

# Umwelttipp

## Good Taste statt Food Waste

**Wer kennt das nicht: zu viel gekocht, weniger Hunger als gedacht oder weniger Personen am Tisch als geplant. Die Folge sind Essensreste. Oft wandern sie direkt in den Müll. Pro Person kommt in der Schweiz übers Jahr Food Waste im Wert von rund 620 Franken zusammen.**

Lebensmittelverschwendung belastet aber nicht nur das Portemonnaie, sondern auch die Umwelt. Denn die Produktion von Nahrungsmitteln verbraucht eine Menge Ressourcen. Es macht deshalb doppelt Sinn, sorgfältige mit Lebensmitteln umzugehen.

Doch Food Waste konsequent zu vermeiden, ist gar nicht so einfach. An cleveren Einkaufstipps oder an Empfehlungen, wie sich die Haltbarkeit von Lebensmitteln verlängern lässt, mangelt es nicht. Planung ist alles, so die Botschaft. Aber was im Leben gilt, trifft auch bei der Mahlzeitenplanung zu: Oft kommt es anders, als man denkt.

Sind die Resten erst mal da, stellt sich die Frage: Was jetzt? Neues aus Altem zu schaffen, braucht ein gewisses Improvisationstalent. Nicht allen wurde kreatives Kochen in die Wiege gelegt. Keine Lust, sich im Netz durch Tausende Rezepte durchzuklicken, nur um festzustellen, dass am Ende doch wieder eine Zwiebel, Basilikumblätter oder zwei Deziliter Milch fehlen?

Kein Problem: Die Lösung kann ein fixer Reste-Tag im Wochenkalender sein. An diesem Tag kommt alles auf den Tisch, was sich im Kühlschrank an Resten angesammelt hat: halbe Reis- und Pastaportionen, eine Handvoll Salatblätter, drei Kartoffeln und einige Scheiben kaltes Fleisch sind vielleicht kein kulinarisches Highlight – schmecken jedoch oft weit besser als gedacht und sorgen für ein gutes Gefühl. Senf, Mayo, Ketchup und ein frisches Brot können den Reste-Tag noch bereichern.

Sie möchten mehr wissen? Hier finden Sie weitere Informationen und viele weitere Tipps zur Rettung von Lebensmitteln: [www.savefood.ch](http://www.savefood.ch)

Für weiterführende Informationen und Umwelttipps besuchen Sie auch die Website der Gemeinde Birsfelden unter [www.birsfelden.ch/umwelttipps](http://www.birsfelden.ch/umwelttipps).



*Birsfelden ist seit 1999 mit dem Label Energierstadt zertifiziert und wird damit für ihre ergebnisorientierte und fortschrittliche Energiepolitik ausgezeichnet.*