

Energiespartipp Engelberg 2022

Nahrung lokal und saisonal kaufen, Foodwaste vermeiden

Nahrungsmittel tragen bei Anbau, Verarbeitung, Lagerung/Kühlung und Entsorgung Graue Energie in sich. In der Schweiz gehen pro Person und Jahr rund 330kg Lebensmittel zwischen Feld und Teller verloren. Die Vermeidung von Nahrungsmittelverschwendung lohnt sich also nicht nur fürs Portemonnaie sondern auch für die Umwelt:

- **Nach Einkaufsliste einkaufen und optimal Lagern**
Um Nahrungsmittelverschwendung zu vermeiden empfiehlt der Verein www.foodwaste.ch den Bedarf gut zu planen und nur nach Einkaufsliste einzukaufen. Aktionen sollen nur eingekauft werden, wenn man sie auch konsumieren kann. Resten sind bei Lagerung im Kühlschrank auch nach 1 bis 3 Tagen noch geniessbar. Werden sie erst später benötigt, können sie eingefroren werden.
- **Lebensmittel saisonal aus der Region kaufen**
Regionale Lebensmittel haben kurze Transportwege und sind schon deshalb Tropenfrüchten vorzuziehen. Saisonale, unverarbeitete Lebensmittel wie Obst und Gemüse sind zu bevorzugen, da sie nicht aufwändig gekühlt und gelagert werden müssen. Flugimportierte Lebensmittel aus Übersee sind zu vermeiden. Insbesondere Tiefkühlprodukte tragen einen hohen Anteil Graue Energie in sich.
- **Leitungswasser trinken**
Der Energieverbrauch von Leitungswasser ist im Vergleich zu allen anderen Getränken minimal.



Engelberg
Obwaldner Gemeinden –
Nachhaltig vorwärts