



# Pflanzenbasierte Ernährung

IM FOKUS DER DGE

Der 60. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) fand vom 15. bis 17. März 2023 an der Universität Bonn statt. Dabei wurde das Trendthema „Pflanzenbasierte Ernährung“ auf den wissenschaftlichen Prüfstand gestellt.

Die Wissenschaftlichen Kongresse der DGE haben eine lange Tradition. Sie finden seit 1954 statt und gelten als zentrale wissenschaftliche Veranstaltung für die Ernährungsbranche. In erster Linie richten sie sich an Wissenschaftler\*innen, Nachwuchswissenschaftler\*innen und Studierende. Genauso sind aber auch Mediziner\*innen und Vertreter\*innen aus Verbänden, Unternehmen und der Politik eingeladen. So bieten die Kongresse vor allem dem wissenschaftlichen Nachwuchs die Möglichkeit, Forschungsergebnisse einem breiten Fachpublikum vorzustellen.

### **Der DGE-Jubiläumskongress**

Ob vegan, vegetarisch oder flexitarisch ... pflanzenbasierte Ernährungsformen werden in Deutschland immer beliebter. Viele Menschen essen bewusst weniger tierische Produkte. Diesen Trend greift der Titel des 60. Jubiläumskongresses der DGE auf: „Pflanzenbasierte Ernährung im Fokus – vielseitig und zukunftsfähig“. Drei Plenarvorträge sowie zahlreiche Fachvorträge und Poster informierten die Besucher\*innen über den aktuellen Forschungsstand. Die Vortragenden behandelten das Thema aus verschiedenen Perspektiven: In Hinblick auf Gesundheit, Nachhaltigkeit und lebensmitteltechnologische Herausforderungen. Zudem boten Abendveranstaltungen den Teilnehmenden die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen.

### **Spannende Plenarvorträge**

Prof. Dr. Martin Qaim vom Zentrum für Entwicklungsforschung der Uni Bonn eröffnete das vielfältige Programm. In seinem Plenarvortrag sprach er über tierische Lebensmittel aus dem Blickwinkel der Nachhaltigkeit. Ihm war es wichtig, die Debatte differenziert zu betrachten. In einigen Entwicklungs- und Schwellenländern seien tierische Produkte unverzichtbare Nährstofflieferanten. Zudem sichern sie das Einkommen vieler Menschen und reduzieren somit Armut. Gleichzeitig sei der weltweit hohe Konsum von tierischen Produkten aber nicht mit dem Ziel globaler Nachhaltigkeit vereinbar. Insbesondere in den Industrieländern müsse man den Fleischkonsum reduzieren.

Der zweite Plenarvortrag behandelte die Herausforderungen bei der Herstellung von pflanzlichen Alternativprodukten. Prof. Dr. Ute Weisz vom Institut für Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaften der Uni Bonn sprach über die Herausforderungen bei pflanzlichen Proteinzutaten, stellte aber auch mögliche Lösungsvorschläge dar. Als Beispiele für neue pflanzliche Proteinquellen nahm sie die Lupine sowie die Macauba-Palme in den Fokus. Um sich auch geschmacklich überzeugen zu lassen, konnten die Besucher\*innen Alternativprodukte wie Lupinenjoghurt verkosten.

Im dritten Plenarvortrag sprach Dr. Keren Papier von der Universität Oxford darüber, wie sich eine pflanzenbasierte Ernährung auf die langfristige Gesundheit auswirkt. Die Epidemiologin stellte ausgewählte Ergebnisse der EPIC-Oxford-Studie, dem britischen Teil der Kohortenstudie, vor. Die Daten der Studie zeigten, dass eine vegetarische oder vegane Ernährung sich positiv auf die Gesundheit auswirken, aber auch einige Risiken haben kann. So hatten die Vegetarier\*innen und Veganer\*innen in Regel einen niedrigeren BMI und ein geringeres Risiko für koronare Herzkrankheiten. Ihr Risiko für Knochenbrüche war hingegen höher als das der Fleischesser\*innen.

### **Vielfältiges Programm**

Neben den Plenarvorträgen gab es zahlreiche Vortragsreihen und Postersessions zu aktuellen Forschungsergebnissen. Insgesamt bestand das 2 ½-tägige Programm aus 78 Fachvorträgen, 110 Posterpräsentationen und 12 Minisymposien. Darunter waren auch die Seite | 3 Poster von zwei Masterstudentinnen der Hochschule Niederrhein. Gina Laumen stellte ihre Forschungsergebnisse zu den Kosten einer gesunden Ernährung vor. Melina Lindek befasste sich mit dem Einsatz von Speisepilzmyzel als Bestandteil von pflanzenbasierten Burgerpatties. Durch die verschiedenen Formate bot der Kongress ein umfangreiches Angebot, um sich über

pflanzenbasierte Ernährung zu informieren und zu diskutieren.

### **(LeBa)**

#### **Quellen:**

<https://www.dge.de/presse/pm/pflanzenbasierte-ernaehrung-im-fokus-vielseitig-und-zukunftsfaehig/>

<https://www.dge.de/presse/pm/die-zukunft-isst-pflanzenbasiert/>

<https://www.dge.de/va/kongresse/wk60/>

<https://www.frauengesundheitsportal.de/aktuelles/aktuelle-meldungen/die-zukunft-isst-pflanzenbasiert/>

<https://doi.org/10.1017/S00296651210037>