr:
  - <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/643179/umfrage/pro-kopf-konsum-von-aepfeln-in-deutschland/>
- Gewicht eines Apfels:
  - <https://www.personenwaage-online.de/wie-viel-wiegt/wie-viel-wiegt-ein-apfel/>
- Streuobstfläche im Landkreis Esslingen & Gelbes Band:
  - <https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.streuobst-im-kreis-esslingen-aepfel-von-baendel-baeumen-sind-fuer-alle-da.964679ba-87ec-43f7-ad36-22545f11ee15.html>
- Gesundheitsvorteile Apfelschale:
  - <http://hallovita.de/lebensmittel/apfel/>
- Vitamine im Apfel:
  - <https://utopia.de/ratgeber/apfel-so-gesund-ist-er-wirklich-vitamine-naehrwerte-kalorien/>

## Oktober

- Rezept (abgeändert):
  - Schrot und Korn, Ausgabe 09/2011
- Vorteile des Keimen-Lassens:
  - <https://natureholics.com/huelsenfruechte-keimen-lassen/>
- Suchmaschine Ecosia:
  - <https://utopia.de/ratgeber/ecosia-die-nachhaltige-suchmaschine-die-baeume-pflanzt/>
- 100 Millionen Bäume durch Ecosia-Suchanfragen:
  - <https://de.blog.ecosia.org/100-millionen/>
- E-Mail-Anbieter:
  - <https://utopia.de/ratgeber/e-mail-adresse-alternative/>
- Streaming-Stromverbrauch und hilfreiche Tipps:
  - <https://www.aktiv-online.de/ratgeber/stromverbrauch-beim-streamen-so-geht-es-klimafreundlicher-3996>

## November

- Einsatz von Gentechnik:
  - <https://www.oekolandbau.de/bio-im-alltag/bio-fuer-die-umwelt/klima-und-natur/pflanzenschutzmittel-belasten-luft-und-oekolandbau/>
- Vorgaben Bio-Landwirtschaft (nach EU-Verordnung):
  - <https://www.verbraucherzentrale-hessen.de/feature/wichtige-bio-oeko-siegel-ueberblick>
- EU-Verordnung:
  - <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/?uri=CELEX%3A32018R0848&qid=1608219021571>
- Glyphosat:
  - <https://www.bund.net/umweltgifte/glyphosat/>

- <https://www.bund.net/themen/aktuelles/detail-aktuelles/news/bienensterben-durch-glyphosat/>
- <https://www.umweltbundesamt.de/themen/chemikalien/pflanzenschutzmittel/glyphosat>
- *verschiedene Biosiegel:*
  - <https://www.verbraucherzentrale-hessen.de/feature/wichtige-bio-oeko-siegel-ueberblick>
  - [https://www.umweltinstitut.org/fileadmin/Mediapool/Downloads/07\\_FAQ/Lebensmittel/vergleich\\_richtlinien.pdf](https://www.umweltinstitut.org/fileadmin/Mediapool/Downloads/07_FAQ/Lebensmittel/vergleich_richtlinien.pdf)
- *Mutterkuhhaltung:*
  - <https://utopia.de/ratgeber/bio-siegel-haben-die-tiere-davon/>
  - <https://www.sueddeutsche.de/wissen/landwirtschaft-kuehe-ohne-kindheit-1.3957844>

## Dezember

- *Rezept (abgeändert)*
  - <https://www.kochbar.de/rezept/457293/Vegane-Lasagne.html>
- *Erdlager bauen:*
  - <https://www.smarticular.net/erdkeller-bauen-kartoffeln-aepfel-moehren-lagern-waschmaschinentrommel/>
- *Klimabilanz Äpfel aus Argentinien vs. Deutschland:*
  - <https://www.sueddeutsche.de/stil/oeko-ratgeber-zu-aepfeln-weit-gereist-oder-lange-gelagert-was-ist-besser-1.3989628>
- *Letzte Meile:*
  - <https://um.baden-wuerttemberg.de/de/service/publikationen/publikation/did/genuss-n-kochbuechle-restlos-nachhaltig-geniessen-und-co2-sparen/>
- *ebay Kleinanzeigen:*
  - <https://www.ebay-kleinanzeigen.de/>