Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Lebensmittel & Verschwendung

Warum?

Verschwendung ist eine der größten Herausforderungen in Küchen und Restaurants. Jedes weggeworfene Lebensmittel und jede weggeworfene Verpackung bedeutet nicht nur einen finanziellen Verlust, sondern auch den Verlust von Zeit, Energie und natürlichen Ressourcen, die für die Produktion, den Transport und die Lagerung dieser Lebensmittel aufgewendet wurden. Lebensmittelverschwendung hat zudem ökologische Folgen: Sie trägt zu Treibhausgasemissionen bei und belastet unnötig die Boden- und Wasserressourcen.

Gleichzeitig bietet Abfall eine der besten Gelegenheiten zum Handeln. Durch eine sorgfältige Analyse der Ursachen von Abfall – sei es durch zu große Einkäufe, ineffiziente Lagerung, Fehler bei der Zubereitung oder nicht verzehrte Portionen – können Restaurants und Küchen Strategien zur Reduzierung umsetzen. Einfache Maßnahmen wie die Planung von Menüs auf Basis saisonaler Zutaten, die Weiterverwendung von Resten in neuen Gerichten oder die Kompostierung von Lebensmittelabfällen können einen erheblichen Unterschied bewirken.

Die Reduzierung von Abfall senkt nicht nur die Kosten, sondern begeistert auch Gäste und Mitarbeiter*innen, indem gezeigt wird, dass Nachhaltigkeit Priorität hat. Sie fördert die Kreativität in der Küche, stärkt den Ruf eines Restaurants und trägt zu einem verantwortungsbewussteren und nachhaltigeren Lebensmittelsystem bei. Jeder kleine Schritt zur Abfallminimierung trägt dazu bei, positive Auswirkungen sowohl auf die Umwelt als auch auf die Gemeinschaft zu erzielen.

Wie?

Das Verständnis der Sozialwissenschaften ist unerlässlich für die Gestaltung von Aktivitäten, die Schüler*innen zu einer nachhaltigen Verhaltensänderung anregen. Die Sozialwissenschaften helfen zu erklären, wie das Denken, Fühlen und Handeln von Schüler*innen durch ihr soziales Umfeld, ihren kulturellen Hintergrund und den Einfluss Gleichaltriger geprägt wird. Durch die Anwendung von Erkenntnissen aus Disziplinen wie Psychologie, Soziologie und Anthropologie lassen sich Lernerfahrungen schaffen, die über die reine Informationsvermittlung hinausgehen – sie fördern Empathie, Zusammenarbeit und kritisches Denken. Aktivitäten, die auf sozialwissenschaftlichen Prinzipien basieren, motivieren Schüler*innen stärker, gehen auf zugrunde liegende Motivationen oder Hindernisse für positives Verhalten ein und fördern eine nachhaltige persönliche und soziale Entwicklung. So bist du nicht nur eine Lehrkraft, sondern wirst zur Begleitung eines durchdachten,

sozial verantwortungsvollen Wandels in deinen Klassenzimmern – und deine Schüler*innen werden zu engagierten Gestalter*innen des Wandels.

Grundprinzipien und Vorgehensweisen

Lebensmittel und Abfall werfen eine wichtige Frage auf: Welche Art von Welt schaffen wir, wenn wir Lebensmittel wegwerfen? Ethisches Kochen schätzt Ressourcen, reduziert Abfall und respektiert jede Zutat. Zu den wichtigsten Grundsätzen gehören bewusster Einkauf, kreative Verwertung von Resten und die Minimierung von Verpackungen – hervorragende Möglichkeiten, Schüler*innen einzubeziehen und zu nachhaltigen Verhaltensweisen zu inspirieren.

1. Kenne deinen Abfall
2. Arbeite mit Lebensmittelabfällen
3. Portioniere richtig
4. Lagere clever
5. Minimiere Verpackungen

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

1. Kenne deinen Abfall

Einfache Fakten

Jedes Restaurant produziert Abfall – von Speiseresten, verdorbenen Zutaten und Resten in der Küche bis hin zu Tellerabfällen und Einwegartikeln im Gastraum. Eine Bestandsaufnahme des Abfalls hilft dabei, festzustellen, was, wo und wann weggeworfen wird, und ermöglicht so wirksame Maßnahmen. Der erste Schritt ist die Vermeidung, beispielsweise durch die Reduzierung von Lebensmittelabfällen oder die Minimierung von Verpackungen. Als Nächstes sollte man die Wiederverwendung oder Umwandlung von Abfall in Betracht ziehen und schließlich den verbleibenden Abfall korrekt trennen, um Recycling oder Kompostierung zu ermöglichen.

Die richtige Trennung kann aufgrund verwirrender Regeln und unterschiedlicher kommunaler Vorschriften eine Herausforderung sein. Daher sind klare Anweisungen und Leitlinien unerlässlich, um eine nachhaltige Abfallbewirtschaftung sicherzustellen.

Wie man sich dem Thema annähern kann

- Abfallsammlung: Sammelt den Abfall eines Tages und sortiert ihn in folgende Kategorien: Lebensmittel, Plastik, Pappe, Glas und Sonstiges. Was ist euer größter Abfallstrom? Besprecht dann in Gruppen, welcher Abfallstrom die größten Auswirkungen auf die Umwelt hat und warum. Überlegt euch eine Maßnahme, mit der ihr diesen Abfallstrom reduzieren könnt.
- Abfallwaage: Wiege und notiere den gesamten Lebensmittelabfall eines Tages. Unterteile ihn in Abfall aus der Küche (Schneideabfälle, Reste, verdorbene Zutaten) und Abfall aus dem Restaurant (Reste auf dem Teller). Wo werden die meisten Lebensmittel verschwendet? Überlege dir eine Maßnahme, mit der du diesen Abfallstrom reduzieren kannst.
- Abfallspiel: Stellt verschiedene Behälter für Lebensmittelabfälle, Plastik, Papier und Restmüll auf. Teilt die Gruppe in Teams auf. Jedes Team erhält zehn Gegenstände, die es so schnell wie möglich in den richtigen Behälter werfen muss. Danach überprüfen die Teams gegenseitig ihre Behälter.

Reflexionsfragen

1. Was empfindest du, wenn du dir den Abfall ansiehst, den du im Laufe des Tages gesammelt hast?
2. Warum ist es für ein Restaurant wichtig, Abfall zu reduzieren und zu trennen? Ist das auch für dich wichtig? Warum?

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Vertiefendes Wissen

Zu verstehen, was in einer Küche oder einem Restaurant verschwendet wird, ist der erste Schritt zu sinnvollen Maßnahmen.

Allerdings haben nicht alle Abfallströme die gleichen Auswirkungen auf die Umwelt. Insbesondere Lebensmittelabfälle sind von großer Bedeutung, da die Produktion von Lebensmitteln große Mengen an Energie, Wasser, Land und Transportressourcen verbraucht. Auch innerhalb der Lebensmittelabfälle selbst variieren die Auswirkungen stark: Das Wegwerfen eines Steaks verursacht viel höhere Umweltkosten als das Wegwerfen eines Salatblatts, während Getreidereste oder Gemüsereste zwar einen geringeren ökologischen Fußabdruck haben, aber dennoch Möglichkeiten für eine kreative Wiederverwendung bieten.

Durch das Verständnis dieser Unterschiede können Küchen und Restaurants Maßnahmen priorisieren, die den größten Unterschied bewirken. Zu den Strategien könnten eine bessere Bestandsverwaltung, eine Menüplanung zur Minimierung von Überproduktion, die Umnutzung von Zutaten in neuen Gerichten oder die Kompostierung unvermeidbarer Abfälle gehören. Die langfristige Erfassung von Abfällen hilft zudem dabei, Muster zu erkennen und inspiriert zu innovativen Lösungen – von Zero-Waste-Rezepten bis hin zur Zusammenarbeit mit lokalen Wohltätigkeitsorganisationen zur Umverteilung von Lebensmittelüberschüssen. Letztendlich ermöglicht das Wissen darüber, was verschwendet wird, Küchenfachkräften und Mitarbeitenden, nachhaltiger zu handeln, Kosten zu sparen und zu einem Lebensmittelsystem beizutragen, das sowohl Ressourcen als auch die Umwelt respektiert.

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Aktivitätenliste // Kenne deinen Abfall

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
Abfall-sammlung	Sammle eine Woche lang deinen gesamten Abfall und sortiere ihn in Lebensmittelabfälle, Plastik, Karton/Papier, Glas und sonstigen Abfall.		x	x	x
	Ergreife Maßnahmen in Bezug auf den Abfallstrom, der die größten Auswirkungen auf die Umwelt hat.		x	x	x
Abfall - Waage	Sammle eine Woche lang die Lebensmittelabfälle und sortiere diese in Küchenabfälle und Restaurant-abfälle.		x	x	
	Informiere dich wöchentlich darüber, wie viel Abfall in den verschiedenen Bereichen anfällt, und feiere Erfolge, sobald diese erzielt werden.		x	x	x
Abfall-Spiel	Finde heraus, wer der/die Expert*in für Mülltrennung ist.		x		x
	Stelle genügend beschriftete Behälter für alle verschiedenen Abfallsorten bereit.		x	x	x
	Schule deine Mitarbeiter*innen und Kund*innen, damit sie wissen, was wo hingehört.		x	x	x
	Stelle sicher, dass auch das Reinigungspersonal deine Bemühungen um Mülltrennung unterstützt.		x		x
Werde kreativ und entwickle eigene Ideen – oder lasse dich von den oben genannten Vorschlägen inspirieren und passe diese an deine individuellen Bedürfnisse an.					

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

2. Arbeit mit Lebensmittelabfällen

Einfache Fakten

Etwa ein Drittel der für den menschlichen Verzehr produzierten Lebensmittel geht verloren oder wird weggeworfen. Viele essbare Teile von Lebensmitteln werden entsorgt, und eine große Menge an Obst und Gemüse wird verschwendet, nur weil es nicht „perfekt“ aussieht. Die Produkte sind vielleicht zu klein, zu groß, haben eine ungewöhnliche Form oder kleine Flecken, obwohl sie problemlos essbar und schmackhaft sind.

Mit Kreativität und cleveren Kochtechniken lassen sich Lebensmittelabfälle in etwas Wertvolles verwandeln. Gemüseschalen, Brotreste oder überreife Früchte können zur Zubereitung von Suppen, Croutons, Marmeladen oder sogar fermentierten Produkten verwendet werden.

Selbst bei sorgfältiger Planung kann es dennoch zu Abfällen kommen, beispielsweise wenn mehr Essen gekocht wird als benötigt oder bestimmte Gerichte weniger oft bestellt werden als erwartet. Überschüssige Lebensmittel können an lokale Initiativen oder Tafeln gespendet werden. Für den menschlichen Verzehr ungeeignete Reste können an Tiere verfüttert werden, und Lebensmittel, die nicht mehr essbar oder als Futter ungeeignet sind, können kompostiert werden.

Wie man sich dem Thema annähern kann

- Vergessene Stars: Verwende Produkte, die normalerweise im Müll landen (wie unförmiges Gemüse, Schnittreste, altbackenes Brot und Essensreste), und verwandle sie in ein köstliches Gericht. Überlege dir einen passenden Namen für dein Gericht.
- Kochbuchautor*innen: Erstelle gemeinsam mit deinen Klassenkamerad*innen und internationalen Partner*innen ein Kochbuch mit diesen Gerichten.
- Kreislauf-Challenge: Entwerft einen kreislauforientierten Wochenplan, bei dem jedes Gericht mindestens ein Produkt aus den Abfällen des Vortages enthalten muss.

Reflexionsfragen

1. Wie fühlt es sich an, aus Abfall etwas Wunderbares zu machen?
2. Warum ist dir das wichtig? Und wo (z. B. in der Kantine oder im Restaurant)?
3. Was ändert sich an Geschmack, Konsistenz und Wert?

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Vertiefendes Wissen

Lebensmittel haben immer einen Wert. Jede Zutat, egal wie klein oder unvollkommen sie auch sein mag, lässt sich in etwas Köstliches und Sinnvolles verwandeln. Karottenschalen können zu einer knackigen Garnitur werden, altes Brot zu goldbraunen Croutons und überreife Früchte zu süßen Saucen, Marmeladen oder sogar fermentierten Produkten. Gemüsestiele und -kerne eignen sich für aromatische Fonds, und Kräuterschnittreste können Öle oder Essige aromatisieren. Diese Gerichte schmecken nicht nur hervorragend, sondern erzählen auch eine Geschichte von Kreativität, Respekt vor Lebensmitteln und den Schritten, die wir in Richtung einer nachhaltigen Küche unternehmen können.

Diese Arbeitsweise hebt dich als Küchenfachkraft von anderen ab. Sie zeigt, dass du Können und Kreativität mit Nachhaltigkeit und Verantwortung verbinden kannst. Außerdem inspiriert sie Teams, sensibilisiert Gäste für achtsamen Konsum und kann die lokale Esskultur beeinflussen. Das Veranstalten von Workshops, das Teilen von Zero-Waste-Rezepten oder das Bewerben von „unvollkommenem“ Obst und Gemüse sind Möglichkeiten, diese Wirkung über die Küche hinaus zu tragen.

Dieser Ansatz reduziert Abfall, senkt Kosten und stärkt die Verbindung zwischen Lebensmitteln, Menschen und der Umwelt. Jedes Gericht wird zu mehr als nur einer Mahlzeit – es wird zu einem Statement für Respekt, Einfallsreichtum und Nachhaltigkeit und zeigt, wie Küchenfachkräfte den Weg in eine verantwortungsbewusste kulinarische Zukunft weisen können.

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Aktivitätenliste // Arbeit mit Lebensmittelabfällen

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
Vergessene Stars	Erstelle eine Liste der Produkte, die in deiner Küche häufig weggeworfen werden, und kreiere daraus Gerichte.		x	x	x
	Nutze Verfahren wie Fermentieren, Einlegen, Trocknen oder Einmachen, um die Haltbarkeit zu verlängern und spannende Aromen zu erzeugen.			x	x
	Stelle einen Kompostbehälter auf.		x		
	Spende ungenießbare Lebensmittelreste an Landwirt*innen in der Nähe, damit sie ihr Vieh damit füttern können.		x		x
	Erfasse, wie viel weniger Lebensmittel verschwendet werden, und bespreche die Ergebnisse mit deinem Team. Das stärkt das Bewusstsein und die Motivation.		x	x	x
Kochbuchautor*innen	Arbeitet mit anderen Schulen zusammen und erstellt ein Kochbuch für Resteverwertung.		x		
Kreislauf-Challenge	Plane deine Mahlzeiten so, dass die Reste von heute die Grundlage für ein Gericht am nächsten Tag bilden.		x	x	x
	Erzähle deinen Gästen, wie du			x	x

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
	aus Resten etwas Neues gezaubert hast.				
	Spende Essensreste an Organisationen, die Lebensmittel retten, oder lade Menschen in wirtschaftlicher Not zum Mittagessen ein.			x	x
Werde kreativ und entwickle deine eigenen Ideen – oder lass dich von den oben genannten Vorschlägen inspirieren und passe sie an deine individuellen Bedürfnisse an.					

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

3. Serviere die richtige Portion

Einfache Fakten

In der westlichen Welt gelten größere Portionen oft als Zeichen von Wohlstand und Reichtum, doch sie können sowohl unserer Gesundheit als auch dem Planeten schaden. Untersuchungen zeigen, dass größere Portionen die Menschen dazu verleiten, mehr zu essen, als sie benötigen, was zu Zivilisationskrankheiten wie Fettleibigkeit und Diabetes beiträgt.

Überdimensionierte Portionen verursachen zudem Lebensmittelverschwendung und verschwenden Energie, Wasser, Land und Geld, während durch die Produktion und Verarbeitung zusätzliche Treibhausgase entstehen.

Kleine Veränderungen können einen großen Unterschied machen: Die Verwendung kleinerer Teller, das Anbieten flexibler Portionen oder das Selbstbedienungsprinzip können Abfall reduzieren und den Menschen helfen, das Essen entsprechend ihrem Appetit zu genießen. Gemeinsames Essen, Tapas und kleinere Gerichte sind bereits wachsende Trends in der modernen Gastronomie.

Wie man sich dem Thema annähern kann

- Je weniger, desto besser: Nenne zwei Herausforderungen, die sich bei der Arbeit mit kleineren Portionen im Restaurant/in der Kantine ergeben. Was kannst du tun, um diese Herausforderungen in Chancen zu verwandeln?
- Portionsexperiment: Bereite ein Gericht in zwei verschiedenen Portionsgrößen zu: eine traditionelle größere Portion und eine kleinere Portion. Achte darauf, dass die kleinere Portion so angerichtet wird, dass sie dennoch großzügig und ansprechend wirkt. Präsentiere beide Varianten deinen Klassenkamerad*innen und besprecht, welche Portion sättigender wirkt und warum.

Reflexionsfragen

1. Sind dir die Portionsgrößen wichtig? Warum?
2. Wie fühlst du dich, wenn dir ein Restaurant eine große Portion serviert, die du eigentlich gar nicht aufessen kannst?

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Vertiefendes Wissen

Das Verständnis für die richtige Portionsgröße ist nicht nur wichtig, um Lebensmittelverschwendung zu reduzieren und gesündere Essgewohnheiten bei den Gästen zu fördern, sondern auch für die wirtschaftliche Leistungsfähigkeit eines Restaurants. Eine angemessene Portionskontrolle kann die Kosten senken, indem sie die Menge an weggeworfenen Lebensmitteln verringert, und spart zudem dem Personal Zeit beim Einsammeln und Entsorgen von Resten.

Bei der Portionskontrolle geht es nicht darum, weniger zu servieren – es geht darum, Speisen so zu servieren, dass sie sättigend und genussvoll sind und verantwortungsbewusst gehandhabt werden. Angemessene Portionsgrößen sorgen dafür, dass Gäste sich satt fühlen, ohne zu viel zu essen, und minimieren gleichzeitig unnötigen Abfall. Dieser Ansatz fördert die Nachhaltigkeit durch die Schonung von Ressourcen wie Energie, Wasser und Zutaten und unterstreicht das Engagement eines Restaurants für verantwortungsbewusste Praktiken.

Durch die Konzentration auf ausgewogene Portionen können Restaurants kulinarische Qualität, Kundenzufriedenheit und betriebliche Effizienz miteinander verbinden. Dies ermutigt Küchenfachkräfte, kreativ zu sein und Gerichte zu kreieren, die schmackhaft und sättigend sind, und unterstützt gleichzeitig eine nachhaltige und kosteneffiziente Küche. Durchdachte Portionsgrößen kommen letztlich der Umwelt, dem Unternehmen und dem gesamten Speiseerlebnis zugute.

Aktivitätenliste // Serviere die richtige Portion

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
Je weniger, desto besser	Beobachte eine Woche lang, welche Gerichte vollständig aufgegessen werden und bei welchen Gerichten viel Essen auf dem Teller zurückbleibt. Erstelle eine Liste.			**x**	**x**
	Richte ein Feedback-System		**x**	**x**	**x**

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
	zwischen dem Servicepersonal und der Küchenleitung bezüglich der Essensreste ein.				
Portionsexperiment	Offer different portion sizes and use smaller plate sizes to present smaller portions.			x	x
	Offer guests to ask for a top up in case they are still hungry after finishing their plate.			x	x
	Provide reusable containers for your customers to take their leftovers home or encourage guests to bring their own.			x	x
	Consider a discount for last minute eaters.			x	x
Werde kreativ und entwickle deine eigenen Ideen – oder lass dich von den oben genannten Vorschlägen inspirieren und passe sie an deine individuellen Bedürfnisse an.					

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

4. Clever lagern

Einfache Fakten

Viele Abfallprobleme beginnen bereits bei der Planung und beim Einkauf. Es ist wichtig, den Lagerbestand und die Haltbarkeit der Zutaten zu kennen, bevor man Speisepläne erstellt und neue Waren einkauft. Eine effiziente Lagerverwaltung trägt dazu bei, Abfall zu reduzieren und einen nachhaltigen Einkauf zu gewährleisten.

Die Anwendung des FIFO-Prinzips – die Verwendung von Artikeln in der Reihenfolge ihres Eingangs – hält Lebensmittel frisch. Durch das Versehen von Produkten mit einem Datum bei der Lieferung wird deutlich, welche Artikel zuerst verbraucht werden sollten. Das Verständnis von Datumsangaben ist ebenfalls entscheidend: „Mindestens haltbar bis“ bezieht sich auf die Qualität, nicht auf die Sicherheit, während „Verbrauchen bis“ die Sicherheit angibt und eingehalten werden muss. Lang haltbare Produkte wie Reis oder Nudeln können oft auch nach dem „Mindestens haltbar bis“-Datum noch verwendet werden.

Wie man sich dem Thema annähern kann

- Lagerraum-Challenge: Die Schüler*innen überprüfen den Lagerraum und erstellen eine Liste der verfügbaren Lebensmittel. Anschließend beginnen sie, die Gerichte unter Verwendung der vorhandenen Vorräte zu planen. Gruppendiskussion: Welche Produkte mussten zuerst verbraucht werden? Was wäre verdorben, wenn sie den Lagerbestand nicht überprüft hätten?

Reflexionsfragen

1. Denkst du beim Kochen oft darüber nach, was du gerade vorrätig hast, oder fängst du einfach mit einem neuen Produkt an?

Vertiefendes Wissen

Es ist wichtig zu verstehen, dass sorgfältige Planung, durchdachte Einkäufe und die richtige Lagerung nicht nur für die Reduzierung von Abfall entscheidend sind, sondern auch dafür, Kosten zu sparen, bevor diese überhaupt entstehen. Wenn eine Küche genau weiß, welche Zutaten vorrätig sind, wie viel benötigt wird und wie lange sich die einzelnen Produkte halten, lassen sich Überkäufe, Verderb und

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

unnötige Entsorgung vermeiden. Diese Effizienz führt zu Kosteneinsparungen, weniger Stress für das Personal und einem reibungsloseren Arbeitsablauf in der gesamten Küche.

Eine ordnungsgemäße Bestandsverwaltung ermöglicht es Küchenfachkräften zudem, kreativer mit frischen Zutaten zu arbeiten. Durch einen klaren Überblick über die verfügbaren Produkte können sie Menüs rund um saisonale Produkte planen, Reste zu neuen Gerichten kombinieren und mit innovativen Rezepten experimentieren, ohne Verschwendung zu riskieren. Eine organisierte Lagerung, die Kennzeichnung mit Verfallsdaten und die Anwendung von Prinzipien wie FIFO (First In, First Out) tragen dazu bei, die Qualität der Zutaten zu erhalten und sicherzustellen, dass jedes Produkt optimal genutzt wird.

Auf diese Weise sind Planung, Einkauf und Lagerung nicht nur operative Aufgaben – sie sind leistungsstarke Werkzeuge für Nachhaltigkeit, Kosteneffizienz und kulinarische Kreativität, die es Küchen ermöglichen, hochwertige Gerichte zu servieren und gleichzeitig Ressourcen und Umwelt zu schonen.

Aktivitätenliste // Clever lagern

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
Lagerraum-Challenge	Denke beim Lebensmitteleink auf auch an Vorräte.	**x**	**x**		
	Überlege es dir gut, bevor du Lebensmittel wegwirfst, deren Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist, und prüfe, ob sie noch verwendet werden können.		**x**	**x**	**x**
	Nutze das FIFO-Prinzip bei der Lagerung.	**x**			**x**
	Beschrifte die Lebensmittel mit dem Liefer- und Öffnungsdatum.	**x**	**x**	**x**	**x**

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
	Schule alle Mitarbeitenden regelmäßig in Bezug auf die optimale Lagerung von Lebensmitteln.			x	x
	Stelle einen Wochenplan zusammen, basierend auf den Lebensmitteln, die bereits da sind.		x		x
Werde kreativ und entwickle deine eigenen Ideen – oder lass dich von den oben genannten Vorschlägen inspirieren und passe sie an deine individuellen Bedürfnisse an.					

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

5. Reduziere Verpackungen

Einfache Fakten

In der Küche verwenden wir viele verschiedene Verpackungsarten wie Pappe, Glas, Blech, Papier, Folie und Plastik. Verpackungen schützen zwar Lebensmittel und sorgen für Hygiene, verbrauchen aber auch Ressourcen und verursachen Abfall, oft schon nach einmaligem Gebrauch.

Verschiedene Materialien haben unterschiedliche Auswirkungen: Die Herstellung von Glas und Blech ist energieintensiv, dafür sind sie jedoch gut recycelbar; Papier und Pappe verbrauchen Wasser und Holz, sind aber biologisch abbaubar. Kunststoff ist das größte Problem – er ist billig und einfach herzustellen, aber schwer zu recyceln, sodass sich immer mehr davon ansammelt.

Kunststoff zerfällt nicht leicht und verschmutzt die Natur, insbesondere die Ozeane. Er zerfällt in Mikroplastik, schadet Tieren und kann sogar in unsere Lebensmittel und unser Trinkwasser gelangen.

Wie man sich dem Thema annähern kann

- Denke voraus: Erfasse eine Woche lang den gesamten Verpackungsmüll und sortiere ihn nach Materialien (Glas, Dosen, Papier, Kunststoff). Nimm etwas Verpackungsmüll aus der Küche und sortiere ihn nach: Notwendigkeit, Wiederverwendbarkeit, Recyclingfähigkeit. Entwirf ein Gericht, das ohne Verpackungsmüll zubereitet werden kann.
- Es ist noch nicht zu spät: Führe Maßnahmen ein, die nachhaltig mit dem anfallenden Müll umgehen.

Reflexionsfragen

1. Welche Verpackungsarten scheinen wirklich notwendig zu sein, und welche nicht? Warum? Überlege dir eine Maßnahme, mit der du diese unnötigen Verpackungen vermeiden kannst.

Vertiefendes Wissen

Verpackungen stellen ein klares Dilemma dar. Sie sind unverzichtbar für den Schutz und die Konservierung von Lebensmitteln, gewährleisten die Sicherheit und verlängern die Haltbarkeit, was besonders bei leicht verderblichen Produkten wie Fleisch, Milchprodukten und frischen Erzeugnissen wichtig ist. Eine angemessene Verpackung beugt Verunreinigungen vor, verringert Verderb und sorgt dafür, dass Lebensmittel in gutem Zustand zu den Verbraucher*innen gelangen.

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Gleichzeitig verursacht Verpackung erhebliche Abfallmengen und belastet die Umwelt. Kunststoffe und andere nicht biologisch abbaubare Materialien tragen zur Umweltverschmutzung bei, während die Herstellung und der Transport von Verpackungen Energie und Ressourcen verbrauchen. Selbst recycelbare Materialien können in den falschen Abfallstrom gelangen, was ihre Wirksamkeit einschränkt.

Um dieser Herausforderung zu begegnen, sind in jeder Phase wohlüberlegte Entscheidungen erforderlich. Küchenfachkräfte, Restaurants und Verbraucher*innen können wiederverwendbare, biologisch abbaubare oder minimalistische Verpackungen bevorzugen, nach Möglichkeit in Großgebinden einkaufen und Verpackungsmaterialien kreativ wiederverwenden. In Kombination mit ordnungsgemäßem Recycling und verantwortungsvoller Entsorgung können diese Praktiken die Umweltbelastung verringern und gleichzeitig die Lebensmittelsicherheit und -qualität gewährleisten.

Aktivitätenliste // Verpackungen reduzieren

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
Denke voraus	Notiere eine Woche lang den gesamten Verpackungsmüll und sortiere ihn nach Material.		x	x	x
	Bestelle bei Lieferunternehmen, die Großverpackungen anstelle von kleinen Einzelverpackungen verwenden.	x			x
	Vermeide Produkte, die in Einweg-Plastikverpackungen verkauft werden (z. B. Butterportionen, Kaffeesahnebecher).	x		x	x
	Arbeite mit Lieferunternehmen zusammen, die wiederverwendbare Kisten, Fässer oder	x		x	x

Co-funded by the European Union
Project number: 2024-1-DE02-KA220-VET-000248007

Ansatz	Aktivität	Kauf	Küche/Klassenzimmer	Restaurant	Arbeitsplatz
	Pfandsysteme anbieten.				
	Kaufe regionale und saisonale Produkte, die oft weniger Verpackung haben.	x			x
Es ist nicht zu spät	Verwende zur Aufbewahrung Glasbehälter, Dosen oder Papiertüten statt Plastik.		x	x	x
	Verwerte übrig gebliebene Verpackungsmaterialien (Pappe, Glas, Dosen).			x	x
Werde kreativ und entwickle deine eigenen Ideen – oder lass dich von den oben genannten Vorschlägen inspirieren und passe sie an deine individuellen Bedürfnisse an.					