

# Ein Rezept für Nachhaltigkeit

Jung,  
engagiert,  
bio

Michi Lindlbauer will Menschen für nachhaltig zubereitete Speisen begeistern. Gemeinsam mit Gedi Deckers und Gitte Günther gründete er mittels Schwarmfinanzierung das Unternehmen Feierabendglück. Wir haben ihn gefragt, was sein Kochbuch besonders innovativ macht.

## Es gibt ja schon viele Biokochbücher mit Nachhaltigkeitsanspruch. Was unterscheidet eures von anderen?

Wir wollten es Menschen so einfach wie möglich machen, sich saisonal und vegetarisch mit regionalen Biozutaten zu ernähren. Deshalb haben wir uns gefragt, was sie daran hindert. Dabei stellen wir fest, dass viele gar nicht wissen, wie saisonales Gemüse lecker miteinander kombiniert werden kann. Auf jeder unserer Rezeptkarten gibt es Farbkodierungen, die auf den von der Jahreszeit abhängigen regionalen Freilandanbau hindeuten. Alle Gerichte sind so konzipiert, dass sie trotz Biozutaten nur 3,50 Euro pro Kopf kosten. Das gilt aber nur, solange man sich an die Saison hält. Um das Rezept auch audiovisuell darzustellen, stellen wir zu jedem Rezept ein Kochvideo zur Verfügung, das über einen QR-Code oder einen Link auf den Karten angesteuert werden kann.

## Wen wollt ihr mit dem Kochbuch ansprechen?

Eigentlich alle Menschen, die sich gerne saisonaler und regionaler ernähren möchten und eben nicht genau wissen, wie sie es machen sollen. Die Videos sind besonders hilfreich für Studenten und Menschen, die gerade anfangen zu kochen.

## Warum ist euer Konzept nachhaltig?

Nachhaltigkeit bedeutet für uns, in Kreisläufen zu denken. Unser Ansatz der regionalen, saisonalen und biologischen Ernährung hat einen sehr ge-

ringen ökologischen Fußabdruck. Wir versuchen auch bei der Produktion möglichst nachhaltig zu agieren. Unser Kochbuch ist CO<sub>2</sub>-neutral hergestellt, die Karten wurden nach dem Cradle-to-Cradle-Prinzip – also mit dem Ziel eines abfallfreien Kreislaufs – gedruckt und in wiederverwertbare Weißblechkisten im Retro-Design verpackt. Außerdem geben wir pro verkaufter Dose 1,50 Euro an die Bioboden-Genossenschaft, die davon einen Quadratmeter Anbaufläche kaufen kann und sie Ökobauern zur Verfügung stellt. Dadurch wollen wir den Anteil an Bioanbaufläche vergrößern und so das Angebot an regionalem Ökogemüse. Mittlerweile haben wir mit unserem Beitrag schon 3000 Quadratmeter neue Bioanbaufläche in Deutschland finanziert.

## Wie steht ihr zu Tierhaltung und Fleischkonsum?

Wir wollen keinesfalls mit erhobenem Zeigefinger daherkommen. Trotzdem ist es uns wichtig, mit dem vegetarischen Kochbuch Gegenvorschläge zum Fleischkonsum aufzuzeigen. Zahlreiche Studien belegen zweifelsfrei, dass die fleischlose Ernährung nachhaltiger ist. Letztendlich muss sich diese Einsicht aber erst noch gesamtgesellschaftlich durchsetzen. Dazu wollen wir beitragen und für die Alternativen begeistern.

## Habt ihr schon Ideen für neue Produkte?

Auf jeden Fall! Wir planen noch in diesem Jahr die erste Erweiterung für das Kochbuch herauszugeben. Wir denken



MICHI LINDLBAUER ...

27 Jahre, Betriebswirtschaftler,  
Geschäftsführer Feierabendglück

### fühlt sich zu Hause:

im Allgäu

### will noch viel lernen:

über fruchtbaren Boden, regionalen Anbau und saisonale Ernährung

### kann nicht leiden:

den erhobenen Zeigefinger bei Nachhaltigkeitsthemen

### wünscht sich:

dass er mit Feierabendglück möglichst viele Menschen für regionales Bio begeistern kann

### ist in zehn Jahren:

Teil einer nachhaltigen Gesellschaft mit 100 Prozent Bio

beispielsweise über Winterrezepte nach, da sich viele Menschen besonders mit der Verarbeitung saisonalen Wintergemüses schwertun. Unser neuestes Produkt ist die Feierabendtüte, in der wir die Zutaten für ausgewählte Gerichte mitliefern. Für die Logistik der regionalen Biozutaten arbeiten wir mit dem Ökokisten-Netzwerk zusammen.

## Könnt ihr von Feierabendglück leben?

Noch nicht, aber vielleicht klappt es 2017. □

▷ Mehr Informationen unter  
[www.feierabendglueck.de](http://www.feierabendglueck.de)

Interview: Gabriel Werchez Peral