Essen für die Tonne? Nicht mit uns!

Wenn bei Obst braune Stellen sind, schneide ich sie einfach weg!

Schmeiß mich nicht weg!

Ich schmecke noch!

Essen was übrig bleibt kann man Freunden oder Nachbarn geben!

Der Joghurt ist einen Tag drüber, aber ich esse ihn trotzdem. Denn er muss ja nicht direkt schlecht sein.

Abgelaufene Lebensmittel braucht man nicht unbedingt wegwerfen.

Wusstest du schon?

Ein Drittel aller weltweit produzierten Lebensmittel wird verschwendet oder geht verloren, in Industrieländern sogar etwa die Hälfte aller Produkte.

In Europa landen jedes Jahr fast **90 Millionen Tonnen** auf den Müll.

940 Euro sind unnötig weggeworfene Lebensmittel eines 4-Personen Haushalts im Jahr wert.

82 kg wertvolle Lebensmittel werden jährlich pro Kopf verschwendet.

6,7 Millionen Tonnen Lebensmittel werden jedes Jahr in DEUTSCHLAND einfach weggeworfen.

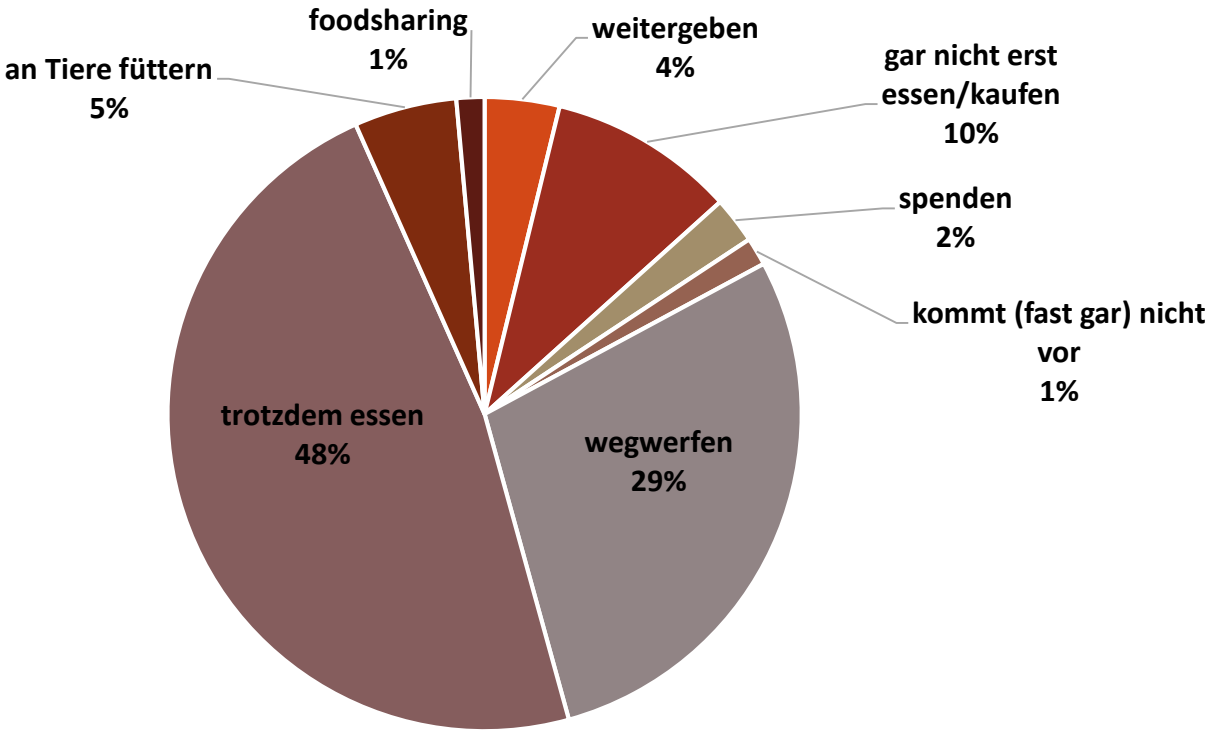
Von den Täglich produzierten Lebensmitteln können **12 Milliarden** Menschen satt werden, dabei leben auf der ganzen Welt nur ca. 7 Milliarden Menschen.

1 Milliarde Menschen hungern auf der Welt d.h. jeder 7 Mensch auf der Welt.

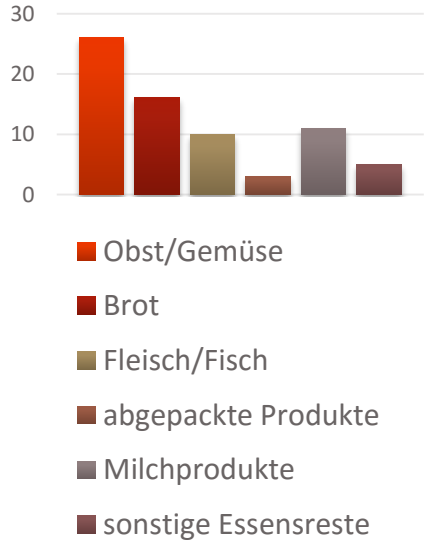
Nachdem wir diese Fakten erfahren haben, haben wir die Lebensmittelverschwendung in unserer Schule untersucht. Mit Gummihandschuhen haben wir die Klassenzimmer und den Pausenhof nach Lebensmitteln, die noch essbar waren, durchsucht. Über das Ergebnis waren wir sehr erschrocken! Daraufhin haben wir einen Fragebogen erstellt und sind zu Bekannten, Freunden, Nachbarn und Verwandten gegangen und haben sie zu diesem Thema befragt.

Unser Ergebnis seht ihr hier:

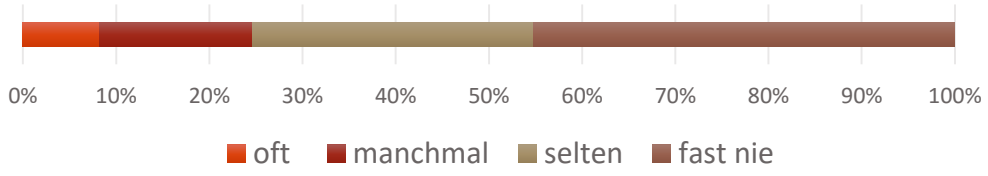
Was machen Sie mit Lebensmitteln, die Ihnen nicht schmecken oder das MHD überschritten haben?



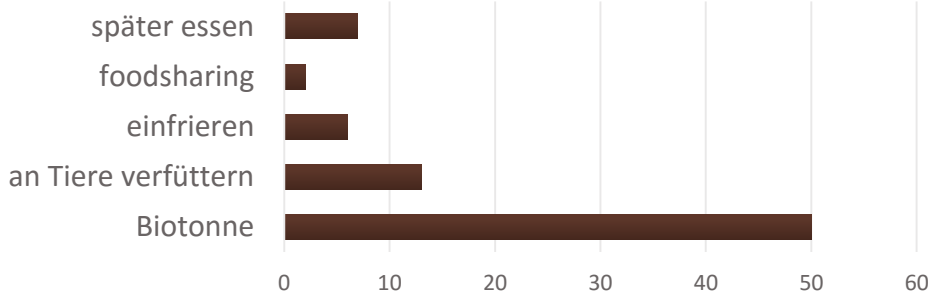
Welche Lebensmittel schmeißen Sie am Häufigsten weg?

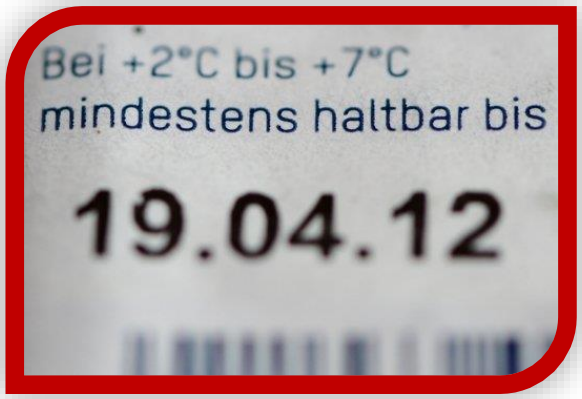


Wie oft schmeißen Sie noch verpackte Lebensmittel (z.B. Joghurt) weg?



Was machen Sie mit Lebensmittelresten, die nach dem Essen übrig sind?





Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)

Man kann Lebensmittel auch nach dem MHD noch essen, da das Datum nur angibt bis wann das Lebensmittel **mindestens** genießbar ist. Mit dem MHD gewährleistet der Hersteller bloß Geschmack und Qualität. Es muss nicht heißen, dass die Lebensmittel direkt nach dem MHD schlecht sind.

Veränderungen bei Lebensmitteln nach dem MHD - damit muss man rechnen:

- Veränderung des Geschmacks
- Veränderung der Konsistenz
- Austrocknung

Lebensmittel ohne MHD Pflicht:

- Kaugummi und ähnliche Kauprodukte
- Speiseeis in Portionspackungen
- Alkoholfreie Erfrischungsgetränke
- Zucker in fester Form (etc.)

Ein MHD ist KEIN Verbrauchsdatum!

Man verwechselt häufig MHD und das Verbrauchsdatum. Man sollte aber darauf achten, dass ein MHD nur das anzeigt, ob das Produkt noch gültig ist. Aber es heißt nicht, dass es schlecht ist und man es direkt wegwerfen muss. Verlasst euch lieber auf eure Sinne:

Mit den Augen nachgucken

Mit der Nase riechen

Mit dem Mund probieren

Unser Tipp:

Nicht so viel auf Vorrat kaufen, damit man am Ende nicht so viel wegschmeißen muss!!!

Lebensmittel richtig lagern

In jedem Kühlschrank sinkt die gekühlte Luft nach unten. Sie sammelt sich über dem Gemüsefach. Deshalb ist es unten kälter als oben. Aus diesem Grund fühlen sich die Lebensmittel nur im richtigen Fach wohl.

Wusstest du, dass die Keimbelagerung pro Quadratzentimeter im Kühlschrank 100.000-mal höher ist als auf der Toilette. Deswegen muss man den Kühlschrank regelmäßig sauber machen.

Wo man die Lebensmittel im Kühlschrank aufbewahren soll

Oberstes Fach 8-10°C

Speisereste, angebrochene Lebensmittel und Käse

Mittlere Fächer 5°C

Milchprodukte

Unteres Fach 2-3°C

Leicht verderbliche Lebensmittel, z.B. Fleisch

Kühlschranktür 8°C

Getränke, Butter, Eier, Ketchup und Saucen

Gemüsefach 8°C

Obst und Gemüse

ACHTUNG:

Tomaten, Gurken, Paprika, Kartoffel, Bananen, Ananas, Zitrusfrüchte und Brot sollten nicht im Kühlschrank gelagert werden, denn dort werden sie schneller schlecht.

Lebensmittelverschwendung vermeiden

Ein großer Teil der Abfälle entsteht bei den Verbrauchern zu Hause. Sie werfen jedes Jahr 6,7 Millionen Tonnen Nahrungsmittel weg, pro Person sind das im Schnitt über 80 Kg. Ein Großteil davon ist aber noch genießbar.

Unsere Tipps und Tricks um Lebensmittel-Müll zu vermeiden!

- Nicht zu viel Einkaufen und Kochen.
- In Ruhe Einkaufen, um nicht Lebensmittel zu kaufen die man nicht braucht.
- Lebensmittel richtig lagern.
- Obst- und Gemüsereste zu Produkten wie Salat und Suppe verarbeiten.
- Wenn Sachen beim Essen übrigbleiben, einpacken und am nächsten Tag verzehren.
- Foodsharing*

*Foodsharing bedeutet, du kannst Lebensmitttel in deiner Umgebebung anbieten oder suchen. Wenn man in den Urlaub fährt, kannst du deine Nachbarn oder Freunde fragen, ob sie etwas gebrauchen können. Wenn nicht, gibt es die Möglichkeit, über die Online – Plattform Foodsharing dein Essen weiterzugeben.

Unsere Idee

Man könnte auch in der Schule einen Stand aufmachen, an dem Schüler Lebensmittel abgeben können, die sie nicht mögen. Andere Schüler, die es mögen können es sich holen und essen.

Resteküche

Unser Tipp:

Kleine Mengen nicht wegwerfen, sondern ein leckeres Mittagessen daraus kochen!

Reste-Pfanne

Zutaten:

Gemüse- und Fleischreste, z.B.
- 3 Kartoffeln
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 Würstchen

200g Sahne
½ Teelöffel Salz
1 Prise Pfeffer
1 EL Parmesan
1 Ei

Zubereitung

Kartoffel. Zwiebel und Karotten (oder anderes Gemüse) schälen und klein schneiden.
Alles zusammen in eine Auflaufform geben, danach Sahne, Ei, Salz, Pfeffer und fein geriebenen Parmesan vermengen und zu den restlichen Zutaten in die Auflaufform gießen.

Ca. 30 Minuten bei 200°C Ober/Unterhitze im Backofen garen.

Fertig! Lecker!