



Tudta, hogy évente mintegy 6 kg zöldséget és gyümölcsöt dobunk ki fejenként, sokszor csupán esztétikai okokból? Ezen a felesleges pazarlásban szeretne csökkenteni a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (Nébih) napokban indult új, szemléletformáló kampánya, a „Vegyél számba!”.

A Nébih legfrissebb kutatási eredményei szerint Magyarországon fejenként, csaknem 6 kg zöldséget és gyümölcsöt dobunk ki évente. Ennek egy részét pusztán azért, mert az étel „nem tökéletes”, alakhibás, vagy a szállításból, esetleg a tárolásból fakadóan esztétikai hibás.

A Nébih „Vegyél számba!” kampánya hármast kíván elérni: felhívni a vásárlók figyelmét arra, hogy

nem csak a legfrissebb, legszabályosabb, legesztétikusabb zöldség-gyümölcs tápláló, a zöldség-gyümölcs fogyaszthatósági ideje meghosszabbítható a megfelelő élelmiszerbolti, illetve otthoni tárolással, érdemes hazai termékeket vásárolni, mert azok garantáltan frissebbek, frissességük „kevésbé időzített”.

A kampány edukációs anyagaival elsősorban a Nébih Maradék Nélkül élelmiszerpazarlás elleni programjának felületein (web, social media, youtube) találkozhatnak az érdeklődők. Emellett a hivatal saját csatornáin és egyéb tematikus oldalain is megjelennek majd a praktikus tudnivalók. A jövőben pedig a programhoz kapcsolódó rendezvényekre, izgalmas aktivitásokra is számíthatnak a vásárlók.

A „Vegyél számba!” kampány eddigi anyagait a <http://maradeknelkul.hu/vegyel-szamba/> honlapon olvashatják az érdeklődők.

Háttérinformációk a program fő témáiról

Attól, hogy másmilyen, még nem lesz rosszabb!

Nem csak a legfrissebb, leghabályosabb, legegztétikusabb zöldség-gyümölcs ehető.

Sokan elfordulnak a szokatlan alakú zöldségektől, gyümölcsöktől, amik sokszor kisebbek vagy nagyobbak, olykor különös, szokatlan alakúak, így nem felelnek meg az előírásnak vagy a fogyasztói elvárásoknak. Ezek a termények azonban csak másmilyenek, de nem feltétlenül rosszabbak!

A pusztán alakhibás zöldség és gyümölcs előkészítést követően ugyanúgy fogyasztható, mégis sokszor – érdemtelenül – a szemétkben végzi. A „Vegyél számba!” bemutatja azokat a „hibákat”, melyek nem befolyásolják a fogyaszthatóságot, de kis kompromisszummal felhasználhatók, természetesen egy alacsonyabb ár mellett. Ennek tudatosítása ugyanis pont annyira fontos, mint a tárolás megfelelő formájának kiválasztása.

Ha jól tárolod, tovább élvezheted

A zöldség-gyümölcs fogyaszthatósági ideje meghosszabbítható a megfelelő élelmiszerbolti, illetve otthoni tárolással.

Bizonyos gyümölcsök, zöldségek érési folyamata a betakarítás után is folytatódik, azaz a szállítás és tárolás során is tovább érnek. Épp ezért vásárláskor figyelembe kell venni, hogy mikor szeretnénk felhasználni. Jó tudni, hogy a friss gyümölcs és zöldség esetében az érési folyamat a legtöbbször lassítható a hűtőben való tárolással. A félbevágott, feldarabolt terményeknél pedig kiemelten fontos a hűtés, hisz feldolgozott állapotban felgyorsulnak a romlási folyamatok.

Tudta-e például, hogy a sárgarépa a hűtőben fagyási sérülést szenvedhet? Vagy azt, hogy a banán hamarabb barnul a hűtőszekrényben? Esetleg azt, hogy a szilva gyorsabban ér, ha a banán társaságába kerül? Ezek a körülmények mind befolyásolják a fogyaszthatóság időt, éppen úgy, ahogy a termék szállítása is.

Előnyben a hazai

Érdemes hazai termékeket vásárolni, mert azok garantáltan frissebbek, frissességük „kevésbé időzített”.

A hazai, helyi termékek frissebbek, mint a távoli országokból hazánkba utaztatott zöldségek-gyümölcsök. A szállítási távolság növekedésével a szén-dioxid kibocsátás jelentősen nőhet és nagyobb a termékek hűtésére fordítandó energiaszükséglet is. Egy tanulmány például kimutatta, hogy a helyi termesztésű almák előállításához, szállításához 87%-kal kevesebb szén-dioxid-kibocsátás köthető, mint a külföldről behozott almákéhoz. Emellett minél

messzebről szállítják a termékeket, annál nagyobb eséllyel nyomódnak és sérülnek meg útközben, amely élelmiszerhulladékok keletkezéséhez vezethet.