

## Lebensmittel verwenden statt verschwenden



DEUTSCH-TO-GO.DE

Laut Welternährungsorganisation der Vereinten Nationen wandert ein Drittel der Lebensmittel auf der Welt in den Müll. Landen Nahrungsmittel in der Tonne, dann sind auch das Geld, die Arbeitskraft und die Ressourcen, die für die Herstellung benötigt wurden, verschwendet.

Hier ein paar Tipps für den Alltag, um die Verschwendung einzudämmen:

- Man sollte nie mit leerem Magen einkaufen gehen, seine Mahlzeiten vorher planen und eine Einkaufsliste erstellen.
- Beim Essen sollte man sich anfangs nicht zu viel auf den Teller laden, denn manchmal sind die Augen größer als der Magen. Falls man doch noch Appetit hat, kann man später nachfassen.
- Hat man zu viel gekocht, kann man das übriggebliebene an einem anderen Tag wieder aufwärmen. Die Reste sollten in diesem Fall spätestens zwei Stunden nach dem Kochen in den Kühlschrank.
- Neu gekaufte Lebensmittel packt man im Kühlschrank am besten nach hinten, ältere stellt man nach vorne. So ist man immer sicher, nichts zu übersehen.

(151 Wörter)

(Ingrid Plank für [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de) – in Anlehnung an: Globus Infografik 13288, „Tipps gegen Lebensmittelverschwendung“, Cb-13288, 74. Jahrgang, 28062019)