

## Verwenden statt verschwenden!

Das Nachhaltigkeits-Quiz – Teste dein Wissen!

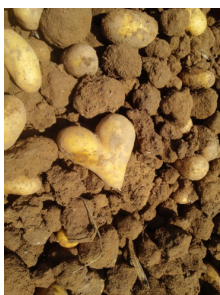
**Frage 1: Wenn Lebensmittel weggeworfen werden, ist das schlecht für Nachhaltigkeit und Umwelt, da alle Schritte für die Herstellung dann umsonst waren. Wie viele Lebensmittel landen in Deutschland pro Jahr in der Tonne?**

- 5 Tonnen (1 Elefant)
- 11 Millionen Tonnen (ca. 2 Millionen Elefanten)
- 500 Tonnen (100 Elefanten)

**Die Lebensmittelverschwendung in Deutschland ist enorm! Was kannst Du dagegen tun?**

### Lebensmittel wertschätzen

Ungefähr ein Drittel der Lebensmittel, die für die menschliche Ernährung produziert werden, gehen jährlich weltweit verloren. Das sind ca. 1,3 Milliarden Tonnen. Die meisten Lebensmittel werden in Privathaushalten weggeworfen. Etwa jedes 8. Lebensmittel, das gekauft wird, landet in der Tonne. Ein Großteil davon ist vermeidbar!



Wir müssen lernen, Lebensmittel wieder wertzuschätzen.







### Gut geplant ist halb gerettet!

Ein gemeinsamer Wochenplan erleichtert die Organisation in Haushalten, in denen mehrere Menschen zusammen leben. Wenn die Mahlzeit im Voraus feststeht, fällt es leicht zu planen, gezielt einzukaufen, den Geschmack von jedem Familienmitglied mindestens einmal zu treffen und ganz nebenbei weniger Lebensmittel zu verschwenden.



Der Einkaufszettel ist dabei der wichtigste Begleiter.

### Lebensmittel retten leicht gemacht: Ein paar wertvolle Tipps und Tricks

1. Tomaten werden außerhalb des Kühlschranks getrennt von anderem Obst und Gemüse gelagert. 
2. Brot kommt in den Brotkasten. Im Sommer kann es ausnahmsweise in den Kühlschrank, um es kurzzeitig vor Schimmel zu bewahren. 
3. Reste von Dosen Gemüse und Dosenobst nach dem Öffnen in einen anderen Behälter umfüllen. So sind sie im Kühlschrank noch einige Zeit haltbar. 
4. Mit dem Wassertest überprüfen, ob ein Ei noch verzehrt werden kann: Ein frisches Ei liegt auf dem Boden. Wenn das Ei oben schwimmt, muss es entsorgt werden. 
5. Das Fach über dem Gemüsefach ist mit 2°C der kälteste Bereich im Kühlschrank. Hier wird Fleisch und Fisch untergebracht. 
6. Äpfel, Mangos und Pflaumen sind Obstsorten, die zuhause nachreifen. Bei der Lagerung sondern sie Reifegas ab, daher sollte man sie getrennt von anderen Obstsorten aufbewahren. 
7. Das Ablaufdatum ist ein Wegwerfdatum. Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) ist nur ein Frischegarant. Das Lebensmittel muss nach Ablauf nicht zwangsläufig entsorgt werden. 