



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 12 Mio. Tonnen Lebensmittel entsorgt.

2. UNETHISCH

Weltweit hungern gleichzeitig über 690 Mio. Menschen.

3. PRO PERSON

Jede und jeder Deutsche wirft jährlich rund 75 kg Essen und 10 Liter Getränke im eigenen Haushalt weg.

4. VERMEIDBAR

Im eigenen Haushalt ließen sich theoretisch 37 kg Lebensmittelabfälle vermeiden. Das entspricht ca. der Hälfte der privaten Lebensmittelverschwendung.

5. DAS KOMMT WEG

34 % der vermeidbaren Lebensmittelabfälle sind Obst und Gemüse. 16 % entfallen auf gekochte oder zubereitete Speisen, die nicht mehr gegessen werden. 14 % der entsorgten Lebensmittel sind Brot und Backwaren.

6. TEUER

Wer 85 kg Lebensmittel und Getränke verschwendet, wirft damit umgerechnet ca. 230 € in den Müll.

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 das MHD abgelaufen ist. 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. WASSERVERBRAUCHEND

Bei der Produktion von Lebensmitteln wird Wasser benötigt. 100 g Rindfleisch verbrauchen in der Produktion 1542 Liter Wasser. Lebensmittelverschwendung ist damit auch Wasserverschwendung. 100 g Käse verbrauchen in der Produktion 506 Liter Wasser und für die Herstellung von 100 g Weißbrot werden 106 Liter Wasser benötigt.

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?

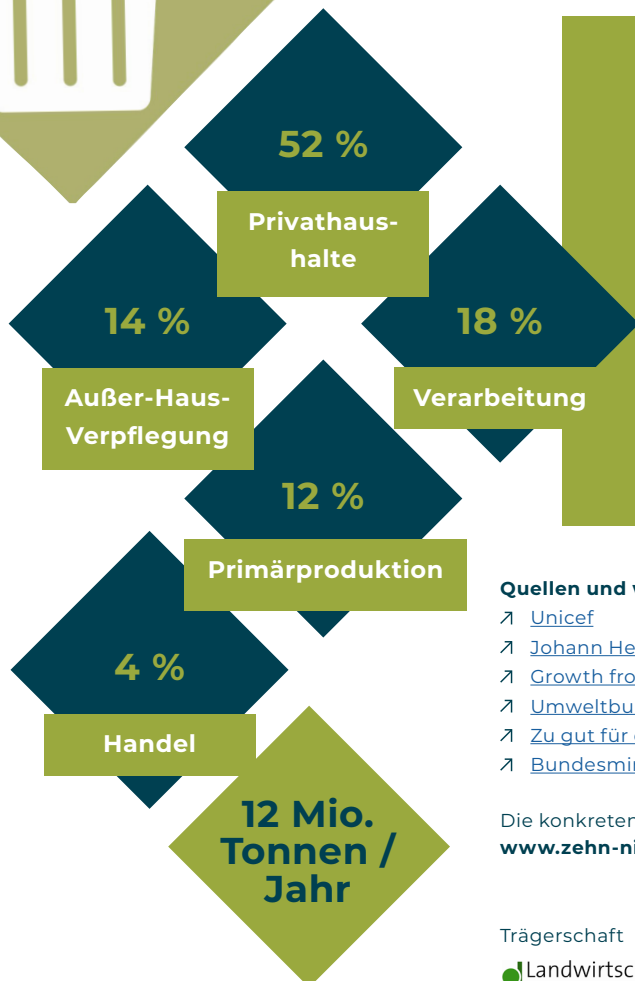
Jede und jeder Einzelne kann darauf achten, weniger Lebensmittel zu verschwenden. Und das ist gar nicht schwer.

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 Joghurt mal weiter hinten versteckt hat und das MHD bereits abgelaufen 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.



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 \(GfK SE\)](#)
- ↗ [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

Trägerschaft

Landwirtschaftskammer
Niedersachsen

Gefördert durch

Niedersächsisches Ministerium
für Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

zehn_niedersachsen

zehn-niedersachsen.de