

Pflanzenproteine – von der Nische zur Normalität

Empfehlungen für eine Proteinstrategie der Bundesregierung

10. Februar 2026

DAS POSITIONSPAPIER WIRD VON FOLGENDEN MITGLIEDSVERBÄNDEN UND VERBRAUCHERZENTRALEN GEMEINSAM GETRAGEN:



Bundesverband e.V.



-  **Verbraucherzentrale** Baden-Württemberg
-  **Verbraucherzentrale** Bayern
-  **Verbraucherzentrale** Brandenburg
-  **Verbraucherzentrale** Bremen
-  **Verbraucherzentrale** Hamburg
-  **Verbraucherzentrale** Hessen
-  **Verbraucherzentrale** Mecklenburg-Vorpommern
-  **Verbraucherzentrale** Niedersachsen
-  **Verbraucherzentrale** Nordrhein-Westfalen
-  **Verbraucherzentrale** Rheinland-Pfalz
-  **Verbraucherzentrale** Saarland
-  **Verbraucherzentrale** Sachsen
-  **Verbraucherzentrale** Thüringen

Inhalt

I. Verbraucherrelevanz.....	3
II. Einführung.....	4
1. Gesund und nachhaltig	4
2. Tierische und pflanzliche Proteine aus gesundheitlicher Sicht	5
3. Pflanzenproteine aus Verbrauchersicht.....	7
III. Empfehlungen für eine Proteinstrategie.....	10
1. Bundesregierung.....	10
2. Lebensmitteleinzelhandel	12
3. Verbraucherinformation und -bildung	13
4. Hersteller	13
5. Gemeinschaftsverpflegung.....	14
6. Erzeugung und Verarbeitung.....	14
7. Forschungsförderung.....	15
IV. Fazit.....	16
Impressum	16

I. Verbraucherrelevanz

Pflanzliche Alternativprodukte sind bei Verbraucher:innen beliebt. Laut einer repräsentativen forsa-Befragung im Auftrag des Verbraucherzentrale Bundesverbands nutzt ein Fünftel (20 Prozent) der Verbraucher:innen häufig oder ausschließlich pflanzliche Milchalternativen und nahezu jede:r Achte (12 Prozent) häufig oder ausschließlich Fleischalternativen.¹ Zwei Drittel der Befragten sprechen sich für eine Absenkung der Mehrwertsteuer von 19 Prozent auf sieben Prozent für pflanzliche Alternativen aus.²

Die Bundesregierung sollte die sich wandelnden Ernährungspräferenzen zum Anlass nehmen und Ernährungsumgebungen entsprechend gestalten. So sollte sie die Mehrwertsteuer für pflanzliche Alternativen von derzeit 19 Prozent an die von Fleisch und tierischen Produkten von sieben Prozent angleichen. Eine Proteinstrategie des Bundes würde die Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit pflanzlicher Alternativen erhöhen – im Sinne des Wunsches der Verbraucher:innen nach einer gesunden Wahl.

¹ Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 5, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2026-02/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Fleischalternativen.pdf; Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 4, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-11/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Milchalternativen_0.pdf

² Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 7, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2026-02/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Fleischalternativen.pdf; Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 6, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-11/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Milchalternativen_0.pdf

II. Einführung

1. Gesund und nachhaltig

Sehr viele Verbraucher:innen streben eine ausgewogene Ernährung an. Laut einer internetrepräsentativen Befragung im Auftrag des vzbv geben 91 Prozent an, dass ihnen gesundes Essen wichtig ist.³ Ein hoher Verzehr von rotem und verarbeitetem Fleisch – etwa Wurstwaren – wirkt sich jedoch nachteilig auf die Gesundheit aus und lässt die häufigsten Todesursachen in Deutschland ansteigen, darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs. Hochrechnungen zufolge werden die Gesundheitskosten durch übermäßigen Fleischkonsum auf rund 16 Milliarden Euro jährlich geschätzt.⁴

Auch die Umweltfolgen der Fleischerzeugung sind beträchtlich - unter anderem durch Nitrat im Grundwasser, Treibhausgase in der Luft und Rückstände von Antibiotika im Boden.⁵ Eine Annäherung externer Umweltkosten für Fleischerzeugnisse wird auf 21 Milliarden Euro jährlich geschätzt.⁶

Die Mehrheit der im Auftrag des vzbv befragten Menschen würde sich gern nachhaltiger und umweltfreundlicher ernähren, findet es im Alltag jedoch schwierig, dieses Vorhaben umzusetzen. Für über die Hälfte (54 Prozent) liegt dies am Preis.⁷

Pflanzliche Proteine können hier eine entscheidende Rolle spielen. Sie bieten insbesondere für Flexitarier:innen⁸, die ihren Fleischkonsum aktiv senken wollen und die mit knapp 40 Prozent die größte Ernährungsgruppe in Deutschland darstellen, eine attraktive Alternative.⁹ Die gesundheitliche Bewertung pflanzlicher Alternativprodukte hängt allerdings stark vom jeweiligen Produkt, der Rezeptur und dem Verarbeitungsgrad ab. Ziel sollte es sein, das Angebot mit pflanzlichen Alternativen zu erweitern und dies für alle Menschen erschwinglich und attraktiv zu gestalten.

Der Lebensmitteleinzelhandel geht voran und entwickelt eigene Proteinstrategien, um die Menge an verkauften tierischen Proteinen zu senken und die der pflanzlichen zu steigern.¹⁰ Die

³ Verbraucherzentrale Bundesverband: Ernährungspolitische Einstellungen und Verhaltensweisen, 2025, S. 7, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-06/25-06-10_IFH_KOELN_Bericht_Ern%C3%A4hrungspolitische-Einstellungen-und-Verhaltensweisen_1.pdf, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

⁴ Seidel, F., Oebel, B., Stein, L., Michalke, A., Gaugler, T.: The True Price of External Health Effects from Food Consumption, 2023, In: Nutrients. Jg. 15, Nr. 15. S. 3386, <https://doi.org/10.3390/nu15153386>

⁵ Umweltbundesamt: Warum Fleisch zu billig ist, 2017, <https://www.umweltbundesamt.de/themen/warum-fleisch-zu-billig-ist>, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

⁶ Greenpeace e.V.: Die versteckten Kosten der Ernährung, 2025, S. 15 f., https://www.greenpeace.de/publikationen/Versteckte%20Kosten%20der%20Ern%C3%A4hrung_0.pdf, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

⁷ Verbraucherzentrale Bundesverband: Nachhaltige Ernährung braucht die richtigen Rahmenbedingungen, 2020, <https://www.vzbv.de/meldungen/nachhaltige-ernaehrung-braucht-die-richtigen-rahmenbedingungen>, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

⁸ Verbrauchergruppe, die gelegentlich Fleisch isst, aber bewusst ihren Konsum an tierischen Lebensmitteln reduziert.

⁹ Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Deutschland, wie es isst. Der BMLEH-Ernährungsreport 2025, 2025, S. 8, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/ernaehrungsreport-2025.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

¹⁰ Lidl: Proteinstrategie mit klaren Zielen bis 2030, <https://gruppe.schwarz/content/story-preisparitaet-und-proteinstrategie>. Proteinstrategie der Rewe-Group: <https://www.rewe-group.com/content/uploads/2025/08/proteinstrategie-positionspapier.pdf>, zuletzt abgerufen am 02.02.2026

Bundesregierung muss nachziehen und eine eigene Strategie vorlegen, bei der die Erweiterung des Angebots an pflanzlichen Alternativen und deren Attraktivität im Zentrum stehen.

Diese Empfehlungen für eine Proteinstrategie aus Sicht der mitzeichnenden Verbraucherzentralen und Verbände beziehen sich auf Produkte, die bereits auf dem Markt sind, wie frische Erbsen, getrocknete Bohnen, Hafermilch, Tofu oder Seitan, und auf Fleisch- und Milchalternativen, die meist auf der Basis eines pflanzlichen Proteinpulvers hergestellt werden. Algen, Pilze/Pilzmyzel und Insekten sind hierzulande noch sehr selten vertreten. Neuartige Lebensmittel bedürfen in der EU unter der Novel-Food-Verordnung aus Sicherheits- und Vorsorgegründen einer Zulassung. Eine biotechnologische Variante des Fleisch- und Milchersatzes besteht in Verfahren wie der Präzisionsfermentation und zellkultiviertem Fleisch. Da diese bisher in der EU nicht zugelassen sind, können sie zu diesem Zeitpunkt nicht aus gesundheitlicher und Verbrauchersicht bewertet werden. Hürden in der Akzeptanz bestehen derzeit unter anderem in der Herstellung im Labor bei hohem Energieverbrauch, beim Einsatz gentechnischer Verfahren bezüglich der Kennzeichnung sowie generell bei der Patentierung von Lebensmitteln.

2. Tierische und pflanzliche Proteine aus gesundheitlicher Sicht

Protein ist, neben Kohlenhydraten und Fett, einer der drei Makronährstoffe unserer Ernährung. Es ist unter anderem für die Bildung von Zellen, Gewebe, Enzymen, Hormonen und Antikörpern elementar.¹¹ Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene eine Proteinzufuhr von 0,8 g pro Kilogramm Körpergewicht und Tag, die auch für Breitensportler:innen mit regelmäßigem Training mittlerer Intensität als ausreichend gilt. Auf dieser Grundlage zeigen Ernährungserhebungen, dass 89 Prozent der Männer und 85 Prozent der Frauen in Deutschland ausreichend mit Protein versorgt sind.¹² Eine gesundheitsfördernde und umweltbewusste Proteinzufuhr zeichnet sich nach Empfehlungen der DGE durch einen höheren Anteil an pflanzlichen Proteinquellen aus.¹³ Das bedeutet, mindestens einmal in der Woche eine Portion von 125 Gramm Hülsenfrüchten zu verzehren und den Fleischverzehr auf 300 Gramm zu begrenzen.¹⁴ Dies entspräche einem Verzehr von 6,5 Kilogramm Hülsenfrüchte pro Person und Jahr. Tatsächlich wird der jährliche Pro-Kopf-Verbrauch hierzulande jedoch nur auf ein bis zwei Kilogramm geschätzt.¹⁵ Damit liegt Deutschland beim Verzehr von Hülsenfrüchten sogar unter dem europäischen Durchschnitt. Nur jeder Dritte hierzulande greift häufig zu Bohnen, Linsen oder Erbsen, um den Körper mit Eiweiß zu versorgen. In einer europaweiten Befragung äußerten rund

¹¹ Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE): Protein, 2017, <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/protein/>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹² Max Rubner-Institut: Ergebnisbericht Teil 2 Nationale Verzehrsstudie II, 2008, https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹³ DGE: Nachhaltigkeit – Ziele für Nachhaltige Entwicklung, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/nachhaltigkeit/#c2163>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹⁴ DGE: Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlung der DGE, www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/lebensmittelbezogene-ernaehrungsempfehlungen-dge/#c7037, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹⁵ Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Versorgungsbilanz Hülsenfrüchte, www.bmel-statistik.de/ernaehrung/versorgungsbilanzen/huelnsenfruechte, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

34 Prozent der deutschen Teilnehmenden die Bereitschaft, Fleisch durch Hülsenfrüchte zu ersetzen, während etwa 40 Prozent pflanzliche Ersatzprodukte als Alternative in Betracht zogen.¹⁶

In Deutschland werden jährlich 53,3 Kilogramm Fleisch pro Kopf verzehrt, das entspricht mehr als einem Kilogramm pro Woche.¹⁷ Dahingegen schätzt die DGE seit März 2024 300 Gramm als gesundheitlich und umweltverträglich ein. Der überhöhte Konsum, insbesondere von rotem Fleisch und Wurstwaren, steht in engem Zusammenhang mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Typ-2-Diabetes und kolorektalen Krebs. Gleichzeitig stellen Fleisch- und Wurstwaren wichtige Quellen für verschiedene Vitamine und Mineralstoffe dar.¹⁸ Allerdings ist bei einer Ernährung, die Fleisch und Milchprodukte kombiniert, bereits eine Menge von 150 Gramm Fleisch und verarbeiteten Fleischprodukten pro Woche für die Versorgung mit essenziellen Nährstoffen wie Jod, Eisen, Selen, Zink sowie den Vitaminen B2 und B12 ausreichend.¹⁹

Einen möglichen Beitrag zur Verringerung des Fleischkonsums leisten pflanzliche Fleischalternativen. Eine Untersuchung des Max Rubner-Instituts aus dem Jahr 2021 zeigt, dass die pflanzlichen Fleischalternativen einen vergleichbaren oder sogar höheren Eiweißgehalt aufweisen gegenüber den tierischen Fleisch- und Wurstprodukten.²⁰ Die biologische Wertigkeit pflanzlicher Proteine kann durch die Kombination verschiedener Proteinquellen, etwa von Hülsenfrüchten und Getreide, erhöht werden, da sich deren Aminosäureprofile gegenseitig ergänzen.²¹ Eine Anreicherung mit limitierenden Aminosäuren sowie eine Verbesserung der Verdaulichkeit durch Verarbeitungsschritte sind ebenfalls denkbar. In Hinblick auf Klimaschutzaspekte ist eine Verlagerung des Konsums von Käse- und Milchprodukten hin zu pflanzlichen Alternativen auf Basis von Hülsenfrüchten zudem sinnvoll.

Eine ausgewogene vegetarische oder vegane Ernährung kann den Eiweißbedarf vollständig über pflanzliche Quellen wie Hülsenfrüchte, Getreide, Kartoffeln, Nüsse und Samen decken, sofern die Lebensmittelauswahl ausreichend vielfältig ist.²² Pflanzliche Fleischalternativen bestehen in der Regel aus Isolaten und Konzentraten von Soja, Erbsen und Weizen. Je nach Herstellungsverfahren enthalten sie häufig mehr Ballaststoffe als Fleischprodukte, insbesondere wenn neben den isolierten Proteinen auch Pflanzenfasern verarbeitet werden.

Da pflanzliche Ersatzprodukte zu den stärker verarbeiteten Lebensmitteln zählen, unterscheiden sie sich hinsichtlich Zusammensetzung und Nährstoffgehalt teils erheblich. Die Anzahl an Zusatzstoffen und insbesondere der Salzgehalt können Aufschluss über die Produktqualität geben. Studien zeigen, dass pflanzliche Fleischalternativen tendenziell höhere Salzkonzentrationen

¹⁶ Smart Protein Projekt EU: Smart Protein, November 2023, https://smartproteinproject.eu/wp-content/uploads/Smart-Protein-European-Consumer-Survey_2023_extended.pdf, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹⁷ Statista: Fleischkonsum der Deutschen bei rund 53 Kilo. Pro-Kopf-Konsum von Fleisch in Deutschland nach Art bis 2024 (in kg), 17.12.2025, <https://de.statista.com/themen/1315/fleisch/#topicOverview>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹⁸ Max Rubner-Institut: Ergebnisbericht Teil 2 Nationale Verzehrsstudie II, 2008, https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

¹⁹ DGE: Fisch, Fleisch, Wurst und Eier, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/fleisch-wurst-fisch-und-eier/>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²⁰ Max Rubner-Institut: Ergebnisbericht Produktmonitoring 2021, Dezember 2022, https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/EV/Produktmonitoring2021_Ergebnisbericht_Version2.0.pdf, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²¹ Bundeszentrum für Ernährung: Eiweißbedarf pflanzlich decken, 27.03.2024, <https://www.bzfe.de/presse/pressemeldungen-archiv/eiweissbedarf-pflanzlich-decken>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²² Proveg international: Pflanzliches Eiweiß: Proteinmangel mit vegan-vegetarischen Lebensmitteln vorbeugen, 09.02.2024 <https://proveg.org/de/5-pros/pro-gesundheit/eiweiss-proteinmangel-vegan-vorbeugen>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

aufweisen als Fleischprodukte.²³ In Bezug auf Mikronährstoffe, wie Eisen und Selen, sind sie tierischen Erzeugnissen ohne Anreicherung nicht gleichwertig.²⁴ Ebenfalls unterscheiden sich pflanzliche Milchalternativen stark in ihrem Nährstoffprofil von Kuhmilch.²⁵ Insbesondere beim kompletten Ersetzen von Kuhmilch durch pflanzliche Milchalternativen sollte auf eine ausreichende Versorgung mit Calcium, Jod, Riboflavin und Vitamin B12 geachtet werden. In einigen Produkten sind diese Mikronährstoffe zugesetzt.

Aufgrund der großen Variabilität in Rezeptur und Verarbeitung lässt sich der gesundheitliche Nutzen pflanzlicher Alternativprodukte nicht pauschal bewerten; er ist stets produktspezifisch zu betrachten.

3. Pflanzenproteine aus Verbrauchersicht

Pflanzenproteine gewinnen aus Verbrauchersicht zunehmend an Bedeutung. Sie gelten als nachhaltige, gesundheitlich vorteilhafte und ethisch vertretbare Alternative zu tierischen Eiweißquellen und erweitern die Wahlmöglichkeiten im Lebensmittelangebot. Etwas mehr als die Hälfte der Bevölkerung (51 Prozent) hat bisher einmal oder öfter zu den pflanzenbasierten Alternativen gegriffen.²⁶ Zwischen 2020 und 2024 stieg der Anteil der Menschen, die öfter vegetarische oder vegane Alternativen gekauft haben, signifikant von 29 auf 39 Prozent an. Im Jahr 2025 blieb dieser Wert mit 34 Prozent weitgehend konstant. Der am häufigsten genannte Grund für den Kauf vegetarischer oder veganer Alternativen ist Neugier. Fast sieben von zehn Verbraucher:innen, die solche Produkte bereits ausprobiert haben, geben dies als Hauptmotiv an. Auch Tierschutzgründe (61 Prozent), Geschmack (60 Prozent) und Vorteile für Umwelt und Klima (60 Prozent) führen Käufer:innen als wichtige Kriterien an.²⁷ Gerade bei Flexitarier:innen wird deutlich, dass pflanzliche Fleischalternativen nicht aus einer grundsätzlichen Abneigung gegen Fleisch gewählt werden. Vielmehr schätzen sie den Geschmack, möchten ihren Konsum jedoch bewusster und nachhaltiger gestalten.

Ein weiterer Aspekt: pflanzliche Alternativen machen es einfacher, dass alle gemeinsam – ohne Polarisierung – essen können. Etwa mit dem Angebot einer veganen Grillwurst beim Stadtfest oder der Joghurtalternative auf Sojabasis beim Sonntagsfrühstück. Wichtig beim Kauf ist, dass für Verbraucher:innen klar erkennbar ist, ob ein Produkt auf pflanzlicher oder tierischer Basis hergestellt ist, zum Beispiel mit der Nennung der Primärzutat („Soja-Burger“) und einer deutlich sichtbaren Kennzeichnung für vegane beziehungsweise vegetarische Produkte. Etablierte

²³ Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Mehr Auswahl am gemeinsamen Tisch, 22.07.2025, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/alternativprodukte-tierische-lebensmittel.html, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²⁴ Prozesstechnik online: So bewertet die Deutsche Gesellschaft für Ernährung Fleischersatzprodukte, 31.03.2022, <https://prozesstechnik.industrie.de/news-food/so-bewertet-die-deutsche-gesellschaft-fuer-ernaehrung-fleischersatzprodukte/>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²⁵ DGE: Pflanzliche Milchalternativen, 15.07.2025, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/faq/pflanzliche-milchalternativen/>, zuletzt abgerufen am 09.01.2026

²⁶ Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Deutschland, wie es isst. Der BMLEH-Ernährungsreport 2025, 2025, S. 14, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/ernaehrungsreport-2025.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

²⁷ Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Deutschland, wie es isst. Der BMLEH-Ernährungsreport 2025, 2025, S. 14, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/ernaehrungsreport-2025.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

Bezeichnungen wie „Veggie-Burger“ oder „veganes Steak“ sind dabei hilfreich, um Geschmack, Verwendung und Art des Produkts auf einen Blick zu erkennen.²⁸

Insgesamt zeigt sich, dass die Preise pflanzenbasierter Alternativprodukte im Durchschnitt noch immer über denen tierischer Lebensmittel liegen – auch wenn in den letzten Jahren eine leichte Angleichung erkennbar ist.²⁹ Da der Preis maßgeblich über die Kaufentscheidung bestimmt,³⁰ kann die Verfügbarkeit preiswerter Alternativen neue Spielräume im Haushaltsbudget eröffnen. Einige Lebensmitteleinzelhändler haben diesen Zusammenhang bereits erkannt. Aktionen, die Preisparität zwischen pflanzlichen Alternativprodukten (insbesondere Eigenmarken) und tierischen Produkten bewerben, zeigen messbare Erfolge. So hat beispielsweise Lidl die Preise der veganen Eigenmarkenprodukte dauerhaft um etwa 23 Prozent gesenkt, um sie auf das Niveau tierischer Vergleichsprodukte zu bringen. Trotz dieser Preissenkung konnte der Discounter seinen Umsatz steigern und den Absatz veganer Produkte im ersten halben Jahr nach der Einführung um rund 30 Prozent erhöhen.³¹

Auch das Thema Convenience spielt eine wachsende Rolle: Viele Menschen haben heute weniger Zeit oder setzen andere Prioritäten im Alltag, wodurch Fertigprodukte an Attraktivität gewinnen. Laut einer aktuellen Befragung des vzbv greift fast ein Fünftel der Verbraucher:innen an mindestens drei Tagen pro Woche zu Fertiggerichten, 43 Prozent essen sie mindestens einmal wöchentlich.³² Solche Produkte auf pflanzlicher Basis können einen niederschweligen Einstieg in eine stärker pflanzenbetonte Ernährung bieten. Langfristig bleibt jedoch das Ziel einer ausgewogenen und gesunden Ernährung, die reich an frischen Lebensmitteln und frei von unnötigen Zusatzstoffen ist.

Der Verzehr von Hülsenfrüchten stellt diesbezüglich eine ergänzende Alternative dar, deren gesundheitlichen Vorteile allerdings vielen Verbraucher:innen nicht bekannt sind. Ein Großteil der Bevölkerung verbindet Eiweiß vor allem mit tierischen Produkten wie Fleisch, Milchprodukten und Eiern. Knapp ein Drittel der Befragten einer repräsentativen Umfrage ist zudem der Meinung, dass nur tierische Lebensmittel den Körper ausreichend mit Eiweiß versorgen können.³³ Hier bedarf es

²⁸ Deutsche Lebensmittelbuchkommission: Leitsätze für vegane und vegetarische Lebensmittel mit Ähnlichkeit zu Lebensmitteln tierischen Ursprungs, 2024, https://www.deutsche-lebensmittelbuch-kommission.de/fileadmin/Dokumente/LS/leitsaetze_vegan-vegetarische_lebensmittel-barrierefrei.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

²⁹ Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE): Mehr Auswahl am gemeinsamen Tisch: Alternativprodukte zu tierischen Lebensmitteln als Beitrag zu einer nachhaltigeren Ernährung, Gutachten, Juli 2025, https://www.bmlerh.de/SharedDocs/Downloads/DE/Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/alternativprodukte-tierische-lebensmittel.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

³⁰ Laut PwC-Studie spielt der Preis mit 61 Prozent die wichtigste Rolle beim Kauf von Lebensmitteln in Deutschland. Danach erst rangiert der Geschmack mit 52 Prozent, vgl. PricewaterhouseCoopers (PwC): Voice of the Consumer 2025, S. 10, <https://www.pwc.de/de/handel-und-konsumguter/voice-of-the-consumer-survey-2025.pdf> (repräsentative Online-Umfrage von 2.005 Personen). Das nationale Ernährungsmonitoring „nemo“ des Max Rubner-Instituts kommt bei gleicher Fragestellung auf ein anderes Ergebnis: hier rangiert der Preis als wichtige Kategorie beim Kauf von Lebensmitteln mit 66 Prozent auf Rang vier. Geschmack ist mit 97 Prozent auf Platz eins, gefolgt von Frische mit 90 Prozent und Saisonalität mit 67 Prozent; vgl. MRI (2025): Ergebnisbericht Online-Befragung nemo Erwachsene, S. 35, https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Pressemitteilungen/nemo-Online-Befragung-Ergebnisse/Ergebnisbericht_Online-Befragung_nemo_Erwachsene_bfrei.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

³¹ Lebensmittelzeitung: Nach Preissenkung. Vegan-Absatz bei Lidl steigt deutlich. 12.04.2024, <https://www.lebensmittelzeitung.net/handel/nachrichten/nach-preissenkung-vegan-absatz-bei-lidl-steigt-deutlich-177175>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

³² Verbraucherzentrale Bundesverband: Ernährungspolitische Einstellungen und Verhaltensweisen. Ergebnisse und gutachterliche Einordnung einer internetrepräsentativen Verbraucherbefragung, 2025, S. 21, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-06/25-06-10_IFH_KOELN_Bericht_Ern%C3%A4hrungspolitische-Einstellungen-und-Verhaltensweisen_1.pdf, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

³³ AOK: Nachhaltige Ernährung für Klima und Gesundheit: Wo steht Deutschland?, 2024, https://www.aok.de/pp/fileadmin/bereiche/unternehmenskommunikation/AOKs_und_ihr_Verband/AOK_Bundesverband/Pressemitteilungen/2024/AOK_Factsheet_Ernaehrung2.0.pdf, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

umfassender Informationsangebote, um Verbraucher:innen über den Gesundheitswert und die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten von Hülsenfrüchten aufzuklären.

III. Empfehlungen für eine Proteinstrategie

1. Bundesregierung

Um das Angebot pflanzlicher Proteine für die Menschen in Deutschland zugänglicher zu machen und bereits wandelnder Ernährungspräferenzen Rechnung zu tragen, bedarf es einer Proteinstrategie der Bundesregierung für die menschliche Ernährung.³⁴ Laut Koalitionsvertrag fördert die Bundesregierung „die Entwicklung und Markteinführung nachhaltiger alternativer Proteine“.³⁵ Die Strategie sollte konkrete Ziele und Zielmarken benennen, sowohl als übergeordnete Ziele als auch in den einzelnen Sektoren. Als übergeordnetes Ziel eignet sich etwa die Empfehlung der EAT-Lancet-Kommission von 60 Prozent pflanzlichen und 40 Prozent tierischen Eiweißen.³⁶ Nach einer Modellierung von Agora Agrar hatte der deutsche Verzehr im Jahr 2020 im Durchschnitt ein Proteinverhältnis von 29 Prozent pflanzlichen zu 71 Prozent tierischen Eiweißen.³⁷ Grob gesprochen gilt es dieses Verhältnis umzukehren.³⁸ Dies passt zur Empfehlung der DGE, sich zu drei Vierteln pflanzlich und zu einem Viertel tierisch zu ernähren.³⁹ Die Maßnahmen der Strategie sollten auf lange Sicht angelegt und mit entsprechenden Geldern im Bundeshaushalt hinterlegt sein. Sie sollte mit bestehenden Strategien wie der Ernährungsstrategie der Bundesregierung⁴⁰ und der Eiweißpflanzenstrategie⁴¹ verzahnt sein, die den Schwerpunkt auf Futtermittel legt, seit 2024 aber

³⁴ Eine Eiweißpflanzenstrategie des BMEL mit dem Fokus auf Tierfutter, die dazu beitragen soll, den Soja-Import aus Übersee zu minimieren, gibt es seit 2012. Sie wurde 2024 auf „nicht legume pflanzliche Proteinquellen“ wie „Algen, Pilze und innovative Verarbeitungsverfahren (fermentiert und zellbasiert)“ ausgeweitet. Dieser Strategie sollte eine mit dem Fokus auf die menschliche Ernährung an die Seite gestellt werden. Vgl. <https://www.bmleh.de/DE/themen/landwirtschaft/pflanzenbau/ackerbau/eiweisspflanzenstrategie.html>. Eine Proteinstrategie, die den sogenannten „Protein-Split“ angibt und ihn mit verbindlichen Zielen in eine neue Balance bringen möchte, haben die Niederlande verabschiedet, vgl. <https://eiwittransitie.nl/>.

³⁵ Koalitionsvertrag zwischen CDU, CSU und SPD, Verantwortung für Deutschland, 21. Legislaturperiode: https://www.koalitionsvertrag2025.de/sites/www.koalitionsvertrag2025.de/files/koav_2025.pdf, S. 43, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

³⁶ EAT: EAT-Lancet Commission Summary Report, 2019, https://eatforum.org/wp-content/uploads/2025/09/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

³⁷ Agora Agrar: Die Zukunft von Landnutzung und Ernährung in Deutschland. Wie Wettbewerbsfähigkeit und Nachhaltigkeit in Land- und Forstwirtschaft vereinbar sind, 2026, S. 56, https://www.agora-agrar.de/fileadmin/Projects/2025/2025-01_DE-Studie_Agrar/AGR_392_Studie_Zukunft-Landnutzung-Ernaehrung_WEB.pdf, zuletzt abgerufen am 21.01.2026. Agora Agrar modelliert eine Änderung des Ernährungsverhaltens, das im Jahr 2045 in einem Proteinverhältnis von 62 Prozent pflanzlichen zu 38 Prozent tierischen Eiweißen resultiert.

³⁸ Als Grundlage der Proteinstrategie und ihrer Ziele müssten valide Verzehrdaten dienen. Die Niederlande messen das Proteinverhältnis von pflanzlich zu tierisch mit dem „Protein Tracker“ und veröffentlichen die Daten regelmäßig auf der Seite ihres Landwirtschaftsministeriums. Im deutschen Lebensmitteleinzelhandel wird häufig die „Planet-Based Diets“-Methodologie genutzt. Auf Bundesebene müsste sowohl eine wissenschaftlich valide „Baseline“ des Proteinverhältnisses zum Start der Strategie festgelegt als auch erreichbare Ziele abgeleitet werden.

³⁹ Vgl. DGE-Ernährungskreis: <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴⁰ BMEL: Gutes Essen für Deutschland. Ernährungsstrategie der Bundesregierung, 2024, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/ernaehrungsstrategie-kabinett.pdf?__blob=publicationFile&v=8, zuletzt abgerufen am 06.02.2026

⁴¹ BMLEH: Eiweißpflanzenstrategie: <https://www.bmleh.de/DE/themen/landwirtschaft/pflanzenbau/ackerbau/eiweisspflanzenstrategie.html>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

auch das Dialogforum „Proteine der Zukunft auf den Teller“ beinhaltet. Sie kann als Ressortstrategie auf das Landwirtschaftsministerium ausgerichtet sein, sollte aber die Zusammenarbeit unterschiedlicher Ressorts zu einzelnen Themen fördern, etwa in der Form interministerieller Arbeitsgruppen bei Überschneidungen mit den Ministerien für Gesundheit, Bildung, Umwelt, Wirtschaft und Forschung.

Eine zentrale Rolle innerhalb der Strategie sollte die Veränderung von Ernährungsumgebungen spielen, wie sie der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) empfiehlt.⁴² Für die allermeisten Menschen sind das alltägliche Essensangebot und der gewohnte Rahmen, in dem Essen und Einkaufen stattfindet, entscheidender für ihre Auswahl als ihr Informationsstand oder ihre Ernährungsvorbildung. Faire Ernährungsumgebungen zu schaffen heißt, es allen Menschen einfacher und möglich zu machen, sich gesünder und nachhaltiger zu ernähren.⁴³ Hierauf hat sich die Bundesregierung mit der Ernährungsstrategie des Bundes verpflichtet.⁴⁴ Die Proteinstrategie sollte daran anknüpfen und ein erschwingliches, zugängliches Angebot pflanzlicher Eiweiße an den Orten ermöglichen, an denen Menschen täglich Lebensmittel kaufen und zu sich nehmen. Dafür kann die ganze Kette der Herstellung von Lebensmitteln, von Erzeugung über Verarbeitung bis zum Einzelhandel ihren Beitrag leisten, ebenso wie die Gemeinschaftsverpflegung von der Schule bis zum Krankenhaus, und nicht zuletzt die privaten Haushalte. Die Bundesregierung sollte dies mit übergeordneten Maßnahmen lenken und die einzelnen Sektoren in ihren Fortschritten fördern, begleiten, koordinieren und Hürden für sie abbauen.

Eine zentrale staatliche Maßnahme stellt aus Sicht der Verbraucherzentralen und mitzeichnenden Verbände die Senkung der Mehrwertsteuer für Hülsenfrüchte dar, gemeinsam mit unverarbeitetem Obst und Gemüse von derzeit sieben auf null Prozent. Die Mehrwertsteuer der Alternativen für Milchprodukte sollte aus Gründen der Chancengleichheit und des fairen Wettbewerbs dem

⁴² WBAE – Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim BMEL: Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten, 2020, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Archiv/Downloads/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?__blob=publicationFile&v=3. Vgl.: Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim BMLEH: Mehr Auswahl am gemeinsamen Tisch: Alternativprodukte zu tierischen Lebensmitteln als Beitrag zu einer nachhaltigeren Ernährung, 2025, <https://www.bmel.de/DE/ministerium/organisation/beiraete/agr-veroeffentlichungen.html>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴³ „Die Ernährungsumgebung erstreckt sich über den gesamten Verhaltensprozess. Dieser kann in vier Phasen (Exposition – Zugang – Auswahl – Konsum) eingeteilt werden. [...] Der Einfluss von Ernährungsumgebungen wird in der öffentlichen und politischen Diskussion unterschätzt, die individuelle Handlungskontrolle dagegen überschätzt. Die Einflüsse der Ernährungsumgebung sind Verbraucher*innen, aber auch politischen Entscheidungsträger*innen häufig nicht bewusst, da zumeist nur auf die Konsumphase und auf eine einzelne Essensentscheidung fokussiert wird. Deshalb wird angenommen, nachhaltiger und gesünder zu essen sei eine „einfache“ individuelle Entscheidung und somit vornehmlich eine Frage der Motivation und Selbstregulation. Verbraucher*innen müssen allerdings täglich sehr viele Essensentscheidungen treffen, und zwar sowohl indem sie entscheiden, was, wie viel, wann, wo und mit wem sie essen, als auch, in dem sie in einer Umgebung, die die Aufmerksamkeit nahezu ständig aufs Essen lenkt, explizit „nein“ sagen und entsprechende Verhaltensimpulse unterdrücken. [...] Wie und wo Lebensmittel platziert und beworben werden, wie attraktiv diese verpackt sind oder wie groß die angebotenen Portionen sind, prägt die Wahrnehmung und Lernprozesse von Verbraucher*innen.“ WBAE: Die Ernährungsumgebung als entscheidender aber unterschätzter Einflussfaktor, 2020, <https://gutachtenwbae.org/blog/die-ernaehrungsumgebung-als-entscheidender-aber-unterschatzter-einflussfaktor/>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴⁴ „Bis 2050 ist es für alle Menschen in Deutschland möglich und einfach, sich gut zu ernähren. Unser Ernährungssystem ist so verändert, dass sich alle gesund und nachhaltig ernähren können – unabhängig von Herkunft, Bildung und Einkommen.“ BMEL: Gutes Essen für Deutschland. Ernährungsstrategie der Bundesregierung, 2024, S. 14, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/ernaehrungsstrategie-kabinett.pdf?__blob=publicationFile&v=8, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

vergünstigten Mehrwertsteuersatz von sieben Prozent für Milchprodukte angeglichen werden.⁴⁵ Auch pflanzliche Ersatzprodukte sollten mit demselben Steuersatz belegt werden wie ihre fleischlichen Pendanten. Diese Empfehlungen werden von einer starken Mehrheit der Verbraucher:innen unterstützt.⁴⁶

2. Lebensmitteleinzelhandel

Der Einzelhandel spielt für das Angebot und die Auswahl an Lebensmitteln, die in den Warenkörben der Verbraucher:innen landet, eine entscheidende Rolle. Über 80 Prozent der Verbraucher:innen besorgen ihre Lebensmittel regelmäßig im Supermarkt oder Discounter.⁴⁷ Rund 85 Prozent des Lebensmitteleinzelhandels werden von vier großen Unternehmensgruppen kontrolliert.⁴⁸

Die Bundesregierung sollte koordinieren, dass sich die zentralen Akteure des Lebensmitteleinzelhandels (LEH) auf die Ziele der Strategie verpflichten. Sie kann darauf aufbauen, dass einzelne Händler bereits eigene Proteinstrategien vorzuweisen haben.⁴⁹ Viele messen ihren „Protein-Split“, also das Verhältnis von tierischen zu alternativen Proteinen, mit dem Ziel, die Waagschale zugunsten der pflanzlichen Eiweiße auszurichten. Es fehlt allerdings an einer einheitlichen Messmethode.⁵⁰

⁴⁵ Vgl. Verbraucherzentrale Bundesverband: Mehrwertsteuer für pflanzliche Alternativen zu Milchprodukten angleichen, 2025, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-11/25-11-27_Kurzpapier_vzbv_MwSt_Milchproduktalternativen.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴⁶ Mehr als neun von zehn der Befragten (91 Prozent) einer internetrepräsentativen Studie im Auftrag des vzbv halten es für sehr oder eher sinnvoll, die Mehrwertsteuer auf gesunde Lebensmittel wie Obst, Gemüse und Hülsenfrüchte abzuschaffen. IFH Köln: Ernährungspolitische Einstellungen und Verhaltensweisen, 2025, S. 56, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-06/25-06-10_IFH_KOELN_Bericht_Ern%C3%A4hrungspolitische-Einstellungen-und-Verhaltensweisen_1.pdf. Zwei Drittel fordern die Angleichung der Alternativen von derzeit 19 Prozent Mehrwertsteuer an den ermäßigten Steuersatz von sieben Prozent. Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 7, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2026-02/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Fleischalternativen.pdf; Repräsentative Telefonbefragung (27. Oktober bis 7. November 2025) von forsa im Auftrag des vzbv. Basis: 1.000 Personen ab 18 Jahren. Statistische Fehlertoleranz: max. ± 3 Prozentpunkte in der Gesamtstichprobe, S. 6, https://www.vzbv.de/sites/default/files/2025-11/Tabellenband_Jahresendbefragung_2025_Milchalternativen_0.pdf

⁴⁷ IFH Köln: Handelsreport Lebensmittel 2024, S. 10, https://einzelhandel.de/images/HANDELSREPORT_Lebensmittel_web.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴⁸ Monopolkommission: Sondergutachten 2025: Wettbewerb in der Lebensmittellieferkette, <https://monopolkommission.de/de/gutachten/sondergutachten/sondergutachten-auf-eigene-initiative/484-84-sondergutachten-wettbewerb-in-der-lebensmittellieferkette.html>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁴⁹ Lidl: Proteinstrategie mit klaren Zielen bis 2030, <https://gruppe.schwarz/content/story-preisparitaet-und-proteinstrategie>. Proteinstrategie der Rewe-Group: <https://www.rewe-group.com/content/uploads/2025/08/proteinstrategie-positionspapier.pdf>. Kaufland und Aldi Süd messen ihr Proteinverhältnis seit 2024; Kaufland: Unsere Nachhaltigkeitsmaßnahmen: Vegetarisch und vegan, <https://unternehmen.kaufland.de/nachhaltigkeit/unsere-nachhaltigkeitsmassnahmen/vegetarisch-vegan.html>; Aldi Süd (2025): Ausgerechnet Discounter: Aldi Süd optimiert Zucker- und Salzgehalte und stellt mehr pflanzliche Lebensmittel ins Regal, Pressemitteilung vom 15.09.2025: <https://www.aldi-sued.de/de/newsroom/alle-pressemittelungen/nachhaltigkeit/2025/ausgerechnet-discounter-aldi-sued-optimiert-zucker-und-salzgehalte-und-stellt-mehr-pflanzliche-lebensmittel-ins-regal.htm>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026. Gegenüberstellung der Unternehmensgruppen in der Superlist Umwelt 2025, vgl. Questionmark: Superlist Umwelt Deutschland 2025, <https://www.thequestionmark.org/download/superlist-report-de-environment-2025-v1.0.de.pdf>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026. Die Autoren ziehen folgenden Schluss: „In der Praxis scheinen die Supermärkte wenig dafür zu tun, den Verkauf von Produkten auf pflanzlicher Basis zu fördern. Im Durchschnitt entfallen bei Werbeaktionen für proteinreiche Lebensmittel in den wöchentlichen Werbeflyern 92 Prozent auf tierische Produkte. Außerdem weisen bei den beliebtesten Fleischprodukten 72 Prozent eine besonders große Portionsgröße (>150 g) auf.“

⁵⁰ Nicht allein tierische Ersatzprodukte, sondern auch unverarbeitete und verarbeitete Hülsenfrüchte sollten hier mitgemessen werden, je nach Eiweißgehalt könnten auch Nüsse erfasst werden. Bei der tierischen Seite sollte wegen der hohen Eiweißgehalte auch Fisch

In einer Vereinbarung zwischen LEH und Bundesregierung sollte sich dieser auf Ziele und Anreize verpflichten, die die Vermarktung von pflanzlichen Proteinen wie Hülsenfrüchten, Nüssen und pflanzenbasierten Ersatzprodukten voranbringen. Dies kann etwa über die Preisgestaltung insbesondere der Eigenmarken geschehen, über den Anteil der Produkte am Warensortiment und ihre Platzierung im Regal oder über die Werbung.⁵¹ Frische Zubereitungen mit Hülsenfrüchten können in die To-go- und Convenience-Angebote des Marktes aufgenommen werden.

3. Verbraucherinformation und -bildung

Verbraucher:innen müssen sich bei Kauf und Zubereitung pflanzlicher sowie tierischer Proteine gut informieren können. Eine umfassende Ernährungsbildung von der Kita bis zum lebenslangen Lernen bildet die Basis eines gesunden Essverhaltens.

- Die Bundesregierung sollte dazu beitragen, praktische und zielgruppenorientierte Informationen für Verbraucher:innen bereitzustellen über die Zubereitung und Verwendung von Hülsenfrüchten sowie zum Umwelt- und Gesundheitswert pflanzlicher Proteine.
- Zu einer transparenten und verlässlichen Verbraucherinformation zählt auch die Nutzung von Fleischbezeichnungen für pflanzliche Produkte, die diese nachahmen („veganes Schnitzel“, „nach Mortadella-Art“, „wie Wiener“), wenn diese zur Bestimmung des Geschmacks und der Art der Zubereitung dienen, wie es die Lebensmittelbuchkommission in ihren Leitlinien festgelegt hat.⁵²
- Auf EU-Ebene sollte sich die Bundesregierung für die Einführung eines verpflichtenden Nutri-Scores einsetzen, damit Verbraucher:innen zwischen Ersatzprodukten mit viel und wenig Fett, Salz und Zucker unterscheiden können und die gesunde Wahl zur Leichter wird. Begleitend braucht es wirtschaftsunabhängige Informationskampagnen, die den Verbraucher:innen die richtige Nutzung des Nutri-Scores nahebringen.

4. Hersteller

- Hersteller von Ersatzprodukten sollten sich im Rahmen der Strategie verpflichten, Zusatzstoffe und Hilfsmittel zu minimieren; ausgenommen wären zugesetzte Nährstoffe in Pflanzendrinks wie Eisen, Calcium und Vitamin B12, damit Menschen, die sich ausschließlich pflanzlich ernähren, ausreichend versorgt sind. Die Gehalte von Fett, Salz und Zucker sollten im Sinne einer gesundheitsbezogenen Reformulierung möglichst geringgehalten werden. Eine solche Verpflichtung könnte als Teil der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie zur Reduktion von Fett, Salz und Zucker in Fertigprodukten (NRI) zwischen Herstellern und Regierung geschlossen werden. Sie sollten sich außerdem auf die Nutzung des Nutri-Scores verpflichten.

einbezogen werden. Siehe Verbraucherzentrale.de: Eiweißgehalt von Lebensmitteln:

https://www.verbraucherzentrale.de/sites/default/files/2023-08/tabellen_eiweiss_lm_komplett.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵¹ Im Durchschnitt entfallen bei Werbeaktionen für proteinreiche Lebensmittel in den wöchentlichen Werbeflyern 92 Prozent auf tierische Produkte. Questionmark: Superlist Umwelt Deutschland 2025, <https://www.thequestionmark.org/download/superlist-report-de-environment-2025-v1.0.de.pdf>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵² Deutsche Lebensmittelbuchkommission: Leitsätze für vegane und vegetarische Lebensmittel mit Ähnlichkeit zu Lebensmitteln tierischen Ursprungs, 2024, https://www.deutsche-lebensmittelbuch-kommission.de/fileadmin/Dokumente/LS/leitsaetze_vegan-vegetarische_lebensmittel-barrierefrei.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

- Die Bundesregierung sollte im Rahmen ihrer Möglichkeiten Start-ups im Bereich der Herstellung von Produkten pflanzlicher Proteine unterstützen, Wettbewerbe ausschreiben und Modell- und Demonstrationsvorhaben initiieren.

5. Gemeinschaftsverpflegung

Täglich essen rund 16 Millionen Menschen in Deutschland in der Gemeinschaftsverpflegung.⁵³ Dazu zählt die warme Mahlzeit in Kitas und Schulen ebenso wie das Essen in Mensen, Kantinen, Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. Auch hier können pflanzliche Proteine zu ausgewogeneren Mahlzeiten führen.

- Die Bundesregierung sollte die Gemeinschaftsverpflegung im Rahmen einer freiwilligen Selbstverpflichtung zu einem höheren Anteil an Hülsenfrüchten verpflichten.
- Die DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung sollten den Hülsenfrüchten bei ihrer nächsten Überarbeitung einen höheren Stellenwert einräumen, etwa indem sie als eigene Kategorie aufgeführt werden.⁵⁴
- Es bedarf wirksamer Verhaltensanreize, um die gesündere und nachhaltigere Wahl zur einfachsten Wahl zu machen. Dies kann beispielsweise durch die Anordnung an Auswahlmöglichkeiten, eine leichtere Erkennbarkeit des entsprechenden Angebots mit pflanzlichem Protein, eine attraktive Präsentation und bessere Zugänglichkeit ermöglicht werden. Denn der Verzehr tierischer oder pflanzlicher Lebensmittel ist nicht allein Ergebnis individueller Wahl, sondern wird wesentlich durch die Gestaltung der jeweiligen Ernährungsumgebung beeinflusst.⁵⁵

6. Erzeugung und Verarbeitung

- Die Bundesregierung sollte auf EU- und auf nationaler Ebene dafür sorgen, dass Fördermittel in der Landwirtschaft stärker auf gemeinwohlorientierte Leistungen ausgerichtet werden, darunter insbesondere der Anbau von Hülsenfrüchten. Die Bundesregierung sollte über Förderprogramme in den Aufbau von regionalen Wertschöpfungsketten für den Anbau und die Vermarktung oder die Verarbeitung von pflanzlichen Proteinen investieren (zum Beispiel Förderung über BULE+).

⁵³ Diese auf Schätzungen beruhende Zahl gibt das BMLEH an:
https://www.bmleh.de/DE/themen/ernaehrung/gemeinschaftsverpflegung/gemeinschaftsverpflegung_node.html. Der Branchenverband DEHOGA spricht von 17 Millionen täglich in der Gemeinschaftsgastronomie Essenden. DEHOGA: Gemeinschaftsgastronomie – eine starke Branche, 2024, S. 3, Download unter: <https://www.dehoga-bundesverband.de/ueberuns/fachabteilungen/gemeinschaftsgastronomie>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵⁴ Hülsenfrüchte fallen derzeit unter „Gemüse und Salat“, vgl. etwa: DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Betrieben, Behörden und Hochschulen, 2023, https://www.jobundfit.de/fileadmin/user_upload/medien/DGE-QST/DGE-Qualitaetsstandard_Betriebe_Behoerden_Hochschulen.pdf, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵⁵ Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat: Mehr Auswahl am gemeinsamen Tisch: Alternativprodukte zu tierischen Lebensmitteln als Beitrag zu einer nachhaltigeren Ernährung, 2025, S. 97, https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/alternativprodukte-tierische-lebensmittel.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt abgerufen am 04.12.2025

- Landwirtschaftliche Betriebe sollten Unterstützung und Informationsangebote bekommen, insbesondere bei der Umstellung von Tierhaltung zum Anbau pflanzlicher Proteine (Ausbau und Fortführung des Chancenprogramms Höfe).

7. Forschungsförderung

Die Bundesregierung fördert die Forschung an alternativen Proteinen⁵⁶ bereits durch mehrere Ressorts.⁵⁷ Sie sollte mit einer breiten Förderung des Innovationssystems die Branche stärken und ihre Chancen im Wettbewerb verbessern.

- Insbesondere die Entwicklung gesundheitsförderlicher Alternativprodukte mit niedrigen Treibhausgasemissionen sollte gefördert werden.
- Kurz- und langfristige Gesundheitseffekte von Alternativprodukten sollten untersucht werden.
- Ein Forschungszentrum oder Forschungscluster für alternative Proteine könnte interdisziplinär arbeiten und würde zu weiteren Innovationen in diesem Bereich führen.

Für das Monitoring der Strategie und zum Teil für die Umsetzung bietet sich der Rückgriff auf bestehende Strukturen an wie das Referat „Proteine der Zukunft“ im Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) und die Kompetenzstelle in der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE). Ein Begleitzentrum mit Expert:innen aus Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft sollte die Umsetzung strategisch begleiten. Auf europäischer Ebene sollte sich Deutschland, wie im Koalitionsvertrag vereinbart,⁵⁸ gemeinsam mit Dänemark und weiteren Mitgliedstaaten für eine Proteinstrategie einsetzen. Außerdem sollte sich Deutschland für den im Strategischen Dialog angekündigten „Aktionsplan für pflanzenbasiertes Essen“ auf EU-Ebene starkmachen.⁵⁹

⁵⁶ Unter diesen Begriff fallen die pflanzlichen sowie die biotechnologischen Alternativen.

⁵⁷ Die Bundesregierung hat zwischen 2020 und April 2024 über 67 Millionen Euro in Forschungsprojekte zu alternativen Proteinen investiert. Beteiligt waren das BMLEH, das BMWE und das BMFTR. Vgl. GFI Europe: Die Forschungslandschaft für alternative Proteine in Deutschland, Österreich und der Schweiz, <https://gfieurope.org/de/forschung/die-forschungslandschaft-fuer-alternative-proteine-in-deutschland-oesterreich-und-der-schweiz/>, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵⁸ „Wir setzen uns für eine umfassende und ambitionierte EU-Eiweißstrategie ein und stärken den heimischen Anbau von Eiweißpflanzen, um den Import zu verringern. Wir fördern die Entwicklung und Markteinführung nachhaltiger alternativer Proteine.“ Koalitionsvertrag zwischen CDU, CSU und SPD, Verantwortung für Deutschland, 21. Legislaturperiode: https://www.koalitionsvertrag2025.de/sites/www.koalitionsvertrag2025.de/files/koav_2025.pdf, S. 43, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

⁵⁹ Einen solchen Aktionsplan fordern über 130 zivilgesellschaftliche Organisationen von der EU-Kommission für 2026: <https://www.euplant-basedactionplan.eu/>, basierend auf dem Ergebnisbericht des Strategischen Dialogs: A shared prospect for farming and food in Europe. Strategic Dialogue on the Future of EU, Agriculture, https://agriculture.ec.europa.eu/document/download/171329ff-0f50-4fa5-946f-aea11032172e_en?filename=strategic-dialogue-report-2024_en.pdf&prefLang=de, S. 55, zuletzt abgerufen am 30.01.2026

IV. Fazit

Die Bundesregierung muss eine Proteinstrategie für die menschliche Ernährung mit klaren Zielmarken vorlegen. Alle Sektoren sollten in die Umsetzung einbezogen sein. Die Strategie sollte die gesundheitlichen und Umweltaspekte berücksichtigen, Steuergleichheit herstellen und das Angebot an pflanzlichen Proteinen für die Verbraucher:innen erweitern und attraktiver gestalten. Die Einstellungen der Verbraucher:innen stützen dieses Vorhaben.

Impressum

Herausgegeben von:

Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

Rudi-Dutschke-Straße 17, 10969 Berlin

T +49 30 25800-0

lebensmittel@vzbv.de

vzbv.de

Der Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. ist im Deutschen Lobbyregister und im europäischen Transparenzregister registriert. Sie erreichen die entsprechenden Einträge [hier](#) und [hier](#).