

LEBENSMITTELWERTSCHÄTZUNG

LEBENSMITTEL RETTEN UND SPAREN

Vermeiden Sie, dass Ihre Lebensmittel verderben oder Reste im Abfall entsorgt werden müssen. Das ist gut für das Gewissen, die Umwelt und den eigenen Geldbeutel. Im Folgenden finden Sie Informationen, wie Sie Lebensmittel retten können und warum unvermeidbares Biogut am besten in der Biotonne aufgehoben ist.



Essensreste weiterverarbeiten,
zum Beispiel Kartoffeln vom Vortag zu
Kartoffelsuppe, altes Brot zu Croutons,
Obst zu Marmelade oder Smoothies.



Lebensmittel richtig lagern -
so bleiben sie länger frisch.



Zu **kleineren Portionen** greifen, dann
werden seltener Reste schlecht.



Lebensmittel möglichst **komplett**
verwerten - vom Blatt bis zur
Wurzel.



Impulskäufe minimieren -
durch Einkaufslisten und einem
vollen Magen beim Einkaufen.



Den eigenen Sinnen vertrauen:
Viele Lebensmittel sind auch nach
dem Mindesthaltbarkeitsdatum
noch lecker und gut.

Lebensmittel wertschätzen (Bild: lichtl Ethics & Brands GmbH, Grafiken: stock.adobe.com / Küche: topvectors / Stiff: rosad / Tasche: miumi / Topf: mhazapa / Thermometer: valeriyakozoriz / Karotte: Irina Strelnikowa / Nase: bsd555)

Lebensmittelverschwendung vermeiden

- In Deutschland werden jedes Jahr 18 Millionen Tonnen Nahrungsmittel weggeworfen.
- Das verschwendet wertvolle Ressourcen wie Wasser, große Flächen an Ackerland, Energie und Verpackungsmaterial, die für die Herstellung der Lebensmittel verbraucht werden.
- Indem Sie Einkaufslisten vorbereiten, kleinere Portionen einkaufen und Ihre Lebensmittel richtig lagern, können Sie vermeiden, dass Ihre Lebensmittel noch vor der Zubereitung ablaufen und ungenießbar werden.
- Dadurch sparen Sie wertvolle Ressourcen ein und schonen zugleich Ihren Geldbeutel.



LEBENSMITTELWERTSCHÄTZUNG

Tipps für die optimale Verwertung

- Versuche Sie bei der Zubereitung der Lebensmittel diese komplett zu verwerten. Informieren Sie sich, welche Schalen und Blätter mit gekocht und verzehrt werden können. Die Blätter von Radieschen, Kohlrabi, Rote Bete oder Möhren sind sehr schmackhaft und können bedenkenlos gegessen werden.
- Suchen Sie Rezepte, mit denen Sie die Reste vom Vortag weiterverarbeiten können. Die Initiative „Zu gut für die Tonne“ bietet eine Rezeptdatenbank, bei der Sie eine Zutat angeben, mit der Sie kochen möchten und dann erhalten Sie eine Liste mit Rezept-Vorschlägen. Ausgewählte Rezepte finden Sie auch auf www.berlin.de/biotonne.
- Sie können selbst am besten einschätzen, ob ein Lebensmittel noch haltbar ist. Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist nur ein Richtwert. Vertrauen Sie Ihren eigenen Sinnen und prüfen Sie selbst, ob die Nahrungsmittel noch gut aussehen, riechen und schmecken.

Zero Waste

- Je weniger Lebensmittel weggeworfen werden, umso geringer ist das Müllaufkommen in Berlin.
- Berlin hat sich zum Ziel gesetzt, bis 2030 den Abfall aus privaten Haushalten und Gewerbe um bis zu 20 Prozent zu reduzieren.
- Nutzen Sie die Biotonne! Über die Biotonne kann unvermeidbares Biogut weiter verwertet werden.

Sparen mit der Biotonne

- So sparen Sie: im ersten Schritt vermeiden, dass Lebensmittelabfälle entstehen und alle unvermeidbaren Küchen- und Gartenabfälle als Biogut in der Biotonne sammeln.
- Über die Biotonne wird Biogut in Berlin zu wertvollem Biogas und Kompost für die Landwirtschaft weiter verarbeitet.
- Durch die konsequente Nutzung der Biotonne können Berlinerinnen und Berliner 1. Erdgas, 2. Müllgebühren und 3. umweltschädliche Klimagase einsparen:
 1. Wenn jede Berlinerin und jeder Berliner 1 Kilogramm Biogut pro Woche in der Biotonne sammelt - statt im Hausmüll - könnte das daraus gewonnene Biogas den Erdgas-Verbrauch von 4.700 Einfamilienhäuser ersetzen.
 2. Wenn Sie jetzt eine Biotonne einführen und zugleich Ihre 60-Liter-Hausmülltonne auf eine vierwöchige Leerung umstellen, sparen Sie bis zu 12 Prozent Müllgebühren.
 3. Die Verarbeitung von Biogut zu Biogas und Kompost könnte in Berlin bis zu 24.000 Tonnen schädlicher Klimagase einsparen.



Weitere Informationen zu Lebensmittelwertschätzung und zur Nutzung der Biotonne in Berlin finden Sie unter www.berlin.de/biotonne.

