



der Sommer ist vorbei. Er hat uns Eindrücke davon verschafft, wie sich der Klimawandel auswirkt: es war viel zu warm und zu trocken. Die Hitzewellen haben zahlreiche zusätzliche Krankheitsfälle und auch Todesfälle verursacht. Das Robert-Koch-Institut geht allein in Deutschland von mehr als 16.000 Hitzetoten aus.

Doch nicht nur Mensch und Tiere leiden unter Anpassungsschwierigkeiten. Der Deutsche Wetterdienst

hat bereits gravierende Veränderungen bei den jahreszeitlichen Entwicklungsphasen bei Pflanzen in den letzten Jahrzehnten registriert: Zum Beispiel blühen Apfelbäume mehr als 20 Tage früher und Eichen werfen mehr als eine Woche später ihre Blätter ab. Die Vegetationsperioden haben also deutlich zugenommen. Für Pollen-Allergikerinnen und -Allergiker bedeutet das eine nahezu ganzjährige Leidenszeit.

Der Klimawandel ist auch eine ständige Herausforderung für die Landwirtschaft und hat indirekt Auswirkungen auf die Ernährung. Etwa die Hälfte der Fläche Deutschlands wird landwirtschaftlich genutzt, zu gut zwei Drittel als Ackerland. Getreide, Feldfrüchte und Gras dienen zur Ernährung von Mensch und Nutztier, aber auch zunehmend zur Energieerzeugung. Während sich die Getreideernte noch einigermaßen im Gleichgewicht hält, bangen Kartoffel- und Pommes-Fans um Größe, Dicke und Länge ihrer Lieblinge.

Als Alternativen bieten sich Nahrungs- und Futterpflanzen an, die bisher aufgrund anderer Wetterbedingungen in südlichen Ländern wuchsen und importiert werden mussten. Der Anbau von Hülsenfrüchten ist hierzulande noch gering, doch lohnt sich bereits der Sojaanbau in einigen Regionen Deutschlands. Als landwirtschaftliche Nischenkulturen passen auch weitere Leguminosen mit ihrer Robustheit gegenüber Hitze und Trockenheit gut auf hiesige Äcker.

In dieser Ausgabe der U&G wird dargestellt, dass Linsen und Kichererbsen nicht nur in die Anbau-Fruchtfolge passen, sondern hervorragend als wertvolle Nährstoffalternative zu Fleisch und tierischen Produkten anzusehen sind. Der Schwerpunktartikel vermittelt einen Überblick über die verschiedenen Linsen- und Kichererbsen-Arten und zeigt ihre vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten für eine abwechslungsreiche, gesundheitsfördernde und pflanzenbetonte Ernährung auf.

Es geht also auch weiterhin um das Thema Umwelt und Gesundheit. Vielleicht können ja Personen, die einem Klimawandel und vegetarischer Ernährung skeptisch und vorurteilsbehaftet gegenüberstehen, durch diesen und weitere interessante Artikel in dieser Zeitschrift zum Nach- und Umdenken motiviert werden. Sehen Sie hierbei bitte nicht den erhobenen Zeigefinger, sondern achten Sie darauf, dass Sie den Spaß am Essen und am Leben erhalten.

Bleiben Sie gesund und zuversichtlich

Ihr Andreas Steneberg

Impressum	75
AVE aktuell	76
• Mitgliederversammlung AVE e.V.	
Forum	76
Schwerpunkt	78
• Kichererbsen und Linsen für die menschliche Ernährung – Kleine Hülsenfrüchte mit großer Wirkung von Cecilia Antoni	
Interview	85
• Brauchen wir Nahrungsergänzungsmittel? Fragen an Dr. Georg Aichinger und Angela Clausen	
• Bittere Trendprodukte	
Allergie aktuell	87
• Der Bauernhof-Effekt, so klar wie nie zuvor	
Forschung aktuell	88
• Projekt „Beweisstück Unterhose“ erhält IG-Nobelpreis	
• PFAS in Arzneimitteln sind oft ersetzbar	
• Wie Umweltbelastungen das Immunsystem verändern	
Gesundheit aktuell	91
• Zweifelhafter Nutzen des aktuellen Hautkrebsscreenings	
• Sport, Ernährung, Schlaf und Atmung beeinflussen die Gesundheit	
• Lebensstil-Dissonanz: Was uns davon abhält, gesund zu leben	
• Reisedermatosen: Unerwünschte Urlaubsmitbringsel	
Umwelt aktuell	96
• Klimawandelskepsis in Deutschland nimmt stark zu	
• Wild lebende Honigbienen erstmals in der EU auf Roter Liste	
• Rote Liste: Tagfalter zunehmend gefährdet	
• Schildkröten in Deutschland: 14 von 15 Arten eingeschleppt	
• Ölpalme, Kokos und Soja sorgen für mehr Artensterben	
Candida aktuell	101
• Backhefe kann Candida-Infektionen bekämpfen	
Verbraucherschutz	102
• Mikrokosmos Küchenschwamm	
Bücher	103
Ernährung aktuell	104
• Fisch aus Aquakulturen im Jahr 2025	
• Erträge des Sommers ernten, lagern und konservieren	
• Blausäure und Cadmium in Leinsamen	