

# Zero Waste in der Küche

## Einkaufen

- 🌱 Gemüse lose einkaufen und Gemüsenetze mitnehmen
- 🌱 Auf dem Markt einkaufen → Regionalität und Zero Waste vereinen
- 🌱 Produkte nehmen, die in Glas oder Pappe eingepackt sind
- 🌱 Einkaufstaschen im Auto oder der Handtasche haben – so kommt ihr nicht in die Verlegenheit eine Tüte kaufen zu müssen
- 🌱 Unverpacktläden der Gegend auskundschaften
- 🌱 Losen Tee und losen Kaffee einkaufen – statt Kapseln und Teebeutel
- 🌱 Brotbeutel mit zum Bäcker nehmen
- 🌱 Eiswürfel mit einer entsprechenden Dose selber machen
- 🌱 Einkaufsliste sehr genau schreiben und nicht hungrig einkaufen gehen – erspart die Lustkäufe 😊

## Küchen-Utensilien

- 🌱 Waschbare Küchenrolle
- 🌱 Dauerbackfolie
- 🌱 Wachstücher am besten vegan zum Schutz der Bienen
- 🌱 Spülbürsten aus Holz mit wechselbaren Bürsten
- 🌱 Waschbare Spülschwämme und Lappen zb. Luffa-Schwämme
- 🌱 Vorratsdosen aus Glas – ohne Plastik und somit ohne Weichmacher
- 🌱 Wiederverwendbarer Kaffeefilter
- 🌱 Glas- oder Edelstahlstrohalme
- 🌱 Nussmilchbeutel – Mandeln unverpackt kaufen und Mandelmilch einfach selber herstellen
- 🌱 Spülmittel und Reiniger selber herstellen oder plastikfrei einkaufen

## Sonstiges

- 🌱 Lebensmittelverschwendung reduzieren durch Essenspläne – am besten mit dem Saisonkalender im Blick – viele Lebensmittel bekommt man nur in einer bestimmten Verpackungsgröße, wenn Reste bleiben ist für den nächsten Tag ein Gericht zum Aufbrauchen der Reste sinnvoll
- 🌱 Lebensmittel richtig lagern – hier und da eine kleine Internetrecherche zur richtigen Lagerung der jeweiligen frischen Lebensmittel bewirkt eine längere Lebensdauer
- 🌱 SodaStream oder Wasserfilter – kein lästiges Schleppen mehr von Wasserkästen
- 🌱 Schraubgläser nicht wegwerfen – lieber zum lagern von trockenen Lebensmitteln verwenden oder für die nächsten DIY Weihnachtsgeschenke