

Sommertipp Grillen

09. Juni 2019

Der Umwelt-Tipp des Monats vom AK Umwelt

Von der richtigen Grillkohle über den Anzünder bis zum Fleisch – auch beim Grillen kann die Umwelt geschützt werden. Ein Blick auf die Einkaufsliste für einen gemütlichen Freiluft-Abend mit Familie und Freunden: Grillkohle, Grillanzünder, Grillgut. Und was kann man dabei für die Umwelt tun? Einiges!

- Kaufen Sie Holzkohle aus nachhaltiger Waldwirtschaft FSC-Siegel bzw. PEFC-Siegel. Nach FSC und PEFC zertifizierte Holzkohle/-Briketts sind in sehr vielen Baumärkten, Supermärkten und Tankstellen erhältlich. Das DIN-Prüfzeichen (DIN EN 1860-2) stellt sicher, dass die Holzkohle kein Pech, Erdöl, Koks oder Kunststoffe enthält.
- Vermeiden Sie starke Rauchentwicklung beim Grillen durch gute Luftzufuhr und geeignete Grillanzünder (z.B. Kaminanzünder). Befeuern Sie Ihren Grill mit Spaltholz und braunem Karton, denn dieser ist nicht chemisch behandelt.
- Oder verwenden Sie gleich einen Gas- oder Elektrogrill zur Vermeidung der Schadstoffentwicklung (Polyzyklische Aromatische Kohlenwasserstoffe PAK, Feinstaub, CO, CO₂)
- Lassen Sie nichts anbrennen:
Denn Schwarze Krusten auf dem Grillgut enthalten krebserregende Stoffe. Diese entstehen vor allem, wenn Fett oder Bier in die Kohlenglut tropfen und sich der dann aufsteigende Rauch auf das Grillgut legt. Um dies zu vermeiden, sollten Sie Grillschalen verwenden und nicht mit Bier ablöschen.
- Verwenden Sie wiederverwendbare Grillschalen aus Edelstahl, Keramik oder mit Emaillebeschichtung oder einen Elektrogrill mit Keramikoberfläche.
- Wie bei der Ernährung insgesamt gilt auch beim Grillen:
 - Weniger Fleisch, mehr Gemüse, Bioprodukte, möglichst regional und saisonal sind am besten für die Umwelt und die Gesundheit.
 - Verwenden Sie Grillgut ohne Nitrit-Pökelsalz: Bei großer Hitze entstehen im Grillgut als krebserregend geltende Nitrosamine.
 - Bei Fisch sollte außerdem auf das Siegel des Marine Stewardship Council (MSC) geachtet werden. Das Logo garantiert: Dieser Fisch wurde umweltverträglich gefangen.
- Verwenden Sie auch beim Grillen Mehrweggeschirr. Sie vermeiden dadurch auch unnötigen Müll.
- Holzkohlenasche sollte ausgekühlt im Restmüll landen.

(Quellen: Umweltbundesamt, WWF & TÜV-Rheinland)