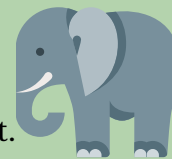


FOOD WASTE & WIE MAN ES VERMEIDEN KANN



Der Großteil der Lebensmittelabfälle in Deutschland entsteht in privaten Haushalten: **6,1 Mio. Tonnen Abfall** werden hier generiert.

Das entspricht dem Gewicht von z.B. 1.000.000 Elefanten! Oft kommen aber auch Lebensmittel in die „Tonne“, die eigentlich problemlos noch auf dem Tisch landen könnten!

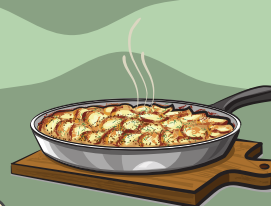
Du siehst also: du kannst bereits im privaten Umfeld Gutes für die Umwelt tun. Werde YouTrition-Botschafter:in und setze folgende Ideen in deinem Alltag und dem Alltag von deinen Mitmenschen um:



Friere die Produkte ein, wenn diese noch haltbar sind und du merkst, dass du sie noch nicht essen wirst!



Kaufe oder nimm nur die Menge, die du wirklich essen wirst.



Mach aus den Resten leckere Frikadellen, Aufläufe oder Reste-Pfannen!



Schau nicht nur auf das Mindesthaltbarkeitsdatum. Verlasse dich lieber auf deine Sinne: Öffne das Produkt, schaue es dir an, rieche und schmecke es!



Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

FOOD WASTE BEI OBST & GEMÜSE VERMEIDEN



Wenn du eine Druckstelle siehst, musst du nicht das Obst oder Gemüse direkt wegwerfen! Schau es dir genauer an, vielleicht kannst du es noch essen oder einfach die Stelle abschneiden?



Verwende alle Gemüseteile:



z.B. kannst du auch Karotten- oder Kartoffelschalen mitkochen. Bei Brokkoli kannst du die Stiele fein schneiden und problemlos essen.



Mach eine Brühe draus: Gemüsereste einkochen und daraus eine leckere Brühe zaubern!



Lagere das Obst und Gemüse richtig! Vergiss es nicht draußen bei zu kalten oder zu warmen Temperaturen!



Kartoffeln, Zwiebeln, Knoblauch, Kürbisse, Karotten, Pastinaken, Äpfel halten sich am längsten, wenn sie kühl, trocken und lichtgeschützt gelagert werden.

Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

FOOD WASTE BEI BACKWAREN VERMEIDEN

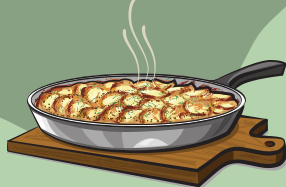


Wenn du Brot übrig hast,
verwerte es:
Mache Croutons oder
Brotchips draus!

Dafür das Brot in Würfel
oder Scheiben schneiden,
mit Öl einpinseln und bei
180° für ca. 15-20 Minuten
backen!



Zaubere aus altem
Brot neue Speisen:
Brotauflauf, Arme
Ritter oder
Semmelknödel
bieten sich dafür an!



Das Brot ist hart
geworden und soll in
die Tonne?

Nein, das muss nicht
sein! Ab in den Mixer,
das wird leckeres
Paniermehl!



Mach aus übrigen Kuchen
Cakepops oder kleine
Brownie-Bites!
Dafür einfach die Reste
zerbröseln und mit
Kokosfett und Frischkäse in
eine neue Masse
vermengen.
Kleine Kugeln bilden und
mit Kuvertüre bedecken!



Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages