

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 79 (2022)

Heft: 5

Rubrik: Konsum & Lebensstil

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Schon gewusst?

Bewusst durch den Alltag: Clever haushalten, Ressourcen sparen, Umwelt schonen und die Natur bewahren.



Einweg-Pfeffermühlen: unerwünschter Plastikabrieb

Sie scheinen praktisch, sind aber eine Umweltbelastung: Einweg-Gewürzmühlen. Bei ihnen besteht auch das Mahlwerk aus Plastik. Kunststoff verfügt als Werkstoff aber nicht über die ausreichende Schärfe und Härte, die nötig ist, um Pfefferkörner gleichmäßig zu zerkleinern. Zudem tritt bei Plastikmahlwerken viel schneller ein Verschleiss ein – und es reiben sich regelmässig Partikel des Mahlwerkes ab. Die landen dann in unserer Nahrung.

Alternative: eine Mühle mit Edelstahl-, Titan- oder Keramikmahlwerk. Pfefferkörner können aber auch im Mörser zerstossen werden. Ambitionierte Gourmetköche raten zu Mörsern aus natürlichem Granit. Steinmörser sind nicht ganz billig, rechtfertigen durch ihre Robustheit aber den höheren Preis. Granitmörser sind aufgrund ihres Gewichts sehr standfest und ermöglichen effizientes Arbeiten.



... Abfall pro Bewohner fallen jährlich in der Schweiz an, das sind 6,1 Millionen Tonnen Haushaltsabfälle. Damit gehören die Schweizer zu den grössten Abfallproduzenten Europas. Allein schon die vermeidbaren Lebensmittelabfälle («Food Waste») sind erheblich: bis zu 330 kg pro Person und Jahr!

Wie wär's mal unverpackt?

Holen Sie Ihre Vorratsdosen aus dem Schrank, bereiten Sie Stoffsäckli vor – und auf geht's zum Unverpackt-Laden. Immer mehr davon gibt es in der Schweiz, z.B. in Basel, Zürich, Luzern, Aarau, Olten, Schaffhausen und an vielen weiteren Orten. Das Sortiment in diesen Läden wächst beachtlich. So kann man nicht nur Nahrungsmittel wie Nudeln oder Reis unverpackt kaufen, sondern mittlerweile auch vieles für den Haushalt oder Hygieneprodukte.

Wo es Unverpackt-Läden in Ihrer Nähe gibt: www.minimalwaste.ch