



© Forum Biofachhandel/Elisabeth Krainz-Blum, Obfrau des Forums Biofachhandel und Inhaberin des Bioladens „Mein Müli“

## Tag gegen Lebensmittelverschwendung

oekonews.at 29.9.2024 Weniger ist mehr!

Mehr als die Hälfte aller Lebensmittelabfälle in Österreich fallen in privaten Haushalten an. Laut Umweltbundesamt landen unglaubliche 400.000 bis 600.000 Tonnen essbarer Nahrungsmittel jährlich in der Mülltonne. Besonders häufig weggeworfen: Brot und Gebäck sowie Obst und Gemüse. Die Gründe sind wie immer vielfältig und sicher nicht nur bei den Konsumentinnen und Konsumenten zu suchen. Anlässlich des Internationalen Tages gegen Lebensmittelverschwendung am 29. September greift die Brancheninitiative „Forum Biofachhandel“ dieses wichtige Thema auf.

„Wir stellen in unseren Biofachläden immer wieder erstaunt fest, wie dankbar die Kundinnen und Kunden sind, dass wir beispielsweise unser frisches bioregionales Obst und Gemüse pro Stück und ganz ohne Plastikhülle anbieten“, erzählt Elisabeth Krainz-Blum, Obfrau des Forums Biofachhandel und Inhaberin des Bioladens „Mein Müli“. Eine Tatsache, die auch den zahlreichen Einpersonenhaushalten zugutekommt, denn Österreich ist mittlerweile ein Land der Singles. Seit Mitte der 80er-Jahre hat sich lt. Statistik Austria die Zahl der Einpersonenhaushalte nahezu verdoppelt und beträgt nun mehr als ein Drittel aller Privathaushalte. „Und wir wissen alle: Wer für sich allein kauft, ist häufig mit dem Problem konfrontiert, dass Lebensmittel nur in viel zu großen Mengen angeboten werden. Und dann wird schlichtweg und auch nicht immer freiwillig zu viel gekauft“, ergänzt Krainz-Blum.

### Schönheitsideale als K.-o.-Kriterium

Auch die überzogenen Vermarktungsnormen des klassischen Lebensmitteleinzelhandels tragen zur unnötigen Verschwendung bei. Glatt und glänzend poliert fürs Auge muss die Ware sein, lautet dessen klare Devise, und so kommt es, dass beispielsweise zwei Drittel der geernteten Bio-Karotten nicht der Normen entsprechen und deshalb in der Mülltonne landen. Lebensmittel als kostbares Gut. Der Brancheninitiative für den Biofachhandel ist es demnach ein großes Anliegen, den Wert von Lebensmitteln in den Mittelpunkt zu stellen und mit einfachen Tipps die Konsument\*innen zu unterstützen. „Wir kennen und schätzen den Wert jedes einzelnen Produkts. Ist die Karotte zu klein, zu groß oder zu rund, kommt sie bei uns

trotzdem ins Regal. Bei uns braucht Obst und Gemüse eben keine tradierten ‚Modelmaße‘, um gut zu schmecken und gesund zu sein.

Auch Lebensmittel, die krumm oder nicht mehr so schön sind, werden bei uns als schmackhaftes Mittagessen zubereitet und somit sinnvoll verwertet“, betont Krainz-Blum und hat einige Tipps gegen Lebensmittelverschwendung parat.

Tipps, um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden:

1. Einkäufe planen
2. Nicht hungrig einkaufen gehen
3. Großverpackungen auf ihre Notwendigkeit hinterfragen

Wer XXL-Packungen oder „Drei-für-zwei-Angebote“ kauft und später dann einen Teil wegwirft, spart nicht nur kein Geld, sondern verschwendet Lebensmittel und wertvolle Ressourcen.

4. Die Pflanze vom Blatt bis zur Wurzel inkl. ihrer Schönheitsfehler wertschätzen  
Bei vielen Obst- und Gemüsesorten ist mehr essbar als man denkt. Wie zum Beispiel beim Brokkoli der Strunk, der sehr oft im Müll landet, obwohl er genauso gut schmeckt wie die Röschen.

5. Richtig lagern

Die Bio-Zucchini bleibt zum Beispiel lieber außerhalb des Kühlschranks, denn Kälte tut ihr nicht gut und sie verdirbt dadurch schneller.

6. Mindesthaltbarkeitsdatum richtig interpretieren

Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) gibt an, wie lange ein Lebensmittel bestimmte Eigenschaften wie zum Beispiel Geschmack, Aussehen oder Nährwerte mindestens behalten muss. Das MHD ist nicht mit dem Verfalls- oder Verbrauchsdatum zu verwechseln!

7. Lebensdauer verlängern

Neben der richtigen Lagerung gibt es zahlreiche weitere Möglichkeiten, Lebensmittel länger haltbar zu machen. Bananen, Kuchen, Gewürze oder Reste des fertig gekochten Mittagessens – es lässt sich nahezu alles einfrieren. Sogar Eier. Die muss man allerdings vor dem Einfrieren aufschlagen. Auch Einkochen und Einmachen ist eine Möglichkeit, um die Lebensdauer von Lebensmitteln zu verlängern.

8. Reste verwerten

Aus Lebensmittelresten und „alten“ Lebensmitteln lassen sich großartige Gerichte zaubern. Schrumpelige Äpfel können beispielweise zu Apfelmus verkocht werden. Braune Bananen werden zum trendigen Bananenbrot und schlappes Gemüse zum beliebten Curry.

## Über das Forum Biofachhandel

Neben den großen Supermärkten und ihrem wachsenden Bio-Angebot führen die unabhängigen, meist kleineren Biofachläden ein eher weniger beachtetes Dasein.

Und das, obwohl sich unter ihnen wahre Bio-Pionier\*innen mit jahrzehntelanger Erfahrung befinden und sie gemeinsam 14 Prozent des Gesamtumsatzes des Biosektors verantworten. Die Initiative „Forum Biofachhandel“ will das ändern und der Branche eine gemeinsame Stimme geben. Knapp 40 Mitgliedsbetriebe aus ganz Österreich sind bereits an Bord – um die hundert sollen es werden.

Nähere Infos auf: [www.forumbiofachhandel.at](http://www.forumbiofachhandel.at)