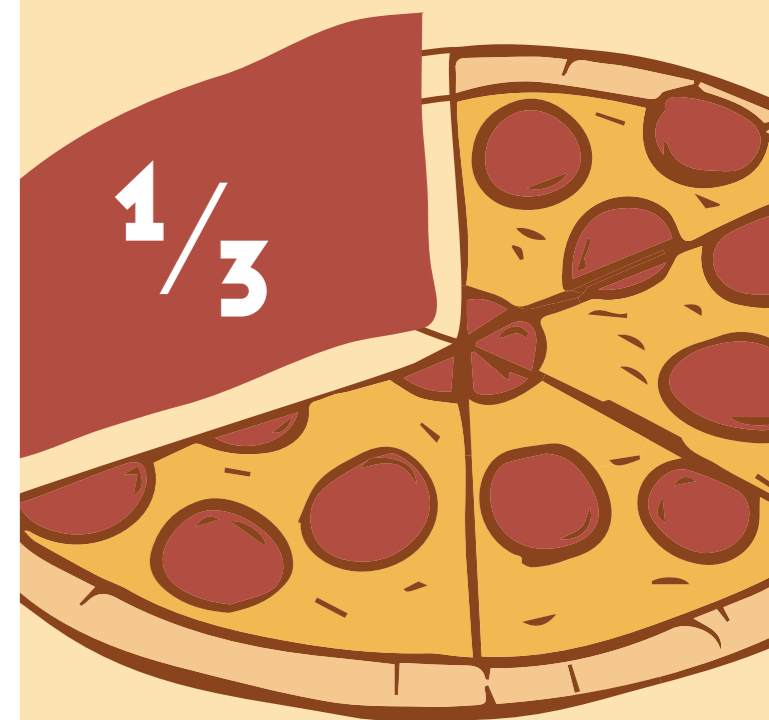




## Lebensmittel nutzen statt wegwerfen

Noch landet ein Drittel im Abfall!



## Weitere Infos

### Weitere Links

Verschiedene Projekte zur gemeinsamen Produktion von Lebensmitteln: <http://urbanagriculturebasel.ch>

Eine digitale Landkarte, die Standorte von Bäumen und Sträuchern im öffentlichen Raum anzeigt und damit das Selbersammeln von Früchten, Nüssen und Kräutern ermöglicht: <http://mundraub.org>

Departement für Wirtschaft, Soziales und Umwelt des Kantons Basel-Stadt  
**Amt für Umwelt und Energie**

Hochbergerstrasse 158  
CH-4019 Basel

Telefon +41 (0)61 639 22 22  
Telefax +41 (0)61 639 23 23

E-Mail: [abfall@bs.ch](mailto:abfall@bs.ch)

Webseite: [www.bs.ch/foodwaste](http://www.bs.ch/foodwaste)



Grundlagen der Texte und Grafiken wurden von [www.foodwaste.ch](http://www.foodwaste.ch) zur Verfügung gestellt.  
Herausgeber: Amt für Umwelt und Energie Basel-Stadt

## Einkaufen

**Sie können Ihre eigenen und die indirekten Lebensmittelverluste verringern, indem Sie ein paar einfache Tipps befolgen.**

### Vor dem Einkaufen

- Ein Blick in den Kühlschrank genügt, um zu wissen, was Sie wirklich brauchen.
- Erstellen Sie einen Einkaufszettel.
- Sehen Sie lieber mehrere kleine Einkäufe pro Woche vor als einen Grosseinkauf. Oft fallen nach einem Grosseinkauf mehr Abfälle an.

### Während des Einkaufs

- Vorsicht vor Sonderangeboten: Kaufen Sie nur so viel, wie Sie auch essen können. Werfen Sie vom Sonderangebot einen Teil in den Abfall, sparen Sie nicht – im Gegenteil!
- Saisonales und Regionales bevorzugen: Saisonale Produkte aus der Region verursachen weniger Lagerungs- und Transportabfälle.
- Unverarbeitete Lebensmittel vorziehen: Bei verarbeiteten Lebensmitteln geht während der Verarbeitung bereits ein Teil verloren.

### Einkaufshilfen

Kostenlose Apps für Ihr Smartphone helfen Ihnen beim Einkaufen und der Lagerung.

### Apps

EssenHüter  
WWF Ratgeber

## Lagern

**Wenn Sie Ihre Lebensmittel korrekt lagern oder konservieren, bleiben sie länger haltbar. Die Haltbarkeitsdauer hängt unter anderem von Licht- und Sauerstoffeinwirkung und von der für das Lebensmittel idealen Temperatur ab. Jedes Produkt hat zwar individuelle Ansprüche, es lassen sich aber ein paar allgemeine Regeln formulieren.**

### Lichtarm lagern

Licht beschleunigt die Verderbungsprozesse von Ölen und Fetten. Verwenden Sie darum lichtundurchlässige Verpackungen oder lagern Sie diese Produkte im Dunkeln.

### Luftdicht verschliessen

Viele Verderbungsprozesse werden durch Sauerstoff begünstigt oder vorangetrieben (Ranzigkeit, Schimmel oder Verfärbungen). Packen Sie Lebensmittel nach dem Öffnen in luftdichte Behälter um.

### Kühl lagern

Um die Alterungs- und Verderbungsprozesse zu verlangsamen, sollten Sie Ihre Lebensmittel bei kühlen bis kalten Temperaturen lagern. Auf vielen Lebensmitteln finden Sie Angaben zur idealen Lagertemperatur.

### Was wie lagern?

- Zum Beispiel: Bananen luftig, kühl und getrennt von anderem Gemüse und Obst lagern,
- Karotten im Kühlschrank, am besten im Gemüsefach.

### Links

[www.foodwaste.ch](http://www.foodwaste.ch)

## Verwerten

**Kochen und Essen sind Rituale, die wir pflegen sollten. Es gibt ein paar Grundsätze welche zu beachten sind, damit möglichst wenig Lebensmittelabfälle entstehen.**

- Verwerten Sie alle essbaren Teile eines Lebensmittels. Beispielsweise ist beim Broccoli auch der Strunk geniessbar.
- Berechnen Sie die Portionen so gut wie möglich, damit wenig übrig bleibt.
- Schöpfen Sie mehrere kleinere statt einer grossen Portion.
- Reste im Topf können Sie problemlos wiederverwerten oder aufwärmen. Gemüsereste lassen sich zum Beispiel einfach zu Suppen verarbeiten.
- Bananen mit brauner Schale sind sehr reif, aber nicht verdorben. Sie eignen sich beispielsweise zum Herstellen von Milchshakes.
- Altes, noch nicht ganz hartes Brot können Sie im Ofen frisch aufbacken. Brot etwas feucht machen, damit das Brot knusprig und nicht hart wird!
- Ganz hartes Brot können Sie zu Paniermehl verarbeiten.

### Links

[www.chefkoch.de/rezept-reste.php](http://www.chefkoch.de/rezept-reste.php)

Teilen Sie Lebensmittel, statt diese wegzuwerfen:

[www.foodsharing.de](http://www.foodsharing.de)

## Durchblick im Daten-Dschungel

**Viele Lebensmittel landen im Abfall, obwohl sie noch geniessbar wären. Einer der Gründe dafür ist, dass wir uns eher auf die auf dem Produkt aufgedruckten Daten als auf unsere eigenen Sinne (schauen, riechen, schmecken) verlassen. Dazu kommt, dass vielen die Unterschiede zwischen den Daten nicht so ganz klar sind.**

### «zu verbrauchen bis»

Das Verbrauchsdatum ist gesetzlich für leicht verderbliche Lebensmittel (Hackfleisch, Fisch, Produkte mit rohen Eiern etc.) vorgeschrieben, die gekühlt gelagert werden müssen. Nach Ablauf dieses Datums sollte das entsprechende Lebensmittel nicht mehr konsumiert werden, da dies negative Folgen für die Gesundheit haben könnte.

### «mindestens haltbar bis»

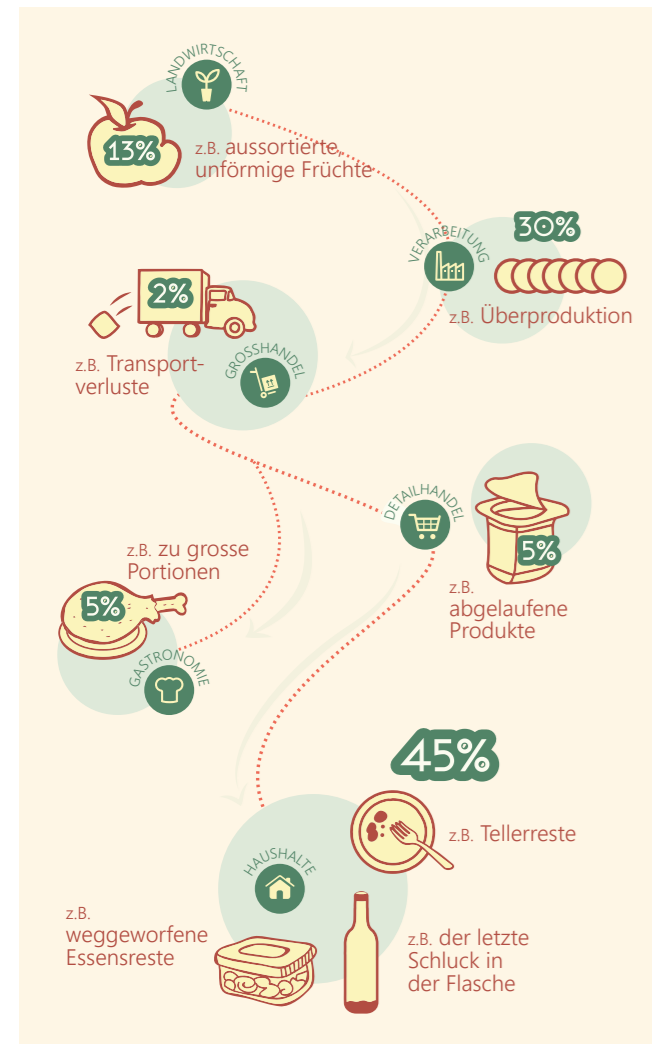
Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist im Schweizerischen Lebensmittelgesetz verankert und eine Qualitätsgarantie des Herstellers. Unter angemessenen Aufbewahrungsbedingungen muss das Produkt mindestens bis zum aufgedruckten Datum seine spezifischen Eigenschaften behalten. Die meisten Nahrungsmittel sind jedoch über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus haltbar. Als Faustregel gilt daher: Wenn die Ware vom Geruch, dem Geschmack, der Konsistenz, der Farbe und der Erscheinung her so ist wie eine nicht abgelaufene Ware derselben Sorte, dann steht dem Verzehr nichts im Weg.

### «zu verkaufen bis»

Dieses Datum wird von vielen Läden auf leicht verderblichen Lebensmitteln angebracht, um diese rechtzeitig zu verkaufen oder auszusortieren. Meistens sind sie noch längst nicht verdorben!

## Was ist Food Waste

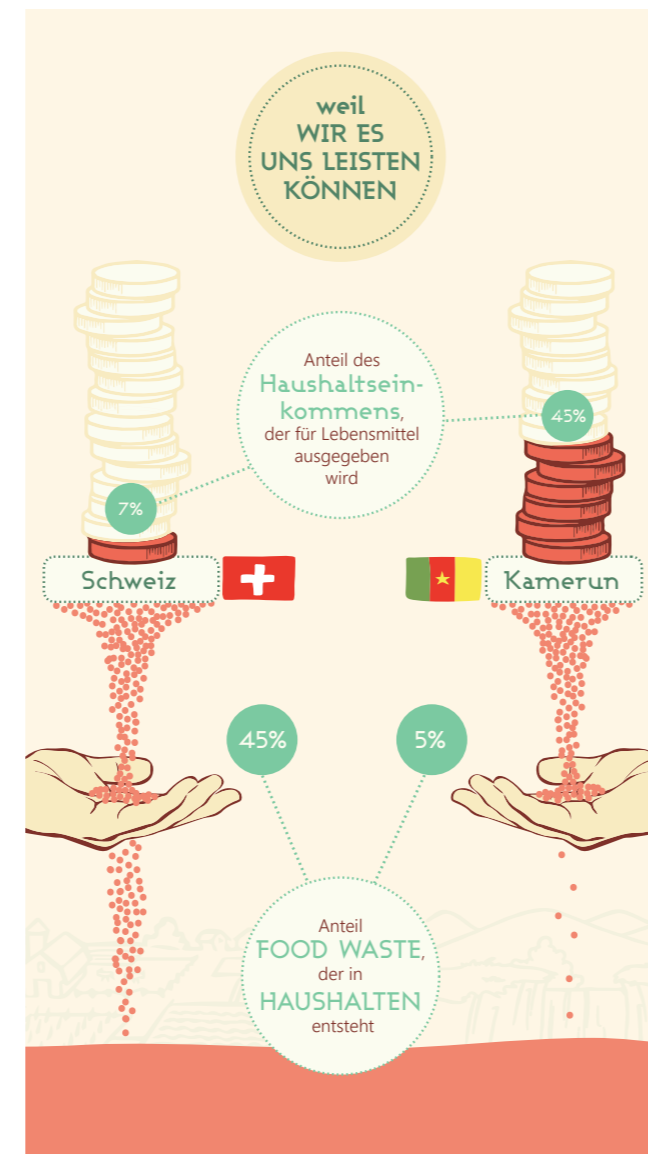
Food Waste sind Lebensmittel, die für den menschlichen Konsum produziert wurden und auf dem Weg vom Feld bis zum Teller verloren gehen oder weggeworfen werden.



## Mengen und Ursachen für Food Waste



## Wieso werfen wir Lebensmittel weg



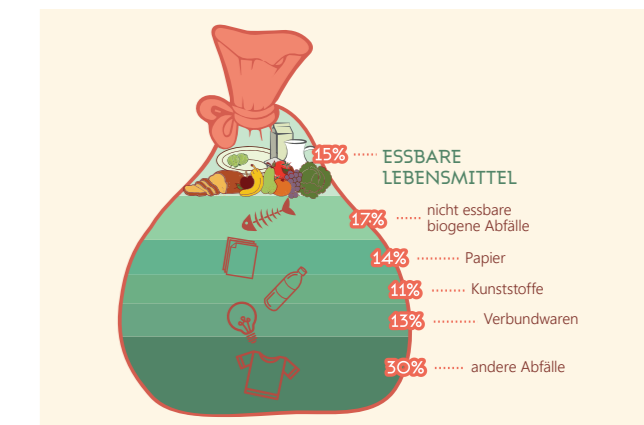
## Welche Folgen hat Food Waste



## Welche Folgen hat Food Waste



## Biogene Abfälle in Basel richtig entsorgen



Auch wenn man noch so gut schaut, in jedem Haushalt fallen organische Abfälle an. Wie kann man diese Abfälle richtig entsorgen, damit die Nährstoffe erhalten bleiben?

**Kompostieren und Kompostberatung**  
 Das Kompostieren im eigenen Garten, Hinterhof oder auf dem Balkon wird von der Stadt aktiv unterstützt. Die Kompostberatung zeigt Ihnen vor Ort, wie Sie in Ihrem Hinterhof, auf Ihrem Balkon oder in Ihrem Garten kompostieren können. Sie stellt Ihnen bei Bedarf Material und Werkzeug kostenlos zur Verfügung. Die Kompostberatung gibt auch Auskunft über die Benutzung und die Standorte der Quartierkomposte. Kontakt: [kompostberatung@bs.ch](mailto:kompostberatung@bs.ch), Tel. 061 377 89 81, Mo: 14–16 Uhr, Di: 7.15–12 Uhr, Mi: 10–12 Uhr

**Bioklappe**  
 In Basel gibt es an verschiedenen Standorten sogenannte Bioklappen für Ihre organischen Küchenabfälle. Für die Benutzung braucht es eine spezielle Chipkarte.

Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.aue.bs/a-z](http://www.aue.bs/a-z) oder bei der Sauberkeitshotline unter Tel. 061 385 15 15.