



UNC  
CONSUMATORI.IT

## Spreco alimentare: i numeri del fenomeno e i consigli per ridurlo

03 Febbraio 2021



La lotta allo **spreco alimentare** si combatte giornalmente partendo dalle mura domestiche dove, purtroppo, si spreca ancora la maggior parte di **cibo**. **Verdure** e **insalate**, seguite da **pasta** e **riso** sono i prodotti che finiscono più spesso nella **pattumiera**: il motivo è da ricondursi ad abitudini non sempre molto sostenibili dei consumatori.

Eppure basterebbe poco per **ridurre gli sprechi a tavola** con notevoli vantaggi per il pianeta e per le tasche dei consumatori.

### Il progetto “All you need is food”

Nell'ambito progetto **All you need is food**, finanziato dal **Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali** (ai sensi dell'art. 72 DL del 03/07/2017 n.117 e S.M.I., annualità 2018), la nostra associazione, insieme ad **Udicon** ha realizzato un video che fotografa la dimensione del fenomeno (pensiamo che la cifra sprecata ogni anno nelle case degli italiani equivarrebbe ad una mezza finanziaria) e fornisce **utili consigli per evitare gli**

sprechi.

**GUARDA IL VIDEO**

## **I falsi miti sul cibo**

Ma non solo: contribuiscono all'aumento del **cibo sprecato** alcuni **falsi miti** alimentati da tutti quei programmi televisivi che mostrano solo **prodotti lucidi e perfetti**: mele rosse e brillanti, uva con chicchi pieni e lustrati, foglie di insalata così verdi e grandi che sembrano finte. Basterebbe ricordare che anche una mela leggermente **raggrinzita** può essere tagliata e cotta con un po' di miele e cannella, divenendo così un ottimo dessert; così come le **foglie delle verdure** un po' appassite sono ottime per minestre e vellutate e, è bene sapere, che uno **stracchino** o una **mozzarella** leggermente colorati di giallo in superficie, o una fetta di prosciutto cotto dall'**odore leggermente acido**, possono essere ancora considerati **cibo non nocivo** che può essere utilizzato previa cottura come ingredienti per una frittata, in un pasticcio di uova o altro. Utilizzando il calore, come è noto, tutti i microrganismi vengono distrutti.

## **Leggere le etichette con gli speaker di RDS**

Altro aspetto fondamentale per **ridurre gli sprechi** è leggere le **etichette**: da venerdì 5 febbraio, la **Giornata Nazionale di Prevenzione dello spreco alimentare** è online un simpatico video realizzato dalla nostra associazione in collaborazione con **RDS 100% Grandi Successi**. Con la partecipazione degli speaker della radio **Danny Virgilio** e **Filippo Ferraro** ricordiamo ai consumatori cosa significa **“consumare preferibilmente entro”** e quali alimenti sono ancora buoni dopo la scadenza. Il tutto con l'obiettivo di parlare ai più giovani per evitare che cibo ancora buono finisca nella pattumiera.

Continuate a seguirci per dire **NO agli sprechi!**

**GUARDA IL VIDEO**

**Autore:** Simona Volpe

**Data:** 2 febbraio 2021