

Thema: Food Waste / Teil 1

Food Waste werden Lebensmittel genannt, die für den menschlichen Konsum produziert wurden, aber weggeworfen werden. Das hat natürlich auch Auswirkungen auf unsere Umwelt. In dieser Themenserie erklären wir Dir, wie Du mit einfachen Tricks Food Waste in Deinem Haushalt minimieren kannst.

- Plane Deinen Wochenbedarf und erstelle dazu eine Einkaufsliste. Vor dem Einkaufen wirfst Du am Besten noch einen Blick in den Kühlschrank, damit Du genau weisst, welche Lebensmittel noch vorhanden sind.
- Kaufe immer, sofern möglich, lokal und saisonal ein. Ausserhalb der Saison kommen Lebensmittel oft von weit weg.
- Iss vor dem Einkaufen etwas Kleines, da Du mit einem leeren Magen eher mehr kaufst, als Du wirklich brauchst.
- Achte im Geschäft gut auf Deine Einkaufsliste und kaufe nur, was Du auch bald benötigst. Prüfe, besonders bei Aktionen auf grosse Portionen, ob Du diese auch wirklich innerhalb der Haltbarkeit verbrauchen kannst und wirst.

Erfahre in der nächsten Woche hier, wie Du die Haltbarkeit Deiner Lebensmittel verlängern kannst und so Food Waste weiter verhinderst.

Gerne kümmern wir uns um das Kulinarische für Dein Fest und verwöhnen Dich mit internationalen Gerichten. Melde Dich bei uns: www.sonrisaglobal.ch, info@sonrisaglobal.ch, +41 77 487 70 53

