

Jak podaje Organizacja Narodów Zjednoczonych ds. Wyżywienia i Rolnictwa na świecie, co roku marnuje się 1,3 mld ton żywności nadającej się do spożycia, co stanowi 1/3 produkcji żywności na Ziemi. Jednocześnie, co jest paradoksalne, 868 milionów ludzi na świecie cierpi z powodu głodu.

Jak wynika z projektu PROM (Program Racjonalizacji i Ograniczenia Marnotrawstwa Żywności), w całym łańcuchu żywnościowym, do którego zalicza się uprawę, produkcję, dystrybucję i konsumpcję w Polsce marnowanej jest niemalże 5 mln ton żywności, a my konsumenci aż 60% z tego, czyli blisko 3 mln ton. W polskich domach w każdej sekundzie przez cały rok w koszu ląduje aż 92 kg żywności. To odpowiednik 184. bochenków chleba.

Marnowanie żywności jest również bardzo szkodliwe dla środowiska naturalnego. Do jej produkcji potrzebna jest energia, woda, paliwo do transportu, aktywność ludzka, a to wszystko generuje ślad węglowy. Psująca się żywność to także źródło jednego z najbardziej szkodliwych gazów cieplarnianych, jakim jest metan.

Za dużo kupujemy

Przywykliśmy do robienia zakupów bez tzw. listy zakupów, spójnej z planem tego, co faktycznie w najbliższym czasie zamierzamy przygotować do jedzenia. Działamy spontanicznie i kupujemy na zapas. Im bardziej jesteśmy głodni, tym w naszych koszykach ląduje więcej niepotrzebnych produktów. Przestaliśmy martwić się ich przechowywaniem, bo nasze lodówki są coraz pojemniejsze. Jednak wszystko ma swój termin przydatności do spożycia. Tu pułapką jest to, że informacja na etykietach „najlepiej spożyć przed” nie jest tym samym co „należy spożyć do” – te pierwsze takie jak mąka, makaron czy olej możemy wykorzystać po terminie i nic się nam nie stanie. W drugim przypadku termin przydatności jest ściśle określony np. dla ryb, mięsa, nabiału i lepiej go nie przekraczać.

Kolejną sprawdzoną metodą chroniącą żywność przed zmarnowaniem jest FIFO, czyli z angielskiego First In, First Out (pierwsze wchodzi, pierwsze wychodzi). Chodzi o to, aby w pierwszej kolejności wykorzystywać z lodówki te produkty, które najdłużej w niej przebywają.

Przedłużanie terminu do spożycia

Często spotykamy się z tym, że pojedynczy ogórek czy cukinia pakowane są w termokurczliwą folię, co uważane jest za bezsensowne generowanie kolejnego plastikowego odpadu. W praktyce zabieg ten znacznie przedłuża przydatność warzyw do spożycia minimalizując ryzyko ich popsucia się zarówno w transporcie, podczas magazynowania, na sklepowych półkach jak i w naszych domach.

Szereg produktów doskonale nadaje się również do zamrożenia, ale i tu należy pamiętać, że nie możemy ich przetrzymywać w nieskończoność.

Istotną rolę w zapobieganiu marnowaniu żywności pełnią opakowania – to one pozwalają na przedłużenie przydatności danych produktów poprzez np. szczelne pakowanie próżniowe, bariery zapobiegające psuciu się żywności na skutek wpływu różnego typu mikroorganizmów, powietrza czy też światła dziennego.

Dziel się z potrzebującymi

Wyrzucamy do kosza 5 mln ton żywności rocznie

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: środa, 18, sierpień 2021 11:42

Joanna Gryboś-Chechelska

Odsłony: 618

W wielu krajach także w Polsce powstaje coraz więcej inicjatyw pozwalających na dzielenie się żywnością z potrzebującymi. Od 2016 roku, w ramach idei foodsharing'u, czyli dzielenia się żywnością, funkcjonują „jadłodzielnie”, które powstają w coraz to większej liczbie miast. W takich miejscach można zostawić niemalże wszystko z wyłączeniem surowego mięsa i jaj oraz niepasteryzowanego mleka. Przekazanie żywności do takiego punktu nie kosztuje zbyt wiele wysiłku, a przyczynia się do ochrony środowiska i realnej pomocy tym, którzy jej potrzebują.

Źródło: IP