

**LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG:** Eine Initiative setzt sich dagegen ein

## Food Waste muss nicht sein

*Lebensmittelverschwendung ist das aktuelle Thema. Mit etwas Kenntnis und einem gesunden Menschenverstand kann jede Konsumentin und jeder Konsument etwas dazu beitragen, um dagegen anzukämpfen.*

SILVIA AMAUDRUZ\*

In der Schweiz werden pro Jahr 2,8 Millionen Tonnen Lebensmittel verschwendet oder ein Drittel aller essbaren Lebensmittel gehen verloren. Zirka zehn Prozent dieser Lebensmittelverschwendung passiert, weil das Verfalldatum überschritten wird. Die Verschwendung schadet der Umwelt und belastet unser Haushaltsbudget. Bereits beim Einkauf sollte man deshalb achtsam sein und genau planen, was man eigentlich braucht und was man in nützlicher Frist verarbeiten und konsumieren kann.

### Nicht in den Abfall

Die wenigsten Lebensmittel, die wir wegwerfen, gehören in den Abfall. Viel von dem, was wir wegwerfen, erscheint uns unappetitlich. Das betrifft vor allem Obst und Gemüse. Mehr als ein Drittel des Lebensmittelabfalls sind Obst und Gemüse. Danach folgen Back- und Teigwaren, Milchprodukte und Speisereste. Bei den Milchprodukten sind es oft die falsch verstandenen Verfalldaten.

Ein abgelaufenes Mindesthaltbarkeitsdatum bedeutet in

### TIPPS GEGEN WASTE

1. Einkauf planen, regionale und saisonale Lebensmittel bevorzugen.
2. Lebensmittel richtig lagern: z.B. Spargeln in feuchtem Tuch einwickeln.
3. Haltbarkeit analysieren: Milchprodukte und Teigwaren haben nicht dieselben Verfalldaten!
4. Resten richtig aufbewahren: Gekochtes zum Beispiel luftdicht und kühl aufbewahren.
5. Resten kreativ verwenden z.B. als Suppen, Gemüsequiches, Gratins zubereiten. *mgf*



Wer geschickt einkauft, plant und Reste kreativ verwertet, kann solche Szenen vermeiden. (Bild: Stock.adobe)

den meisten Fällen nicht «nicht mehr geniessbar».

Die schweizweite Initiative «Save Food, Fight Waste» (rette Lebensmittel, bekämpfe Verschwendung) setzt sich gegen Verschwendung ein. Ihr Ziel ist es, die Gesellschaft für die Problematik von Lebensmittelverschwendung zu sensibilisieren sowie Konsumentinnen und Konsumenten zu motivieren, Food Ninjas, also sozusagen Kämpferinnen und Kämpfer gegen Lebensmittelverschwendung, zu werden. Nach dem Motto «Geniessen statt wegwerfen» oder «Verwenden statt Verschwendung».

Initiantin ist die Stiftung Pusch ([www.pusch.ch](http://www.pusch.ch)), diese setzt sich für eine gesunde Umwelt, die nachhaltige Nutzung der Ressourcen sowie für vielfältige und artenreiche Lebensräume ein. Die dreijährige Kampagne wird getragen von Bund, Kantonen, Gemeinden, Unternehmen und Verbänden (siehe Kasten).

### Kreativ kochen

Für die Bekämpfung von Lebensmittelverschwendung gilt es einige Punkte zu beachten (siehe Kasten links). Mit etwas Kreativität kann es sogar richtig viel Freude machen, aus Resten neue Gerichte zu zaubern. Inspiration befindet sich etwa auf der Webseite [www.savefood.ch](http://www.savefood.ch). Dort gibt es zahlrei-

che Ideen zur kreativen Restenverwertung sowie Fachinformationen und Videos rund um die Bekämpfung von Lebensmittelverschwendung. Auch die Minibroschüre «Clever essen» bietet gluschtige Re-

### DIE PARTNER

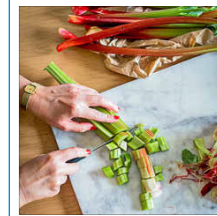
Die Kampagne «Save Food, Fight Waste» wird von folgenden Partnern getragen: Bundesamt für Umwelt, Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen, Bundesamt für Landwirtschaft, von einigen Kantonen, Gemeinden und Städten, von der IG Detailhandel Schweiz, Aldi, Lidl, Ikea, der SV-Group, der ZVF-Gastronomiegruppe, von Nestlé, Bio Suisse, IP-Suisse, vom Schweizer Bauernverband, von Swisscofel, den Stiftungen Avina, Corymbo, Leopold Bachmann, der Stiftung Mercator Schweiz, von den NGOs Konsumentenschutz, Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana, Fédération romande des consommateurs, WWF, Äss Bar, Aufgetischt statt weggeworfen, Einmach, Faling Fruit, Food Care, Foodoo, foodwaste.ch, Frutitle, Gemüsearte, Mein Küchenchef, Kitro und weiteren, siehe [www.foodsave.ch](http://www.foodsave.ch) *mgf*

zepte zur Restenverwertung für Bäuerinnen und Landfrauen aus der ganzen Schweiz. Sie kann unter [www.lid.ch](http://www.lid.ch) bestellt werden.

Für Bäuerinnen und Landfrauen gilt es zu bedenken, dass

### RESTE-MENU

Wie wäre es mit einem Rhabarber-Erdbeerkompott auf altem Zopf oder Einback? So wird es gemacht: Alten Zopf oder Einback in Scheiben schneiden und im Toaster goldbraun rösten; 500 g Rhabarber, gerüstet, in Stücke geschnitten; 300 g Erdbeeren, gerüstet, in Stücke geschnitten; 3–4 EL Holunderblütensirup. Rhabarber und Erdbeeren mit Holunderblütensirup mischen und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Kompott leicht auskühlen lassen und auf den getoasteten Zopscheiben verteilen. Guten Appetit! *mgf*



wir die besten Botschafterinnen gegen Lebensmittelverschwendung sind. Als Produzentinnen und Konsumentinnen können wir unser Wissen rund um das Thema Food Waste bestmöglich weitergeben.

### \*ZUR AUTORIN



Silvia Amaudruz ist Vorstandsmitglied und Präsidentin der Kommission Ernährung und Hauswirtschaft des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbandes. Sie wohnt in Le Mont-sur-Lausanne VD. 2019 haben sie und ihr Mann den Hof ihrem Sohn übergeben. Er bewirtschaftet einen Betrieb mit Grosskulturen. (Raps, Weizen, Zuckerrüben, Kartoffel und Gemüse). Mit viel Freude und Elan unterstützen die Eltern ihren Sohn bei der täglichen Arbeit. *mgf*