

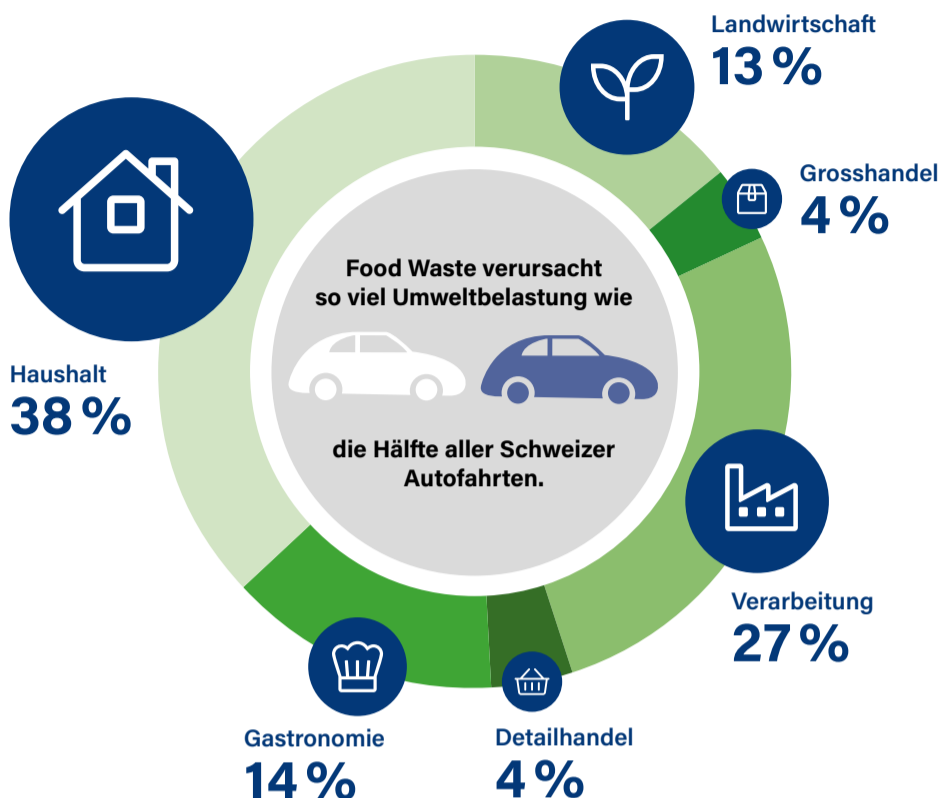
Umwelttipps

Weniger Food Waste

Haben Sie das gewusst?

Im Durchschnitt wirft jeder Haushalt 20 Prozent der eingekauften Lebensmittel weg. Pro Person sind das 90 Kilogramm im Jahr – Lebensmittel im Wert von 620 Franken, die wir zwar gekauft, aber nicht gegessen haben.

Hier werden jene Lebensmittel verschwendet, welche die Umwelt am meisten belasten:



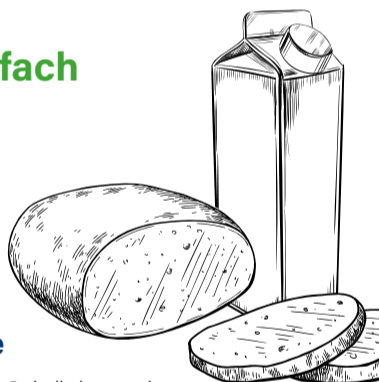
Vermeidbare Lebensmittelverluste haben weitreichende und unnötige Folgen für die Umwelt.

Der Landverbrauch für den Anbau aller Lebensmittel, die weggeworfen werden, ist grösser als die Hälfte der landwirtschaftlich genutzten Fläche der Schweiz. Wenn wir nur so viel produzieren würden, wie wir für unsere Ernährung brauchen, könnten wir unseren ökologischen Fussabdruck in diesem Bereich um 25 Prozent verkleinern.

Weniger Food Waste geht ganz einfach

Der Check vor dem Einkauf

Überprüfen Sie: Was ist noch da? Was müssen Sie bald essen, weil es demnächst abläuft oder nicht mehr frisch ist? Welche Menüs können Sie mit Ihren Vorräten zubereiten?



Behalten Sie den Überblick über ihre Vorräte

Stellen Sie neu eingekaufte Lebensmittel in den hinteren Teil der Schränke, und schieben Sie ältere Produkte nach vorne. Füllen Sie angebrochene Packungen in luftdichte und durchsichtige Behälter aus Glas oder Kunststoff um, und beschriften Sie diese.



Seien Sie schneller als der Verfall

Viele Lebensmittel und auch Reste können Sie tiefkühlen. Die meisten Gemüse und Früchte lassen sich einkochen. Durch Vakuumieren wird die Haltbarkeit verdrei- bis verfünffacht. Nach Ablauf der Mindesthaltbarkeit sind Lebensmittel meist noch lange zu geniessen – vertrauen Sie Ihren Sinnen.

So haben auch krumme Rüebli eine Chance

Narbiges oder originell geformtes Obst und Gemüse ist geschmacklich und qualitativ einwandfrei. Kaufen Sie solches auch mit kleinen Schönheitsfehlern. Noch besser: Kaufen Sie direkt beim Bauern ein, oder abonnieren Sie eine Gemüsebox. Als Möglichkeit bieten sich in unserer Stadt die Hofläden der Opfiker Bauernfamilien an. www.vomhof.ch



Weitere wertvolle Tipps auf www.savefood.ch

Ein bisschen Mut rettet Lebensmittel

Nutzen Sie «Too good to go», und helfen Sie, leckeres, übrig gebliebenes Essen zu retten. www.toogoodtogo.ch Restaurants packen ihren Gästen die Reste auf Anfrage gerne ein; diese mitzunehmen – am besten im eigenen Behälter –, ist ein Lob an die Küche. Kennen Sie den öffentlichen Kühlschrank der «Pischt» bei der Hauptsammelstelle Im Rohr? Noch brauchbare Lebensmittel können Sie so weitergeben. www.madame-frigo.ch



Quellen: www.foodwaste.ch, www.savefood.ch



STADT OPFIKON



Energiestadt Opfikon
lebt und bewegt