**Redden veganisten de aarde?**

Natuurlijk is een veganistisch voedingspatroon beter dan wanneer je grote hoeveelheden vlees eet. Het is gewoon beter voor je gezondheid en voor het milieu.

Alleen is het niet het eetpatroon waarvoor de mens qua spijsvertering ontworpen is. De mens is echt geen herkauwer en alleen maar plantaardig voedsel eten levert vitaminen- en mineralen tekorten op zoals van B12, dat alleen in dierlijke producten zit . Dat zul je moeten bijslikken om niet ziek te worden.

Dat vind je als veganist geen probleem als zo dieren een beter leven hebben. Steeds meer veganisten noemen echter het tegengaan van klimaatsverandering als de reden om geen producten meer te gebruiken die van een dier afkomstig zijn.

Klopt het echter dat je zo de aarde redt? Redden is namelijk een groot woord. Jazeker: wie geen dierlijke producten eet bespaart 850 kilo CO2 van de in totaal 2 ton CO2 die we jaarlijks per persoon in Nederland uitstoten door voeding en drinken.

Maar dat is niet de hele waarheid. Het houden van miljoenen runderen, varkens, kippen, geiten en schapen en paarden heeft een behoorlijke impact op het milieu. Dat is duidelijk en goed te meten. Maar dat wil niet zeggen dat de impact van plantaardige producten op het milieu minimaal is. Het is alleen lastiger te meten. Zo worden peulvruchten (de eiwitleveranciers van veganisten) en groenten in de periode mei tot augustus in eigen land en buurlanden geteeld. De vervoerskosten en de daarmee gepaard gaande CO2 uitstoot zijn dan dus relatief gering. Buiten die maanden moeten die verse peulvruchten en groenten echter geïmporteerd worden uit Afrika, Zuid Amerika en Azië. Al deze transportkosten en uitstoot zijn te verminderen door consequent lokaal geteelde seizoensgroenten en fruit te eten.Toch iets om over na te denken!

Vragen of opmerkingen? Info@waddgroen.nl