

**WIRTSCHAFT IM HAUS:** Grundüberlegungen zum Haltbarmachen von Lebensmitteln

# Im Sommer an den Winter denken

*Früher war es von lebenserhaltender Bedeutung, den Sommer über Vorräte für den Winter anzulegen. Heute ist die Ausgangslage nicht mehr die gleiche. Trotzdem spricht noch immer viel fürs Haltbarmachen von Lebensmitteln.*

**MARLEN BETSCHART**

Früher, als der Mensch fast ausschliesslich von Selbstgezo-gem, Selbstgesammeltem und Selbstgejagtem lebte, versorgte er sich nahezu hundertprozentig aus eigener Kraft. Die Selbstversorgung bezog sich also nicht nur auf die Ernährung, sondern auf alles, was der Mensch an Materiellem zum Leben brauchte. Die Selbstversorgung hatte eine lebenserhaltende Bedeutung, da den Menschen die Vorratswirtschaft von Industrie und Handel nicht abgenommen wurde. Es war eine Wissenschaft für sich, Lebensmittel ohne technische Hilfsmittel, Strom und Kühlsysteme vor Verderb zu bewahren und vor tierischen Schädlingen zu schützen.

## Warum Selbstversorgung?

Heute wird der Begriff Selbstversorgung vor allem in Bezug auf die Ernährung angewendet. Man spricht sehr oft nicht mehr unbedingt von Selbstversorgung, sondern von Produktverarbeitung. Verschiedene Gartenschätze oder Lebensmittel werden im optimalen Reifezustand haltbar gemacht.

Beim Begriff Produktverarbeitung handelt es sich nicht nur um die verschiedenen Konservierungsarten wie Sterilisieren, Heisseinfüllen, Dörren usw., sondern es geht hier auch um die Verarbeitung von Milch und Fleisch, verschiedenen Getreideprodukten, Kräutern, Wildfrüchten usw.

Warum lohnt es sich eigentlich, auf Selbstversorgung zu setzen? Dazu gibt es viele gewichtige Gründe:

- Die Freude an den eigenen, natürlichen, aromatischen Produkten.
- Selbstgemachtes gibt Sicherheit und bürgt für unverfälschten Genuss und Geschmack ohne Konservierungs- und Zusatzstoffe.



**Heute ist der Entscheid, Lebensmittel zu konservieren eher ein ideeller, als ein existenzieller. Hier ein schönes Beispiel eines gefüllten Kellerregals. (Bild: zvg)**

- Der Spass an einer gesunden Ernährung im Rhythmus der Jahreszeiten.
- Statt in den Abfall wandert ein Überfluss an Gartenschätzen oder Lebensmitteln in eigene Konserven oder wird in ein selbstgemachtes Mitbringsel verwandelt.
- Die Gartenarbeit und die Verarbeitung der Ernte sind ein willkommener Ausgleich zur Hektik und Rastlosigkeit unserer Zeit.

## Welche Voraussetzungen?

Fachliches Wissen ist die Voraussetzung, um Lebensmittel erfolgreich haltbar zu machen. Altbewährte Methoden werden mit den neuesten Erkenntnissen aus dem Bereich der Lebensmittelverarbeitung und der Ernährungswissenschaft verknüpft. Konservieren verlangt genaues Arbeiten und ist arbeitsintensiv.

Es ist wichtig, sich vorgängig folgende Gedanken zu machen:

- Wie viel Zeit kann neben anderen Tätigkeiten für das Konservieren eingesetzt werden?
- Wie viele Produkte können aus dem Garten und / oder dem Landwirtschaftsbetrieb bezogen werden? Was muss zugekauft werden?
- Welche Geräte stehen zur Verfügung?
- Wie gross ist der Bedarf der Familie?
- Wie steht es mit den Lagermöglichkeiten für die Konserven im Haushalt?
- Wieviel Geld kann für das Konservieren eingesetzt werden?

## Immaterieller Wert

Nebst den materiellen Werten führen aber sehr oft die immateriellen und ideellen Werte zum Entscheid, Produkte im eigenen Haushalt zu verarbeiten. In der

heutigen Zeit ist die Frage, ob man etwas haltbar macht, nicht mehr eine Existenzfrage, sondern vielmehr eine Frage der persönlichen Werte.

Die gewonnenen Kenntnisse aus der Produktverarbeitung bilden eine solide und wertvolle Grundlage und können für die Entwicklung neuer Betriebszweige genutzt werden. Unter den Rahmenbedingungen einer innovativen Landwirtschaft mit Steigerung der Wertschöpfung und Diversifizierung spielt die Verarbeitung von Lebensmitteln, zum Beispiel in der Direktvermarktung und Gästebewirtung, eine bedeutende Rolle.

Die Selbstversorgung wird sicher auch in Zukunft ein Teil des Lebens der bäuerlichen Familien bleiben. Die Versorgung der Bauernfamilie mit eigenen Produkten wird auch künftig ihren Stellenwert behalten.

## ZUR AUTORIN



Marlen Betschart aus Trachslau SZ ist dipl. Bäuerin, verheiratet und Mutter von vier erwachsenen Kindern. Mit ihrem Mann führte sie einen Milch-wirtschaftsbetrieb mit Gästebewirtung auf dem Hof und Direktvermarktung. Der Betrieb wurde 2016 dem Sohn übergeben. Seit 2012 unterrichtet sie am BBZ in Pfäffikon SZ Produktverarbeitung. Sie ist Mitglied der Prüfungsleitung Bäuerin und als Chefexpertin verantwortlich für die Prüfungsorganisation Berufsprüfung Bäuerin. *mgt*