

# Statt Fleisch gibt's Soja, Tofu und Weizeneiweiß auf den Teller

25.07.2012 | 15:42 Uhr



Sabine Tomczak führt in Drörschede einen „Tante Emma-Laden“ für Veganer.

**Heimische Wirtschaft.** Immer mehr Menschen entschließen sich dazu, sich vegan zu ernähren. „Besonders ältere Menschen gehen diesen Schritt, um sich bewusster und gesünder zu ernähren“, so Sabine Tomczak (47), die selbst überzeugte Veganerin ist.

„Die gesundheitlichen Schäden durch Fleisch und tierische Fette wurden in vielen wirtschaftlichen Studien offengelegt“, so Tomczak. Und sie ergänzt: „Die Märchen der Fleisch- und Milchindustrie, wonach Fleisch, Milch und Milchprodukte gesunde und wertvolle Nahrungsmittel seien, werden von vielen ahnungslosen Verbrauchern widerspruchslos hingenommen“.

Tomczak hat nun Anfang des Jahres unter dem Titel „JaVeGo“ den ersten veganen „Tante Emma-Laden“ eröffnet, zu finden ist er An der Rausche 6 in Drörschede. Dort findet der Veganer Lebensmittel, die aus Soja, Tofu, Weizeneiweiß oder Lupinen hergestellt ist. Selbst Käse ist dort zu haben, der allerdings aus Pflanzenfett und Gewürzen hergestellt ist. „Vegan zu leben, bedeutet auf jegliche tierischen Produkte zu verzichten, nicht nur bei den Lebensmitteln, auch Leder, Seide, Daunenkissen oder Honig sind tabu“, so Tomczak. Die vegane Produktpalette sei aber inzwischen so vielfältig, dass man auf nichts verzichten muss, selbst Süßigkeiten oder Kuchen sind erhältlich.

Zunächst war es schwierig, Lieferanten für vegane Nahrungsmittel zu finden, das Netz der Hersteller wird aber von mal zu mal größer. Die Produkte kommen nicht nur aus Deutschland, sondern auch aus Großbritannien oder den USA.

Was führt Menschen noch dazu, auf eine vegane Lebensweise umzuschwenken? Sabine Tomczak: „Überwiegend Massentierhaltung, qualvolle Schlachtungen, die Nutztierhaltung als größter Verursacher von klimaschädlichen Gasen, die ‚Volkskrankheiten‘ wie Krebs, Herzinfarkt, Bluthochdruck, Diabetes und Übergewicht sowie die Zerstörung der Umwelt. Um ein Kilo Fleisch herzustellen, werden beispielsweise zwischen 10 und 20 Tonnen Wasser verbraucht“. Übrigens: „JaVeGo“ ist ein Wortspiel, das eine positive Einstellung zum veganen Leben übermitteln soll.

Hartmut Becker

**JaVeGo hat geöffnet: Dienstag, Donnerstag und Freitag jeweils von 15:00 - 19:00 Uhr**