



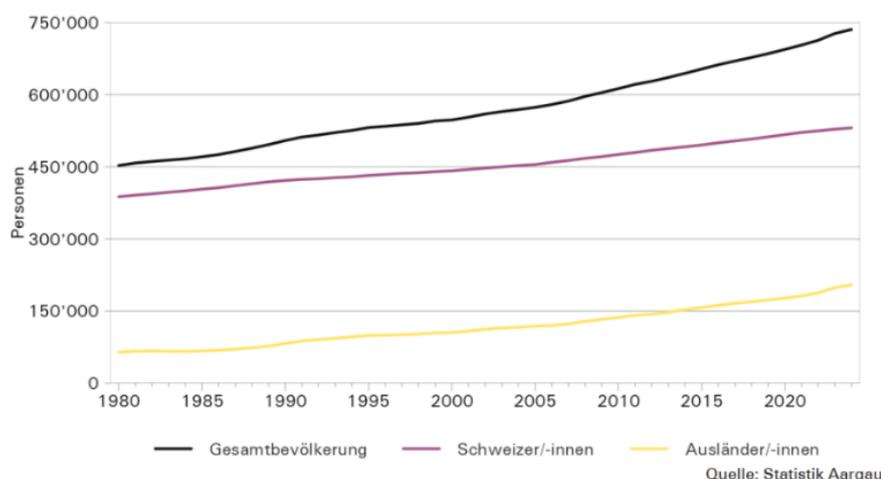
# Ernährung im Aargau - Faktenblatt

Mai 2025

## BEVÖLKERUNG UND HAUSHALTE

Der Kanton Aargau wies am 31. Dezember 2024 eine Bevölkerung von 735'540 Personen auf. Der Ausländeranteil beträgt etwa 28 %. Dies entspricht dem Schweizer Durchschnitt. Der Kanton Aargau ist ein beliebter Wohnkanton. Gemäss «Referenzszenario» wird die Bevölkerung des Kantons auch in Zukunft wachsen und 2050 rund 880'000 Personen betragen.

G1 Bevölkerungsentwicklung nach Nationalität, 1980 – 2024



Die Bevölkerung verteilt sich auf verschiedene Altersgruppen:

- 0-19 Jahre: 149'350 Personen
- 20-39 Jahre: 185'920 Personen
- 40-64 Jahre: 259'430 Personen
- 65+ Jahre: 140'840 Personen

Im Kanton Aargau gibt es rund 300'000 Haushalte. Die durchschnittliche Haushaltgröße beträgt 2,3 Personen.

Abbildung: Statistik Aargau

## WICHTIGE LANDWIRTSCHAFTLICHE ERZEUGNISSE

Mit knapp 3'000 Landwirtschaftsbetrieben gehört der Aargau zu den Top-5-Agrarkantonen der Schweiz. Rund 43 % der Kantonsfläche sind landwirtschaftlich genutzt, darunter 40'000 ha Fruchtfolgeflächen. Der Selbstversorgungsgrad des Kantons liegt bei etwa 53 % brutto und 46 % netto (Agrarbericht 2024, bezieht sich auf Gesamt-CH).

Der Kanton Aargau hat rund 0,15 Hektar Kulturland pro Einwohner. Dies umfasst Ackerland, Wiesen, Weiden, Obstplantagen und andere landwirtschaftlich genutzte Flächen. Die biologisch bewirtschaftete Fläche (kontrolliert gemäss Bio-Verordnung) macht 11,5 % der Gesamtfläche aus, was unter dem schweizerischen Durchschnitt von 18 % liegt.

Im Kanton Aargau gibt es eine Vielzahl wichtiger landwirtschaftlicher Erzeugnisse (für Details: [www.liebegg.ch](http://www.liebegg.ch) und [Landwirtschaft - Kanton Aargau](#)):

- Getreide: Über die Hälfte der offenen Ackerfläche wird mit Getreide bestellt, darunter Brotgetreide wie Weizen und Dinkel sowie Futtergetreide wie Gerste und Futterweizen.
- Hackfrüchte: Dazu gehören Silo- und Grünmais, Zuckerrüben und Kartoffeln. Der Aargau gehört zu den fünf Kantonen mit dem flächenmäßig größten Kartoffelanbau.
- Ölkulturen: Raps und Sonnenblumen sind ebenfalls bedeutende Kulturen im Aargau.
- Futterbau: Wiesen und Weiden für hochwertiges Futter sind wichtig für die Milch- und Fleischproduktion.
- Obst-, Gemüse- und Weinbau. Gemüse wird auf 2'500 ha angebaut. Flächenmässig sind vor allem der Zuckermais und verschiedene Lagergemüse von Bedeutung (Karotten, Zwiebeln). Rund 40 % der in der Schweiz angebauten Erbsen und Bohnen kommen aus dem Aargau, während es bei den Rüeblen nur 10 % sind.
- Tierhaltung mit Milch- und Fleischprodukten sowie Eiern

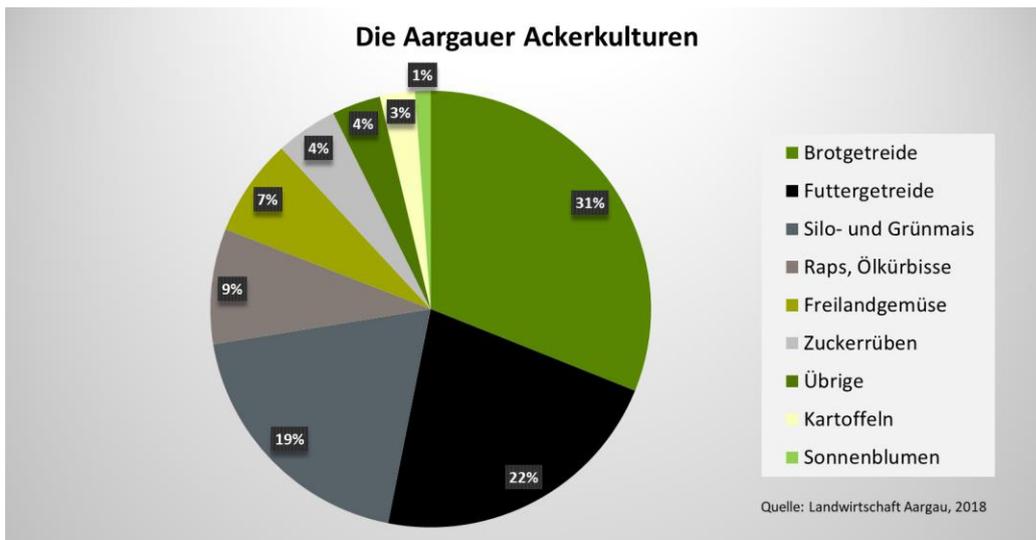
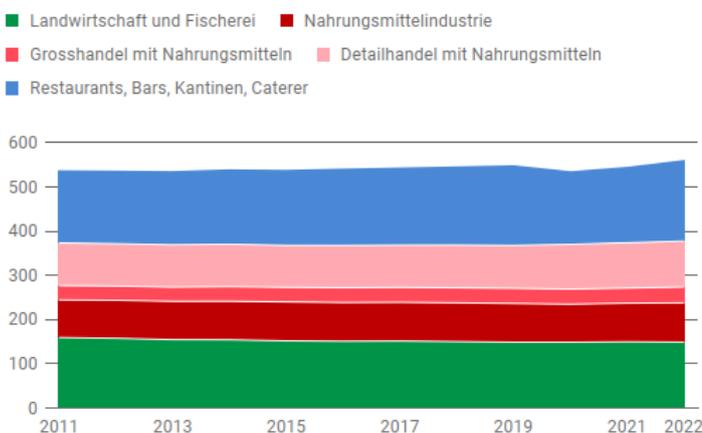


Abbildung:  
Landwirtschaft  
Aargau

## LEBENSMITTELSEKTOR ALS ARBEITGEBER

### Beschäftigte: 10% haben mit Lebensmitteln zu tun, 2022

In tausend Beschäftigten



Datenstand: 26.08.2024  
Quelle: BFS – Unternehmensstatistik (STATENT)

gr-d-07.06.03.01.02  
© BFS 2024

Im Aargau, wie in der gesamten Schweiz, haben rund 10 % der Beschäftigten mit Lebensmitteln zu tun. Rund 9'300 Personen waren 2022 auf Landwirtschaftsbetrieben beschäftigt.

Rund 7'000 Menschen arbeiten in 345 Verarbeitungs- und Getränkebetrieben (z. B. Frigemo, Zweifel, Feldschlösschen, Ditzler, Migros-Betriebe, Coop-Betriebe, Emmi).

Rund 8'700 Beschäftigte arbeiten im Aargau in 1'470 Gastronomiebetrieben.

Abbildung: Taschenstatistik Landwirtschaft und Ernährung Schweiz 2024

## KONSUM

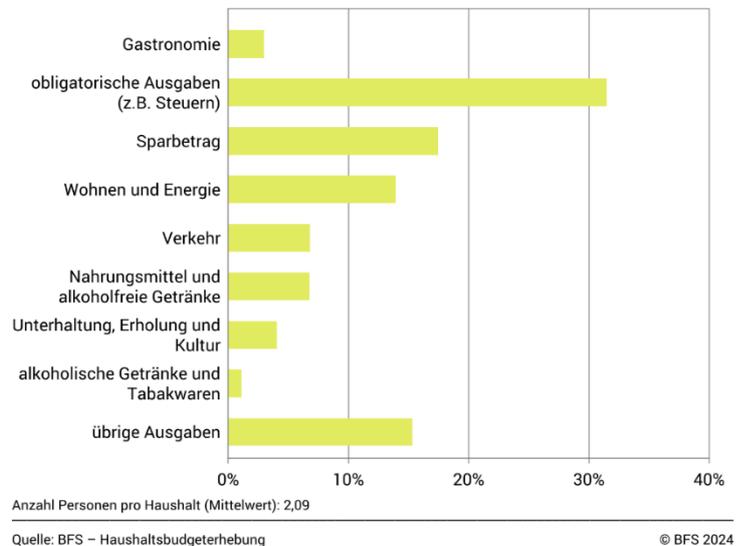
Die Konsumausgaben der Haushalte für Nahrungsmittel betragen 2021 im Schnitt 6,8% und für Gastronomie 3%, zusammen also weniger als 10%.

Vor 60 Jahren lag dieser Anteil noch bei 40% und war damit viermal so hoch (BFS 2024).

Dennoch ist für 43,6% der Aargauerinnen und Aargauer der Preis für gesundes Essen ein wichtiger Hinderungsfaktor, um sich gesund zu ernähren ([DGS-Website](#)).

Abbildung: BFS – Haushaltsbudgeterhebung

**Konsumausgaben der Haushalte für Nahrungsmittel, 2021**  
Anteile am Bruttohaushaltseinkommen (in %)



Gut die Hälfte der Mahlzeiten wird in der Schweiz ausser Haus gegessen. Ein Anteil, der in den letzten Jahren stetig gestiegen ist. Umso wichtiger ist es, auch unterwegs auf eine gesunde und nachhaltige Ernährung zu achten und dass Betriebskantinen und Restaurants eine solche anbieten.

Mit dem Gütesiegel «Aargau isch fein», das auf regionale Zutaten setzt, sind derzeit 37 Gastronomiebetriebe zertifiziert. Andere Label wie Bio Cuisine oder Gout Mieux sind im Aargau wenig vertreten. Viele Betriebe setzen aber auf saisonale und regionale Küche, ohne dies mit einem Label auszuloben.

## ERNÄHRUNGSFORMEN

Die «Allesesser» (Omnivoren) in der Bevölkerung machen derzeit rund 70% aus. Der Anteil der Flexitarier, die bewusst den Konsum von tierischen Produkten reduzieren, sie aber gerne ab und zu geniessen, ist seit 2016 auf 25% gestiegen. Rund 5% der Erwachsenen in der Schweiz essen vegetarisch oder vegan, bei der Gruppe der 14-34 Jährigen sind es 10%.

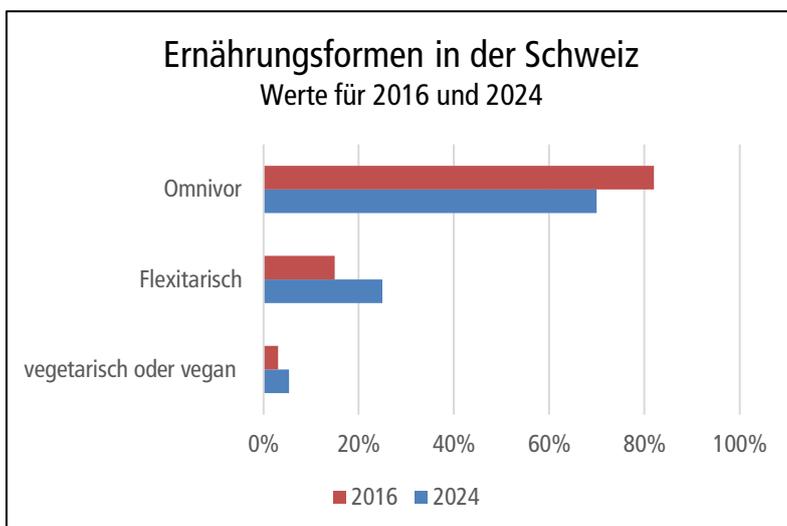


Abbildung: Zahlen basieren auf Swissveg-Reports. Die Zahl für flexitarisch 2016 ist geschätzt, das wurde damals noch nicht unterschieden (2020 waren es 19% Flexitarier)

## DIREKTVERMARKTUNG: PRODUKTE UND ANGEBOTE DIREKT VOM HOF

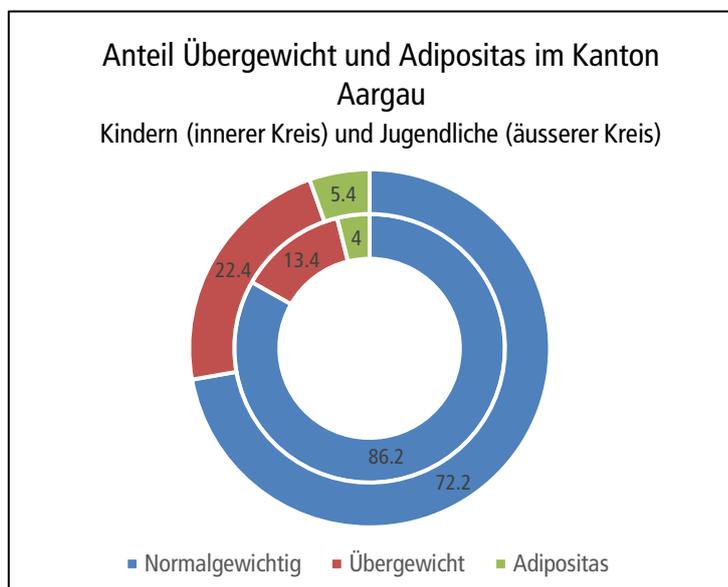
Immer mehr Landwirtschaftsbetriebe verkaufen einen Teil ihrer Produkte direkt an die Konsumentinnen und Konsumenten. Rund 300 Betriebe im Aargau nutzen diese Vermarktungsform.

- Hofläden und Märkte: Viele Bauernhöfe im Aargau betreiben eigene Hofläden, in denen sie frische Produkte wie Gemüse, Obst, Milchprodukte, Fleisch und Eier direkt verkaufen. Zudem gibt es viele Wochenmärkte mit einem grossen Angebot an regionalen Produkten.
- Selbstpflückfelder während der Saison: für Gemüse, Beeren oder Blumen.
- Online-Verkauf: auf eigenen Websites der Betriebe oder über Verkaufs- oder Vernetzungsplattformen können die Kundinnen und Kunden regionale Produkte bequem von zu Hause aus bestellen oder finden Betriebe mit Direktvermarktung, Lieferangeboten und weitere Dienstleistungen in ihrer Region. Hier einige Beispiele: [www.landwirtschaft.ag](http://www.landwirtschaft.ag), [www.vomhof.ch](http://www.vomhof.ch), [www.biomondo.ch](http://www.biomondo.ch), [www.saisonbox.ch](http://www.saisonbox.ch), [www.hoflaedeli.ch](http://www.hoflaedeli.ch), [www.myfarm.ch](http://www.myfarm.ch)

## ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Aspekt eines gesunden Lebensstils und kann nachweislich das Risiko für verschiedene Krankheiten vermindern. Die Aargauer Bevölkerung ernährt sich heute gesundheitsbewusster und bewegt sich mehr als noch vor einigen Jahren. Dennoch ist der Anteil von Adipositas-Betroffenen (BMI $\geq$ 30) im Kanton Aargau von 1992 bis 2022 stetig von 8,5 auf 14,2 % gestiegen (BFS 2024, DGS-Website). Auch Kinder und Jugendliche sind vermehrt übergewichtig (s. Diagramm). Ältere Personen zwischen 65 und 84 Jahren weisen zu 22 % Anzeichen von Mangelernährung auf (Protein, Eisen, Vitamin D, Untergewicht) (Gesundheitsbefragung BFS 2022).

Abbildung: basierend auf Werten der Gesundheitsbefragung BFS 2022



## NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

Zusammengerechnet macht die Umweltbelastung durch die Ernährung vom Feld bis zum Teller rund 25 % der Gesamtumweltbelastung in der Schweiz aus (BAFU 2022, Basis Ökobilanzierung). Mit einer gesunden, regionalen und saisonalen Ernährung nach den untenstehenden Grundsätzen können alle Konsumierenden zur Verringerung der Umweltbelastung beitragen.

### Eine nachhaltige und gesunde Ernährung im Aargau umfasst folgende Grundsätze

- ✓ Lebensmittel aus der Region und nach der Saison bevorzugen -Vielseitigkeit geniessen
- ✓ Abwechslungsreich gemäss der Lebensmittelpyramide – Alle Nährstoffe auf sicher
- ✓ Mit frischen und unverarbeiteten Lebensmitteln kochen – mehr Geschmack und gute Inhaltsstoffe
- ✓ Nur soviel wie nötig einkaufen, Lebensmittel richtig lagern – Foodwaste vermeiden
- ✓ Freude und Genuss am Essen - Esskultur und Gemeinschaft pflegen
- ✓ Milchprodukte, Fleisch und Eier bewusst geniessen
  - Regionale tierische Produkte bevorzugen
  - Tierische Produkte wertschätzen, möglichst alles vom Tier verwerten
  - Tierische und pflanzliche Lebensmittel ergänzen sich

## Foodwaste



der Lebensmittel landen in der Schweiz im Abfalleimer.

Gemäss einer Studie der ETH-Zürich zur Lebensmittelverschwendung der Schweiz geht in der Schweiz rund ein Drittel aller essbaren Anteile von Lebensmitteln zwischen Acker und Teller verloren oder wird verschwendet. Das entspricht, über die gesamte Wertschöpfungskette, rund 330 Kilogramm Foodwaste pro Person und Jahr. Viel Foodwaste entsteht in den privaten Haushalten – schätzungsweise 90 Kilogramm pro Person und Jahr.

Tipps zur [Foodwaste-Vermeidung](#) unter Liebegg- Fachwissen

Abbildung: [werkzeugkastenumwelt.ch/meine-wahl-bei-der-ernaehrung/](http://werkzeugkastenumwelt.ch/meine-wahl-bei-der-ernaehrung/)

## AARGAUER KÜCHE

Die Aargauer Küche beinhaltet [Spezialitäten](#) und Traditionelles wie Aargauer Sonntagswurst, Fricktaler Schinkenpastete, Zofinger Kinderfestweggen oder Schnitz und Drunder. Ein Teil davon ist auch vom Verein [Kulinarisches Erbe](#) festgehalten worden. Neue Rezeptkreationen wie Küttiger Rüebl-Lasagne, Randen-Burger und Gerichte aus anderen Kulturkreisen gesellen sich dazu.

Wussten Sie, dass im Wasserschloss Reis wächst und in Sins Wasserbüffel gehalten werden? Und dass die Spanisch Brötlibahn gleichnamige Leckereien von Baden nach Zürich transportierte? Süsses ist auch im Aargau Trumpf: ob Lenzburger Landfrauenkuchen, Rüebltorte, Bachfisch, Badener Stein oder Brändli Bombe. Zum Genuss dient auch der Aargauer Wein und verschiedene hier gebraute Biersorten. Nicht zuletzt ist auch das einwandfreie Hahnenwasser und einheimisches Mineralwasser zu erwähnen.

## VERANSTALTUNGEN UND AKTIVITÄTEN RUND UM LEBENSMITTEL

Die Aargauerinnen und Aargauer essen und festern gerne, dies spiegelt sich in verschiedenen Veranstaltungen rund ums Thema Essen wider: Zum Beispiel Biomarché Zofingen, Rüeblimarkt Aarau, Winzerfest Döttingen, Mühlentag, Street-Food-Festivals und viele regionale Märkte. Zudem kann man in der [Genussregion Seetal](#) oder im [Jurapark](#) auf den Spuren von Lebensmittelproduktion und Genuss wandern oder velofahren.

## ANGEBOTE UND AKTIVITÄTEN FÜR EINE AUSGEWOGENE UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG DES KANTONS

### DER RAHMEN: STRATEGIE UND ZIELE



Der Kanton Aargau hat sich [Nachhaltigkeits- und Klimaziele](#) gesetzt und trägt gemeinsam mit dem Bund zur Umsetzung der Agenda 2030



bei. Eine nachhaltige Landwirtschaft und Ernährung trägt zu den SDGs 2, 3 und 12 der Agenda 2030 bei.

Die [Strategie Landwirtschaft Aargau 2030](#) zielt darauf ab, eine innovative und nachhaltige Landwirtschaft zu fördern und gesunde Lebensmittel im Kanton Aargau zu produzieren. Sie umfasst als Zentrum eine nachhaltige Produktion und Ernährung, und berücksichtigt integral die Förderung von Wissen und Bildung, Innovation, Klima- und Umweltschutz, sowie eine nachhaltige Boden- und Raumnutzung.

Abbildung: Strategie Landwirtschaft Aargau 2030

## AKTIVITÄTEN DES KANTONS AARGAU

Im Kanton Aargau sind drei Departemente aktiv in der Förderung der nachhaltigen und gesunden Ernährung sowie zahlreiche private Dienstleister, Forschungsinstitutionen, Vereine und Firmen.

Das Landwirtschaftliche Zentrum Liebegg, Bereich Hauswirtschaft und Ernährung, leitet Projekte und bietet Weiterbildungen im Fachbereich Ernährung an. Dies auch im Auftrag von anderen Stellen.

Die Gesundheitsförderungsprogramme des Departementes für Gesundheit (DGS) fördern eine ausgewogene Ernährung und gesundheitswirksame Bewegung von klein auf bis ins hohe Alter. Sie setzen sich für einen umfassenden Blick auf das Zusammenspiel zwischen Ernährung und Gesundheit ein und berücksichtigen bei ihren Angeboten und Projekten auch psychische und soziale Aspekte.

Das Amt für Umwelt, Fachstelle Nachhaltigkeit, fördert im Rahmen der Beschaffungsleitlinien, Projekten und Anlässen die nachhaltige Ernährung. So wurde zum Beispiel ein [Citizen Science-Projekt zu Foodwaste](#) durchgeführt und ein Leitfaden dazu erstellt.

	<p><b>Förderung der Gesundheitskompetenz</b> von Eltern und Multiplikatoren, z.B. Info-Flyer zu Zucker, gesundem Znüni, Portionengrößen, Infos an Gemeinden, Weiterbildungen für Kindertagesstätten, Vernetzungs- und Informationsanlässe.</p>
	<p>Der Kanton Aargau fördert die gesunde Ernährung in Kindertagesstätten, Mittagstischen und Senioren-Mahlzeitendiensten mittels dem Label <b>«Fourchette Verte»</b>. Derzeit sind rund 50 Betriebe zertifiziert. Das Label beinhaltet eine ausgewogene Ernährung, Verwendung von möglichst saisonalen und frischen Produkten und die Förderung der Esskultur.</p>
	<p><b>Gesunde Ernährung 60+:</b> Die Liebegg bietet im Auftrag des DGS <a href="#">Referate und Kurse</a> zum Thema ausgewogene Ernährung im Alter an. An Seniorenmittagstischen und -Nachmittagen können sich ältere Menschen über die geeignete Ernährung im Alter informieren. Zudem werden Infostände an Anlässen und Kurse durchgeführt.</p>
	<p>Für die Förderung der nachhaltigen und gesunden Ernährung bietet die Liebegg <a href="#">Workshops und Kurse</a> in Gemeinden, für Lehrkräfte und Vereine an. Interessierte Personen können sich an öffentlichen Anlässen zum Thema informieren und mit Fachleuten austauschen.</p> <p>In einem Citizen Science Projekt zur nachhaltigen Ernährung erkunden Teilnehmende: <a href="#">Woher kommt mein Essen?</a></p> <p>An der Liebegg finden zudem regelmässig <a href="#">Koch-, Back- und Konservierungskurse</a> statt</p>

## ANGEBOT LIEBEGG IM BEREICH HAUSWIRTSCHAFT, ERNÄHRUNG UND GARTEN

Die Liebegg bietet folgende Bildungsgänge für Erwachsene an (Detailinformationen auf der Website unter [Bildung](#))

- Bäuerin/ Bäuerlicher Haushaltleiter FA/HFP
- Fachleute Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ, Nachholbildung für Erwachsene.

Die Fachplattform Hauswirtschaft hat verschiedene Kompetenzbereiche und ist aktiv in Weiterbildung, [Beratung](#) und Projekten:

- Nachhaltige und ausgewogene Ernährung, Küchenpraxis (Kochen und Backen, Produkteverarbeitung)
- Direktvermarktung
- Garten
- Familie und Betrieb
- Hauswirtschaft/Haushalttechnik