

MaatschapWij

VOED SEL VER SPIL LING



MENU

al onze verhalen worden geserveerd met een frisse blik
en een portie positiviteit

VOOR

HOE ZIT DAT NOU?! 3

dit is er aan de hand in
voedselland

KLIMAAT & VOEDSEL 6

impact en oplossingen in
kaart gebracht

HOOFD

OVERSTAG 10

met Bob Hutten van De
Verspillingsfabriek

WASTE NO MORE 13

10 tips tegen
voedselverspilling

AFVAL OM VAN TE SMULLEN 18

met Freke van Nimwegen
van restaurant Instock

SMAKELIJK IMPACT 21

5 restaurants die
voedselverspilling tegengaan

HET ROER OM 25

met Chantal Engelen van
Kromkommer

KAPJES, KONTJES & KORSTJES 28

De strijd tegen het meest
verspilde product in Nederland

RESTJES BESTAAN NIET 31

6 ondernemers gaan de
strijd aan

TUSSEN GROND EN MOND 34

met Joszi Smeets van Food
Hub

HAPPY MET EEN APPIE 38

5 apps tegen
voedselverspilling

BROODJE BANANENSCHIL 41

4 verrassende recepten voor
zero waste thuiskoks

NA

WORD VRIEND VAN
MAATSCHAPWIJ 44

help ons verder

MaatschapWij vertelt
verhalen van mensen
die Nederland een stukje
mooier maken door iets
voor iemand anders
te doen en samen te
werken. We laten zien
dat je nooit te klein bent
om impact te maken en
inspireren je in actie te
komen. Doe mee!

MAATSCHAPWIJ

maatschapwij.nu
contact@maatschapwij.nu



HOE ZIT DAT NOU?!

DIT IS ER AAN DE HAND IN VOEDSELLAND



De negatieve impact van de voedselindustrie is enorm. Denk aan het verbruik van drinkbaar water, de uitstoot van broeikasgassen, afvalproductie en de gevolgen voor biodiversiteit. Of al dat voedsel over de hele wereld verslepen. Dit zijn de alarmerende cijfers:



Jaarlijks wordt **een vierde** van al het voedsel in Nederland verspild



Door de hele keten heen wordt er per dag **5,5 miljoen kilo** voedsel weggegooid. Alleen al in Nederland. Op jaarbasis is dat een rij vrachtwagens naar Spanje en weer terug



45 liter

Ruim **45 liter** aan dranken wordt er jaarlijks per persoon via de gootsteen of het toilet weggespoeld



Dagelijks gooien we **400.000 broden** weg. Daarmee is brood in Nederland het meest verspilde product



Inwoners van Nederland gooien ieder jaarlijks zo'n **34 kilo** eten weg



De consument is de grootste verspiller, die neemt **23 tot 32 procent** van het totaal voor zijn rekening



Voedselverspilling is verantwoordelijk voor zo'n **4,4 gigaton** broeikasgassen. Dat is ongeveer **8 procent** van onze wereldwijde CO2 uitstoot

In de 101 meest efficiënte oplossingen om klimaatontwrichting te keren, staat voedselverspilling tegengaan op **nummer 1**



* o.b.v. "The Drawdown Review 2020"



In 2050 zijn we met **9 miljard mensen** op Aarde en daarmee hebben we **50 procent** meer monden te voeden. Dat gaat een stuk makkelijker als we niet zoveel voedsel weggooien



29%
minder!



Elk jaar gooien consumenten van 'rijke landen' net zoveel eten weg als er in Afrikaanse landen onder de Sahara wordt geproduceerd, namelijk zo'n **230 miljoen ton**

Voedselverspilling is weliswaar een groot probleem, maar het goede nieuws is dat we als consument een positieve invloed kunnen uitoefenen. En dat doen we al! In Nederland verspillen we **17 procent** minder dan in 2016 en zelfs **29 procent** minder dan in 2010

DOE JE MEE?

In Nederland zijn er tientallen pioniers die zich dagelijks inzetten voor een verspillingsvrije voedselketen. Dit e-magazine staat vol inspirerende voorbeelden, tips en trucs over hoe we samen minder voedsel kunnen verspillen en zo een positieve impact kunnen maken.

KLIMAAT & VOEDSEL

*Ons voedselsysteem is uitgebreid en complex. Het produceren, vervoeren en bewaren van ons eten kost heel veel energie. Als we voedsel weggooien is al die energie verspild. Project Drawdown bracht **101 oplossingen** om klimaatontwrichting te keren in kaart. Het verminderen van voedselverspilling staat op **nummer 1**.*

Project Drawdown omschrijft **101 oplossingen** om klimaatontwrichting tegen te gaan. Inclusief de hoeveelheid CO2 die we ermee besparen, wat het ons in euro's kost én wat het oplevert. In de **top 10** van Drawdown vind je **twee oplossingen** die met voedsel te maken hebben.

HARDE FEITEN

Ieder mens (en dier) op Aarde moet eten. En wereldwijd verdient ruim **30 procent** van de **beroepsbevolking** zijn brood in de voedselindustrie. **30 tot 40 procent** van **alle voeding** gaat verloren tussen bron en bord. Tegelijk lijden zo'n **800 miljoen mensen** honger.

Voedselverspilling draagt jaarlijks voor zo'n **4,4 gigaton** bij aan de wereldwijde CO2 uitstoot; dat is ongeveer **8 procent** van de totale door de mens veroorzaakte uitstoot van broeikasgassen. En we weten inmiddels allemaal: daarvan warmt de Aarde op.



VOEDSELVERSPLLING WERELDWIJD

Voedselverspilling komt overal ter wereld voor. Ook in arme landen. Het verlies is daar echter vaak onbedoeld. Voedsel gaat bijvoorbeeld verloren door slechte infrastructuur of een gebrek aan koeling of opslagruimte. In arme landen zit de meeste verspilling aan het begin van de keten.

In rijkere gebieden is voedselverspilling vaak niet onbedoeld, maar bewust en verderop in de keten. Bijvoorbeeld doordat handelaren voedsel in de 'verkeerde' kleur of vorm weigeren. Of doordat ze teveel inkopen om geen nee te hoeven verkopen. Daarnaast is de consument ook niet zo happig op pukkellige piepers en kopen de meesten van ons liever teveel dan te weinig.

Bij voedselverspilling speelt de economie ook een grote rol. Het simpele principe van vraag en aanbod zorgt ervoor dat als gewassen niet rendabel zijn, ze niet worden geoogst. Zaden, water, energie, land, mest, arbeidsuren en geld van voedsel dat niet geconsumeerd wordt, gaat simpelweg verloren.

**DE HOEVEELHEID
WATER DIE DOOR
VOEDSELVERSPILLING
VERLOREN GAAT,
STAAT GELIJK AAN
DE INHOUD VAN 304
MILJOEN OLYMPISCHE
ZWEMBADEN**

VERSPILLINGSLEKKEN DICHTEN

Omdat de voedselindustrie zo groot en complex is, zijn de manieren om de belangrijkste verspillingslekken in de keten te dichten talrijk en gevarieerd. Zo moeten in arme landen de manieren van opslaan, verwerken en transporteren verbeterd worden. Ook betere communicatie en coördinatie tussen alle betrokken partijen is hier essentieel.

In gebieden met hogere inkomens moet vooral worden ingegrepen op het niveau van verkoop en consumptie. Op die plek in de keten moet voedselverspilling worden



voorkomen. En voedsel dat niet opgegeten wordt dient een ander doel te krijgen.

THT 04/2020

Daarnaast moeten we af van termen als 'tenminste houdbaar tot'. Die aanduidingen geven hooguit een smaakgarantie en zeggen niets over de voedselveiligheid. Daar raken we van in de war. Consumentenvoorlichting is sowieso een belangrijk middel om ervoor te zorgen dat we niet langer alleen perfect uitziende producten eten.

***DE HOOFDROL IS
WEGGELEGD VOOR DE
7,4 MILJARD ETERS OP
DEZE PLANEET***

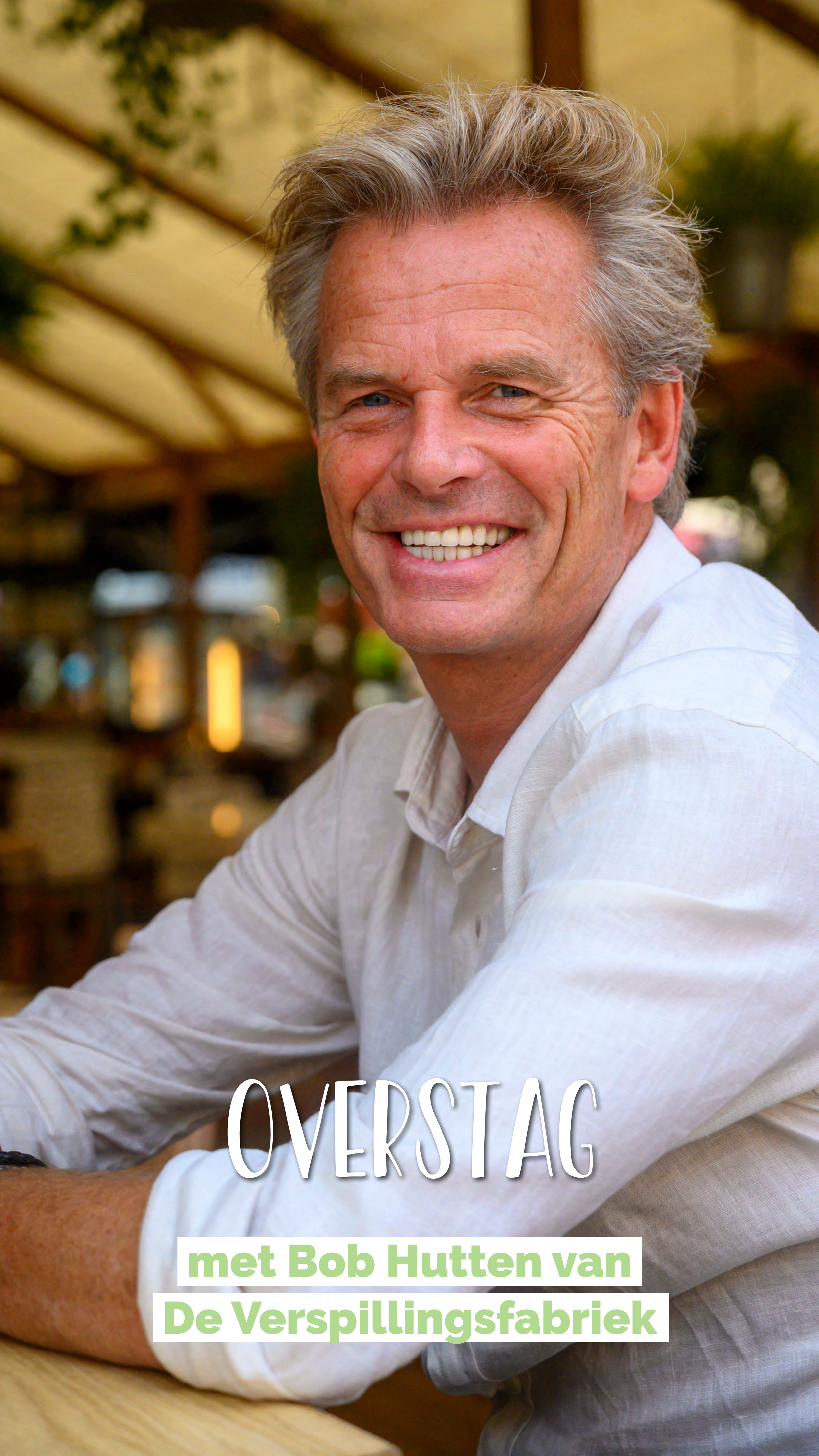
NATIONALE DOELSTELLINGEN

Ook al zijn we er nog niet, we zijn wel op weg. In Frankrijk werd in 2015 een wet aangenomen die supermarkten verbiedt om onverkocht eten weg te gooien. Afval wordt aan liefdadigheidsinstellingen gedoneerd of verwerkt tot iets anders. De Italianen werken aan een soortgelijke wet. Door zulke nationale doelstellingen en beleidsmaatregelen komt de voedseltransitie op gang. De hoofdrol is echter weggelegd voor de 7,4 miljard eters op deze planeet. Vooral in Europa, de Verenigde Staten, Canada, Australië, Nieuw-Zeeland en geïndustrialiseerde landen in Azië. In die landen wordt het meeste voedsel verspild.

IMPACT VOLGENS DRAWDOWN

Als we voor 2050 met z'n allen overstappen op een plantenrijk dieet en we 50 procent minder voedsel verspillen, kunnen we 10,3 tot 18,8 gigaton CO₂ vermijden. Doordat we voor onze landbouwgrond niet zoveel bossen om hoeven te maaien, scheelt dat nog eens 74,9 tot 76,3 gigaton uitstoot. Als we het probleem van voedselverspilling dus echt aanpakken, kunnen we met z'n allen een vermindering van wel 95,1 gigaton CO₂ realiseren.

www.drawdown.org



OVERSTAG

**met Bob Hutten van
De Verspillingsfabriek**

Cateraar en duurzaam ondernemer Bob Hutten kon niet langer aanzien dat we in Nederland jaarlijks voor minstens vijf miljard euro aan voedsel weggooien. Met de Verspillingsfabriek bewijst hij dat er van voedselresten van telers, veilingen, supermarkten en cateraars echte kwaliteitsproducten te maken zijn.

“Samen met Wageningen Universiteit en Foodsquad deden we ooit een pilot, waarbij we overrijpe tomaten van supermarktketen PLUS gebruikten voor verse soep. Daarna besloot ik op zoek te gaan naar een oplossing om veel grotere reststromen te redden. Direct vanaf de start kreeg ik vanuit alle hoeken van het land enorme hoeveelheden aangeboden.”

“IK WIL LATEN
ZIEN DAT JE MET
VERSPILLING
OOK GELD KUNT
VERDIENEN”



BARSTENSVOL MAAKT DE CIRKEL ROND

“Van de één kreeg ik 20.000 kilo tomaten, van een ander 100.000 kilo kleine aardappelen en ook nog eens 100.000 kilo uien. Maar ook boden ze me stierenkalfjes en geitenbokjes aan. Onze medewerkers met een afstand tot de arbeidsmarkt - we verspillen geen voedsel én geen talent - verwerken al die reststromen tot kant-en-klaargerechten zoals goulashsoep, Aziatisch stoofvlees, tomatensoep, champignon- en paprikasoep en boeuf bourguignon.”

GEMENGDE GEVOELEN

“Hoewel de consument enthousiast reageert op ons merk Barstensvol, deden de supermarkten dat in eerste instantie allerm minst. Maar na een stoeve ontvangst gaan steeds meer grote spelers overstag. We werken nu samen met verschillende supermarkten, horecagelegenheden en zelfs een ziekenhuis.”



“IK WIL ER KEIHARD VOOR
KNOKKEN OM TE ZORGEN
DAT WIJ ONZE OPLOSSINGEN
WERELDKUNDIG KUNNEN MAKEN”

SAMEN WERKEN AAN GROOTSE AMBITIES

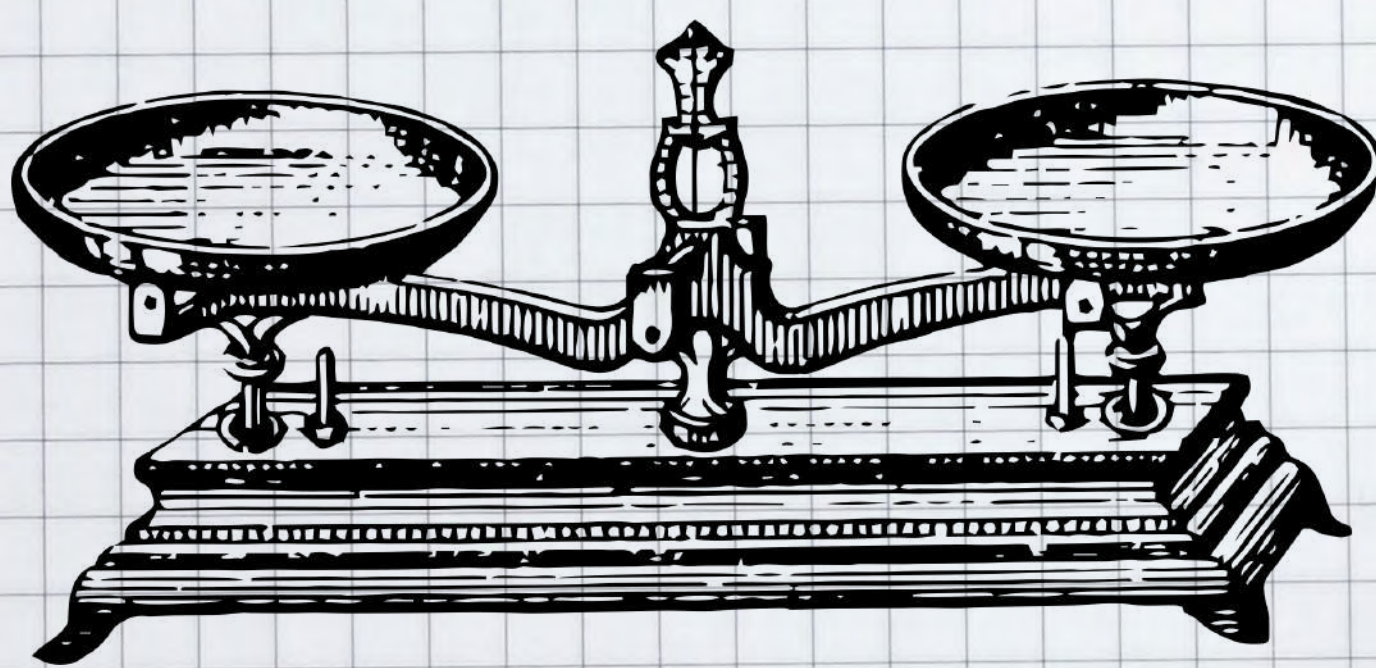
“We hebben een grotere ambitie dan alleen groenten redden: we willen Nederland op de kaart zetten als het gaat om het bedenken van oplossingen voor verspilling. Al vanaf het begin hebben we kennispartners betrokken, zoals de Wageningen Universiteit en de HAS. Ook onze partners Albron, Compass, Sligro en Jumbo helpen ons hiermee. We zeggen altijd dat onze missie is geslaagd als we over een tijd onze deuren kunnen sluiten, omdat we niet meer nodig zijn.”

De Verspillingsfabriek wil de grootste soepfabriek van Nederland worden. Zo kunnen ze zoveel mogelijk groente redden én zoveel mogelijk werkplekken creëren voor mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Daarnaast willen ze Nederland op de kaart zetten als het gaat om het bedenken van oplossingen voor verspilling.

www.deverspillingsfabriek.nl

WASTE NO MORE

10 TIPS TEGEN
VOEDSELVERSPILLING

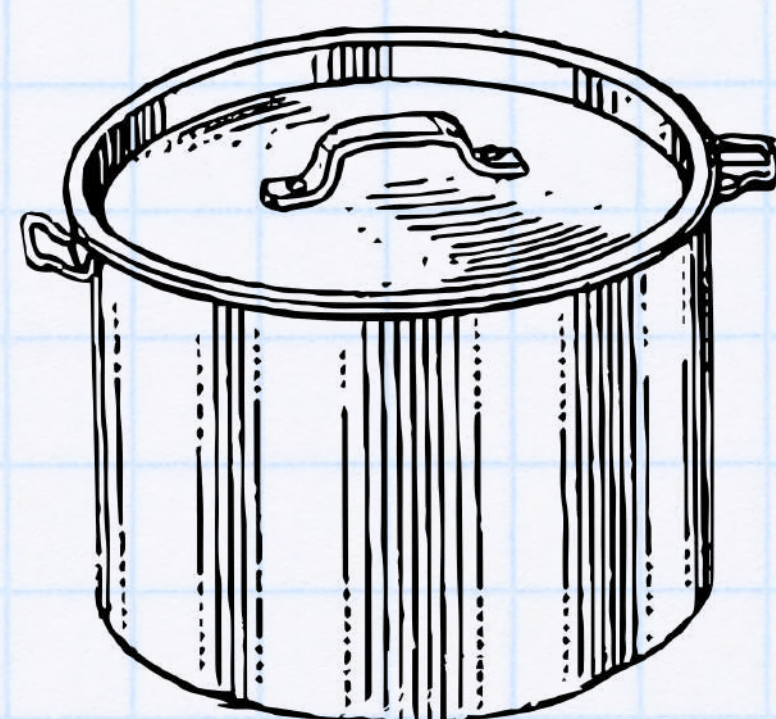


1 MAAK EEN BOODSCHAPPENLIJST

Dat is inderdaad suf. Maar ook handig. Want je ziet precies wat je nodig hebt en je koopt niks wat je al in huis hebt.

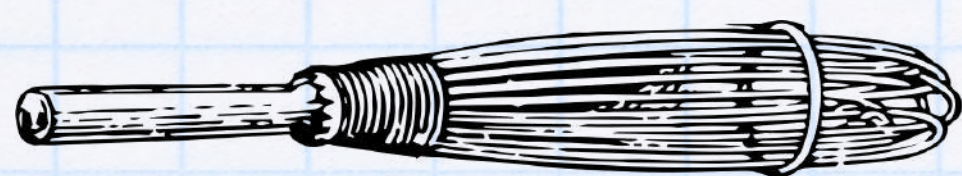
2 TRAP NIET IN DE HOUDBAARHEIDSMYTHE

‘Tenminste houdbaar tot’ geeft een garantie tot wanneer een product *minimaal* houdbaar is. Dat betekent dus absoluut niet dat je het de dag na die datum moet weggooien. Veel etenswaar kun je lang na de THT nog eten of drinken. Je zintuigen kunnen prima beoordelen of iets nog goed is. Dus: staar je niet blind op de THT, maar kijk, ruik en proef.



3 DOE JE INKOPEN SLIM

Naar de winkel gaan als je moe of hongerig bent, dat is niet handig. En kijk eens naar voordeelverpakkingen of producten waarvan je een voorraad wilt hebben. Dan hoef je minder vaak naar de winkel en word je minder vaak verleid.



Veel dingen zijn in de vriezer prima te bewaren, óók als op de verpakking staat dat dat niet zo is.

Ho stop, dit bewaar je níet in de koelkast

Aardappels, ananas, aubergine, avocado,
bananen, basilicum, brood, courgette, knoflook,
komkommer, paprika, tomaat, ui

4 RESTJES BESTAAN NIET

Bijna alle restjes kun je in een koekenpan omtoveren tot een goedgevulde omelet. Of tot een fantasierijke pasta of soep. En van wat je dan nog overhoudt maak je een gezonde smoothie. Maar dit alles wist je vast al. Wil je *next level* gaan? Dan kun je je restjes ook inmaken, drogen, fermenteren, konfijten of pekelen!



.....

• Zo lang kun je voedsel in de diepvries bewaren

• Gesneden groenten: 3 maanden

• Verse kruiden: 12 maanden

• Aubergine, courgette en paprika: 3 maanden

• Vers fruit: 8 tot 12 maanden

• Fruit in suiker of met siroop: 8 tot 12 maanden

• Gehakt: 3 maanden

• Kip: 3 maanden

• Biefstuk en lam: 9 maanden

• Rauwe vis: 6 maanden

• Gebak met slagroom: 1 maand

• Gebak zonder slagroom: 3 maanden

• Boter en margarine: 2 maanden

• Wil je meer weten over eten bewaren? **Kijk op deze Bewaarwijzer**

.....

5 DEEL JE MAALTIJD



Heb je een maaltijd over en een volle vriezer? Bied je maaltijd aan via *foodsharing*. Op **deze kaart** zie je de mogelijkheden bij jou in de buurt. Of bel gewoon eens spontaan bij je burens aan om ze iets aan te bieden.

6 KWEEK JE EIGEN KRUIDEN

Voor één gerecht een hele bos koriander kopen en de rest weggooien. En een basilicumplant kopen die na een week verdort. Dat kan niet de bedoeling zijn. Als je je eigen kruiden kweekt – gewoon vanaf het zaadje – gaan je plantjes veel langer mee.



Wil je toch graag je groene vingers showen en een volgroeid plantje in leven houden? Koop er dan een in het tuincentrum. De plantjes uit de supermarkt zijn gekweekt voor snelle consumptie.

-

•

• **Waarom gaat mijn kruidenplantje altijd dood?**

•

• Plantjes die je in de supermarkt koopt –

• bijvoorbeeld basilicum of peterselie – zijn

• meestal geen lang leven beschoren. Dat komt

• niet door (de afwezigheid van) jouw groene

• vingers, maar omdat de plantjes niet gekweekt

• zijn om lang mee te gaan. De zaadjes zijn

• namelijk veel te dicht op elkaar gezaaid. Ze zien

• er daardoor goed uit voor de verkoop, maar

• de wortels kunnen niet genoeg voeding uit de

• bodem halen. En dat de omstandigheden in

• jouw keuken niet zo ideaal zijn als in een kas,

• helpt niet bepaald. Het plantje in vieren delen en

• deze tien tot vijftien centimeter uit elkaar zetten

• kan zijn overlevingskans vergroten.

•

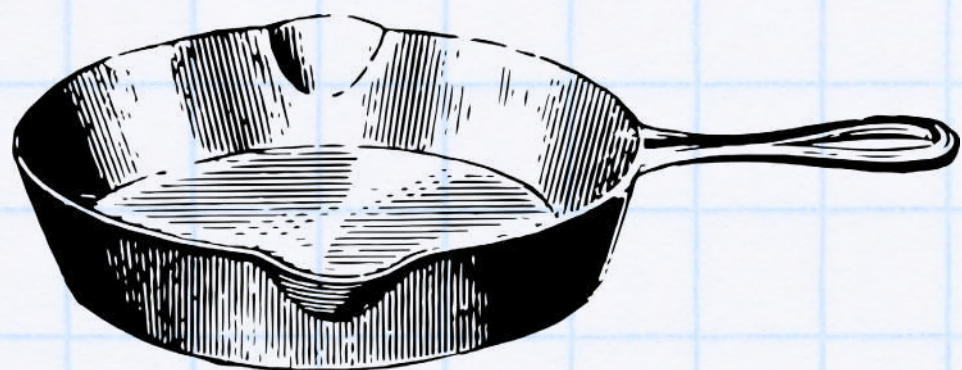
.....

7 KOOP DICHT TEGEN DE HOUDBAARHEIDSDATUM AAN

Weet je al dat je iets vandaag gaat opeten? Zoek dan in de supermarkt naar een product dat een houdbaarheidsdatum van vandaag heeft. Wat jij vandaag niet koopt wordt morgen misschien wel weggegooid.

8 VRAAG IN EEN RESTAURANT OM EEN DOGGYBAG

In Amerika is vragen om een doggybag volkomen normaal, maar wij Nederlanders blijven het spannend vinden. Gewoon doen! Met die overgebleven pizzapunt ben je de volgende dag héél blij.



Kliekjes in een zakje

46 procent van de Nederlanders krijgt wel eens een doggybag aangeboden in een restaurant. Vijf jaar geleden was dit nog 27 procent.

9 GAAN VOOR DIE WEESBANAAN

Veel bananen die van de tros gehaald zijn blijven over, omdat niemand ze wil kopen. Wil je voorkomen dat die eenzame bananen weggegooid worden, koop dan de losse bananen in plaats van die aan een tros. Over bananen gesproken: het zijn juist de (over)rijpe bananen waar je perfecte *banana pancakes* of een bananenbrood van bakt.



10 COMPOSTEER SAMEN MET JE BUREN

Kijk voordat je GFT-afval weggooit eens of het mogelijk is om in jouw buurt te composteren, bijvoorbeeld via Buurtcompost. Of start zelf een wormenhotel!



AFVAL OM VAN TE SMULLEN

**met Freke van Nimwegen
van restaurant Instock**

Na een jaar als trainee op de duurzaamheidsafdeling van Ahold te hebben gewerkt, komt Freke van Nimwegen in de winkel terecht. Daar ziet ze hoeveel smakelijke én voedselveilige producten er dagelijks worden weggegooid. Dat moet en kan anders, vindt ze.

Om het tij te keren start ze samen met collega's Bart Roetert en Selma Seddik restaurant Instock. Inmiddels heeft Instock ook haar eigen groothandel voor geredde producten, meerdere kookboeken en een heus lespakket over voedselverspilling.



“Dat we van een lineaire naar een circulaire economie toe moeten is een *no-brainer*. Aan de ene kant raken de grondstoffen op en aan de andere kant komen er steeds meer mensen bij. De hele keten van voedsel is verantwoordelijk voor maar liefst een derde van onze ecologische voetafdruk. Vooral de stappen die vooraf gaan

voordat het eten überhaupt op je bord ligt wegen zwaar, denk maar aan het waterverbruik, energieverbruik, het verbruik van grond en de CO₂-uitstoot.”

SAMEN MILJOENEN BESPAREN

“Hoewel Instock een succes is, valt er nog veel te winnen in het tegengaan van voedselverspilling. We merkten dat er veel chefs waren die op dezelfde manier als Instock wilden werken. Om een groter verschil te maken, oftewel meer eten van de verspilling te redden, zijn we InstockMarket.nl begonnen. Op deze online marktplaats voor restaurants en cateraars bieden we groenten en fruit aan dat anders verspild zou zijn. Dit kunnen ze met hetzelfde gemak bestellen als bij de groothandel. Zo stimuleren we reguliere horeca om ook ‘gered’ eten op de kaart te zetten.”

**“ALS ALLE
NEDERLANDERS
ÉÉN MAAND NIKS
VERSPILLEN,
BESPAREN WE
MEER DAN 65
MILJOEN KILO”**



CIRCULAIRE UITDAGING

“Het is niet altijd even makkelijk om binnen het huidige systeem aan de circulaire economie te werken. Wij geloven heel erg in de circulaire economie, en dus ook in dat stukje ‘economie’. Het restaurant moet zichzelf daarom draaiende kunnen houden. Je zou zeggen



dat dit voor een restaurant dat werkt met reststromen niet zo moeilijk moet zijn, maar dat blijkt niet het geval. Grondstoffen zijn immers nog altijd goedkoper dan arbeid. Ik ben ervan overtuigd dat hier verandering in gaat komen, maar dat heeft tijd nodig.”

Met hun restaurant, groothandel, producten en catering geven oprichters Selma, Bart en Freke opnieuw waarde aan onverkochte producten. Bovendien wil Instock mensen bewuster maken van het probleem en hoe ze zelf kunnen bijdragen aan het oplossen ervan. Instock is een 'social enterprise' waarbij de missie altijd voorop staat. Het team blijft zich net zo lang inzetten om voedselverspilling op de kaart te zetten, totdat het zichzelf overbodig heeft gemaakt.

www instock.nl

SMAKELIJK IMPACT!



**5 RESTAURANTS DIE
VOEDSELVERSPILLING
TEGENGAAN**

Natuurlijk kun je ook buiten de deur genieten van voedsel dat gered is van de prullenbak. Deze vijf restaurants weten wel raad met reststromen.



CONSCIOUS KITCHEN



Met als doel mensen samen te brengen en voedselverspilling aan te kaarten serveren de vrijwilligers van Conscious Kitchen in Den Haag elke donderdag een plantaardig diner. Iedereen kan bijdragen aan de maaltijd, bijvoorbeeld door voedsel op te halen, te koken of door schoon te maken. Lukt je dat niet, dan mag je ook geld doneren.

www.consciouskitchen.nl

FREE CAFE GRONINGEN

Bij Free Café Groningen verzamelen ze eten dat anders weggegooid zou worden en maken ze daarvan een vegetarische maaltijd. Alle aardige mensen zijn welkom om een vorkje mee te prikken. En zoals je van een *free café* mag verwachten is deze maaltijd gratis. Ervoor betalen mag en kan niet, maar wie graag wat terug wil doen kan houdbaar voedsel doneren.

www.freecafe.nl



LEFT



Te kleine appels, paprika's met een deukje of een overschot aan pompoenen. LEFT in Utrecht weet er wel raad mee. De producten bij deze duurzame parel komen van heel dichtbij, namelijk de supermarkt op de begane grond.

www.left-eatright.nl

DE CEUVEL

Bij circulaire broedplaats De Ceuvel worden zoveel mogelijk kringlopen gesloten. Er wordt gekookt met groenten uit eigen kas of van lokale boeren, en de uitwerpselen van vissen zorgen voor voedingsstoffen in de kas. Zelfs de urine van bezoekers wordt gebruikt, die dient namelijk als voedsel voor de plantjes.

www.deceuvel.nl



ELIXER



Circulair restaurant Elixer is volledig gebouwd van tweedehands materiaal. Eigenaren Valentijn Klap en Eva Evers organiseren hier kliekjesfestijnen, ruilen groenten uit de lokale moestuin om voor een diner en zetten zelfs al eens plastic soep op het menu.

www.restaurantelixer.com

voed·sel·ver·spil·ling

(*de; v; meervoud: voedselverspillingen*)

1. Voedselverspilling betreft voedsel dat geschikt is voor menselijke consumptie en dat wordt weggegooid, al dan niet na de houdbaarheidsdatum of na bederf. Het gaat dan om de eetbare delen van voedsel.

A portrait of a woman with long, wavy brown hair, smiling broadly. She is wearing a light blue t-shirt under a dark blue cardigan. The background is a plain, light grey.

HET ROER OM

met Chantal Engelen
van Kromkommer

Jarenlang maakte Chantal Engelen met haar sociale onderneming Kromkommer soepen van 'geredde' groenten. Na op deze manier duizenden kilo's afgekeurde groenten gered te hebben, richt Kromkommer zich voortaan uitsluitend op het creëren van bewustzijn rond voedselverspilling. Want daar begint het mee.



“Door de toegenomen concurrentie wordt het steeds lastiger om ons businessmodel boven water te houden. Bovendien waren onze soepen nooit het doel, ze waren slechts een middel om het verhaal over de Bühne te krijgen. We wilden de kwaliteitsperceptie van groenten en fruit veranderen, door verspilling letterlijk bij mensen op tafel te zetten en ze op een toegankelijke manier kennis te laten maken met het probleem.”

OORZAKEN VAN HET PROBLEEM

“Zo’n twintig procent van ons voedsel wordt verspild bij de boer en de teler. Dat komt vooral doordat supermarkten bizar hoge eisen stellen aan het uiterlijk van groente en fruit. Ook draagt Europese wetgeving bij aan het probleem. Voor veel groenten en fruit bestaat wetgeving die beschrijft hoe producten eruit moeten zien. Een dubbele kiwi bijvoorbeeld, die mag je in Europa niet verkopen.”

“VOEDSELVERSPILLING WORDT HET
NIEUWE ROKEN”



TE GEK VOOR WOORDEN

“Het gevolg van deze regels is dat boeren op wekelijkse basis noodgedwongen duizenden kilo's smaakvol en kwalitatief goed voedsel aan hun dieren voeren, terug de grond in rijden of tot biogas vergisten. Het is te gek voor woorden dat we voedsel weggooien omdat het niet mooi genoeg is, terwijl er overal ter wereld mensen honger lijden. Daarnaast verspil je, als je voedsel weggooit, niet alleen het

eten zelf, maar ook alle energie, water en grondstoffen die vooraf zijn gegaan aan het product. Voedselproductie is een van de meest belastende activiteiten voor het klimaat.”



VOEDSELVERSPILLING IN DE SPOTLIGHTS

“Met ons kromme speelgoed, het Gekke Groente Museum en de Krommotie brachten we het probleem de afgelopen jaren al onder de aandacht. Daar gaan we de komende tijd mee door. We gaan ons focussen op politieke lobby, een lespakket voor basisscholen en het organiseren

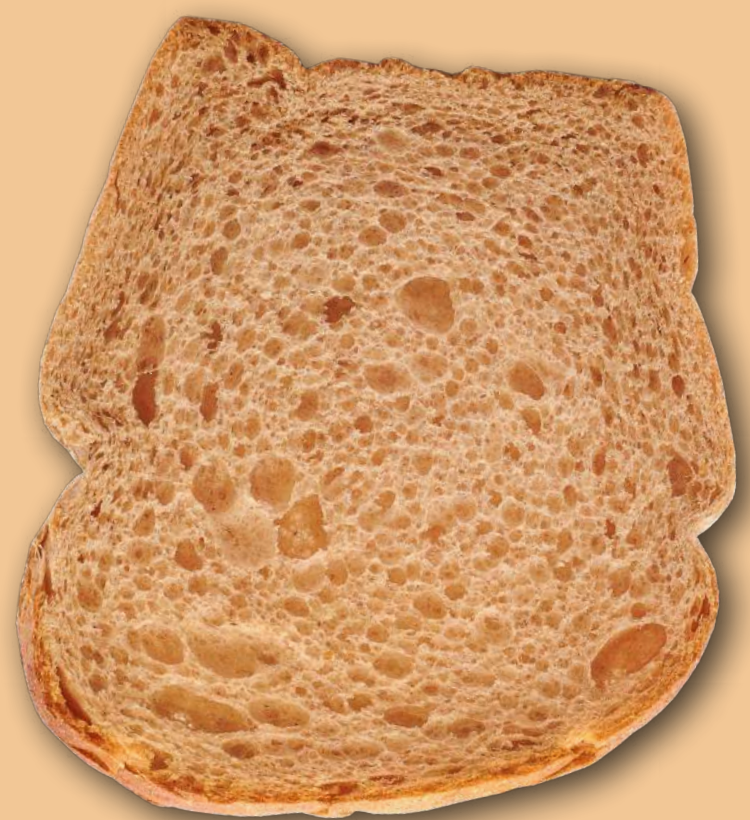
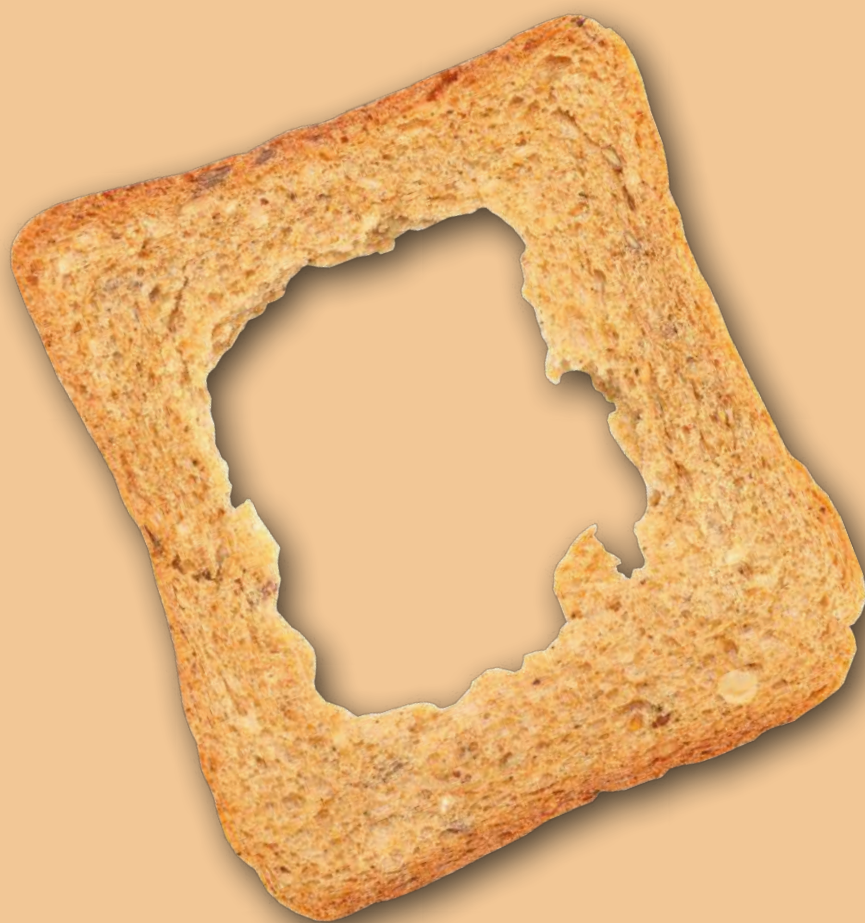


van ludieke acties. Ik hoop en denk dat we over vijf jaar niet meer bestaan. Het onderwerp krijgt steeds meer maatschappelijk draagvlak. Ik ben ervan overtuigd dat voedselverspilling het nieuwe roken wordt.”

Kromkrommer laat op allerlei manieren zien dat 'kromme' groenten en fruit net zo lekker zijn als hun 'rechte' broertjes en zusjes. In ludieke campagnes laten ze kromme groenten en fruit stralen en met hun kromme groente- & fruitspeelgoed maakten ze kinderen fan van krom. Vanaf 2020 focust de sociale onderneming zich meer op bewustwording en maakt de verspillingsoep plaats voor onder andere een lespakket voor basisscholen en een kinderboek over kromme groenten en fruit.

www.kromkommer.com

KAPJES, KONTJES EN KORSTJES



DE STRIJD TEGEN
HET MEEST VERSPILDE
PRODUCT IN NEDERLAND

Per week gooit de gemiddelde Nederlander ongeveer vier boterhammen in de prullenbak. Met z'n allen is dat zo'n twee miljoen kilo brood. Opvallend is dat er een groep Nederlanders is die een stuk minder verspild dan anderen. De mensen die de kontjes of kapjes van brood eten, gooien tot wel drie keer minder weg.

Uit onderzoek van het Voedingscentrum blijkt dat de meeste Nederlanders hun best doen zo min mogelijk brood te verspillen (93 procent), dit belangrijk vinden (92 procent) en weten hoe ze dat moeten doen (89 procent). Toch verdwijnen er nog altijd enorme hoeveelheden brood in de afvalbak. Alleen al bij de consument thuis.



Omdat brood een versgebakken product is, gaat de kwaliteit snel achteruit. De kunst is dus om het op tijd op te eten, in te vriezen of te verwerken in een kliekjesrecept. Zo geniet je optimaal van brood, en hoef je geen kruimel te verspillen. Goed voor de planeet én je portemonnee.

Met deze tips van **Samen tegen Voedselverspilling** draag je bij aan minder verspilling van brood:

1. BEWAREN

Brood blijft twee tot vier dagen goed in een afgesloten broodzak in de keukenkast, voorraadkast of broodtrommel. Daarna gaat de kwaliteit achteruit en wordt het droger. Bewaar brood niet in de koelkast!



2. INVRIEZEN

Vries brood direct na aankoop in, eventueel in porties, en haal er elke dag uit wat je nodig hebt. Zo heb je dagelijks vers brood. In de vriezer blijft brood zeker een maand goed.

3. ALLES ETEN

Gooi de kapjes, kontjes of korstjes niet weg! 23 procent van de deelnemers aan het onderzoek van het Voedingscentrum geeft aan dit deel van het brood zelden tot nooit te eten. Zonde, want alle onderdelen van brood zijn eetbaar.

4. CREATIEF MET OUD BROOD

Oud brood eten is allesbehalve een straf. Een bruschetta van oud brood - met wat olijfolie, balsamico, peper, knoflook, tomaat en basilicum - is misschien nog wel lekkerder dan een verse boterham. Op deze website vind je smakelijke recepten met oud brood.



5. NIET DOEN! EENDJES VOEREN

Met name het zout in het brood is slecht voor dieren, ze kunnen er ziek van worden. Daarnaast trekt rondslingerend brood ratten aan en is het slecht voor de waterkwaliteit. Brood aan de eendjes (of andere dieren) geven is dus geen goed idee.

Restjes Bestaan niet

6 ONDERNEMERS GAAN
DE STRIJD AAN



Nederland wordt langzaam wakker. Steeds meer ondernemers maken lekkere producten van voedsel dat anders weggegooid zou worden. Deze zes ondernemers brengen reststromen alsnog in het schap.



DE TWEEDE JEUGD

De voormalige chefs van De Tweede Jeugd weten als geen ander dat je veel lekkers kunt maken van al dat onverkochte brood dat we weggooien. Bijvoorbeeld hun Supertosti's, die in 2017 werden uitgeroepen tot de beste tosti van Amsterdam.

www.detweedejeugd.nl

POTVERDORIE!

Potverdorie! maakt jam en chutney van overtollig fruit en groente. Hoewel, jam... Door de grote hoeveelheid fruit (70 procent) en de lage hoeveelheid suiker mag er op de pot officieel geen 'jam' staan. Potverdorie, da's dus nog gezonder ook.

www.potverdorie.nl



GRO

De smakelijke oesterzwammen waarvan GRO producten maakt zijn circulair geteeld – namelijk op koffiedik. Met een uitgebreid assortiment (waarvan je spontaan gaat watertanden) laat GRO zien hoe veelzijdig zo'n zwammetje is.

www.gro-together.com

DE FRUITMOTOR

Als je appelcider moet drinken om voedselverspilling tegen te gaan is het leven niet zo slecht, toch? Bij De Fruitmotor maken ze appelcider van ‘krenkelaars’ - niet volkomen gaaf fruit, dat uiteraard wel perfect smaakt.

www.defruitmotor.nl



GLORIOUS BASTARDS

Is het de buitenkant die telt? Nee, het gaat om de inhoud. Daarom toveren mensen die ‘er niet meer toe doen’ groenten en fruit met datzelfde stempel om tot de lekkerste producten. Die ook nog eens puur natuur zijn.

www.gloriousbastards.nl



DE LEKKERE MAN

De Lekkere Man maakt charcuterie van haan, bok en stier. Dieren die alleen worden geboren omdat hun moeders en zusjes melk en eieren produceren voor onze consumptie. Binnen het huidige voedselsysteem kennen deze mannen nauwelijks waarde. Bij de Lekkere Man dus wel.

www.delekkereman.nl



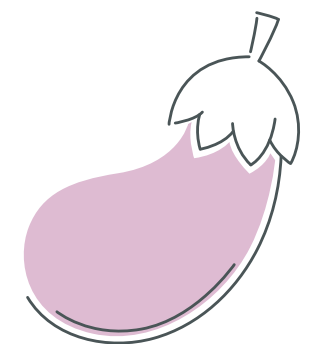
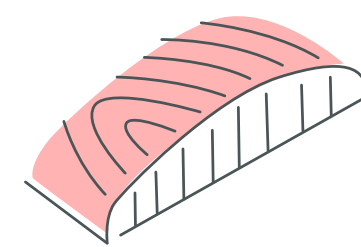
A close-up portrait of a woman with long, dark, wavy hair and light blue eyes. She is wearing a bright red top and a small gold hoop earring. The background is a light-colored wooden wall. The text 'TUSSEN MOND EN GROND' is overlaid in large white letters.

TUSSEN MOND EN GROND

met Joszi Smeets
van Food Hub

Biodiversiteit, voedselverspilling, obesitas; grote thema's die nauw verbonden zijn met wat wij dagelijks in onze mond stoppen. De negatieve impact van hoe wij met ons voedsel omgaan is enorm. Maar voedsel heeft, als we aan de juiste knoppen draaien, ook de potentie om in positieve zin richting te geven aan de voedseltransitie. Een verandering die Joszi Smeets met de educatieve programma's van Food Hub helpt versnellen.

“Er zijn zoveel problemen in de voedselindustrie. En de oorzaak is eigenlijk altijd de afstand tussen onszelf en waar ons eten vandaan komt. Want terwijl wij voornamelijk buitenlands eten in onze mond stoppen, vliegt het voedsel uit ons eigen land de hele wereld over. Het resultaat is een onoverzichtelijk, afstandelijk web waarin nauwelijks contact meer is tussen de verschillende schakels. De afstand tussen 'grond' en 'mond' is veel te groot.”



VOEDSEL MAAKT GROTE THEMA'S BESPREEKBAAR

“Voedsel is sterk verbonden met onze cultuur en ligt dichtbij wie we zijn en hoe we met elkaar omgaan. Denk maar aan die kalkoen voor kerst, of die speciale taart voor je verjaardag. Dus als je tegen iemand zegt dat hij of zij minder dierlijke producten moet eten, gaat het over meer dan die kalkoen of die eieren. Het gaat over het veranderen van een ritueel, en dat raakt mensen in hun identiteit.”



**“ALLEEN DOOR
SAMENWERKING
ZAL ER ÉCHTE
VERANDERING
KOMEN”**

SAMEN WERKEN AAN OPLOSSINGEN

“Het probleem ligt niet op één plek in de voedselketen, maar is overkoepelend. Zo moeten boeren anders gaan produceren en docenten de verhalen achter voedsel doorgeven aan hun leerlingen. En moeten artsen leren over de invloed van voedsel op ons lichaam en politici het land in en de zee op om te kijken wat boeren en vissers drijft. Alleen zo kunnen we het hele systeem aanpakken.”



FOOD HUB VERENIGT UITERSTEN

“Wij brengen verschillende disciplines samen. Het liefst faciliteren wij ontmoetingen die schuren, want we denken dat het daar gebeurt. Dan kom je tot écht interessante oplossingsrichtingen.”

EEN ANDER VOEDSELSYSTEEM IS MOGELIJK

“Ik heb geen idee waar het heen gaat met de wereld. Mensen zijn voortdurend in beweging. Door ze instrumenten te geven, waarvan voedsel er één is, zorgen we dat die beweging de goede kant op gaat. Ik zie veel kansen en goede ideeën. Daarom weiger ik me erbij neer te leggen dat er geen andere manier is om ons voedsel te produceren en te consumeren.”

Food Hub creëert opleidingen, trainingen en vernieuwende vormen van voedseducatie. In opdracht of op eigen initiatief, en altijd samen met een groot netwerk van veranderaars en koplopers uit alle schakels van de voedselketen, van boer tot beleidsmaker, van retailer tot ondernemer. Food Hub is gespecialiseerd in het begeleiden van innovatie- en veranderingstrajecten en helpt bedrijven, overheden, sectoren en professionals om de veranderende wereld van voedsel en landbouw beter te begrijpen.

www.foodhub.nl



**WASTE
ISN'T WASTE
UNTIL WE
WASTE IT**

**HAPPY
MET
EEN
APPIE** 😄

**5 APPS TEGEN
VOEDSELVERSPLLING**

.....



Minder voedsel verspillen wordt steeds makkelijker. Als je met een simpele app jouw impact een positieve draai kan geven, wat let je dan nog? (Helemaal niks, toch?)

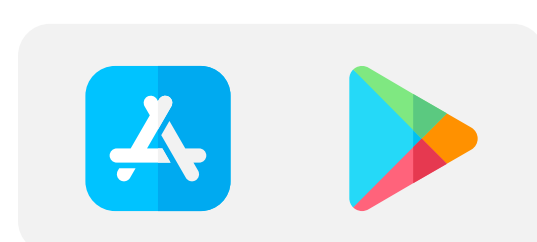
.....

TOO GOOD TO GO

Met Too Good To Go haal je een Magic Box vol overtollig eten dat nog prima eetbaar is, maar door winkels en restaurants aan het einde van de dag zou moeten worden weggegooid. Zoals vers brood van de bakkerij of een hele maaltijd van een restaurant. De inhoud van de Magic Box is een verrassing, maar een goede *deal* is het altijd.



Too Good To Go

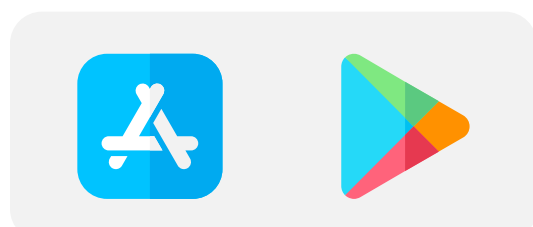


.....

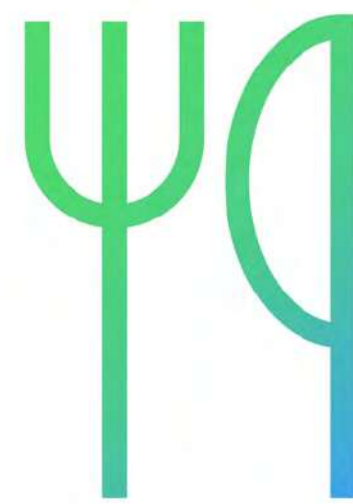


NOFOODWASTED

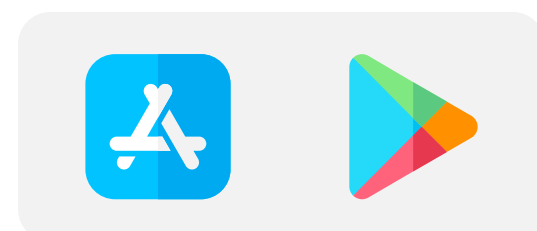
NoFoodWasted laat in een oogopslag zien welke producten bij jou in de buurt tegen de houdbaarheidsdatum aanlopen én hoeveel je kunt besparen als jij deze van de prullenbak redt. Da's lekker!



VERSPELLINGSVRIJE COACH



De Verspillingsvrije coach helpt je met slimme tips, inspiratie en toffe *challenges* om minder eten en drinken weg te gooien. En door te meten wat je weggooit, krijg je tips die nóg beter bij je passen.

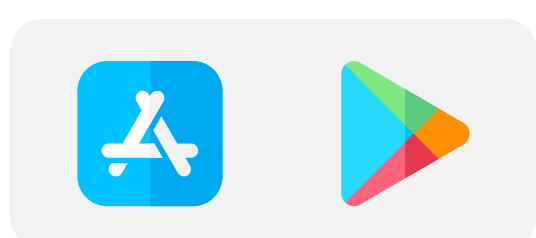


.....



SUPERCOOK

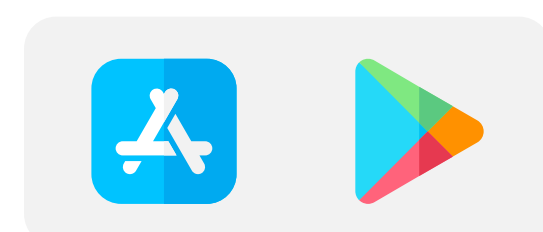
Handig! De app SuperCook helpt je met een hele lijst aan recepten die je kunt maken met de ingrediënten die je in huis hebt. Vul in wat er in je koelkast en voorraadkast staat en je krijgt opties te over. Oftewel, voedsel weggooien is nergens meer voor nodig.



.....

OLIO

Met OLIO ben je meer dan ooit verbonden met je buurt. Heb je groenten over voordat je op vakantie gaat? Zet het op OLIO. Jij blij, je buur blij!



EEN BROODJE
BANANENSCHIL?



JAMMIE!



**4 verrassende recepten
voor *zero waste* thuiskoks**

Elisah Pals, initiatiefneemster van Zero Waste Nederland, weet als geen ander hoe je afval- en verspillingsvrij leeft, in de breedste zin van het woord. Ook in de keuken dus. Dit zijn vier van haar favoriete recepten om verspilling tegen te gaan. Bon appétit!

1. FRANSE KAASBROODTAART



Per dag gooien we 400.000 broden in Nederland weg en daarmee is brood het meest verspilde product. Zonde, want juist oud (stok)brood is een uitstekende basis voor een Franse broodtaart, rijkelijk gevuld met walnoten en blauwe kaas. In 45 minuten maak je hem.

Naar het recept van Rudolph van Veen

2. VEGAN PULLED 'PORK' VAN BANANENSCHILLEN

Bananen worden na brood het vaakst weggegooid. Vooral weesbananen (bananen die alleen overblijven nadat ze van de tros zijn gehaald) zijn de klos. Wat je nog meer kunt doen om voedselverspilling te voorkomen: de hele banaan gebruiken. Ja, óók de schil. Met bananenschillen en smaakmakers als komijn, paprikapoeder en barbecuesaus maak je in een handomdraai een heerlijk broodje plantaardige *pulled 'pork'*.

Naar het recept van Max la Manna

Tip van Elisabeth:
koop zoveel mogelijk ongesneden, onverpakte, hele producten. Daar doe je langer mee en je voorkomt onnodige verspilling. Bijvoorbeeld doordat eetbare delen worden weggesneden en weggegooid, nog voor het product in jouw winkelmandje belandt.

3. PESTO VAN WORTELLOOF

Dat je wortelloof kunt eten, weet lang niet iedereen. Het loof belandt in het beste geval op de composthoop, maar gaat ook vaak rechtstreeks de prullenbak in. Van het smakvolle loof kun je echter uitstekend pesto maken. Alleen het onderste deel dichtbij de wortel kan wat bitter zijn, de rest mix je met pijnboompitten, parmezaanse kaas, knoflook en olijfolie tot een smeuge, verspillingsvrije pesto.

Naar het recept van Bioplanet



4. POMPOENCURRY

Ook de schillen en zaden van een pompoen zijn eetbaar. Sterker nog, geroosterd geven ze een heerlijke *crunchy bite* aan een warme currysotel. En omdat curry zich uitstekend leent voor het gebruik van restjes, kun je er vast nog meer mee redden dan alleen de pompoen.

Naar het recept van Max la Manna

Tip van Elisah:
heb je ongepland toch eten over?
Foodsharing is een slimme, duurzame
en sociale manier om met te veel gekookte of
afgehaalde maaltijden om te gaan. In Nederland en
Vlaanderen zijn ruim 180 groepen actief met het
delen van eten en zeker 50.000 mensen doen hier al
aan mee. Op de website van Zero Waste Nederland
vind je een handige kaart met een overzicht
van alle *foodsharing* initiatieven bij
jou in de regio.

FOOD FOR THOUGHT

We hebben al best veel vrienden. Maar om te kunnen groeien en nog meer impact te maken met verhalen over een duurzamer, socialer en vitaler Nederland, willen we er nog veel meer. Met jouw bijdrage - hoe klein ook - help je ons om deze verhalen te vinden, vangen en verspreiden.

Join the club via onderstaande button!

**WORD VRIEND VAN
MAATSCHAPWIJ**



colofon

REDACTIE

Fleur Akersloot
Joost Marsman
Marije Remmelink
Nadine Maarhuis
Nathalie van Wijkvliet
Roanne van Baren
Rozemarijn Weyers

VORMGEVING

Lara van Dorresteyn

ONLINE MARKETING

Raoul de Vries

bronnen

Milieu Centraal
Project Drawdown
Voedingscentrum
Wereld Natuurfonds

met dank aan

Bob Hutten
Chantal Engelen
Elisah Pals
Freke van Nimwegen
Joszi Smeets
Samen tegen
Voedselverspilling



MaatschapWij

*MaatschapWij is
een initiatief van De
Publieke Zaak*

DEPUBLIEKEZAAK