

## Zwei verschiedene Muster-Berechnungen: Rinderbraten mit frischem Gemüse

### 1. 100% Bio-Anteil = 0,98 EUR oder 88% Zusatz-Kosten pro Portion

Das unten stehende Beispiel zeigt, wie du ein Fleisch-Gericht so abändern kannst, dass die beschriebenen Strategien genutzt werden.

In dem Beispiel sind die Kosten einer Portion geschnittener Rinderbraten mit frischem Gemüse einmal mit konventionellen und einmal mit Bio-Zutaten berechnet. Ohne die Mengenangaben des Rezeptes zu ändern, erhöhen sich die Kosten pro Portion um 88% von EUR 1,12 auf EUR 2,10.

Zutaten	Menge/ Portion	Menge/ 100 Port.	Einheit	Mahlzeit mit konv. Zutaten		Mahlzeit mit Bio-Zutaten		Extra Kosten bio [%]
				Preis/ Einheit	Preis gesamt	Preis/ Einheit	Preis gesamt	
Rinderfleisch	0,135	13,50	kg	3,99	52,65	8,18	118,94	105%
Lauch	0,025	2,50	kg	1,56	3,90	2,58	6,45	66%
Kohlrabi	0,020	2,00	kg	2,56	5,12	2,91	5,82	14%
Möhren	0,020	2,00	kg	1,20	2,40	1,51	3,02	26%
Sellerie	0,020	2,00	kg	2,53	5,06	2,76	5,52	9%
Pilze	0,020	2,00	kg	3,22	6,44	6,19	12,38	92%
Pfeffer	0,025	2,50	kg	3,37	8,43	4,35	10,88	29%
Braune Sauce	0,050	5,00	l	0,91	4,55	1,32	6,60	45%
Sahne	0,020	2,00	l	1,80	3,60	2,99	5,98	66%
Sommer-Gemüse	0,050	5,00	kg	1,18	5,90	2,02	10,10	72%
Butter	0,010	1,00	kg	3,91	3,91	6,01	6,01	54%
Milch	0,040	4,00	l	0,49	2,45	0,95	3,80	95%
Bohnen	0,030	3,00	kg	0,90	2,70	1,56	4,68	73%
Gewürze					5,00		9,71	95%
<b>Kosten gesamt :</b>					<b>112,11</b>		<b>209,89</b>	
<b>Kosten pro Portion:</b>					<b>1,12</b>		<b>2,10</b>	<b>88%</b>

Quelle: aid infodienst 2001



## 2. 27% Bio-Anteil (Lauch, Karotten, Sellerie) + Anpassung = keine extra Kosten

In dem folgenden Beispiel wurden die Mengenangaben im Rezept geändert. Der Anteil von verfügbarem Saison-Gemüse wurde erhöht. Der Anteil von teurer Paprika und teurem anderem Gemüse wurde reduziert. Pilze, die in Bio-Qualität pro Einheit fast doppelt so teuer wie konventionelle Pilze sind, wurden weggelassen. Die Menge von Fleisch pro Portion wurde reduziert. Durch diese Änderungen konnten 27% Bio-Zutaten genutzt werden, wobei die Kosten pro Portion nur um 4% gestiegen sind.

Zutaten	Menge/ Portion	Menge 100 Port.	Einheit	Mahlzeit mit konv. Zutaten		Mahlzeit mit Bio-Zutaten		Extra Kosten Bio [%]
				Preis/ Einheit	Preis gesamt	Preis/ Einheit	Preis gesamt	
Rinderfleisch	↓ 0,100	10,00	kg	3,99	52,65	3,99	39,90	0%
Lauch	↑ 0,030	3,00	kg	1,56	3,90	2,58	7,74	66%
Kohlrabi	↑ 0,030	3,00	kg	2,56	5,12	2,91	8,73	14%
Karotten	↑ 0,050	5,00	kg	1,20	2,40	1,51	7,55	26%
Sellerie	↑ 0,050	5,00	kg	2,53	5,06	2,76	13,80	9%
Pilze	0,020	2,00	kg	3,22	6,44	6,19	0,00	92%
Paprika	↓ 0,020	2,00	kg	3,37	8,43	4,35	8,70	29%
Braune Sauce	0,050	5,00	l	0,91	4,55	0,91	4,55	0%
Sahne	0,020	2,00	l	1,80	3,60	1,80	3,60	0%
Sommer- Gemüse	↓ 0,030	3,00	kg	1,18	5,90	2,02	6,06	72%
Butter	0,010	1,00	kg	3,91	3,91	3,91	3,91	0%
Milch	0,040	4,00	l	0,49	2,45	0,49	2,45	0%
Bohnen	0,030	3,00	kg	0,90	2,70	1,56	4,68	73%
weitere Gewürze					5,00		5,00	0%
<b>Kosten gesamt:</b>					<b>112,11</b>		<b>116,67</b>	
<b>Kosten pro Portion:</b>					<b>1,12</b>		<b>1,17</b>	<b>4%</b>

Quelle: aid infodienst 2001

