



AGENZIA DI STAMPA AMIA VERONA SPA
Direttore Responsabile Maria Cristina Buniotto
Reg. Tribunale di Verona n.1882 del 22.10.2010

Verona, 26 febbraio 2022

MENO SPRECHI

Siamo sempre più attenti alla salute del pianeta e compiamo ogni giorno scelte che lo salvaguardino, muovendoci a piedi o in bici e riducendo i consumi energetici. Ma a tavola? Mangiare sostenibile è possibile, limitando gli sprechi. Ogni anno oltre un miliardo di tonnellate di cibo finisce nella spazzatura, un terzo del cibo prodotto nel mondo viene così sprecato. Oltre alle conseguenze etiche, il cibo gettato ha anche un impatto economico e ambientale che non deve essere trascurato. Assieme ai prodotti alimentari si perdono infatti anche le risorse naturali impiegate per produrli, con l'inutile dispersione di CO2 nell'atmosfera.

Per scongiurare il rischio di buttare il cibo nella spazzatura senza averlo consumato, meglio seguire questi semplici accorgimenti:

1. Prima di fare la spesa, controlla nel frigo e nella dispensa quali alimenti hai già e quali ti mancano.
2. Prepara la lista della spesa da portare al supermercato e seguila.
3. Al supermercato fai attenzione a non lasciarti attrarre dalle offerte, rischiano di farti comprare più cibo.
4. A casa, conserva correttamente gli alimenti. Per mantenere quelli freschi il più a lungo possibile, imposta correttamente la temperatura del frigo (+4°C) e riponi gli alimenti nei giusti ripiani.
5. Attenzione a non lasciar scadere gli alimenti. Nella dispensa e nel frigo, porta avanti gli alimenti più vecchi e sistema dietro quelli appena acquistati.
6. Se hai comprato del cibo in eccesso, in molti casi lo puoi congelare.
7. Fantasia è la parola chiave da usare in cucina in particolare **per riutilizzare gli avanzi**, ed evitare così che quell'eccedenza che abbiamo sulla nostra tavola si trasformi in spreco.

AmiaNews

tel. [045 8063311](tel:0458063311)

fax [045 8063469](tel:0458063469)

e-mail amia.verona@amiavr.it