

Bericht van de Denktank



VOEDSELVERSPILLING? Daar doen wij toch niet aan mee!!



Al eerder schreef ik over voedselverspilling en dat wij per jaar ongeveer 40 kg voedsel per persoon verspillen - weggooien. Mondiaal gaat eenderde van de voedselproductie verloren bij producent en consument. Daarnaast verdwijnt er nog zo'n 57 liter aan koffie, thee en fris door gootsteen of toilet.

Met de feestdagen in het verschiet wil ik daarom nogmaals uw aandacht vragen voor dit onderwerp. Verspilling voorkomen begint bij handig en bewust inkopen doen. Een boodschappenbriefje mee en een kijkje in de voorraadkast voor u naar de supermarkt gaat, kan daarbij helpen. Maar wat als u voor het kerstdiner te veel verse producten heeft ingeslagen? Laat die niet ongebruikt liggen tot ze in de gft-bak moeten verdwijnen. Kook groente kort en vries ze in. Vlees en vis kunt u klaargemaakt nog enkele dagen in de koelkast bewaren (vlees 2 tot 3 dagen, vis 1 tot 2 dagen). Vlees of vis die bij het gourmetten of steengrillen langer dan twee uur buiten de koelkast heeft gestaan, kunt u niet meer gebruiken. Probeer dat dus te voorkomen! De zuivelproducten die de tbt-datum (tenminste houdbaar tot) hebben bereikt, kunt u meestal nog goed gebruiken. Wel even proeven of ruiken.

De receptenzoeker

Wel eens gehoord van het eetmaatje? Een maatbeker waarmee u de hoeveelheid rijst of pasta kunt afmeten, zodat u precies de juiste portie per persoon kunt klaarmaken en geen restjes overhoudt. U kunt de maatbeker gratis aanvragen bij het Voedingscentrum (wel tegen portokosten). Hebt u toch te veel gekookt, gooi de restanten dan niet weg, laat ze afkoelen en bewaar ze in de koelkast zodat u er een nieuw gerecht mee kunt maken voor de volgende dag(en). Goed verhitten voor gebruik! Kijk voor tips eens op de receptenzoeker van het Voedingscentrum, u vindt er veel recepten voor de verwerking van restjes. Ik vulde ter controle 'spruitjes' in en kreeg maar liefst 27 originele recepten om overgebleven spruitjes op te maken.

Ga de strijd aan

Tot slot wil ik u nog wijzen op de *Foodbattle* die u vindt op de site van Milieu Centraal. Samen of alleen gaat u de strijd aan tegen voedselverspilling door een week of langer bij te houden hoeveel voedsel u per dag verspilt (weggooit!). Dat kan online maar ook door een dagboekje bij te houden. U krijgt als deelnemer allerhande tips om verspilling te voorkomen. De gemeente Groningen heeft voor haar inwoners deze *Foodbattle* uitgeschreven. Een mooi initiatief waaruit blijkt dat voedselverspilling ook op de gemeentelijke agenda staat. Binnen het kader van ons thema De vrouw als consument is dan ook mijn oproep aan alle leden: voorkom voedselverspilling en kijk wat u er als consument aan kunt bijdragen.

Henny de Wit, voorzitter Denktank

henny.dewit@kpnmail.nl

www.voedingscentrum.nl

www.milieucentraal.nl/foodbattle

