



#dieesserwisser

*„Österreichische Familienbetriebe
achten jeden Tag im Besonderen
auf ihre Tiere.“*

kann leicht in
körpereigenes **Eiweiß**
umgewandelt werden

Milchfette sind
leicht verdaulich

Milchzucker begünstigt
die Aufnahme von
Kalzium und
verhindert Wachstum
der Fäulnisbakterien
im Darm



Über 50 % der
Kohlenhydrate,
die unsere Erde
erzeugt, ist **Zellulose**.
Diese kann von **Kühen**
verwertet werden.

100 %
gentechnikfreies
Futter in Österreich



CO₂-Speicher

Werde zum Esserwisser!

Die Esserwisser sind Bäuerinnen und Bauern, Seminarbäuerinnen und Ernährungswissenschaftlerinnen, die auf der Plattform www.esserwissen.at fundiertes Lebensmittelwissen aus den Bereichen der Ernährungswissenschaft und der Landwirtschaft sowie den praktischen Umgang mit Lebensmitteln vermitteln.



ZUKUNFT BRAUCHT HERKUNFT

Beim Lebensmitteleinkauf geben wir den Auftrag an die Produktion! Zu wissen, wo das Lebensmittel produziert wurde, schafft Transparenz und die Möglichkeit, familiären Bauernhöfen in Österreich eine Zukunft zu geben!



NACHHALTIGKEIT BRAUCHT WERTE

Wer sich mit seinem Essen beschäftigt, der versteht, wie viel es Wert ist und geht sorgsam mit den Lebensmitteln um.



GESUNDHEIT BRAUCHT BEWUSSTSEIN

Das Selbermachen verleiht uns eine kostbare Autonomie. Denn wer selbst zubereitet, der weiß, was er isst! Das Wissen um die Menge und Qualität der verwendeten Zutaten steht bei einer gesundheitsfördernden Ernährung im Vordergrund.



#dieesserwisser



#dieesserwisser
www.esserwissen.at

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Landwirtschaft, Regionen
und Tourismus

LE 14-20
Ernährung für den Ländlichen Raum

Europäisches
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung ein-
zelwirtschaftlicher Betriebe
und kleinerer Betriebe in
den ländlichen Gebieten

