



UNC  
CONSUMATORI.IT

## **ALIMENTAZIONE: Il nostro decalogo antispreco**

05 Febbraio 2015

### ***Comunicato stampa dell'Unione Nazionale Consumatori***

**Roma, 5 febbraio 2015** - “La lotta allo spreco inizia al supermercato, quando si fa la spesa, e prosegue a casa, stando attenti a conservare i cibi nel modo più adeguato”. E’ quanto ricorda Massimiliano Dona, Segretario generale dell’Unione Nazionale Consumatori, in occasione della giornata nazionale contro lo spreco alimentare.

“Per aiutare i consumatori a limitare i prodotti che finiscono nella spazzatura -spiega Agostino Macrì, esperto UNC in sicurezza alimentare- abbiamo elaborato un utile **decalogo antispreco**. Il primo consiglio è quello di andare al supermercato con una lista della spesa pronta, avendo già pianificato i pasti della settimana, e non a stomaco vuoto, evitando così di riempire il carrello di prodotti non necessari”.

“E’ inoltre importante -prosegue il prof. Macrì- scegliere gli alimenti con una vita residua più lunga (spesso sono quelli meno in vista negli scaffali del supermercato) e stare attenti alle offerte ‘3X2’ che convengono solo se poi si consuma effettivamente il prodotto”.

“Una volta tornati a casa -prosegue Agostino Macrì- è poi bene riporre ogni alimento al posto giusto, così da riuscire a conservarli più a lungo. E allora: frutta e verdura nei cassetti, pesce e carne cruda al primo piano; carne cotta al secondo; affettati e formaggi più in alto; conserve aperte e uova ancora più su”.

“E se ci avanza qualcosa? Si può sempre congelarlo -conclude Macrì- scrivendo la data sul contenitore, ma avendolo prima odorato e assaggiato per essere sicuri non sia andato a male!”.

Per leggere il decalogo completo, [clicca qui](#).