

## Der Kreisabfallwirtschaftsbetrieb empfiehlt:

Bevorzugen Sie Lebensmittel aus der Region.

### Überblick über eigene Vorräte von Vorteil

Spargel zu Weihnachten und Erdbeeren zu Ostern. Das heißt lange Transportwege und hohen Energieverbrauch. Vor allem dann, wenn die Lebensmittel mit dem Flugzeug eingeflogen werden. Wer auf Weintrauben aus Südafrika verzichtet, die immerhin 10 000 Flugkilometer hinter sich haben, tut etwas gegen Kerosinverbrauch und Kohlendioxidanstieg. Aber selbst Waren, die umweltfreundlicher per Schiff transportiert werden, verursachen ein Mehr an Kohlendioxid und Schwefeldioxid. Wer also etwas für die Umwelt tun möchte, der sollte auf heimische Lebensmittel zurückgreifen, am besten saisonal. Lokale Wochenmärkte bieten sich geradezu an. Dadurch werden Luftverschmutzung und Lärmbelästigung verringert und Energie gespart. Sie helfen damit auch kleineren, oftmals naturnahen Höfen. Zudem werden Arbeitsplätze und Lehrstellen vor Ort gesichert, gerade in der Landwirtschaft und im Handwerk. „Kurze Wege für Obst und Gemüse heißt auch, dass mehr Qualität und Frische auf den Tisch kommt“, so der Kreisabfallwirtschaftsbetrieb.



Dennoch sollte immer auch darauf geachtet werden, dass nur Lebensmittel eingekauft werden, die man verbraucht. Nahrungsmittelverschwendung ist nicht zu rechtfertigen. So werden in Deutschland etwa 500 000 Tonnen Brot jährlich weggeworfen. Rund zehn Prozent des deutschen Hausmülls besteht aus originalverpackten Lebensmitteln. Allein das Essen, das in Europa wegschmissen wird, könnte zweimal reichen, um weltweit alle Hungernden zu ernähren. Wer bewusster mit Lebensmitteln umgeht,

vermeidet also nicht nur unnötige Abfälle, sondern hat einen eigenen finanziellen Vorteil.

Laut einer Studie der Universität Stuttgart wirft im Durchschnitt jeder Bundesbürger jährlich 86, Kilo Lebensmittel weg. Und das macht bis zu 250 Euro jährlich pro Person. Bei einem Vierpersonenhaushalt summiert sich das eben mal auf rund 940 Euro.

Für einen verantwortungsvollen Konsum von Lebensmitteln hat der Kreisabfallwirtschaftsbetrieb folgende Tipps parat: Seinen Einkauf gezielt planen. Am besten nicht hungrig einkaufen. Am Abend kein volles Sortiment beim Bäcker oder im Gemüseregal einfordern. Lebensmittel auch kurz vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums kaufen, wenn diese schnell verbraucht werden.

Und selbst überprüfen, ob ein Nahrungsmittel auch kurz nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum noch genießbar ist. Geöffnete Lebensmittel sollten gut verpackt werden. Und immer richtig lagern. Im Kühlschrank kommt Fisch und Fleisch auf die unterste Ablage. Denn kalte Luft fällt nach unten. Milchprodukte darüber, Käse und Speisereste, Senf, Dressings und Feinkost in die oberste Ablage. Obst und Gemüse gehören ins Gemüsefach. Obgleich das Gemüsefach ganz unten ist, liegen hier die Temperaturen bei etwa sechs bis neun Grad.



Grund:

Über dem Gemüsefach ist eine Glasplatte, die kalte Luft und Feuchtigkeit abhält.

**Und noch ein Tipp:**

Produkte mit jüngerem Verfallsdatum nach vorn räumen, damit diese als erstes verbraucht werden.

## Kreisabfallwirtschaftsbetrieb gibt Tipps um Lebensmittelabfälle zu vermeiden

### Mindestens haltbar bis .... Und ab in die Tonne?

In Supermärkten werden viele Lebensmittel aus den Regalen genommen und weggeworfen, bevor sie eigentlich schlecht sind. Milchprodukte werden oftmals etliche Tage vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums aussortiert. Gemüse und Salate oft bereits nach einem Verkaufstag aus dem Regal entfernt, ebenso wie das Brot. Eine Rolle hierbei spielt auch, dass in Supermärkten die Fleisch- und Brottheken ebenso wie die Gemüseregale bis kurz vor Ladenschluss noch mit frischen Produkten bestückt werden und ein reichhaltiges Angebot vorhanden sein soll. Und laut einschlägigen Untersuchungen sind es gerade Obst und Gemüse, die zu den meist weggeworfenen



Lebensmitteln zählen. In Deutschland gehen die Studien davon aus, dass rund 6,6 Millionen Tonnen Lebensmittelabfälle jährlich zusammenkommen, und zwar allein in Privathaushalten.

Daher möchte der Kreisabfallwirtschaftsbetrieb nochmals den Unterschied zwischen Verbrauchsdatum und Mindesthaltbarkeitsdatum aufzeigen:

Das Mindesthaltbarkeitsdatum sagt aus, wie lange ein Lebensmittel mindestens einwandfrei ist. Dabei ist nicht ausschließlich die Genießbarkeit im Blick. Sondern auch die ursprünglichen spezifischen Eigenschaften wie etwa Geruch, Geschmack, Aussehen, Farbe oder Konsistenz.

Mithin ist das Mindesthaltbarkeitsdatum kein „Verfallsdatum“, sondern vielmehr die Garantie des Herstellers für die charakteristischen Eigenschaften.

Der Verbraucher selbst ist also gefordert, zu prüfen, ob das Lebensmittel noch in Ordnung ist. Geruch, Geschmack und Aussehen geben Aufschluss. Einen Joghurt bereits wegzuworfen, weil der Tag des Mindesthaltbarkeitsdatums erreicht ist, das ist zumeist Nahrungsmittelverschwendung.

Anders sieht es aus mit dem Verbrauchsdatum „zu verbrauchen bis“. Dieses ist gerade bei leicht verderblichen Lebensmitteln Vorschrift und hat die mikrobiologischen Prozesse im

Blick. Und damit bezieht es sich tatsächlich auf den unbedenklichen Verzehr und sollte strikt beachtet werden. Gerade bei rohem, zerkleinertem Fleisch, Geschnetzeltem oder Geflügel ist davon abzuraten, dieses nach Ablauf des Datums noch zu essen. Diese Lebensmittel sollten entsorgt werden, um gesundheitliche Schäden zu vermeiden. Diese Ware darf auch nicht mehr verkauft werden.



Und noch ein Hinweis:

Wer seine Einkäufe vorab plant und die Waren richtig aufbewahrt, vermeidet unnötige Lebensmittelabfälle und kann seinen Geldbeutel entlasten.

Fotos: Quelle Pixabay

Sozialverband VdK Ortsverband Mergelstetten,

bedankt sich bei Herrn Lothar Hänle, Kreisabfallwirtschaftsbetrieb Heidenheim für die Unterstützung.