

Eén op de vijf Nederlanders verspilt meer voedsel door de pandemie

Ga voedselverspilling tegen door je koelkast goed in te delen en andere tips

Amsterdam, 24 november 2020 (www.hellofresh.nl) — Twijfel jij ook altijd welke groenten en / of fruit je in de koelkast moet bewaren en welke niet? Je bent niet de enige. Uit onderzoek van maaltijdboxleverancier HelloFresh blijkt dat door de pandemie één op de vijf Nederlanders dit jaar meer voedsel heeft verspild dan normaal omdat ze meer inkopen dan daadwerkelijk nodig is en omdat ze vaak niet weet hoe ze voedsel het beste kunnen bewaren. In de Europese Week tegen Voedselverspilling geeft HelloFresh daarom drie koele tips over het bewaren van eten, het slim indelen van je koelkast en hoe je eventuele restjes toch nog kan gebruiken.



Bewaar je het in de koelkast of niet?

Niet alle groenten en fruit moeten in de koelkast worden bewaard. Komkommers bewaar je bijvoorbeeld liever buiten de koelkast, maar wel op een koele, niet te koude, plek. Deze groente kan namelijk slecht tegen extreem koude omstandigheden. Sinaasappels moet je ook buiten de koelkast bewaren, om te voorkomen dat het vocht van de koelkast de schil bederft en de smaak aantast. Leg sinaasappels daarom altijd op de fruitschaal. De koelkast kan wel worden gebruikt om de houdbaarheid

van bijvoorbeeld bananen en avocado's tot een week te verlengen. Deze verplaats je van de fruitschaal naar de koelkast zodra ze rijp zijn.

De perfecte indeling van je koelkast

De lades in je koelkast zijn de juiste plek om groenten en fruit te bewaren. Maar er zijn nog meer handige tips over het slim indelen van je koelkast. Uit het onderzoek van HelloFresh blijkt dat 40 procent van de Nederlanders regelmatig teveel van een ingrediënt koopt, wat vervolgens vaak in de prullenbak belandt**. Zet de oude producten uit je koelkast daarom altijd vooraan en maak deze als eerste op. Bewaar kant-en-klaar eten en klikjes op de bovenste plank van de koelkast, evenals zuivelproducten zoals yoghurt en slagroom. Verder horen voorgekookte ingrediënten, zoals vlees of verse pasta, op de tweede plank, gescheiden van rauw vlees, gevogelte en vis om kruisbesmetting te voorkomen. En in de deur? Daar kun je het beste verse kruiden, verse sauzen, eieren en sappen bewaren.

Geef je eten een tweede leven

Hoe goed je ook oplet bij het niet onnodig weggooiën van eten, voedselverspilling wordt nog vaker dan gedacht veroorzaakt doordat bruikbare delen van eten in de prullenbak belanden. Denk bijvoorbeeld aan een bananen- of citroenschil. De binnenkant van een bananenschil kun je gebruiken om je schoen te poetsen. Of gebruik een handje citroenschillen om je waterkoker of koffiezetapparaat te ontkalken. Ook koffiedik weggooiën is zonde. Plaats de nog vochtige koffiedik in de koelkast, dit werkt perfect om onaangename geurtjes in de koelkast op te vangen. Tevens kun je het laatste restje melk in de koelkast gebruiken om je planten te verzorgen. Melk laat de bladeren namelijk mooi glanzen én houdt schimmels tegen.

Voedselverspilling en HelloFresh

Er zijn nog veel meer manieren om voedselverspilling tegen te gaan. Wist je bijvoorbeeld dat koken uit een maaltijdbox voedselverspilling onder huishoudens met maar liefst 21 procent vermindert?*** HelloFresh zorgt op twee manieren voor minimale voedselverspilling: De ingrediënten worden pas besteld na de bestel deadline bij klanten en worden in precies de juiste hoeveelheden aangeleverd. Zo zorgt HelloFresh voor minder dan 0,2 procent voedselverspilling in de keten.

Over HelloFresh

HelloFresh is als marktleider wereldwijd actief in de VS, het Verenigd Koninkrijk, Duitsland, Nederland, België, Luxemburg, Australië, Oostenrijk, Zwitserland, Canada, Nieuw-Zeeland, Zweden en Frankrijk. In Q3 2020 leverde HelloFresh meer dan 162 miljoen maaltijden aan 5 miljoen actieve klanten. HelloFresh werd in november 2011 opgericht in Berlijn en kreeg in november 2017 een notering op de Frankfurt Effectenbeurs. HelloFresh heeft kantoren in New York, Berlijn, Londen, Amsterdam, Sydney, Toronto, Auckland, Parijs en Kopenhagen.

Over het onderzoek

* Representatief onderzoek uitgevoerd door Censuswide voor HelloFresh onder 9.113 respondenten die in september 2020 in Canada, het Verenigd Koninkrijk, Duitsland, Oostenrijk, Zweden, Nederland, België en Frankrijk woonden.

** Global Food Waste Study werd uitgevoerd door HelloFresh in samenwerking met het Wuppertal Instituut, het TU in Berlijn, FH Muenster, de Universiteit van Cambridge, Wageningen University en ReFED (een Amerikaanse non-profit voedselverspillingsorganisatie). In 's werelds grootste studie over voedselverspilling binnen huishoudens analyseerden onderzoekers de eet- en kookgewoonten van meer dan 1.100 vrijwillige deelnemers in zes internationale markten in Europa en Noord-Amerika. Het onderzoek nam twee weken in beslag. Tijdens de eerste week deden de deelnemers zelf boodschappen bij de supermarkt en tijdens de tweede week kookten ze met HelloFresh. Beide weken hielden ze bij hoeveel voedsel(resten) ze weggooiden.