



Zusatzblatt Kostengünstige Ernährung

1. Rezepte

● Rezeptdatenbank: Rezepte für beste Reste

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft, 2019, Bonn, online im WWW unter: <https://www.zugutfuerdietonne.de/> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Kalender-Rezepte des Gesundheitsfonds Steiermark

Gesundheitsfonds Steiermark, 2022, Graz, online im WWW unter: <https://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/rezepte-fuer-gesunde-ernaehrung/> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Wir essen um zu leben – Preiswert kochen um 30 € / Person / Monat

Rühl-Preitler, B., o.J., online im WWW unter: <https://grundnahrungsmittelpaket.com/rezepte/> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

2. Weitere Informationen

● Allgemeines zu Armut

AK Oberösterreich, 2022, online im WWW unter: https://ooe.arbeiterkammer.at/interessenvertretung/sozialesundgesundheit/soziales/Armut_in_Oesterreich.html [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Broschüre: Ausgewogen essen auch mit wenig Geld

Kammer für Arbeiter und Angestellte für Niederösterreich, 2016, St. Pölten, online im WWW unter: https://aknoe-ftp.arbeiterkammer.at/broschueren/ausgewogen_essen/files/assets/common/downloads/publication.pdf [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Kompass Ernährung - Genießen mit wenig Geld: Gut, gesund und günstig

Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV), 2009, Bonn, online im WWW unter: https://www.medizinische-ernaehrungsberatung.de/pdf/KE_gesund_g%C3%BCnstig.pdf [letzter Zugriff am: 25.02.2022]



● Saisonkalender „die Umweltberatung“

„die umweltberatung“ Wien, 2022, Wien, online im WWW unter: <https://www.umweltberatung.at/saisonkalender-obst-und-gemuese> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Steirischer Saisonkalender

Gesundheitsfonds Steiermark, 2022, online im WWW unter: <https://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/gesunde-ernaehrung/kampagne-sei-amol-qmiasiq/gmiasiqe-saisonkalender/> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Österreichischer Saisonkalender

Bundesministerium für Klimaschutz, Umwelt, Energie, Mobilität, Innovation und Technologie, online im WWW unter: <https://www.bewusstkaufen.at/saisonkalender/> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Artikel: Obst und Gemüse richtig lagern

Die Umweltberatung, 2021, Wien, online im WWW unter: https://www.umweltberatung.at/download/?id=Lagerung_Obst_Gemuese-1519-umweltberatung.pdf [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Broschüre: Clever preiswert kochen 2

VERBRAUCHE INITIATIVE e.V., 2014, Berlin, online im WWW unter: <http://verbraucher.org/media/file/98.5TH193Cleverkochen2.pdf> [letzter Zugriff am: 25.02.2022]

● Was kostet gesunde Ernährung? Eine Untersuchung der Fach- und Koordinationsstelle Ernährung des Gesundheitsfonds Steiermark in Kooperation mit der Arbeiterkammer Steiermark

Gesundheitsfonds Steiermark, 2016, Graz, online im WWW unter: https://www.gesundheitsfonds-steiermark.at/wp-content/uploads/2020/12/Was-kostet-gesunde-Ern%C3%A4hrung_Bericht.pdf [letzter Zugriff am: 25.02.2022]