

► Stop au gaspillage alimentaire !

Chaque français jette en moyenne 20 kg d'aliments par an à la poubelle : 7 kg d'aliments encore emballés et 13 kg de restes de repas, de fruits, et légumes abîmés et non consommés... Cela représente un coût de 400 euros pour une famille de quatre personnes. Chacun de nous peut facilement éviter ce gaspillage ! Voici quelques astuces :



Faire et respecter sa liste de courses

Bien organiser son réfrigérateur

La température varie d'une zone à l'autre du réfrigérateur. Bien ranger les aliments selon les zones et les dates de péremption permet une meilleure conservation (se référer à la notice d'utilisation de votre réfrigérateur) et ainsi d'éviter le gaspillage alimentaire.

DLC / DDM ?

DLC - **D**ate **L**imite de **C**onsumation : après la date, le produit est périmé et non consommable. L'étiquette mentionne « à consommer jusqu'au », ainsi que le jour et le mois de la date limite de consommation. Les commerçants sont alors dans l'interdiction de vendre ce produit (œufs, viandes...).

DDM - **D**ate de **D**urabilité **M**inimale : après la date le produit n'est pas périmé, il est sans danger mais peut avoir perdu certaines de ses qualités. L'étiquette mentionne « à consommer de préférence avant... » (pain, confitures, pâtes...).

Cuisiner les restes

En fin de semaine, il y a des restes de repas dans le réfrigérateur qu'on ne sait pas toujours comment accommoder. Pourtant, il existe quelques idées simples : le pain perdu (salé ou sucré), les croquettes de riz, la quiche, le hachis parmentier...

Renseignements : SEROC au 02 31 51 69 60 - www.seroc14.fr

