

STOP !

GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Définition :

Le gaspillage alimentaire c'est :

“toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée”.



Les légumes bicornus
sont peut-être moches mais
ils sont aussi bons !

Quelques chiffres :

Chaque année, en moyenne,
une personne gaspille

29 Kg

dont 7kg de produits
toujours emballés !

10 millions de tonnes

C'est le poids annuel du gaspillage
alimentaire estimé chaque année
en France



Conseils :

Je fais attention aux dates,
différence entre “ à **consommer jusqu’au**” : au-delà de la date indiquée par la mention, le produit ne peut plus être ni vendu, ni consommé car il présenterait un risque pour votre santé. Au-delà de cette date, vous ne devez pas non plus le congeler, c'est la date limite de consommation (**DLC**) et “ à **consommer de préférence avant le** ” : au-delà du délai indiqué, l'aliment reste consommable, sans risque pour votre santé. Le produit peut simplement perdre une partie de ses qualités gustatives et nutritionnelles (goût, texture...). C'est la date de durabilité minimale (**DDM**).

Cela permet de jeter moins de nourriture... et de réaliser des économies, tout en étant vigilant sur la qualité sanitaire des aliments.

ASTUCES POUR LUTTER CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE À LA MAISON :

- JE RANGE MON RÉFRIGÉRATEUR :
je respecte la règle « 1^{er} entré, 1^{er} sorti »,
j'emballer les aliments dans des boîtes
hermétiques ou du film alimentaire,
je congèle le produit si je ne compte
pas le manger rapidement
- JE DOSE CORRECTEMENT LES QUANTITÉS
CUISINÉES POUR ÉVITER LE GÂCHIS
- JE CUISINE LES RESTES
- JE CUISINE LES FRUITS ET LÉGUMES DÉFRAÎCHIS
OU ABÎMÉS AINSI QUE LES FÂNES