**Lebensmittel sind zu kostbar für die Tonne!**

**Warum landen in Tirol jedes Jahr 10,8 kg pro Person im Restmüll? Obwohl man dies mit einfachen Tipps vermeiden kann!**

Die Gründe sind so vielfältig wie die Lebensmittel die, oft noch einwandfrei, weggeworfen werden. Man hat zu impulsiv und somit zu viel oder einfach das falsche gekauft. Man wusste nicht, was man noch im Kühlschrank hat, oder man hat die Lebensmittel schlichtweg falsch gelagert. Lebensmittel sind uns anscheinend nicht mehr so kostbar und wichtig wie noch unseren Eltern und Großeltern Nur so kann der unglaubliche Berg von 8.000 t genießbaren Lebensmitteln, die jährlich im Tiroler Restmüll landen, so groß sein.

**Würden Sie Ihr Geld einfach so in den Müll schmeißen?**

Dabei wäre der Anlass, mit Lebensmitteln sorgsamer umzugehen, schon längst gegeben. Denn wer bewusst einkauft und auf die Lagerung achtet, spart bares Geld. Weggeworfene Lebensmittel belasten nicht nur die Umwelt – sie sind auch unnötige Ausgaben, die ein Loch in die Haushaltskasse machen – bei bewusstem Umgang kann ein Haushalt leicht € 300,- im Jahr sparen.  
Seit bereits zwei Jahren engagiert sich die Abfallwirtschaft Tirol Mitte mit der Aktion „Lebensmittel sind kostbar“ für weniger Lebensmittel im Abfall. Zur Zeit sind die Umweltberaterinnen in den Volks- und Mittelschulen unterwegs, um den SchülerInnen die Problematik auf spielerische bzw. multimediale Art und Weise näher zu bringen und Handlungsalternativen aufzuzeigen (mehr Informationen auf [www.atm-online.at](http://www.atm-online.at) ).

**Die besten Tipps um Lebensmittelabfälle zu vermeiden:**

**Tipp 1: Planen lohnt sich!**

Erstellen Sie bereits zu Hause einen Einkaufszettel! Werfen Sie vor dem Einkauf einen Blick auf Ihre Vorräte und ergänze Sie diese sinnvoll. Hilfreich ist es außerdem, nach dem Prinzip „first in, first out“ zu handeln. Die Lebensmittel die ich als erstes gekauft habe, muss ich auch als erstes verbrauchen. So verliert man den Überblick nicht so leicht und schmeißt letzten Endes weniger Lebensmittel weg!

**Tipp 2: Haltbarkeitsdatum**

Gleich vorweg: Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist nicht gleich dem Verbrauchsdatum! Viele Lebensmittel können auch noch danach verzehrt und verarbeitet werden. Vertrauen Sie Ihrem eigenen Sinnesorganen und riechen, schauen und kosten Sie! Werfen Sie nicht alleine auf Grund des

Datums Lebensmittel weg.

**Tipp 3: Richtige Lagerung hält Lebensmittel frisch**

Jede Lebensmittelart hat ihren speziellen Lagerungsplatz, der nicht immer richtig gewählt wird. Wichtigster Lagerort von frischen Lebensmitteln ist der Kühlschrank. Fleisch, Wurst und Fisch gehören in den unteren Bereich, Milchprodukte darüber, auf die oberste Ablage Käse, Marmelade und Restln, Obst und Gemüse gehören ins Gemüsefach. Doch nicht alle Lebensmittel mögen’s kalt. Kartoffeln, Tomaten, Bananen, Brot und Speiseöle gehören nicht in den Kühlschrank! Weitere Tipps finden Sie auf unserer WebSite.

**Tipp 4: Sofort einräumen und gut verpacken**

Räumen Sie – v.a. im Sommer – ihre Lebensmittel nach dem Einkauf sofort ein. Einfache Verpackungen schützen die Lebensmittel vor dem Austrocknen und vor Geschmacksveränderungen und halten außerdem lästige Vorratsschädlinge fern. Eine kleine Investition in gute Vorratsbehälter rechnet sich somit schnell!

**Tipp 5: Restl verwerten – spart Abfall, Zeit und Geld**

Jeder kennt das – zu viel Nudeln gekocht, der Sugo würde noch für eine weiter Familie reichen,… frieren Sie selbst kleine Mengen ein (z.B. übrig gebliebenen Sauerrahm in Eiswürfelbehälter einfrieren und portionsweise verwenden) und stöbern Sie auf der WebSite nach Restlrezepten und weiteren Tipps zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen ([www.lebensmittel-sind-kostbar.at](http://www.lebensmittel-sind-kostbar.at))