Warum genau sind MRE's so teuer? Lohnt sich der Preis?

Hast du dich jemals gefragt, warum MREs (Meal, Ready-to-Eat) so teuer sind?

Sie sind zwar bequem und nahrhaft, aber der Preis kann abschreckend sein.

Das Problem ist, dass viele von uns sich fragen, ob der Kauf von MREs wirklich lohnt.

Die Sorge, dass man für den hohen Preis möglicherweise keine ausreichende Menge an Nahrung bekommt, beunruhigt viele von uns.

Aber keine Sorge, es gibt eine Lösung für dieses Problem. In diesem Artikel werden wir uns genauer anschauen, warum MREs so teuer sind und ob sich der Kauf tatsächlich lohnt.

Was sind MREs?

MRE steht für "Meal, Ready-to-Eat" und bezieht sich auf verzehrfertige Mahlzeiten, die entwickelt wurden, um Soldaten und andere Personen mit Nahrung zu versorgen, die unterwegs oder in abgelegenen Gebieten sind, wo eine konventionelle Küchenausrüstung nicht verfügbar ist.

MRE's sind in der Regel lange haltbar und können ohne weitere Zubereitung oder Kochen verzehrt werden. Sie enthalten in der Regel eine Hauptmahlzeit, Snacks, Süßigkeiten, Kaffeepulver, Tee, Milchpulver und andere Gegenstände, die für das Überleben notwendig sind. MRE's werden oft von Militär, Outdoor-Enthusiasten und in Notfall-Situationen verwendet.

MREs: Lohnt sich der hohe Preis?

Wenn du dich bereits ein wenig in der Prepper-Community und auf meinem Blog umgeschaut hast, wirst du wahrscheinlich schon häufig gehört haben, dass MREs das absolute Nonplusultra sind, wenn es um über lange Zeit haltbare Lebensmittel geht.

Auch in der Bundeswehr finden diese praktischen Einmannpackungen (EPa) Anwendung, mal mehr und mal weniger beliebt.

Du kannst dir vermutlich vorstellen, wieso MREs für Prepper so beliebt sind, oder? Sie sind **verlässlich**, lassen sich **lange lagern**, beinhalten **genügend Kalorien**, um durch den Tag zu kommen und schmecken dabei gut (Ausnahmen bestätigen die Regel).

MRE steht für Meal, Ready-to-Eat und bezieht sich auf verzehrfertige Mahlzeiten, die entwickelt wurden, um Soldaten und andere Personen mit Nahrung zu versorgen, die unterwegs oder in abgelegenen Gebieten sind, wo eine konventionelle Küchenausrüstung nicht verfügbar ist.

Dennoch gibt es einen relativ großen Minuspunkt – und zwar die **enorm hohen Kosten der MREs**.

Zwar sind sie nicht dermaßen überteuert, dass sie sich wirklich niemand leisten kann, doch zahlt man für MREs einen deutlich höheren Preis, als man ihn für lange haltbare Lebensmittel durchschnittlich zahlen würde.

Für Einmannpackungen der Bundeswehr bezahlt man nicht selten zwischen 15 € und 50 €. In manchen Fällen, etwa bei größeren Paketen, können bis zu 150 € und mehr anfallen.

Wenn du dich für diesen Artikel entschieden hast, dann willst du wohl nun endgültig Klarheit darüber erlangen, woher diese hohen Preise kommen.

Kurz und knapp, warum MREs so teuer sind?

Die Verpackung und Verarbeitung machen einen nicht unerheblichen Teil der hohen Kosten aus. Schließlich muss das Lebensmittel eine ganze Weile halten, wenn es seinem Namen gerecht werden will.

Lass uns aber nun tiefer einsteigen.

Sind die Preise für MREs wirklich so hoch, wie es scheint?

Nun, um dir eine klare Antwort zu geben: Ja, primär für Überlebenskünstler sind die Preise von MREs vergleichsweise hoch.

Bedenke, dass die enthaltenen Kalorien für Menschen in einer Krise eine sehr große Rolle spielen und man dementsprechend die Kosten per Kalorien berechnet.

Um es vereinfacht auszudrücken: 3000 Kalorien findet man deutlich günstiger als in einer MRE-Packung.

Diese Rechnung lässt MREs dementsprechend leider nicht allzu kosteneffizient erscheinen. Als Prepper sind wir darauf angewiesen, eine möglichst große Menge an Kalorien und Nährstoffen kostengünstig erwerben zu können, sodass wir und unsere Familien über eine längere Zeit davon profitieren können. Langfristige Versorgung ist das Stichwort.

Gleich vorweg: Wenn du sehr sparsam preppen möchtest, dann solltest du MREs vorerst aus deinem Repertoire streichen, denn es lohnt sich für dich einfach nicht.

Möchtest du wissen, wie du am besten mit kleinem Budget preppen kannst, dann kann ich dir diesen Artikel empfehlen: Mit kleinem Budget preppen? Hast du alle Vorbereitungen getroffen?

Mit kleinem Budget preppen ist möglich, MREs sind aber dafür her nicht nützlich.

Der Nutzen-Blickwinkel von MREs

Neben den hohen Kosten sollten wir allerdings auch den Nutzen von MREs betrachten, denn aus irgendeinem Grund müssen sie ja so beliebt in der Prepping- und Abenteuer-Community sein, richtig?

MREs nur in Bezug auf deren Kosten zu betrachten, würde ihnen außerdem nicht gerecht werden. Was also macht die beliebten Einmannpackungen so hochwertig?

Als Prepper sind wir, wie bereits betont, auf lange haltbare Lebensmittel angewiesen, die wir über längere Zeiträume lagern und dennoch verwenden können, wenn wir sie benötigen.

Des Weiteren sollten unsere Vorräte verschiedenste Wetterbedingungen und Temperaturen überstehen.

Hier liegt eine große Stärke von MREs, sie sind **unfassbar lange haltbar** und dazu noch **enorm widerstandsfähig**.

Durch die robuste und dichte Verpackung halten sie auch gröberen Umgang und extreme Wettersituationen aus. Da, wo andere Lebensmittel schon lange verderben oder kaputtgehen würden, erfüllen MREs nach wie vor ihren Zweck.

MREs eignen sich somit einerseits für die langfristige Lagerung und andererseits für den stetigen Transport. Befindest du dich ständig in Bewegung und musst du deine Nahrung zu Fuß oder im Auto durch die Gegend transportieren, müssen die Lebensmittel natürlich ein wenig etwas aushalten können, ohne dabei unbrauchbar zu werden.

Auch wenn empfindlichere Teile der Einmannpackung, etwa die Panzerkekse der Bundeswehr, einmal zu Bruch gehen, kannst du sie nach wie vor unbesorgt verzehren.

MREs sind also:

- langlebig
- widerstandsfähig
- sehr einfach zu handhaben und
- zuzubereiten

Der daraus entstehende Nutzen ist also enorm!

Der logistische Blickwinkel von MREs

Neben ihrer langen Haltbarkeit gibt es noch weitere Vorteile, welche MREs so beliebt in der Prepping-Community machen.

Sie lassen sich unglaublich **leicht transportieren und zubereiten**. Bei einem geringen Platzverbrauch erhältst du eine vollständige, hochkalorische Mahlzeit, die dich über den ganzen Tag satt machen kann – und dies nur mithilfe von ein wenig Wasser und dem MRE-Pulver.

Die Kosten sind zwar hoch, doch enthält die klassische Einmannpackung nicht nur eine Mahlzeit, sondern auch eine einfache Möglichkeit zur Zubereitung bzw. Erhitzung deiner Nahrung.

Mit dieser praktischen Ergänzung kannst du deine Nahrung **mit ein wenig Wasser erwärmen**, sodass sie noch besser schmeckt. Warmes Essen lohnt sich besonders in kälteren Gefilden, um weniger zu frieren.

Notrationen in einer Holzkiste für die Armee

Du zahlst das viele Geld also nicht nur für die Nahrung, sondern auch für das ganze Drumherum, mit dessen Hilfe du dein Essen zubereitest, und alles in einer praktischen, stabilen und transportablen Verpackung.

Außer Besteck, womöglich einer Serviette und individuellen Gewürzen, die du vielleicht bevorzugst, wirst du nichts anderes bei dir tragen müssen.

Transportierst du deine Nahrung mit dem Auto, bist du mit MREs sogar noch besser dran. Eine vergleichsweise große Zahl an Einmannpackungen und dementsprechend vielen Kalorien passen auch in einen relativ kleinen Kofferraum.

Besonders für mobile Unternehmungen, wie die Fahrt zur Bug Out Location, eignen sich die langlebigen Nahrungsalternativen also besonders.

Die Kosten-Nutzen-Analyse von MREs

An folgender Tatsache führt kein Weg vorbei: Einmannpackungen oder MREs **sind definitiv teuer**, insbesondere in Bezug auf die **Kosten per Kalorien**.

Sollen sie ein Teil deines Repertoires werden, dann wirst du nicht darum herumkommen, die vergleichsweise hohen Preise in Kauf zu nehmen. Ob du das möchtest, liegt ganz an deinen persönlichen Präferenzen und deiner finanziellen Situation.

Falls du dazu bereit bist, ein wenig mehr Geld in die Hand zu nehmen, um Langlebigkeit, Widerstandskraft und eine praktische Handhabung zu gewährleisten, ohne auf Dosen- oder Trockenlebensmittel angewiesen zu sein, dann sind MREs für dich definitiv eine gute Wahl – schnell, unkompliziert und praktisch.

Auch dann, wenn du dir bereits jetzt im Klaren darüber bist, dass du im Fall der Fälle schnell die Flucht

ergreifen oder viel in Bewegung sein wirst, lohnt sich der Kauf von MREs.

Möchtest du dich allerdings lieber lange an einem Standort, optimalerweise deinen eigenen vier Wänden, aufhalten, dann empfehle ich dir, lieber nicht auf Einmannpackungen als Hauptnahrungsquelle zu setzen.

Dosen- und Trockennahrung sowie gefrorene und klassisch lange haltbare Lebensmittel sind hier ganz einfach lohnenswerter und günstiger.

Du kannst dich natürlich auch für eine Mischform entscheiden, um tatsächlich für alle Eventualitäten gerüstet zu sein. Auch da spricht nichts dagegen!

Bedenke aber dein Budget – kaufe nur das, was du dir auch leisten kannst und investiere dein Geld so sinnvoll wie möglich! Eine ganze Sammlung an MREs hilft dir nichts, wenn alle anderen Vorräte quasi nicht vorhanden sind!

Lies auch

Extrem haltbare Nahrungsmittel zum Überleben (10+ Jahre haltbar) – Beim Prepping musst du vorsorgen: Besorge dir diese ewig haltbaren Nahrungsmittel. Damit bereitest du dich vernünftig für eine Krisensituation vor.

Empfehlungen zu MREs

Ich habe dir drei MREs herausgesucht und für dich getestet.

Tactical Foodpack

Mein absoluter Favorit ist Tactical Foodpack. Kurz und bündig: Das Essen ist lecker und kalorienreich. Alles ist einfach zuzubereiten.

Hier kannst du auch über Amazon bestellen:

Tactical Foodpack 3x Meal Ration GOLF

4,5 (17)

Daten aktualisiert vor 1390 Stunden

Tactical Foodpack Golf Daily Ration - Freeze Dried Meals I Ready to Eat I MRE I Survival I Outdoor Food I Trekking Food I Expedition I Office

kein Preis ermittelbar (B08TSV9R1N)

Artikel anschauen

Dieses Paket besteht aus einer Auswahl an leckeren und nahrhaften Mahlzeiten, die den kompletten Energiebedarf eines Tages für eine Person decken. Enthalten sind leckere Sachen wie Kartoffelbrei und Speck, Haferflocken & Äpfel, Buchweizen & Truthahn, sowie Snacks und sogar ein Reinigungstuch und Dusche für die Hygiene unter erschwerten Bedingungen.

Alles natürlich und ohne Konservierungs- und Zusatzstoffe. Zubereitung ist kinderleicht, füge einfach

300 ml Wasser hinzu und in 10 Minuten ist dein Essen bereit.

EPa Typ III Bundeswehr Standard - Tortellini Milano

4,3 (612)

Daten aktualisiert vor 1383 Stunden

Feddeck Bundeswehr EPa Typ III - Tortellini Milano

- Enthält originale Bundeswehr- sowie artgleiche Artikel für eine klassische Tagesration.
- Kompakte Zusammenstellung als praktische Verpflegung für Einsätze, Outdoor-Aktivitäten und Notsituationen.
- Mit Hauptgericht, Brot, Aufstrich, Snacks und weiterem funktionalem Zubehör.
- Schmale Faltschachtel für eine platzsparende Lagerung und einen einfachen Transport.
- Rund 2 Jahre haltbar und für den zeitnahen Verzehr vorgesehen – nicht als langfristiger Notvorrat konzipiert.

26,18 €

Artikel anschauen

Die EPa's sind aus originalen Bundeswehr-Artikeln zusammengestellt und pro Person für einen Tag ausgelegt. Mit einem durchschnittlichen Nährwert von 3.000 Kcal bist du bestens versorgt und das bei geringem Gewicht und sofortiger Verzehrbarkeit.

Perfekt also für Outdoor- und Trekking-Aktivitäten oder auch als Notfallvorrat im Katastrophenfall. Allerdings musst du dir alles selbst erwärmen, da kein flammenloser Erhitzer dabei ist.

Es ist eine nette Replika des Bundeswehr EPa und eignet sich gut als universale Outdoor-Mahlzeit. Das Paket kam schnell an und war genau wie erwartet.

US Meals

4,2 (18)

Daten aktualisiert vor 1383 Stunden

MRE US Meal Ready to Eat, Army Ration EPA, Verschiedene Menüs (Beef Shredded, IN Barbecue Sauce)

kein Preis ermittelbar (B01KZJGY8C)

Artikel anschauen

Wenn du auf der Suche nach einer leckeren und praktischen Mahlzeit für unterwegs bist, dann solltest du unbedingt diese MREs ausprobieren.

Diese Rationen werden von der United States Army verwendet und sind seit vielen Jahren bewährt in Krisensituationen und speziellen Missionen auf der ganzen Welt. Sie sind ideal für Notfälle, Camping,

Wandern, Jagen, Mountainbiken oder andere Outdoor Aktivitäten und ein Muss für deine Survival-Ausrüstung oder den Notfallrucksack.

Ich habe letztens das "Shredded beef" probiert und ich muss sagen, es schmeckt wirklich super lecker. Warm schmeckt es noch mal besser. Innerhalb weniger Minuten hast du ein heißes, mit vielen Nährstoffen und Kalorien, gut schmeckendes Essen zubereitet.

Fazit: Ja, MREs sind teuer, doch hat der Preis seine Berechtigung

Um zum abschließenden Fazit zu kommen – natürlich sind MREs teuer, für so manchen Geldbeutel wahrscheinlich zu teuer, doch irgendwo hat der hohe Preis dennoch seine Berechtigung.

Bedenke, dass du nicht nur das Essen bezahlst, sondern auch die widerstandsfähige Verpackung und die zuverlässige Konservierung, durch welche die Einmannpackung so lange haltbar ist.

Ob sich der hohe Preis allerdings für dich lohnt, musst du mithilfe einer Kosten-Nutzen-Analyse überprüfen. Am Ende des Tages entscheidest du, auf welche Eventualitäten du vorbereitet sein willst bzw. musst und welche Pläne du verfolgst.

Du weißt – was im Prepping besonders zählt, ist die eigene Kreativität – für welchen Weg auch immer man sich entscheiden möge.

Ich hoffe, dass ich dir mit diesem Artikel ein wenig weiterhelfen konnte und dass du wiederum daraus einen Mehrwert generieren konntest.

Dann los jetzt – starte mit deiner eigenen Kosten-Nutzen-Analyse und überlege, ob MREs eine lohnenswerte Investition für dich darstellen, oder du dich lieber auf konventionelle, langlebige Lebensmittel verlässt!

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt

Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine 35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks, um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner “Über mich”-Seite.

Besuche ihn auf seiner Website https://survival-kompass.de