



## **Warum kommen so viele Lebensmittel in den Müll?**

Text in Leichter Sprache

[oewplus.org](https://www.oewplus.org)

## Warum kommen so viele Lebensmittel in den Müll?

Dieser Text ist in Leichter Sprache geschrieben.

Und dieser Text ist eine Zusammenfassung

von dem Text in schwerer Sprache:

„Lebensmittelverschwendung: Essen im Müll - muss das sein?“.



### **Wichtig!**

Für manche Wörter gibt es im Text Erklärungen.

Die Erklärungen sind nach rechts eingerückt.

Und diese Erklärungen sind grau geschrieben.

In diesem Text finden Sie Wörter mit einem Stern.

Der Stern sieht so aus: \*

Zum Beispiel im Wort: Arbeiter\*innen.

Es gibt mehr Geschlechter als nur Mann und Frau.

Und es gibt viele Möglichkeiten Mensch zu sein.

Mit dem \* sind alle Menschen gemeint.

Die Menschen werfen zu viele Lebensmittel weg.

Lebensmittel heißt:

Sachen zum Kochen und zum Essen.

Zum Beispiel:

- Brot.
- Nudeln.
- Obst und Gemüse.

- Fleisch.
- Käse.

Jede Familie wirft zu viele Lebensmittel weg.

Jeder Mensch wirft jedes Jahr ungefähr 75 Kilo Lebensmittel weg.

Die Restaurants und Hotels werfen auch viele Lebensmittel weg.

Da sind es aber **nicht** so viele Lebensmittel wie in den Familien.

Und auch die Geschäfte werfen viele Lebensmittel weg.

Oft werfen auch die Bauern das Gemüse auf den Feldern weg.

Zum Beispiel:

Das Gemüse schaut **nicht** schön aus.

Vielleicht ist das Gemüse fleckig.

### **Das Mindesthaltbarkeitsdatum.**

Auf fast allen Lebensmitteln steht ein Mindesthaltbarkeitsdatum drauf.

Mindesthaltbarkeitsdatum heißt:

Auf vielen Lebensmitteln steht ein Datum.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum zeigt:

Bis zu diesem Tag ist das Lebensmittel wenigstens haltbar.

Zum Beispiel:

Auf einem Joghurt steht das Datum: 12. Dezember 2021.

Und heute ist der 12. Dezember.

Bei diesem Joghurt ist das Mindesthaltbarkeitsdatum also abgelaufen.

Deshalb denken viele Menschen:

Jetzt kann ich das Joghurt **nicht** mehr essen.

Aber dieses Datum bedeutet **nicht**:

Das Joghurt ist jetzt schlecht.

Ich kann dieses Joghurt **nicht** mehr essen.

Das Datum auf dem Jogurt zeigt:

Bis zu diesem Tag ist das Jogurt mindestens haltbar.

Danach muss ich kontrollieren:

- War das Jogurt im Kühl-schrank?
- Schaut das Jogurt noch gut aus?
- Und riecht das Jogurt noch gut?
- Und ich muss dieses Lebens-mittel auch kosten:  
Schmeckt das Jogurt noch gut?

Dann kann ich das Jogurt noch essen.

Und ich darf das Jogurt **nicht** wegwerfen.

Viele Lebens-mittel sind auch lange nach diesem Datum noch gut.

Vor allem Lebens-mittel aus Milch kommen zu schnell in den Müll.

Wichtig ist:

Habe ich zum Beispiel das Jogurt aufgemacht?

Dann muss ich das Jogurt schnell essen.

Manche Lebens-mittel haben **kein** Mindest-haltbarkeits-datum.

Zum Beispiel:

- Obst.
- Gemüse.
- Salz.
- Zucker.
- Essig.

## Das Verbrauchsdatum.

Auf manchen Lebensmitteln steht das Verbrauchsdatum drauf.

Verbrauchsdatum heißt:

Diese Lebensmittel muss ich schnell essen.

Zum Beispiel:

Auf einem Fisch steht das Verbrauchsdatum: 12. Dezember 2021.

Und heute ist der 12. Dezember.

Bei diesem Fisch ist das Verbrauchsdatum also abgelaufen.

Ist das Verbrauchsdatum abgelaufen?

Dann darf ich diese Lebensmittel **nicht** mehr essen.

Und ich muss diese Lebensmittel wegwerfen.

Zum Beispiel:

Fleisch und Fisch.

Ist das Verbrauchsdatum bei diesen Lebensmitteln noch **nicht** abgelaufen?

Dann kann ich diese Lebensmittel einfrieren.

Einfrieren heißt:

Ich lege diese Lebensmittel in das Gefrierfach von meinem Kühlschrank.

## Warum gibt es so viele Abfälle von Lebensmitteln?

- Die Menschen kaufen oft Sachen ein.  
Und diese Sachen schmecken ihnen dann **nicht**.
- Oft kaufen die Menschen einfach zu viel ein.  
Dann vergessen die Menschen vielleicht die Lebensmittel.  
Und dann werden die Lebensmittel schlecht.  
Und die Menschen werfen diese Lebensmittel weg.

- Viele Menschen wissen oft **nicht**:  
Das Mindest·haltbarkeits·datum ist abgelaufen.  
Aber ich kann diese Lebens·mittel trotzdem noch essen.
- Oft werden die Lebens·mittel schlecht.  
Vielleicht habe ich die Lebens·mittel **nicht** in den Kühl·schrank getan?
- Und oft kochen die Menschen auch zu viel.  
Dann werfen die Menschen das gekochte Essen in den Müll.  
Die Menschen sollen überlegen:  
Haben wir zu viel gekocht?  
Dann können wir dieses Essen zum Beispiel am Abend essen.  
Oder wir geben dieses Essen in den Kühl·schrank.  
Und wir essen es am nächsten Tag.

### **Diese Lebens·mittel kommen oft in den Müll:**

- Brot.
- Obst und Gemüse.
- Lebens·mittel aus Milch.  
Zum Beispiel:
  - Jogurt.
  - Käse.
- Eier.
- Fleisch und Fisch.
- Wurst.
- Gekochtes Essen.

## Wie können die Menschen weniger Lebensmittel wegwerfen?

- Die Menschen sollen saisonal einkaufen.

Saisonal einkaufen heißt:

Das Obst oder das Gemüse sind zu einer bestimmten Zeit reif.

Zum Beispiel:

Im Herbst ist der Kürbis reif.

Dann gibt es Kürbis-suppe.

Im Herbst gibt es aber **keinen** Spargel.

Deshalb gibt es im Herbst auch **keine** Spargel-suppe.

- Die Menschen sollen regional einkaufen.

Regional heißt:

Die Lebensmittel kommen von Bauern aus Südtirol.

Zum Beispiel:

- Das Obst und Gemüse.
- Oder die Milch und der Käse.
- Die Eier.

Die Menschen fahren also **nicht** weit für regionale Lebensmittel.

Und die Lebensmittel müssen **nicht** weit transportiert werden.

Zum Beispiel:

- Mit Lastwagen.
- Oder mit dem Flugzeug.

So können die Menschen auch Geld sparen.

Zum Beispiel Geld für:

- Den Transport.
- Das Wasser.
- Die Energie.

Energie ist zum Beispiel: Strom.

Werden Lebensmittel weit transportiert?

Dann ist das schlecht für die Umwelt.

Umwelt heißt:

- Die Erde.
- Das Wasser.
- Und die Luft.