

Il Decalogo



per evitare di sprecare gli alimenti in casa

Strategie antispreco



Una buona pianificazione della spesa, accortezze nella preparazione degli alimenti e una buona conservazione



Acquisti, che passione!

Ma bisogna resistere alle tentazioni: dalle offerte alle maxi confezioni agli acquisti superflui, lo spreco può essere sempre in agguato



Stai fresco!

In casa vengono sprecati soprattutto prodotti freschi, pane, frutta e verdura, pensiamoci quando li acquistiamo



Occhio all'etichetta

Leggila sempre bene, con particolare attenzione alle indicazioni sulla durata dei prodotti



Scadenza: istruzioni per l'uso

"Da consumarsi entro" è il limite oltre il quale il prodotto non va consumato (di solito usata per pochi prodotti altamente deperibili come il latte fresco). "Da consumarsi preferibilmente entro" indica che, oltre la data riportata, il prodotto può essere ancora consumato, possibilmente in tempi brevi, senza rischi per la salute.



Quanto basta

Attenzione alle dosi quando cucini, la sovrabbondanza di cibo poi non consumato porta allo spreco



Il gusto degli avanzi

Mangia il giorno dopo quello che è avanzato o utilizzalo in nuove ricette. Così non sprechi e dai più valore al tuo cibo e al tuo denaro.



E' qui la festa?

W la doggybag!



Anche in Italia, ormai, è sempre più diffusa al ristorante la doggybag, la scatola che permette di portare a casa gli avanzi dei pasti, chiedila

In occasione di feste e ricevimenti gratifica i tuoi ospiti con un dono gastronomico «avanzato»



Dai il tuo contributo



Informati sui programmi anti spreco della tua città, così potrai donare il tuo surplus alimentare a chi ne ha bisogno