



**26. MAI**

- Obst & Gemüse  
Verschwendung stoppen**
- Klima schützen**
- Geld sparen**

# 26. Mai 2026: Tag der Lebensmittel-Rettung

WWF Kommunikationspaket für Unternehmen, Institutionen  
und Multiplikator:innen

# Am 26. Mai ist Tag der Lebensmittel-Rettung

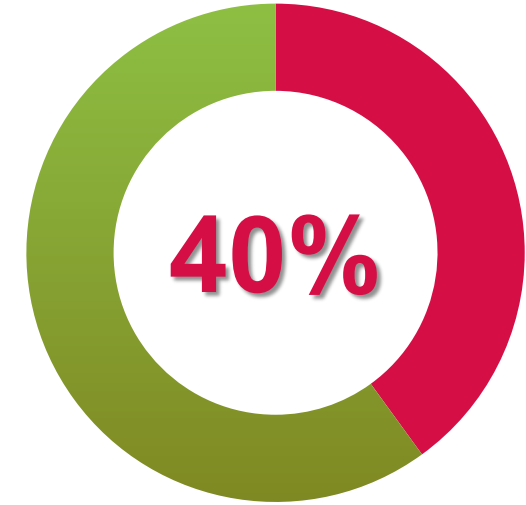


Denn rechnerisch gehen alle Lebensmittel, die von Jahresbeginn bis zu diesem Tag produziert werden, entlang der Wertschöpfungskette verloren.

Das entspricht in etwa [40 Prozent](#) aller weltweit produzierten Lebensmittel! Rund 10 % des globalen Ausstoßes an Treibhausgasen gehen auf das Konto von Lebensmittelverschwendung.

Der Tag der Lebensmittel-Rettung wurde vom WWF ins Leben gerufen, um gemeinsam mit Stakeholdern das öffentliche Bewusstsein für die Problematik zu schärfen und Lösungen zur Vermeidung der unnötigen Verschwendung aufzuzeigen.

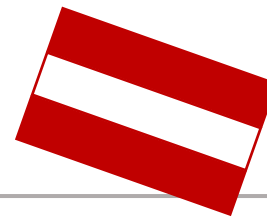
Dieses Jahr thematisieren wir die Verschwendung von Obst und Gemüse.



## Lebensmittelabfälle und Verluste

40% aller weltweit produzierten Lebensmittel gehen entlang der Wertschöpfungskette verloren

# Lebensmittel-Verschwendung in Österreich



Jedes Jahr entstehen in Österreich mehr als **1,2 Millionen Tonnen an vermeidbaren Lebensmittelabfällen und -verlusten**. Umgerechnet sind das im Schnitt rund 135 Kilogramm pro Kopf.

Die Verschwendung verteilt sich wie folgt auf die unterschiedlichen Sektoren:

- 55 % entfallen auf die Haushalte
- jeweils 14 % auf die Außer-Haus-Verpflegung sowie auf die bislang nur lückenhaft erfasste Landwirtschaft
- 10 % auf die Lebensmittelindustrie
- 7 % auf den Handel

# 135 kg

Lebensmittelabfälle und -verluste fallen in Österreich pro Kopf und Jahr an

Quelle: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00506-024-01032-9>

# Obst und Gemüse am meisten verschwendet



In Privathaushalten landet Obst und Gemüse besonders häufig im Abfall. Und auch entlang der Lebensmittelkette entstehen bereits große Verluste. Das ist eine gewaltige Verschwendung von Ressourcen wie Energie, Wasser, und fruchtbarem Boden, die für die Produktion der Lebensmittel benötigt werden.

Wer Verschwendung von Obst und Gemüse vermeidet, leistet daher aktiv einen Beitrag zum Umweltschutz.

Aktuell besonders relevant: Ein achtsamer Umgang mit Lebensmitteln spart in Zeiten hoher Lebensmittelpreise bares Geld.



© Martin Harvey WWF WW188377

# Gemeinsam die unnötige Verschwendung stoppen!



” Damit weniger Lebensmittel verschwendet werden, braucht es mehr Engagement von uns allen - von Konsument:innen, Unternehmen und der Politik.

**Bei Fragen wenden Sie sich jederzeit an:**  
Dominik Heizmann  
Programm Manager Nachhaltige Ernährung  
[dominik.heizmann@wwf.at](mailto:dominik.heizmann@wwf.at)





## Obstkorb-Irrtum: ✘

Das meiste Obst und Gemüse fühlt sich in der Gemüselade des Kühlschranks am wohlsten. Im klassischen Obstkorb am Tisch verdirbt es schneller.

Muss es jedoch noch nachreifen, dann gelingt das am besten bei Zimmertemperatur.



## Wellness-Kur für den Salat

Wickle deinen Salat oder deine Kräuter in ein feuchtes Geschirrtuch. So bleiben sie so knackig, als kämen sie gerade direkt vom Feld.



## Zu viel Obst auf einmal reif? 🍑

Verwandle es in Marmelade, trockne es zu Chips oder mach Eis daraus.

So rettest du den Sommergeschmack für später und veredelst deine Reste.



## Smoothie- und Kuchen-Party statt Tonne 🎉

Optisch nicht mehr herzeigbar?

Ab in den Mixer! In einem Saft oder Smoothie zählt nur der Geschmack, nicht das Aussehen.

Wiederverwertbare Strohhalme verwenden!

Obstkuchen geht übrigens auch immer!



## Vampir-Modus für Erdäpfel 🧑‍🦋

Kartoffeln, Zwiebeln und Knoblauch treiben bei Licht und Wärme schnell aus.

Im dunklen, kühlen Keller oder in einer Dunkelbox fühlen sie sich pudelwohl und bleiben lange frisch.



## Wiederbelebung im Wasserbad

Deine Karotten sind schon etwas schrumpelig und müde?

Gönn ihnen ein 1–2-stündiges Bad in kaltem Wasser. Das wirkt wie ein Jungbrunnen!



## Schimmel-Party? Nein Danke! 🤢

In der Gemüselade sammelt sich gern Kondenswasser – die perfekte Grundlage für Schimmel.

Leg einfach ein Küchentuch oder Küchenpapier unten rein, und tausche es regelmäßig. Es saugt die Feuchtigkeit auf und hält alles sauber.



## Innere Werte zählen ❤️

Die Natur hält sich nicht an Model-Maße.  
Greif bewusst zur krummen Karotte oder  
zum Apfel mit kleiner Delle – sie schmecken  
genauso gut!



## Die „Alles-geht“-Suppe 🍲

In einer Minestrone werden alle Reste zu einem kulinarischen Dreamteam.

Einfach alles kleinschnippeln, kochen und mit Käseresten verfeinern.



## Du fährst spontan weg? 🚂

Lass dein Obst und Gemüse nicht allein zurück!

Frier es einfach ein oder mach den Nachbarn eine Freude. Dein Essen wartet nicht gerne, bis es schlecht wird.

## Tag der Lebensmittelrettung am 26. Mai 2026: Warum wir dieses Jahr Obst und Gemüse retten

Ein persönlicher Beitrag von Dominik Heizmann, Experte für nachhaltige Ernährung des WWF Österreich

**Am 26. Mai ist wieder Tag der Lebensmittel-Rettung.** Letztes Jahr haben wir viel darüber gesprochen, warum Fleischabfälle der Natur so sehr schaden. Heuer konzentrieren wir uns auf ein anderes großes Thema: Obst und Gemüse. Davon landet nämlich mengenmäßig am allermeisten im Abfall. Das ist nicht nur schade um das gute Essen, sondern auch eine Verschwendung von Energie, Wasser, und fruchtbarem Boden, die für die Produktion benötigt werden.

### Verschwendung direkt auf dem Feld

Oft denken wir, dass Lebensmittel erst im Supermarkt oder bei uns zu Hause im Müll landen. Aber das stimmt nicht. Die Verschwendung beginnt schon auf dem Feld. Weltweit werden mehr als eine Milliarde Tonnen Lebensmittel niemals gegessen, weil sie schon während oder direkt nach der Ernte verloren gehen. Das sind etwa 15 Prozent aller produzierten Lebensmittel. In Österreich fallen jedes Jahr ungefähr 167.000 Tonnen an Obst, Gemüse und Erdäpfeln in der Landwirtschaft als Verluste an. In allen Bereichen zusammengenommen (Landwirtschaft, Lebensmittelindustrie, Handel, Haushalte und Außer-Haus Verpflegung) entstehen in Österreich 1,2 Millionen Tonnen Lebensmittelabfälle und -verluste pro Jahr. Das entspricht etwa 135 kg pro Kopf.

Das Eigenartige ist: In wohlhabenden Ländern mit moderner Ernte- und Kühltechnik entstehen sogar mehr Verluste am Beginn der Lebensmittelkette als in Ländern, in denen die Landwirtschaft weniger industriell geprägt ist. Das liegt an unserem System: Ständige Verfügbarkeit, Überproduktion und strenge Vermarktungsnormen führen dazu, dass genießbares Obst und Gemüse oft gar nicht geerntet oder später aussortiert wird.

## Der „Schönheitswahn“ im Regal und am Teller.

Ein Hauptgrund für diese Verschwendung ist, dass alles perfekt aussehen muss. Von den Supermarktregalen sind wir makellose Ware gewohnt. Wer würde noch zu den kleingewachsenen Erdäpfeln greifen oder Schadstellen ausschneiden, wenn der Drahtwurm mitgenascht hat? In der Gastronomie und Lebensmittelverarbeitung ist es ähnlich. Abweichungen von der Norm stören die auf Effizienz getrimmten Arbeitsabläufe. Das führt dazu, dass Handel und Lebensmittelverarbeiter genau vorgeben, welche Größe und Form ein Apfel oder eine Karotte haben muss.

Aber die Natur hält sich nicht an solche Regeln. Insbesondere in der biologischen Landwirtschaft ohne den Einsatz von giftigen Pestiziden kommt es öfter zu Abweichungen. Doch auch eine Karotte mit zwei Beinen oder ein Apfel mit einem kleinen Fleck schmecken hervorragend.

### Was Sie tun können: Tipps für den Alltag

Jeder und jede kann einen Beitrag leisten. Hier sind ein paar einfache Tipps:

- Greifen Sie zu „krummen Dingen“: Kaufen Sie auch Obst und Gemüse, das nicht perfekt aussieht. Am Markt, beim Ab-Hof Verkauf oder in sogenannten „Bio-Kisten“ bekommen sie auch Obst und Gemüse, das nicht in die Normen der Supermärkte passt.
- In der Küche ist das Aussehen egal: Bei Eintöpfen oder Suppen spielt das Aussehen und eine abweichende Form am wenigsten eine Rolle.
- Planen statt Verschwenden: Kaufen Sie nur so viel ein, wie Sie wirklich brauchen. Das schont nicht nur die Umwelt, sondern auch Ihr Geldbörserl.

Egal ob zu Hause, im Gasthaus oder direkt auf dem Feld: Jedes verschwendete Lebensmittel verbraucht unnötigerweise wertvolle Ressourcen. Sorgen wir gemeinsam dafür, dass alles Essbare auch wirklich auf dem Teller landet.

Jeder gerettete Bissen zählt!

Zeigen Sie Ihren Mitarbeiter:innen und Partner:innen, dass auch Sie ein Teil des vom WWF ausgerufenen Tags der Lebensmittel-Rettung sind!

Die Sujets sollen Ihnen als Inspiration dienen, in unterschiedlichen Kanälen zu kommunizieren und ein Zeichen für das Retten von wertvollen Lebensmitteln zu setzen.

## WWF Bildmaterial und Social Media Texte

Die Bilder sind von Adobestock. Falls Sie diese verwenden wollen, müssen Sie diese **selbst lizensieren**. Die Texte dürfen im Zusammenhang mit dem Tag der Lebensmittelrettung 2026 verwendet werden.

## Link & Social

Bitte verlinken Sie nach Möglichkeit digitale Beiträge mit unserer Website [wwf.at/lebensmittelrettung](https://www.wwf.at/lebensmittelrettung) und erwähnen Sie die WWF Österreich Accounts auf Social Media.

Facebook: WWFOesterreich

Instagram: wwf\_austria

Linked-in: wwf-oesterreich

Bluesky: wwf.at



Wir wollen die weltweite Naturzerstörung  
stoppen und eine Zukunft gestalten,  
in der Mensch und Natur in Einklang  
miteinander leben.

**together possible™**

**wwf.at**