



## Hinweise zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen

Immer wieder kommen Studien zum Ergebnis, dass Jahr für Jahr in Deutschland Millionen Tonnen von Nahrungsmitteln weggeworfen werden. Eine aktuelle Studie des WWF mit dem Titel „Das große Wegschmeißen“ stellt fest, dass in Deutschland jährlich rund 18,4 Mio. Tonnen Nahrungsmittel im Müll landen. Ein Hauptteil dieser Nahrungsmittelabfälle - ca. 40 % - fällt dabei in Privathaushalten an.

Auch im Landkreis Waldshut befinden sich im Restmüll beträchtliche Mengen an Küchenabfällen. Eine Abfallanalyse aus dem Jahr 2012, in welcher das Müllaufkommen und die Zusammensetzung des häuslichen Abfalls im Landkreis Waldshut untersucht wurde, kam zum Ergebnis, dass im Landkreis pro Einwohner und Jahr ca. 33,2 kg Küchenabfälle weggeworfen werden. Dies entspricht einer Menge von ca. 5.460 Tonnen pro Jahr. Zu einem nicht unerheblichen Teil handelt es sich bei diesen Küchenabfällen um verdorbene Lebensmittel. Es befinden sich aber augenfällig auch noch verwertbare Lebensmittel darunter.

Der Eigenbetrieb Abfallwirtschaft des Landkreises Waldshut bittet alle Bürgerinnen und Bürger, darauf zu achten, noch genießbare Lebensmittel nicht über die Restmülltonne zu entsorgen.

Wir möchten in diesem Zusammenhang nochmals an die folgenden allgemeinen Tipps zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen erinnern:

- **Überblick über die Vorräte**

Vor dem Einkauf empfiehlt es sich festzustellen, welche Lebensmittel dringend aufgebraucht werden sollten und welche noch länger haltbar sind.

- **Einkaufszettel**

Er hilft, das nur tatsächlich Benötigte einzukaufen. Gut ist auch, die Liste vor dem Einkauf noch mit den vorhandenen Vorräten abzugleichen.

- **Einkauf**

Nur das kaufen, was tatsächlich gebraucht wird. Sonderangebote wie z. B. „Drei zum Preis von zwei“ sollten nur beachtet werden, wenn diese auch wirklich konsumiert werden können. Großpackungen sind nur für entsprechend viele

Personen hergestellt. Sensible Lebensmittel wie Fleisch oder Fisch werden außerdem am besten erst kurz vor dem geplanten Verzehr gekauft.

Sich für den Einkauf Zeit nehmen:

Wer beim Einkauf in Eile und/oder hungrig ist, kann von Sonderangeboten leichter verführt werden. Vieles vom Einkauf landet dann auch eher im Mülleimer als im Magen.

Obst und Gemüse lose kaufen:

So ist man – speziell bei kleinen Haushalten – nicht gezwungen, zu viele Erzeugnisse auf einmal zu kaufen.

Regionales und saisonales Obst und Gemüse aus dem Landkreis Waldshut kaufen:

Diese Lebensmittel sind oftmals länger haltbar, da nach der Ernte die Transportwege bis zum Verkauf kürzer sind.

- **Ordnung im Kühlschrank**

Was bald aufgegessen werden muss, gehört nach vorne. Reste, die sich nicht mehr in der Originalpackung befinden, sollten Verbraucher möglichst beschriften: So behalten sie den Überblick, was sie wann gekocht haben und wann sie es aufbrauchen sollten. Ist einmal zu viel übrig geblieben, ist Einfrieren eine Lösung.

- **Lagern**

Was geöffnet wurde, gehört schnell aufgebraucht.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist nicht mit dem Wegwerfdatum gleichzusetzen!

Lebensmittel, die ein sehr langes Mindesthaltbarkeitsdatum haben, sind meist auch nach Ablauf der Mindesthaltbarkeit noch einwandfrei: Riecht und schmeckt es wie vorher, kann man es noch verwerten.

Das gilt aber nicht für Lebensmittel mit Verbrauchsdatum: Bei ihnen ist nach Ablauf des Datums nicht sichergestellt, dass sie keine krankmachenden Keime enthalten. Deshalb sollte bei leicht verderblichen Lebensmitteln (z. B. Fleisch, Fisch) unbedingt das Verbrauchsdatum eingehalten werden!

Bei richtiger Lagerung halten Lebensmittel länger. So gehört alles, was Kühle verträgt, nach dem Einkauf sofort in den Kühlschrank. Nicht für den Kühlschrank geeignet sind beispielsweise exotische Früchte, stark wasserhaltiges Gemüse sowie Brot. Damit es auch hier nicht zu Qualitätseinbußen kommt, ist es ratsam, die Vorräte im Auge zu behalten und rechtzeitig zu verzehren.

- **Resteverwertung**

Spezielle Kochbücher und Rezepte im Internet helfen, aus Resten eine leckere Mahlzeit zu kreieren.