



ZEHN FAKTEN ZU LEBENSMITTEL- VERSCHWENDUNG

Die Lebensmittelverschwendung stellt auch in Deutschland ein wachsendes Problem dar: Ob in der Landwirtschaft, im Handel, in Restaurants und Kantinen oder zuhause. Wir leben in einer Überflussesgesellschaft, in der Lebensmittel ständig verfügbar sind. Die Wertschätzung für unser Essen bleibt oft aus, zu viele Lebensmittel werden entsorgt. Dagegen müssen wir etwas unternehmen.

1. ZU VIEL

In Deutschland werden jährlich rund 11 Mio. Tonnen Lebensmittel entsorgt.

2. UNETHISCH

Weltweit hungern gleichzeitig über ca. 820 Mio. Menschen.

3. PRO PERSON

Jede und jeder Deutsche wirft jährlich rund 78 kg Essen im eigenen Haushalt weg, darin enthalten sind auch Unvermeidbares wie z.B. Knochen.

4. VERMEIDBAR

Im Haushalt ließen sich theoretisch 40 % Lebensmittelabfälle vermeiden. Umgerechnet könnten sich dadurch rund 140 € pro Person einsparen lassen.

5. DAS KOMMT WEG

35 % der vermeidbaren Lebensmittelabfälle sind Obst und Gemüse. 15 % entfallen auf gekochte oder zubereitete Speisen, die nicht mehr gegessen werden. 13 % der entsorgten Lebensmittel sind Brot und Backwaren.

6. BILDLICH GESPROCHEN

78 kg entsorgte Lebensmittel entsprechen zwei vollen Einkaufswagen pro Person.

7. DARUM DIE TONNE

Mehr als ein Drittel der Lebensmittel werden entsorgt, weil sie verdorben sind. Ein weiteres Fünftel, weil das Lebensmittel unappetitlich aussieht oder zuviel gekocht/aufgetan wurde. Etwa ein Zehntel landet im Müll, weil zu viel eingekauft wurde.

8. RESSOURCENINTENSIV

Anbau, Verarbeitung, Lagerung und Transport von Lebensmitteln verbrauchen Ressourcen. Durch Lebensmittelverschwendung entstehen jährlich 38 Millionen Tonnen unnötige Treibhausgase.

9. WASSERVERBRAUCH

Bei der Produktion von Lebensmitteln wird Wasser benötigt. Für 100 g Rindfleisch werden in der Produktion ca. 1500 Liter Wasser verbraucht. 100 g Käse verbrauchen in der Produktion etwa 500 Liter Wasser und für die Herstellung von 100 g Weißbrot werden rund 160 Liter Wasser benötigt. Lebensmittelverschwendung ist damit auch Wasserverschwendung.

10. VERÄNDERUNG

Bis 2030 soll die Lebensmittelverschwendung auf Einzelhandels- und Verbraucherebene um 50 % reduziert werden. Das legen die Nationale Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung und die Agenda 2030 der Vereinten Nationen fest.

SCHON GEWUSST?

WAS KANN ICH GEGEN LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG TUN?

Jede und jeder Einzelne kann darauf achten, weniger Lebensmittel zu verschwenden. Und das ist gar nicht schwer.

Beim Einkaufen: Wer einen Einkaufszettel schreibt, kauft weniger unnötige Lebensmittel, die letztlich im Müll landen. Im Supermarkt außerdem auf die Packungsgrößen achten: Auch wenn die größere Verpackung günstiger scheint, nur das kaufen, was wirklich benötigt wird.

Zuhause richtig lagern: Im Kühlschrank gibt es unterschiedliche Zonen. Wer den Kühlschrank richtig einräumt, kann die Haltbarkeit seiner Lebensmittel verlängern. Obst- und Gemüsesorten, die im Kühlschrank gelagert werden, gehören ins Gemüsefach. Leicht verderbliche Lebensmittel wie Fleisch sollten in die unterste Ablage. Dort ist es am kältesten. Im mittleren Fach lagern Milchprodukte. Das oberste Fach ist am wärmsten, hier sind Speisereste und auch Konfitüren gut aufgehoben. In der Tür lassen sich Eier, Butter und angebrochene Getränke aufbewahren

First in – First Out: Den Vorratsschrank und auch den Kühlschrankinhalt regelmäßig durchsortieren und Produkte, bei denen das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) bald abläuft, direkt verbrauchen.

MHD – sehen, riechen, schmecken: Auch wenn sich der z.B. Joghurt mal weiter hinten versteckt hat und das MHD bereits überschritten ist, ist das kein Grund zum Wegwerfen. Mithilfe der eigenen Sinne (Sehen, Riechen, Schmecken) lässt sich ganz einfach feststellen, ob sich das Produkt noch verzehren lässt.



59 %

Privathaushalte

17 %

Außer-Haus-Verpflegung

15 %

Verarbeitung

2 %

Primärproduktion

7 %

Handel

11 Mio. Tonnen / Jahr

CLEVER VERWERTEN

WAS TUN MIT ÜBRIG GEBLIEBENEN KARTOFFELN?

Auf der Internetseite oder in der App der Initiative „Zu gut für die Tonne!“ findet sich eine Datenbank für tolle Resterezepte. Einfach das Reste-Produkt eingeben und aus den Vorschlägen ein leckeres Rezept auswählen. Viele Gerichte lassen sich außerdem gut einfrieren, einige Suppen sogar einkochen. Gemüse, das schon leicht eingetrocknet ist, lässt sich immer noch verwerten. In einer Suppe oder in einem Auflauf fällt das leicht runzelige Aussehen der älteren Kartoffel gar nicht mehr auf.

Quellen und weiterführende Informationen:

- ↗ Unicef
- ↗ Johann Heinrich von Thünen-Institut
- ↗ Growth from Knowledge (GfK SE 2020)
- ↗ Umweltbundesamt (UBA)
- ↗ Zu gut für die Tonne: Wasserverbrauch unseres Essens
- ↗ Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL)

Die konkreten Verlinkungen zu den entsprechenden Unterseiten zum Thema finden Sie auf: www.zehn-niedersachsen.de/downloadcenter

