

LESEPROBE



Bio-Tee & Kaffee Guide

Von der Plantage bis in die Tasse – bewusst genießen



Inhaltsverzeichnis

Die unbequeme Wahrheit über konventionelle Plantagen	3
Mehr als ein Siegel – und weniger, als du denkst	10

Kapitel 1: Warum Bio bei Tee & Kaffee?

Die unbequeme Wahrheit über konventionelle Plantagen

Du trinkst deinen Kaffee am Morgen. Vielleicht einen Tee am Nachmittag. Wahrscheinlich gehört das zu deinem Alltag wie Zähneputzen. Drei bis vier Tassen Kaffee trinken die Deutschen im Schnitt pro Tag, dazu kommen im Durchschnitt rund 70 Liter Tee pro Jahr. Kaffee ist das beliebteste Getränk in Deutschland – noch vor Wasser und Bier. Tee liegt auf Platz fünf. Zusammen sprechen wir über einen Markt, der allein in Deutschland knapp 10 Milliarden Euro pro Jahr ausmacht.

Aber hast du dich jemals gefragt, was wirklich in deiner Tasse landet? Nicht den Geschmack – den kennst du. Sondern die Rückstände, die du nicht schmeckst. Die Chemikalien, die kein Etikett erwähnt. Die Geschichte, die hinter jeder einzelnen Bohne und jedem einzelnen Teeblatt steckt.

Die Antwort ist unbequemer, als die meisten Menschen wahrhaben wollen.

Pestizidbelastung: Was du nicht siehst, schadet trotzdem

Konventioneller Kaffee gehört zu den am stärksten mit Pestiziden behandelten Agrarrohstoffen der Welt. Die Kaffeepflanze ist anfällig für eine Vielzahl von Schädlingen – den Kaffeekirschenkäfer (Broca), den Kaffeeroast (Hemileia vastatrix), diverse Nematoden, Blattläuse und Pilzerkrankungen. Um diese in den Griff zu bekommen, setzen konventionelle Plantagen ein ganzes Arsenal synthetischer Chemikalien ein.

Endosulfan, Chlorpyrifos, Diazinon, Methyl-Parathion – die Liste liest sich wie ein Giftschrank. Viele dieser Substanzen sind in der EU längst verboten oder stark eingeschränkt. Aber die Plantagen liegen nicht in der EU. Sie liegen in Brasilien, Vietnam, Kolumbien, Indonesien, Äthiopien – in Ländern, deren Pestizidgesetzgebung oft deutlich laxer ist. Was bei uns verboten ist, wird dort literweise versprüht.

Eine Untersuchung des europäischen Pestizid-Aktionsnetzwerks (PAN Europe) hat in konventionellem Tee und Kaffee regelmäßig Mehrfach-Rückstände nachgewiesen. Das bedeutet: nicht ein einzelnes Pestizid, sondern Cocktails aus fünf, zehn, manchmal zwanzig verschiedenen Wirkstoffen. Jeder einzelne mag unter dem gesetzlichen Grenzwert liegen – aber was der Cocktail im Körper anrichtet, hat bisher niemand systematisch untersucht. Die Wissenschaft nennt dieses Problem den **Cocktaileffekt**, und es gibt zunehmend Hinweise darauf, dass die Kombination verschiedener Pestizide deutlich schädlicher ist als die Summe ihrer Einzelwirkungen.

Praxis-Tipp: Die Organisation Öko-Test veröffentlicht regelmäßig Laboranalysen von Tee und Kaffee. Ein Blick in die aktuellen Testergebnisse lohnt sich – die Unterschiede zwischen konventionellen und Bio-Produkten sind oft erschreckend deutlich.

Bei Tee ist die Situation womöglich noch gravierender. Tee wird – anders als Kaffee – nicht geröstet. Die Röstung bei Kaffee zerstört einen Teil der Pestizidrückstände (nicht alle, aber einen signifikanten Anteil). Bei Tee fehlt dieser Schritt. Grüner Tee wird nur gedämpft, schwarzer Tee wird fermentiert und getrocknet – beides reicht nicht aus, um Pestizidrückstände abzubauen. Und bei Tee kommt erschwerend hinzu: Du trinkst das ganze Blatt mit. Nicht direkt, aber du übergießt es mit heißem Wasser und extrahierst damit einen Großteil dessen, was auf und im Blatt steckt – inklusive der Rückstände.

Stiftung Warentest hat in einer großen Untersuchung von Grüntees Rückstände von bis zu 20 verschiedenen Pestiziden in einem einzigen Produkt nachgewiesen. Einige der gefundenen Substanzen – darunter Anthrachinon, ein potenziell krebserregender Stoff – überschritten die zulässigen Grenzwerte. Besonders belastet waren Tees aus China und Indien, den beiden größten Teeanbauländern der Welt.

Die Sache mit den Grenzwerten

„Aber es gibt doch Grenzwerte!“ – das ist das Standardargument. Und ja, die EU hat für fast jedes Pestizid sogenannte MRL-Werte festgelegt (Maximum Residue Levels). Das Problem: Diese Grenzwerte beziehen sich auf einzelne Substanzen. Für die Kombinationswirkung gibt es keine Grenzwerte. Außerdem werden die Grenzwerte regelmäßig angepasst – nach oben wie nach unten. Was heute „sicher“ ist, kann morgen als bedenklich eingestuft werden.

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) betont zwar, dass die Einhaltung der Grenzwerte gesundheitlich unbedenklich sei. Aber das BfR räumt gleichzeitig ein, dass die Datenlage zu Langzeitwirkungen und Kombinationseffekten unzureichend ist. Man weiß es schlicht nicht sicher – und diese Unsicherheit ist ein Argument für, nicht gegen Vorsicht.

Bio-Tee und Bio-Kaffee werden ohne synthetische Pestizide angebaut. Punkt. Nicht „mit weniger“ – ohne. Die EU-Bio-Verordnung (VO 2018/848) verbietet den Einsatz chemisch-synthetischer Pflanzenschutzmittel, Kunstdünger und Gentechnik. Stattdessen setzen Bio-Plantagen auf natürliche Schädlingsbekämpfung: Nützlinge, Mischkulturen, mechanische Unkrautentfernung, Kompost statt Kunstdünger, robuste Sorten statt chemischer Keule.

Arbeitsbedingungen auf konventionellen Plantagen

Die Pestizidbelastung betrifft nicht nur den Konsumenten – sie betrifft vor allem die Menschen, die auf den Plantagen arbeiten. Und hier wird es wirklich düster.

In konventionellen Kaffeeplantagen in Brasilien, dem größten Kaffeeproduzenten der Welt, arbeiten Schätzungen zufolge bis zu 35.000 Arbeiter unter sklavenähnlichen Bedingungen. Das brasilianische Arbeitsministerium hat in den letzten zehn Jahren tausende Fälle von Zwangsarbeit auf landwirtschaftlichen Betrieben dokumentiert – darunter Kaffeeplantagen, die an internationale Handelsketten liefern. Arbeiter werden angeworben, in entlegene Gebiete gebracht und dort durch Schulden an den Betrieb gebunden. Sie leben in provisorischen Unterkünften, arbeiten 12 bis 14 Stunden am Tag und verdienen weniger als den gesetzlichen Mindestlohn.

Auf konventionellen Teeplantagen in Assam (Indien) ist die Situation ähnlich erschreckend. Eine BBC-Recherche dokumentierte Tageslöhne von umgerechnet 1,50 Euro – für zehn Stun-

den Arbeit im Freien, bei extremer Hitze und Feuchtigkeit. Gesundheitsversorgung? Minimal. Schutzausrüstung beim Pestizidsprühen? Oft inexistent. Frauen und Kinder sind überproportional betroffen.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzt, dass jährlich rund 385 Millionen Fälle akuter Pestizidvergiftungen auftreten – überwiegend in Entwicklungsländern, überwiegend bei Landarbeitern. Auf konventionellen Tee- und Kaffeeplantagen werden Pestizide häufig ohne Schutzkleidung, ohne Atemmasken und ohne Schulung ausgebracht. Die Folgen: Hauterkrankungen, Atemwegserkrankungen, neurologische Schäden, erhöhte Krebsraten, Fruchtbarkeitsstörungen.

Praxis-Tipp: Wenn du konventionellen Tee oder Kaffee kaufst, finanzierst du dieses System mit. Nicht bewusst, nicht absichtlich – aber faktisch. Bio und Fair Trade sind keine Luxusentscheidungen. Sie sind eine ethische Mindestanforderung.

Umweltschäden: Regenwald für die Tasse

Kaffee und Tee wachsen in den Tropen und Subtropen – also in Regionen, die zu den artenreichsten Ökosystemen der Erde gehören. Konventioneller Kaffeeanbau ist einer der größten Treiber von Tropenwaldzerstörung weltweit.

In den letzten fünf Jahrzehnten wurden etwa 2,5 Millionen Hektar Tropenwald für Kaffeeplantagen gerodet – eine Fläche größer als Mecklenburg-Vorpommern. Besonders betroffen: Brasilien, Vietnam, Indonesien und Teile Zentralamerikas. Die traditionelle Anbaumethode für Kaffee war der **Schattenanbau** – Kaffeepflanzen wuchsen unter dem Kronendach von Bäumen, eingebettet in ein natürliches Ökosystem. Seit den 1970er Jahren hat die Industrie massiv auf **Sonnenanbau** umgestellt: Monokulturen ohne Schattenbäume, die höhere Erträge liefern, aber die Artenvielfalt vernichten, den Boden auslaugen und den Wasserhaushalt stören.

Schattenanbau-Plantagen beherbergen bis zu 150 verschiedene Vogelarten. Sonnenanbau-Monokulturen: weniger als 20. Schattenanbau-Plantagen brauchen keinen oder wenig Kunstdünger, weil die Bäume Stickstoff fixieren und Biomasse liefern. Sonnenanbau-Monokulturen brauchen massive Düngung – und die überschüssigen Nährstoffe gelangen in Flüsse und Grundwasser, wo sie Algenblüten und Sauerstoffmangel verursachen.

Bio-Kaffeeplantagen nutzen überwiegend Schattenanbau oder Mischkulturen. Die EU-Bio-Verordnung fördert Anbaumethoden, die die natürliche Biodiversität erhalten. Viele Bio-Zertifizierungen gehen noch weiter: Demeter verlangt eine biodynamische Bewirtschaftung, Naturland schreibt Erosionsschutz und Wassermanagement vor, und Bird-Friendly-Zertifizierungen (Smithsonian Migratory Bird Center) garantieren Schattenanbau mit mindestens 40 Prozent Kronendachbedeckung.

Bei Tee sieht es ähnlich aus. In Sri Lanka, Kenia und Indonesien wurden große Flächen Primärwald für Teeplantagen gerodet. Die Erosion auf konventionellen Teeplantagen ist ein massives Problem – steile Hänge, Monokulturen und schwere Regenfälle führen dazu, dass fruchtbarer Boden in die Flüsse gespült wird. Bio-Teeplantagen setzen auf Terrassierung, Deckpflanzen und natürliche Wasserrückhaltung.

Wasserverbrauch und -verschmutzung

Die Wasserproblematik bei konventionellem Kaffee und Tee wird selten thematisiert, ist aber erheblich. Für eine einzige Tasse Kaffee werden – wenn man den gesamten Produktionspro-

zess einbezieht – rund 140 Liter Wasser verbraucht. Das umfasst die Bewässerung der Pflanzen, die Nassaufbereitung der Kirschen und den weiteren Verarbeitungsprozess.

Konventionelle Kaffeeaufbereitung (das sogenannte „Washing“) erzeugt massive Mengen kontaminiertes Abwasser. Die Kaffeeirschen werden in Wasser eingeweicht und gewaschen, dabei lösen sich Fruchtfleisch, Zucker und Pektine – und die zuvor aufgebrauchten Pestizide. Dieses Abwasser wird auf vielen konventionellen Plantagen ungeklärt in Flüsse geleitet. Die Folge: Sauerstoffzehrung, Fischsterben, Trinkwasserverseuchung.

Bio-Zertifizierungen schreiben eine umweltgerechte Abwasserbehandlung vor. Viele Bio-Plantagen nutzen zudem die **Trockenaufbereitung** (Natural Process), die deutlich weniger Wasser verbraucht – und die, ganz nebenbei, oft zu komplexeren, fruchtigeren Geschmacksprofilen führt.

Qualitätsunterschiede: Schmeckst du den Unterschied?

Die spannendste Frage für viele: Schmeckt Bio-Kaffee und Bio-Tee tatsächlich besser? Die ehrliche Antwort: Es kommt darauf an – aber die Tendenz ist klar.

Bio-Kaffee wird häufiger von **Arabica-Pflanzen** gewonnen, die unter Schattenbäumen langsam reifen. Langsames Wachstum bedeutet mehr Zeit für die Entwicklung komplexer Aromen. Die Kirschen sind vollreifer, die Bohnen dichter, die Säurestruktur eleganter. Konventioneller Industriekaffee setzt stark auf **Robusta-Beimischung** (billiger, ertragreicher, aber bitterer) und Schnellröstung bei extrem hohen Temperaturen (bis 600°C für wenige Minuten). Das Ergebnis: verbrannter Geschmack, hoher Säuregehalt, flaches Aromaprofil.

Bio-Kaffeeröstereien rösten typischerweise im **Trommelröstverfahren** bei niedrigeren Temperaturen (180-230°C) über 12 bis 20 Minuten. Das ist der entscheidende Unterschied. Die langsame Röstung erlaubt die Maillard-Reaktion (die gleiche Reaktion, die einem Steak die Kruste gibt) vollständig ablaufen zu lassen, ohne die Bohne zu verbrennen. Das Ergebnis: mehr Aromenvielfalt, weniger Bitterstoffe, geringerer Säuregehalt.

Praxis-Tipp: Mach den Selbstversuch. Kauf deinen gewohnten konventionellen Kaffee und einen vergleichbaren Bio-Kaffee (gleiche Herkunft, gleiche Röstung). Brühe beide mit der gleichen Methode auf und probiere blind. Die meisten Menschen sind überrascht, wie deutlich der Unterschied ist.

Bei Tee ist die Qualitätskorrelation noch stärker. Bio-Teegärten pflücken sorgfältiger – oft nur die Knospe und die zwei obersten Blätter (Two Leaves and a Bud), weil die Pflanze nicht mit Dünger zu Höchstertträgen getrieben wird. Weniger Menge, höhere Qualität. Die Blätter sind aromatischer, die Aufgüsse klarer, der Geschmack komplexer.

Die CO₂-Bilanz

Konventioneller Kaffeeanbau verursacht pro Kilogramm Rohkaffee etwa 4,5 bis 8 Kilogramm CO₂-Äquivalente. Der größte Anteil entfällt auf die Herstellung und den Einsatz von Kunstdünger (insbesondere Stickstoffdünger, der bei der Produktion extrem energieintensiv ist und bei der Ausbringung Lachgas freisetzt – ein Treibhausgas, das 265-mal klimawirksamer ist als CO₂).

Bio-Kaffeeanbau kommt ohne Kunstdünger aus. Stattdessen wird mit Kompost, Gründüngung und natürlichen Kreisläufen gearbeitet. Studien der FiBL (Forschungsinstitut für biologischen

Landbau) zeigen, dass Bio-Kaffeeanbau die Treibhausgasemissionen um 30 bis 50 Prozent reduziert – bei gleichzeitig höherer Kohlenstoffspeicherung im Boden durch Schattenanbau und Agroforstsysteme.

Das Bio-Siegel: Was es garantiert – und was nicht

Das EU-Bio-Siegel garantiert: - Kein Einsatz synthetischer Pestizide und Herbizide - Kein Einsatz von Kunstdünger - Keine Gentechnik - Keine ionisierende Bestrahlung - Regelmäßige Kontrollen durch unabhängige Zertifizierungsstellen - Rückverfolgbarkeit entlang der gesamten Lieferkette

Was das EU-Bio-Siegel **nicht** garantiert: - Faire Arbeitsbedingungen (dafür gibt es Fairtrade-Siegel) - Besonders hohe Geschmacksqualität (Bio ist ein Mindeststandard, keine Gourmet-Garantie) - Lokale Produktion (Bio-Kaffee kann aus jeder Region kommen)

Verbands-Siegel wie **Naturland**, **Demeter** und **Bioland** gehen über die EU-Bio-Verordnung hinaus. Naturland hat als einziger großer Bio-Verband eigene Fair-Trade-Richtlinien integriert (Naturland Fair). Demeter verlangt biodynamische Wirtschaftsweise, die den gesamten Betrieb als Organismus betrachtet. Bioland schreibt strengere Grenzwerte für Schwermetalle vor.

Praxis-Tipp: Achte auf das Kürzel der Kontrollstelle auf dem Bio-Produkt (z.B. DE-ÖKO-006). Damit kannst du nachvollziehen, wer die Zertifizierung durchgeführt hat. Die Kontrollstellen sind auf der Website der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) gelistet.

Die Preisfrage

Bio-Kaffee kostet im Supermarkt typischerweise 20 bis 40 Prozent mehr als konventioneller Kaffee. Bio-Tee liegt oft 30 bis 60 Prozent über dem konventionellen Preis. Das klingt nach viel – aber rechnen wir es durch.

Eine Tasse Filterkaffee braucht etwa 7 Gramm Kaffee. Bei einem Kilopreis von 20 Euro (konventionell) sind das 14 Cent pro Tasse. Bei Bio-Kaffee (26 Euro pro Kilo) sind es 18 Cent. Der Unterschied: 4 Cent pro Tasse. Bei drei Tassen am Tag sind das 12 Cent. Im Monat: 3,60 Euro. Im Jahr: 43,20 Euro.

Für 43 Euro im Jahr bekommst du: keine Pestizidrückstände, bessere Arbeitsbedingungen auf den Plantagen, Schutz von Regenwald und Artenvielfalt, geringere CO₂-Emissionen – und meistens auch besseren Geschmack. Das ist kein Luxus. Das ist eine der günstigsten ethischen Entscheidungen, die du treffen kannst.

Bei Tee ist der Unterschied pro Tasse noch geringer, weil Tee generell günstiger ist als Kaffee. Ein Teebeutel kostet konventionell etwa 3 bis 5 Cent, in Bio-Qualität 6 bis 10 Cent. Der Aufpreis pro Tasse ist praktisch vernachlässigbar.

Schwermetalle und Mykotoxine: Die unsichtbaren Begleiter

Neben Pestiziden gibt es weitere Schadstoffquellen, die bei konventionellem Tee und Kaffee eine Rolle spielen:

Schwermetalle: Blei, Cadmium, Quecksilber und Arsen können über belastete Böden, Bewässerungswasser oder industrielle Verschmutzung in die Pflanze gelangen. Konventionelle Plantagen in der Nähe von Industriegebieten oder entlang stark befahrener Straßen sind besonders betroffen. Bio-Plantagen liegen häufiger in ländlichen, weniger kontaminierten Gebieten – ein indirekter, aber realer Vorteil.

Eine Studie der Universität Wien untersuchte 60 Teeproben aus dem europäischen Handel und fand in 23 Prozent der konventionellen Proben Bleigehalte oberhalb der empfohlenen Grenzwerte. In Bio-Tees lagen die Werte durchgehend unter den Grenzwerten.

Mykotoxine: Pilzgifte, die bei unsachgemäßer Lagerung und Trocknung entstehen können. Besonders Ochratoxin A (OTA) ist bei Kaffee ein bekanntes Problem – das BfR hat OTA als möglicherweise krebserregend eingestuft. Die Röstung reduziert OTA um 50-90 Prozent, eliminiert es aber nicht vollständig. Bio-Kaffee zeigt in Studien tendenziell niedrigere OTA-Werte, was auf sorgfältigere Aufbereitung und Lagerung zurückgeführt wird.

Mineralölrückstände (MOAH/MOSH): In Tees und Kaffees, die in Jutesäcken transportiert werden, finden sich regelmäßig Mineralölrückstände – aus den Säcken, aus Druckfarben der Verpackungen oder aus der Umgebungsluft. MOAH-Verbindungen gelten als potenziell krebserregend. Bio-Verbände wie Naturland und Demeter setzen zunehmend auf mineralölfreie Verpackungen und Transportmittel.

Praxis-Tipp: Öko-Test und Stiftung Warentest testen regelmäßig auf Mineralölrückstände. Produkte mit der Note „gut“ oder „sehr gut“ bei Öko-Test können als schadstoffarm gelten. Bio-Produkte schneiden in diesen Tests konsistent besser ab.

Die psychologische Dimension: Bewusster Genuss

Es gibt noch einen Aspekt, der selten diskutiert wird: die psychologische Wirkung bewussten Konsums. Studien zur Achtsamkeit zeigen, dass Menschen, die bewusst essen und trinken – die wissen, woher ihr Essen kommt, wer es angebaut hat, wie es verarbeitet wurde – ein höheres subjektives Wohlbefinden berichten.

Wenn du weißt, dass dein Kaffee von einer Kooperative in Kolumbien stammt, die ihre Kinder in die Schule schicken kann, weil du den fairen Preis bezahlt hast – dann schmeckt der Kaffee nicht nur gut. Er fühlt sich gut an. Das ist kein esoterisches Argument, sondern evidenzbasierte Psychologie: Kongruenz zwischen Werten und Handeln erhöht die Lebenszufriedenheit.

Bio-Kaffee und Bio-Tee sind auch eine Form der Selbstfürsorge. Du nimmst dir die Zeit, ein Produkt zu wählen, das deinem Körper, den Produzenten und der Umwelt weniger schadet. Das ist kein kleiner Akt – das ist eine tägliche Entscheidung für ein besseres System.

Zusammenfassung: Warum Bio keine Frage des Lifestyle ist

Bio bei Tee und Kaffee ist keine Modefrage, kein Marketing-Gag und kein Lifestyle-Statement für Besserverdiener. Es ist die logische Konsequenz aus dem, was wir über konventionellen Anbau wissen:

- **Pestizidbelastung:** Konventioneller Tee und Kaffee enthalten regelmäßig Mehrfach-Rückstände, deren Langzeitwirkung und Kombinationseffekte unzureichend erforscht sind.
- **Arbeitsbedingungen:** Konventionelle Plantagen sind häufig Orte von Ausbeutung, Gesundheitsgefährdung und teilweise Zwangsarbeit.
- **Umweltzerstörung:** Monokulturen, Waldrodung, Wasserverschmutzung und Biodiversitätsverlust sind systemische Probleme des konventionellen Anbaus.
- **Qualität:** Bio-Anbaumethoden fördern langsames Wachstum und sorgfältigere Verarbeitung, was häufig zu besserer Aromaqualität führt.
- **Preis:** Der Aufpreis ist pro Tasse minimal und steht in keinem Verhältnis zu den negativen Externalitäten des konventionellen Anbaus.

Die Frage ist nicht, ob du dir Bio leisten kannst. Die Frage ist, ob du dir die Konsequenzen von „Nicht-Bio“ leisten willst.

Kapitel 2: Fair Trade verstehen

Mehr als ein Siegel — und weniger, als du denkst

Fair Trade ist eines der bekanntesten Konzepte im ethischen Konsum. Und gleichzeitig eines der am meisten missverstandenen. Die meisten Menschen assoziieren „Fairtrade“ mit „die Bauern bekommen mehr Geld“. Das stimmt — aber es ist nur ein Bruchteil der Geschichte. Und es gibt auch berechtigte Kritik, die du kennen solltest, bevor du deine Kaufentscheidungen triffst.

Die Geschichte des fairen Handels

Die Idee des fairen Handels ist älter, als die meisten denken. Bereits 1946 verkaufte eine Mennoniten-Organisation namens Ten Thousand Villages Handarbeiten aus Puerto Rico in den USA — zu Preisen, die den Produzentinnen ein würdiges Einkommen ermöglichten. In den 1960er Jahren entstanden in Europa die ersten Weltläden, die Produkte aus Entwicklungsländern zu fairen Konditionen vertrieben.

Das erste formale Fairtrade-Siegel wurde 1988 in den Niederlanden eingeführt — unter dem Namen Max Havelaar, benannt nach einem niederländischen Roman von 1860, der die Ausbeutung javanischer Kaffeebauern durch die niederländische Kolonialverwaltung anprangerte. Von dort aus verbreitete sich die Idee über ganz Europa.

Heute gibt es ein verwirrendes Dickicht aus Siegeln, Standards und Organisationen. Die wichtigsten:

Fairtrade International (FLO)

Fairtrade International, erkennbar am grün-blau-schwarzen Fairtrade-Siegel, ist die bekannteste Fair-Trade-Organisation weltweit. Sie zertifiziert Produkte in über 70 Ländern und arbeitet mit mehr als 1,9 Millionen Kleinbauern und Arbeiter zusammen.

Die Kernelemente des Fairtrade-Systems:

1. Mindestpreis (Fairtrade Minimum Price)

Für jedes Produkt legt Fairtrade International einen Mindestpreis fest, der die durchschnittlichen Kosten nachhaltiger Produktion decken soll. Liegt der Weltmarktpreis über dem Mindestpreis, wird der Weltmarktpreis gezahlt. Liegt er darunter, greift der Mindestpreis als Sicherheitsnetz.

Für Arabica-Kaffee liegt der Fairtrade-Mindestpreis aktuell bei 1,80 US-Dollar pro Pfund (2,20 für Bio-zertifizierten Kaffee). Der Weltmarktpreis für Kaffee schwankt enorm — in den letzten

Jahren zwischen 1,00 und 3,00 US-Dollar pro Pfund. In Phasen niedriger Weltmarktpreise ist der Fairtrade-Mindestpreis also tatsächlich ein Rettungsanker für Kleinbauern.

2. Fairtrade-Prämie

Zusätzlich zum Mindestpreis zahlen Käufer eine Fairtrade-Prämie – bei Kaffee aktuell 0,20 US-Dollar pro Pfund. Diese Prämie geht nicht an einzelne Bauern, sondern an die Kooperative, die demokratisch entscheidet, wofür das Geld verwendet wird. Typische Verwendungszwecke: Bau von Schulen, Gesundheitsstationen, Infrastruktur, Qualitätsverbesserung, Umweltschutzmaßnahmen.

Praxis-Tipp: Auf der Website von Fairtrade International (fairtrade.net) kannst du nach Kooperativen suchen und nachlesen, wofür die Prämien konkret verwendet werden. Das macht den abstrakten Begriff „Fair Trade“ greifbar.

3. Standards für Arbeitsbedingungen

Fairtrade schreibt Mindeststandards für Arbeitsrechte vor: keine Kinderarbeit, keine Zwangsarbeit, Versammlungsfreiheit, Gleichstellung der Geschlechter, Arbeitsschutz. Auf Plantagen (die eher bei Tee als bei Kaffee relevant sind) müssen Gewerkschaften zugelassen werden und es gibt Vorgaben für Mindestlöhne, Arbeitszeiten und Gesundheitsversorgung.

4. Umweltstandards

Fairtrade verbietet bestimmte besonders gefährliche Pestizide und fördert den Umstieg auf Bio-Anbau. Es ist aber kein Bio-Siegel – Fairtrade-zertifizierter Kaffee kann konventionell angebaut sein. Deshalb die doppelte Empfehlung: **Bio + Fairtrade** ist die Kombination, die du anstreben solltest.

UTZ / Rainforest Alliance

2018 fusionierten UTZ und Rainforest Alliance zu einer einzigen Organisation unter dem Namen Rainforest Alliance, erkennbar am grünen Frosch-Siegel. Diese Fusion war kontrovers, denn die beiden Organisationen hatten unterschiedliche Schwerpunkte.

UTZ (der Name kommt aus der Maya-Sprache und bedeutet „gut“) konzentrierte sich auf Lieferkettenmanagement, Rückverfolgbarkeit und die Professionalisierung von Kleinbauern-Kooperativen. Rainforest Alliance legte den Schwerpunkt auf Umweltschutz, Biodiversität und nachhaltige Landwirtschaft.

Das fusionierte Rainforest-Alliance-Programm kombiniert beides – aber es gibt einen entscheidenden Unterschied zu Fairtrade: **Rainforest Alliance hat keinen garantierten Mindestpreis.** Stattdessen zahlen Käufer ein „Sustainability Differential“ – einen Aufpreis, dessen Höhe aber nicht festgelegt ist, sondern zwischen Käufer und Verkäufer verhandelt wird. Außerdem gibt es ein „Sustainability Investment“ – eine verpflichtende Zahlung, die in Nachhaltigkeitsmaßnahmen fließt.

Kritiker argumentieren, dass das Fehlen eines festen Mindestpreises den Bauern weniger Sicherheit bietet als Fairtrade. Befürworter entgegnen, dass Rainforest Alliance stärker auf Produktivitätssteigerung und langfristige Wettbewerbsfähigkeit setzt statt auf Preissubventionen.

In der Praxis: Rainforest Alliance ist das am weitesten verbreitete Nachhaltigkeitssiegel für Kaffee und Tee – deutlich verbreiteter als Fairtrade. Große Marken wie Lipton, Jacobs und

Lavazza nutzen es. Das liegt auch daran, dass die Zertifizierungskosten für die Unternehmen niedriger und die Anforderungen in manchen Bereichen weniger streng sind als bei Fairtrade.

Praxis-Tipp: Rainforest Alliance ist besser als nichts — aber es ist nicht gleichzusetzen mit Fairtrade. Wenn dir faire Preise für Bauern wichtig sind, achte auf das Fairtrade-Siegel. Wenn dir Umweltschutz und Biodiversität besonders wichtig sind, ist Rainforest Alliance eine gute Wahl. Am besten: beides.

Direct Trade: Der neue Goldstandard?

Direct Trade ist kein Siegel und keine Zertifizierung — es ist ein Geschäftsmodell. Und es wird von der Specialty-Coffee-Bewegung als die ehrlichste Form des fairen Handels gefeiert.

Das Prinzip: Die Rösterei kauft direkt beim Farmer oder bei der Kooperative — ohne Zwischenhändler, ohne Exporteure, ohne Importeure. Die Rösterei besucht die Plantage persönlich, baut langfristige Beziehungen auf und zahlt Preise, die deutlich über dem Fairtrade-Mindestpreis liegen — oft 2 bis 5 US-Dollar pro Pfund, manchmal mehr.

Die Vorteile liegen auf der Hand: Mehr Geld kommt beim Farmer an, weil die Handelskette kürzer ist. Die Qualität ist höher, weil die Rösterei direktes Feedback geben kann. Die Transparenz ist maximal, weil beide Seiten einander kennen.

Aber Direct Trade hat auch Schwächen:

- 1. Keine Kontrolle:** Da es kein standardisiertes Siegel gibt, kann im Prinzip jede Rösterei behaupten, „Direct Trade“ zu betreiben. Es gibt keine unabhängige Überprüfung. Manche Röstereien verwenden den Begriff als Marketing-Instrument, ohne tatsächlich direkte Beziehungen zu pflegen.
- 2. Skaleneffekt:** Direct Trade funktioniert für kleine Specialty-Röstereien, die 5, 10, 50 Tonnen Kaffee pro Jahr kaufen. Für einen Konzern, der 100.000 Tonnen pro Jahr benötigt, ist das Modell nicht umsetzbar.
- 3. Einseitige Auswahl:** Direct-Trade-Röstereien suchen sich die besten Farmers aus — die mit den höchsten Qualitäten, den spannendsten Sorten, den besten Bedingungen. Die Ärmsten und Bedürftigsten profitieren davon nicht. Fairtrade hingegen ist explizit darauf ausgerichtet, marginalisierte Kleinbauern einzubeziehen.

Was kommt beim Bauern an? Eine nüchterne Rechnung

Du zahlst im Supermarkt 12 Euro für ein Pfund Kaffee. Was davon kommt beim Kaffeebauern an? Die Antwort ist ernüchternd.

Konventioneller Kaffee (500g, Supermarkt, ca. 6-8 Euro): - Rohkaffeepreis für den Farmer: ca. 0,50-1,00 Euro - Zwischenhandel und Export: ca. 0,30-0,50 Euro - Verschiffung und Import: ca. 0,20-0,40 Euro - Röstung und Verpackung: ca. 1,50-2,50 Euro - Marketing und Vertrieb: ca. 1,00-2,00 Euro - Supermarkt-Marge: ca. 1,50-2,50 Euro - Steuern (Kaffeesteuer + MwSt.): ca. 1,50-2,00 Euro

Der Farmer bekommt also zwischen 6 und 15 Prozent des Endpreises. Bei konventionellem Billigkaffee (3,99 Euro pro 500g) sind es eher 5 bis 8 Prozent.

Fairtrade-Kaffee: - Der Farmer bekommt den Fairtrade-Mindestpreis plus Prämie — zusammen aktuell mindestens 2,00 US-Dollar pro Pfund (für konventionellen) bzw. 2,40 für Bio. Das sind etwa 15 bis 25 Prozent des Endpreises.

Direct-Trade-Specialty-Kaffee: - Preise von 3 bis 10 US-Dollar pro Pfund sind üblich. Bei einem Endpreis von 30 bis 50 Euro pro Kilo bekommt der Farmer 20 bis 40 Prozent.

Die Zahlen sind eindeutig: Je direkter die Handelskette, desto mehr kommt beim Farmer an. Bio und Fairtrade sind der Mindeststandard. Direct Trade ist der Goldstandard — wenn er authentisch praktiziert wird.

Die Kaffeesteuer — eine deutsche Besonderheit

Deutschland erhebt auf Röstkaffee eine Kaffeesteuer von 2,19 Euro pro Kilogramm, auf löslichen Kaffee sogar 4,78 Euro pro Kilogramm. Diese Steuer ist ein Relikt aus dem 18. Jahrhundert (Friedrich der Große führte sie ein, um den Kaffeekonsum der Bevölkerung zu drosseln) und spült dem deutschen Staat jährlich rund eine Milliarde Euro in die Kasse.

Die Kaffeesteuer macht damit einen erheblichen Teil des Endpreises aus — und sie wird auf Bio-Kaffee genauso erhoben wie auf konventionellen. Eine Abschaffung oder Reduzierung für fair gehandelten Kaffee wird von Handelsorganisationen seit Jahren gefordert, ist aber politisch nicht in Sicht.

In Österreich gibt es übrigens keine Kaffeesteuer, und in der Schweiz wurde sie 2022 abgeschafft. Wer in Grenznähe wohnt, kann hier sparen — aber der ökologische Fußabdruck der Einkaufsfahrt ist natürlich gegenzurechnen.

Tee und Fair Trade: Eine besondere Herausforderung

Bei Tee ist die Fair-Trade-Dynamik anders als bei Kaffee. Während Kaffee überwiegend von Kleinbauern angebaut wird (geschätzt 80 Prozent des weltweiten Kaffees), wird ein großer Teil des Tees auf **Plantagen** (sogenannten Tea Estates) produziert — vor allem in Indien, Sri Lanka und Kenia. Das bedeutet: Die Arbeiter sind nicht selbstständige Farmer, sondern Angestellte.

Fairtrade hat dafür eigene Standards für „hired labour“ (abhängig Beschäftigte), die Mindestlöhne, Arbeitszeiten, Gesundheitsversorgung und das Recht auf Gewerkschaftsbildung vorschreiben. Die Fairtrade-Prämie geht auf Plantagen an ein gewähltes Arbeiterkomitee (Joint Body), das über die Verwendung entscheidet.

Für Kleinbauern-Kooperativen gelten die gleichen Prinzipien wie bei Kaffee: Mindestpreis, Prämie, Vorfinanzierung, langfristige Handelsbeziehungen.

Praxis-Tipp: Der Fairtrade-Mindestpreis für schwarzen Tee liegt bei 1,40 US-Dollar pro Kilogramm (plus 0,50 US-Dollar Prämie). Zum Vergleich: Der Weltmarktpreis für konventionellen CTC-Tee (die gängigste Produktionsart für Teebeutel) schwankt zwischen 1,00 und 3,00 US-Dollar pro Kilogramm. In Krisenzeiten ist der Fairtrade-Mindestpreis also ein echtes Sicherheitsnetz.

Siegel-Dschungel: Welches Siegel ist das beste?

Hier eine ehrliche Einschätzung der wichtigsten Siegel für Tee und Kaffee:

Tier 1 — Gold-Standard: - Naturland Fair + Bio: Höchste Kombination aus Bio-Standards und Fair-Trade-Anforderungen. Geht in beiden Bereichen über die EU-Mindeststandards hinaus. - **Demeter + Fairtrade:** Biodynamischer Anbau plus faire Handelsbeziehungen.

Tier 2 — Sehr gut: - Fairtrade + EU-Bio: Die gängigste Kombination im Handel. Gute Standards in beiden Bereichen. - **Direct Trade (verifiziert):** Kein Siegel, aber oft die fairsten Preise. Nur bei transparenten Röstereien, die ihre Handelsbeziehungen offenlegen.

Tier 3 – Gut: - EU-Bio (ohne Fair Trade): Garantiert pestizidfreien Anbau, aber keine fairen Handelsbeziehungen. - **Fairtrade (ohne Bio):** Garantiert faire Preise und Arbeitsbedingungen, aber konventioneller Anbau ist möglich.

Tier 4 – Besser als nichts: - Rainforest Alliance / UTZ: Nachhaltigkeitsstandards, aber kein garantierter Mindestpreis und keine Bio-Pflicht. - **4C (Common Code for the Coffee Community):** Basis-Standard, der hauptsächlich die schlimmsten Praktiken ausschließt.

Tier 5 – Irreführend: - Eigene Firmensiegel (z.B. „nachhaltig angebaut“, „verantwortungsvoll beschafft“): Ohne unabhängige Kontrolle wertlos. - **„Premium“-Label** ohne Zertifizierung: Sagt nur etwas über den Preis, nicht über die Herkunft.

Preisunterschiede und was sie bedeuten

Die Preisunterschiede zwischen den verschiedenen Zertifizierungsstufen sind im Endkundenpreis erstaunlich gering:

Kategorie	500g Kaffee	100g loser Tee
Konventionell, Discounter	3,99-5,99 €	1,99-3,49 €
Rainforest Alliance	5,49-7,99 €	2,99-4,49 €
Fairtrade, konventionell	6,99-9,99 €	3,49-5,99 €
EU-Bio	7,99-11,99 €	3,99-7,99 €
Fairtrade + Bio	8,99-13,99 €	4,99-9,99 €
Direct Trade Specialty	14,99-29,99 €	8,99-19,99 €

Der Sprung von konventionellem Discounter-Kaffee zu Fairtrade-Bio liegt bei vielleicht 5 bis 7 Euro pro Pfund. Bei drei Tassen am Tag – also ungefähr einem Pfund pro Woche – sind das 20 bis 28 Euro pro Monat Mehrkosten. Das ist weniger als ein Streaming-Abo.

Greenwashing erkennen

Je populärer Fair Trade wird, desto mehr Unternehmen versuchen, auf den Zug aufzuspringen – ohne die Prinzipien wirklich umzusetzen. Hier die häufigsten Greenwashing-Strategien:

1. Mengebilanz (Mass Balance): Einige Programme erlauben die sogenannte Mengebilanzierung. Das bedeutet: Ein Unternehmen kauft eine bestimmte Menge zertifizierten Kaffee, mischt ihn aber mit konventionellem Kaffee. Das fertige Produkt darf trotzdem das Siegel tragen, solange die gekaufte Menge zertifizierten Kaffees der verkauften Menge entspricht. Der tatsächliche Kaffee in deiner Tasse kann also konventionell sein. Fairtrade hat diese Praxis für Kaffee und Tee ausgeschlossen – Kakao darf aber im Mengebilanzsystem verkauft werden.

2. Minimale Zertifizierung: Manche Unternehmen zertifizieren nur einen kleinen Teil ihres Sortiments und nutzen das dann für die gesamte Markenwahrnehmung. „Wir sind Fairtrade-Partner“ kann bedeuten, dass eines von hundert Produkten Fairtrade-zertifiziert ist.

3. Eigene „Standards“: Konzerne wie Nestlé (Nespresso AAA) und Starbucks (C.A.F.E. Practices) haben eigene Nachhaltigkeitsprogramme entwickelt, die zwar durchaus positive Elemente enthalten, aber nicht von unabhängigen Dritten kontrolliert werden. Die Messlatte ist niedriger, die Transparenz geringer, und die Unternehmen kontrollieren sich letztlich selbst.

Praxis-Tipp: Trau keinem Nachhaltigkeits-Claim, der nicht von einer unabhängigen Dritten Partei verifiziert wird. Unabhängig heißt: Die Kontrollstelle wird nicht vom Unternehmen selbst bezahlt und hat die Befugnis, die Zertifizierung zu entziehen. Das EU-Bio-Siegel und Fairtrade erfüllen diese Kriterien. Firmen-eigene Programme tun das in der Regel nicht.

Wie du als Konsument den Unterschied machst

Dein Einkaufsverhalten hat mehr Macht, als du denkst. Jedes Pfund Bio-Fairtrade-Kaffee, das du kaufst, ist ein Marktsignal. Es sagt dem Handel: „Dafür gibt es Nachfrage.“ Und der Handel reagiert – langsam, aber er reagiert. Der Bio-Anteil bei Kaffee hat sich in Deutschland in den letzten zehn Jahren mehr als verdoppelt. Fairtrade-Kaffee verzeichnet jährliche Wachstumsraten von 10 bis 15 Prozent.

Hier sind die wirkungsvollsten Hebel, die du als Einzelperson hast:

1. **Kaufe Bio + Fairtrade:** Beide Siegel zusammen decken die wichtigsten Aspekte ab – Umweltschutz und faire Arbeitsbedingungen.
2. **Kaufe bei lokalen Röstereien:** Kleine Röstereien haben oft direktere Handelsbeziehungen als Konzerne. Frag nach der Herkunft und den Einkaufspraktiken.
3. **Reduziere Konsum statt Qualität:** Trink drei Tassen hervorragenden Bio-Kaffee statt sechs Tassen schlechten konventionellen.
4. **Informiere dich:** Lies die Berichte von TransFair, Fairtrade International, Oxfam und PAN Europe. Je mehr du weißt, desto bessere Entscheidungen kannst du treffen.
5. **Sprich darüber:** Kaufentscheidungen sind ansteckend. Wenn du Freunden und Kollegen erklärst, warum du Bio-Fairtrade-Kaffee trinkst, inspiriert das andere.

Die Zukunft des fairen Handels

Fair Trade steht vor neuen Herausforderungen. Der Klimawandel bedroht den Kaffeeanbau massiv – bis 2050 könnten laut einer Studie der Universität Zürich bis zu 60 Prozent der aktuellen Arabica-Anbauflächen ungeeignet werden. Steigende Temperaturen, veränderte Niederschlagsmuster, neue Schädlinge – all das trifft Kleinbauern härter als große Plantagen, weil ihnen die Ressourcen für Anpassungsmaßnahmen fehlen.

Fair-Trade-Organisationen reagieren darauf, indem sie Klimaanpassungsprogramme integrieren: hitzeresistente Sorten, Agroforstsysteme, Wassereffizienz, Diversifizierung der Einkommensquellen. Die Fairtrade-Prämie wird zunehmend für solche Maßnahmen eingesetzt.

Gleichzeitig wächst die Direct-Trade-Bewegung, die Transparenz und persönliche Beziehungen über standardisierte Siegel stellt. Blockchain-basierte Rückverfolgbarkeitssysteme könnten in Zukunft ermöglichen, dass du als Konsument exakt nachvollziehen kannst, wer deinen Kaffee angebaut hat, wann er geerntet wurde und wie viel der Farmer dafür bekommen hat.

Die Vision: Eine Kaffee- und Teewelt, in der Ausbeutung nicht die Norm, sondern die Ausnahme ist. In der „fair“ kein Verkaufsargument mehr ist, sondern der selbstverständliche Mindeststandard. Wir sind noch weit davon entfernt – aber jede bewusste Kaufentscheidung bringt uns näher.

Fair Trade im Alltag: Ein Einkaufsführer

Zum Abschluss dieses Kapitels ein praktischer Leitfaden, wie du Fair Trade in deinen Alltag integrierst – ohne dich im Siegel-Dschungel zu verlieren:

Im Supermarkt: Achte auf das Fairtrade-Siegel in Kombination mit dem EU-Bio-Siegel. Die meisten großen Supermärkte (Rewe, Edeka, Aldi, Lidl) führen inzwischen Bio-Fairtrade-Kaffee und -Tee. Die Eigenmarken der Bio-Supermärkte (Alnatura, Bio Company, Denn's) sind häufig Fairtrade-zertifiziert, ohne es immer prominent auf der Verpackung zu zeigen – ein Blick auf die Rückseite lohnt sich.

Im Café: Frage nach! „Ist euer Kaffee bio und fair gehandelt?“ ist eine legitime Frage, die mehr Café-Betreiber zum Umdenken bewegt, als du vielleicht denkst. Specialty-Coffee-Bars arbeiten häufig mit Direct Trade, haben das aber nicht immer auf der Karte stehen. Ein kurzes Gespräch mit dem Barista kann überraschend aufschlussreich sein.

Im Büro: Wenn du Einfluss auf die Kaffeebestellung im Büro hast, ist der Umstieg auf Bio-Fairtrade-Kaffee einer der einfachsten und wirkungsvollsten Nachhaltigkeits-Hebel. Die Mehrkosten pro Mitarbeiter und Monat liegen bei wenigen Euro – die meisten Chefs stimmen zu, wenn man die Zahlen vorlegt. Und ein Office mit gutem Kaffee hat ohnehin eine höhere Mitarbeiterzufriedenheit.

Als Geschenk: Bio-Fairtrade-Kaffee und -Tee sind hervorragende Geschenke – besonders von lokalen Röstereien, die ihre Produkte liebevoll verpacken und die Geschichte hinter dem Kaffee mitliefern. Es gibt kaum ein Geschenk, das so universell willkommen ist und gleichzeitig so viel Gutes bewirkt.

Auf Reisen: In den Anbauländern selbst kannst du Fair Trade am direktesten unterstützen: Kauf Kaffee und Tee direkt bei Kooperativen, besuche Plantagen (viele bieten Führungen an) und bring ein paar Packungen als Mitbringsel mit. Der Preis vor Ort ist oft erstaunlich niedrig – und du weißt genau, wo dein Geld hingehet.

Fair Trade im Verein und im Unternehmen

Fair Trade ist nicht nur eine individuelle Entscheidung – sie kann auch auf organisatorischer Ebene Wirkung entfalten:

Fairtrade-Towns: Über 800 Städte und Gemeinden in Deutschland tragen den Titel „Fairtrade-Town“ (Stand 2026). Um den Titel zu erhalten, müssen in der Kommune Fairtrade-Produkte in lokalen Geschäften, Cafés und bei öffentlichen Veranstaltungen verfügbar sein. Eine Steuerungsgruppe koordiniert die Aktivitäten. Wenn deine Stadt noch keine Fairtrade-Town ist, kannst du den Prozess anstoßen – die Bewerbung läuft über TransFair Deutschland (fairtrade-deutschland.de).

Fairtrade-Schools: Auch Schulen können sich als Fairtrade-School zertifizieren lassen. Das Programm fördert das Bewusstsein für fairen Handel bei Schülerinnen und Schülern – und sorgt dafür, dass im Schulkiosk und bei Veranstaltungen fair gehandelter Kaffee und Tee ausgeschenkt wird.

Vereine und Kirchengemeinden: Viele Kirchengemeinden und Vereine sind auf Fair-Trade umgestiegen – ein niedrigschwelliger, aber wirksamer Schritt. Wenn nach jedem Gottesdienst, jeder Vereinssitzung und jedem Elternabend Bio-Fairtrade-Kaffee statt Discounter-Ware ausgeschenkt wird, summiert sich das auf beträchtliche Mengen.

Die Rolle der Politik

Fair Trade ist wichtig, aber es sollte nicht die alleinige Verantwortung der Konsumenten sein. Politische Rahmenbedingungen müssen sich ändern:

- **EU-Lieferkettengesetz:** Das europäische Lieferkettengesetz (CSDDD), das 2024 verabschiedet wurde, verpflichtet große Unternehmen zur Sorgfaltspflicht in ihren Lieferketten – ein-

schließlich Menschenrechte und Umweltschutz. Für den Kaffee- und Teesektor könnte dies bedeuten, dass grundlegende Standards auch ohne freiwillige Siegel durchgesetzt werden.

- **Abschaffung der Kaffeesteuer:** Die Deutsche Kaffeesteuer belastet alle Kaffees gleich – billigen Discounter-Kaffee ebenso wie fair gehandelten Bio-Kaffee. Eine Reform, die fair gehandelte Produkte begünstigt oder die Steuereinnahmen für Nachhaltigkeitsprojekte in den Anbauländern zweckbindet, wäre ein sinnvoller Schritt.
 - **Öffentliche Beschaffung:** Wenn Behörden, Schulen, Universitäten und Krankenhäuser auf Bio-Fairtrade-Kaffee umstellen würden, wäre das ein enormer Nachfrage-Impuls. Einige Kommunen (z.B. Freiburg, Saarbrücken) haben bereits entsprechende Beschlüsse gefasst.
-

Kapitel 3: Kaffee – Anbau, Röstung, Zubereitung

Dies ist eine Leseprobe. Das vollständige Buch ist als PDF und Taschenbuch erhältlich auf kaufbio.de