



â??Regionale Produkte sind beste Voraussetzung fÃ¼r gesunde ErnÃ¤hrungâ??

## Beitrag

Eine gesunde und abwechslungsreiche ErnÃ¤hrung ist fÃ¼r ein intaktes Immunsystem unverzichtbar. Gerade in der aktuellen Zeit, die von viel Home-Office und teilweise wenig Bewegung geprÃ¤gt ist, spielt die ErnÃ¤hrung eine noch wichtigere Rolle. Die Corona-Pandemie hat sich unweigerlich auf das Essverhalten der Bayern ausgewirkt. â??Aber es gibt auch erfreuliche VerÃ¤nderungen. Wir sehen einen positiven Trend zu mehr frischen und regionalen Lebensmittelnâ??, sagt ErnÃ¤hrungsministerin Michaela Kaniber zum Tag der gesunden ErnÃ¤hrung am 7. MÃ¤rz. Vor allem in kleineren Haushalten in mittleren und groÃ?en StÃ¤dten zeigt sich diese Entwicklung. Dies ist das Ergebnis einer reprÃ¤sentativen Erhebung der Gesellschaft fÃ¼r Konsumforschung (GfK) im Auftrag des Bayerischen Staatsministeriums fÃ¼r ErnÃ¤hrung, Landwirtschaft und Forsten. â??Darauf bauen wir auf. Wir tun alles, um bei den Verbrauchern weiter das Bewusstsein fÃ¼r gutes und gesundes Essen zu wecken. Deshalb empfehlen wir: Nehmen Sie saisonale Zutaten aus regionaler Erzeugung! Das ist die beste Voraussetzung fÃ¼r eine ausgewogene und gesunde ErnÃ¤hrungâ??, so die Ministerin. â??Als Wirtstochter habe ich von klein auf gelernt, wie wichtig gesundes Essen ist. Das gebe ich nicht nur an meine Kinder weiter, sondern auch im Rahmen vieler Projekte und Initiativen als bayerische ErnÃ¤hrungsministerinâ??.

Den Wert einer gesunden ErnÃ¤hrung Eltern und Kindern gleichermaÃ?en nÃ¤her zu bringen, haben sich die Ã?mter fÃ¼r ErnÃ¤hrung, Landwirtschaft und Forsten auf die Fahnen geschrieben, UnterstÃ¼tzung erhalten sie dabei vom Kompetenzzentrum fÃ¼r ErnÃ¤hrung (KErn). Im Netzwerk junge Eltern und Familien stehen praktische Tipps fÃ¼r eine ausgewogene KinderernÃ¤hrung und ausreichend Bewegung im Mittelpunkt, und es ist somit ein wertvoller Ratgeber gerade wÃ¤hrend der Corona-Pandemie. â??Die in meinen Augen beste Kombination fÃ¼r eine gesunde ErnÃ¤hrung ist eine frische KÃ¼che aus regionalen Lebensmitteln vom Erzeuger vor Ortâ??, so die Ministerin abschlieÃ?end.

Bericht: Landwirtschaftsministerium Bayern

Foto: HÃ¶tzelsperger



Bayerisches Staatsministerium für  
Ernährung, Landwirtschaft, Forsten und Tourismus



## Kategorie

1. Gastronomie

## Schlagworte

1. Bayern
2. München-Oberbayern
3. Regionale Produkte