

COMBATTI LO SPRECO, NUTRI IL FUTURO!

Lo spreco alimentare è un tema che riguarda tutti da vicino.

Ridurre lo spreco è possibile, variando anche di poco i comportamenti che adottiamo.

Sprecare meno cibo ci permetterà di salvaguardare preziose risorse.

Che accorgimenti possiamo usare nella vita di tutti i giorni per essere più virtuosi e meno "spreconi"?

Possiamo – se lo vogliamo - apportare dei cambiamenti alle nostre abitudini alimentari e ai consumi quotidiani.

Ognuno di noi può fare la differenza.

Se saremo in tanti a mettere in atto comportamenti virtuosi, potremo davvero migliorare il nostro futuro e quello dei nostri figli.



Contatti

Istituto Zooprofilattico Sperimentale del Piemonte Liguria e Valle d'Aosta
Via Bologna 148 · 10154 Torino, Italia

Centralino

Tel. +39 011 26861
comunicazione@izsto.it
PEC: izsto@legalmail.it

www.izsplv.it

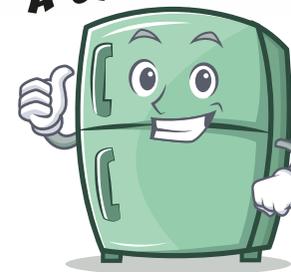


Informati sui programmi contro lo spreco alimentare della tua città

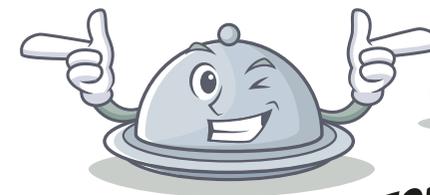


COMBATTI LO SPRECO, NUTRI IL FUTURO!

A CASA



AL SUPER MARKET



AL RISTORANTE

Il problema dello spreco alimentare è un fenomeno importante e diffuso che riguarda il consumo e la gestione degli alimenti. Un'importante quantità di cibo viene sprecata quotidianamente in tutto il ciclo di produzione, distribuzione e consumo. Imparando a utilizzare al meglio le nostre risorse potremmo salvaguardare l'ambiente e tutto il Pianeta.

ECCO ALCUNI CONSIGLI!

COMBATTI LO SPRECO, NUTRI IL FUTURO!

A CASA



Consigli anti-spreco

1. Fai attenzione alle dosi quando cucini: eviterai di avanzare inutilmente i tuoi piatti.
2. Conserva correttamente i cibi: se non sei sicuro leggi sull'etichetta qual è il luogo giusto.
3. Utilizza gli avanzi per nuove ricette: sperimenta così nuovi menù e libera la fantasia in cucina.
4. Puoi congelare gli avanzi di cibo fresco: segna sempre la data sul contenitore.

La RICETTA

Gnocchi di pane raffermo

Ammorbidire la mollica di pane duro nel latte, quindi impastare con uovo, parmigiano grattugiato, sale e pepe. Formare gli gnocchetti, lessarli nell'acqua bollente per pochi minuti e condire a piacere.

AL SUPER
MARKET



Consigli anti-spreco

1. Fai la spesa con una lista dettagliata: limiterai gli acquisti doppi.
2. Controlla la data di scadenza dei prodotti: "da consumarsi entro" la data è improrogabile, "da consumarsi preferibilmente entro" la data è indicativa.
3. Non cedere alla maxi-confezioni: conserverai meglio gli alimenti negli imballi originali.
4. Consulta i programmi e le App antispreco: potrai contribuire a limitare lo spreco di derrate ancora buone.

Si stima che ogni anno in Europa siano generati quasi 57 milioni di tonnellate di rifiuti alimentari (127 kg a persona), pari a circa 130 miliardi di euro. Lo spreco alimentare domestico ne rappresenta la fonte principale, essendo responsabile del 55% di tutti gli sprechi alimentari.

Fonte: Commissione Europea, 2022

AL RISTORANTE



Consigli anti-spreco

1. Non ordinare troppe portate insieme: rischieresti di avanzare dell'ottimo cibo.
2. Condividi le porzioni troppo abbondanti: ridurrai lo spreco e farai felici gli altri commensali.
3. Chiedi di portare via con te gli avanzi: la "food bag" è disponibile in tutti i ristoranti.
4. Scegli il menù fisso con accortezza: potrebbe includere troppe portate.

La "food bag" è un termine inglese utilizzato per descrivere un contenitore con cui portare via il cibo avanzato dopo un pasto al ristorante.

È una pratica utile a evitare lo spreco alimentare ed è disponibile in tutti i luoghi di ristorazione.

