

Klimafreundliche Bewertung

Zu jedem Gericht/Produkt geben wir den CO₂ Wert mit an und bewerten das Gericht/Produkt.

Legende der Bewertung:

3-Sterne	50% weniger CO ₂ (im Ziel) - sehr gut
2-Sterne	< CO ₂ als der Durchschnitt - gut
1-Stern	> CO ₂ als der Durchschnitt - kritisch

Wichtig: Wir bewerten die Gerichte/Produkte unabhängig der Portionsgrösse.



1345 kcal
760 g (Gewicht)
53 g Fett

2327 g CO₂eq
(105 % mehr als
der Durchschnitt)
1-Stern



685 kcal
390 g (Gewicht)
33 g Fett

1242 g CO₂eq
(105 % mehr als
der Durchschnitt)
1-Stern

Dass heisst, wenn etwas weniger CO₂ verursacht muss dass nicht besser sein, wenn es auch eine kleinere Portion ist! Der Prozentwert wurde im Vergleich mit 17'645 Rezepturen aus der Gastronomie und 79'865 Produkten aus dem Retail berechnet.

Was steckt dahinter?

Jeder Mensch erfüllt mit seiner Ernährung wichtige Grundbedürfnisse mit der Aufnahme von Kohlenhydraten, Proteine, Fette, Wasser und damit seinen Bauch zu füllen. So brauchen wir ca. 2000 kcal, 50 g Proteine, 66 g Fett, 2.5 Liter Wasser und 600 g Trockenmasse jeden Tag. Entsprechend sind Zutaten unterschiedlich „wertvoll“:



1x

100 g (Gewicht)
20 kcal
1 g Proteine
0,2 g Fett
94 g Wasser
6 g Trockenmasse



7x

100 g (Gewicht)
139 kcal
22 g Proteine
4 g Fett
70 g Wasser
30 g Trockenmasse

So sind 100 g Rindfleisch 7 mal mehr „Nahrung“ als 100 g Tomaten. Und dieses Verhältnis berücksichtigen wir um einen fairen Vergleich zwischen Gerichten zu ermöglichen.