



Das perfekte Klima-Dinner





Anmerkung

Einzelne Werte (CO₂ und Wasserverbrauch) können unter anderen Rahmenbedingungen wie saisonaler / regionaler Anbau oder Flugtransporte teilweise deutlich anders ausfallen und um ein Mehrfaches höher bzw. niedriger liegen. Die Umrechnung des Wasserverbrauchs bezieht sich auf eine 0,7 Liter Flasche.



Artischocke

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,46 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Bahn, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

August bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,43 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

285 Liter
entspricht 407 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

Saison in Deutschland

Mai bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,56 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

285 Liter
entspricht 407 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,78 kg
entspricht 5 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

595 Liter
entspricht 580 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis August



International e.V.



Grüne Bohne

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,74 kg
entspricht 5 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

547 Liter
entspricht 781 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis Oktober



International e.V.



Lauchzwiebel

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch
je 1000g

272 Liter
entspricht 389 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Mai bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,40 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

237 Liter
entspricht 339 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis November
Dezember bis April als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,21 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Januar bis Dezember



International e.V.



Möhre

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,27 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober
November bis Mai als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

1,31 kg
entspricht 9 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Januar bis Dezember



International e.V.



Rote Beete

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,32 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

386 Liter
entspricht 551 Wasserflaschen

Import

Deutschland, Europa

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis November
Dezember bis April als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Salat (Eisberg)

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,20 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

237 Liter
entspricht 339 Wasserflaschen

Import

Europa

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,58 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

1470 Liter
entspricht 2100 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

April bis Juni



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,29 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

292 Liter
entspricht 417 Wasserflaschen

Import

Europa

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

März bis Mai und
September bis November



International e.V.



Aprikose

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,54 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

1287 Liter
entspricht 1839 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis August



International e.V.



Brombeere

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,69 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis September



International e.V.



Erdbeere

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,32 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

348 Liter
entspricht 497 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Mai bis Juli



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,89 kg
entspricht 6 km Autofahren

Wasserverbrauch

3350 Liter
entspricht 4785 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Heidelbeere

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,54 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

845 Liter
entspricht 1207 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis September



International e.V.



Himbeere

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

1,20 kg
entspricht 8 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

413 Liter
entspricht 590 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis August



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,22 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

1632 Liter
entspricht 2331 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis August



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,37 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

608 Liter
entspricht 869 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

September bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,51 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

1500 Liter
entspricht 2143 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,29 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

992 Liter
entspricht 1417 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

August bis Oktober
November bis Dezember als
Lagerware aus heimischen Anbau



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,66 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

514 Liter
entspricht 734 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Nektarine

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,32 kg
entspricht 2km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

910 Liter
entspricht 1300 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis September



International e.V.



Pfirsich

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,32 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

910 Liter
entspricht 1300 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis September



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,22 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

2180 Liter
entspricht 3114 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis September



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,29 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

362 Liter
entspricht 517 Wasserflaschen

Import

Deutschland, Europa

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis Oktober



International e.V.



Gurke

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,45 kg
entspricht 3 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

353 Liter
entspricht 504 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch

1657 Liter
entspricht 2367 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

März bis Oktober



International e.V.



Kartoffel

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,40 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

287 Liter
entspricht 410 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober
November bis Mai als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch
je 1000g

589 Liter
entspricht 841 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis August



International e.V.



Lagerzwiebel

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,25 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

280 Liter
entspricht 400 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis Oktober
November bis Juni als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Paprika

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,64 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis Oktober



International e.V.



Tomate

Größe des CO₂-Fußabdrucks (nicht aus dem Gewächshaus)
je 1000g

0,77 kg
entspricht 5 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juli bis Oktober



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,25 kg
entspricht 1 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

353 Liter
entspricht 504 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

Juni bis Oktober



International e.V.



Ananas

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,74 kg
entspricht 5 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

255 Liter
entspricht 364 Wasserflaschen

Import

Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,25 kg
entspricht 1km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

822 Liter
entspricht 1174 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

August bis November
Dezember bis Mai als Lagerware
aus heimischen Anbau



International e.V.



Banane

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,57 kg
entspricht 4 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

790 Liter
entspricht 1129 Wasserflaschen

Import

Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch
je 1000g

506 Liter
entspricht 723 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch
je 1000g

748 Liter
entspricht 1068 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

1,73 kg
entspricht 12 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

1800 Liter
entspricht 2571 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,35 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

560 Liter
entspricht 800 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



International e.V.



Papaya

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

zurzeit nicht ermittelbar

Wasserverbrauch
je 1000g

460 Liter
entspricht 657 Wasserflaschen

Import

Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-



Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,35 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

235 Liter
entspricht 336 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

August bis September



International e.V.



Zitrusfrüchte

Größe des CO₂-Fußabdrucks
je 1000g

0,36 kg
entspricht 2 km Autofahren

Wasserverbrauch
je 1000g

360 Liter
entspricht 514 Wasserflaschen

Import

Europa, Übersee

mögliche Transportwege

LKW, Schiff, Flugzeug

Saison in Deutschland

-