



- Schweizerischer Verband für alternative Proteinquellen
- Association Suisse pour des sources alternatives de protéines
- Associazione Svizzera per fonti alternative di proteina

[www.swissproteinassociation.ch](http://www.swissproteinassociation.ch)

September 2024

## Medieninformation:

### **Swiss Protein Association begrüsst die neue Schweizer Lebensmittelpyramide: Ein wichtiger Schritt zu einer nachhaltigen Ernährung**

Die Swiss Protein Association (SPA) begrüsst die Einführung der neuen Schweizer Lebensmittelpyramide als einen bedeutenden Fortschritt hin zu einer nachhaltigeren und gesünderen Ernährungsweise. Die aktualisierten Empfehlungen betonen die Wichtigkeit pflanzlicher Proteinquellen und tragen damit den ökologischen und gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit Rechnung.

#### **Betonung pflanzlicher Proteine**

Die neue Lebensmittelpyramide empfiehlt:

- **Regelmässigen Konsum von Hülsenfrüchten** wie Linsen, Kichererbsen und Bohnen als zentrale Proteinquelle.
- **Maximal 2–3 Mal pro Woche Fleisch** zu verzehren, inklusive Geflügel und verarbeitetem Fleisch.
- **Täglichen Verzehr von Nüssen und Samen** in kleinen Mengen.
- **Bevorzugung pflanzlicher Öle**, insbesondere Rapsöl.

Diese Empfehlungen spiegeln die Notwendigkeit wider, den Konsum tierischer Produkte zu reduzieren und vermehrt auf pflanzliche Alternativen zu setzen. Sie stehen im Einklang mit den Zielen der SPA, alternative Proteinquellen zu fördern und nachhaltige Ernährungssysteme zu unterstützen.

#### **Die Rolle der Lebensmittelverarbeitung**

Moderne Lebensmittelverarbeitung ist entscheidend, um aus pflanzlichen Proteinen schmackhafte und nährstoffreiche Produkte zu entwickeln. Innovative Technologien ermöglichen es, die Bioverfügbarkeit von Nährstoffen zu erhöhen und natürliche antinutritive Faktoren zu reduzieren. Dies trägt dazu bei, dass pflanzliche Lebensmittel nicht nur gesünder, sondern auch attraktiver für die Konsumentinnen und Konsumenten werden.

#### **Unsere Forderungen**

Um die Ziele der neuen Lebensmittelpyramide erfolgreich umzusetzen, fordert die Swiss Protein Association:

- **Förderung von Forschung und Innovation** im Bereich alternativer Proteinquellen und Lebensmitteltechnologien.
- **Schaffung unterstützender Rahmenbedingungen** für Produktion und Vermarktung von Lebensmitteln auf Basis alternativer Proteine.
- **Ideologiefreie und wissenschaftlich fundierte Diskussionen** über die Bedeutung von alternativen Proteinen und Lebensmittelverarbeitung.
- **Sicherung internationaler Wettbewerbsfähigkeit**, indem Entwicklungen aus dem Ausland berücksichtigt und in der Schweiz implementiert werden.

#### **Gemeinsam für eine nachhaltige Zukunft**

Die neue Schweizer Lebensmittelpyramide setzt wichtige Impulse für eine Ernährungsweise, die sowohl die Gesundheit der Menschen als auch die unseres Planeten fördert. Die Swiss Protein Association ist bereit, aktiv an dieser Transformation mitzuwirken und gemeinsam mit allen Akteuren der Wertschöpfungskette Lösungen zu erarbeiten.

**Wir sehen in den aktualisierten Empfehlungen eine Bestätigung unserer Bemühungen und eine Chance, die Schweizer Lebensmittelwirtschaft zukunftsfähig zu gestalten. Es gilt nun, diese Empfehlungen in die Praxis umzusetzen und dabei Innovation, Nachhaltigkeit und Gesundheit in den Mittelpunkt zu stellen.**