

Mit Smoothies und Croûtons gegen Food Waste

Wer bewusster einkauft, muss weniger Lebensmittel wegwerfen. Food Waste lässt sich aber auch auf andere Art reduzieren.

Rund 2,8 Millionen Tonnen Lebensmittel landen in der Schweiz jedes Jahr im Abfall. Das sind über 200'000 voll beladene Lastwagen. Eine Ressourcen-Verschwendung, die nicht sein muss.

Wer gezielt mit einer Liste einkauft, verhindert Fehlkäufe. Resten lassen sich am nächsten Tag aufwärmen. Blätter von Rinden, Karotten oder Radieschen schmecken als Kräuter in Salaten oder als Pesto. Wer Fleisch einkauft, sollte nicht nur bei den Edelstücken zugreifen. Und warum

nicht einmal in einer Bäckerei oder in der Äss-Bar in Biel Brot und Gebäck vom Vortrag kaufen? Oder mit der App «Too Good To Go» Essen bestellen, das sonst entsorgt werden müsste?

Aus trockenem Brot kann man Frotzelschnitten, Croûtons oder Paniermehl machen. Überreife Früchte lassen sich zu einem Smoothie verarbeiten, und mit einem Spritzer Zitrone schmecken sie wie frisch.

Mehr Umwelt-Tipps unter www.biel-bienne.ch/umwelttipps



Energiestadt Biel

Bielleuropean energy award



Stadt Biel
Ville de Bienne

Comment lutter contre le gaspillage alimentaire

Faire ses courses de manière plus consciente permet de jeter moins de nourriture, mais il y a d'autres moyens de lutter contre le gaspillage alimentaire.

En Suisse, on jette environ 2,8 millions de tonnes de nourriture par an, soit plus de 200'000 camions remplis. Ce gaspillage de ressources n'est pas nécessaire.

En faisant des courses ciblées avec une liste, on évite les achats inutiles. Les restes peuvent être réchauffés et les feuilles de betteraves, carottes ou radis sont délicieuses dans des salades ou du pesto. En matière de viande, ne nous limitons pas aux morceaux «nobles». Et pourquoi ne pas acheter

parfois du pain et des pâtisseries de la veille dans une boulangerie ou au «Äss-Bar» à Bienne ? Quant à l'application «Too Good To Go», elle permet d'acheter de la nourriture qui serait sinon jetée.

Le pain sec peut être recyclé en croûtons, pain perdu ou panure. Et les fruits trop mûrs donnent de délicieux «Smoothies» que l'on peut agrémenter de jus de citron pour une touche de fraîcheur.

D'autres éco-conseils sur www.biel-bienne.ch/eco-conseils



Cité de l'énergie Bienne

Bielleuropean energy award