

*Per approfondimenti Barillacfn.com*

# Riporre il cibo nel modo giusto

Il cibo che è rimasto più a lungo in frigorifero o in dispensa, dovrebbe essere il primo utilizzato. Sembra facile, ma poi succede spesso che si butta. Come fare per ridurre lo spreco di cibo? Tre sono le regole fondamentali:

## **1. Organizzare il cibo per date di scadenza**

Per evitare di sprecare cibo, ad esempio dimenticando di consumarlo finché è fresco, gli alimenti dovrebbero essere ordinati in modo che quello più vicino alla scadenza sia più visibile, in modo da essere consumato prima. Questa regola vale per ordinare il cibo in frigorifero, in congelatore o nella dispensa. Se il cibo non ha una data di scadenza (per esempio nel caso di avanzi congelati), è importante ricordarsi di segnare sull'imballaggio la data in cui l'alimento è stato cotto.

## **2. Organizzare il cibo per settori**

Secondo il metodo FIFO, per ridurre lo spreco di cibo il frigorifero e la dispensa dovrebbero essere sempre organizzati in modo che gli alimenti dello stesso tipo siano collocati vicini. Per esempio, tutte le confezioni di pasta dovrebbero essere riposte nella stessa zona della dispensa e, all'interno di quest'area, anche i formati di pasta uguali dovrebbero rimanere vicini.

In questo modo, si possono avere molti vantaggi: consumare gli alimenti in modo più regolare e sapere a colpo d'occhio cosa manca, evitando di comprare eccessive scorte e quindi di sprecare cibo.

## **3. Mantenere il sistema FIFO**

Il metodo FIFO è nato nell'ambito della logistica ed è stato adottato, per esempio, dai fast food, che producono in anticipo i panini più venduti, li mantengono sulla linea di servizio per un tempo predeterminato e li eliminano solo quando non sono più abbastanza freschi per essere consumati. Poiché i



A LEZIONE DI  
**SOSTENIBILITÀ**

ristoranti perdono soldi se gli sprechi di cibo sono tanti, registrano quali sono gli alimenti meno consumati o gli errori di produzione, per correggerli. Lo stesso va fatto in casa: ci sono momenti, come i cambi di stagione, in cui determinati alimenti perdono attrattiva. In estate si consuma più frutta e verdura, in inverno più zuppe. Il rischio di sprecare cibo è alto proprio nei momenti di transizione e soprattutto per i prodotti freschi. Mantenere il sistema FIFO in casa può richiedere un po' di tempo e magari l'aiuto di un programma apposito (come le tante app per compilare la lista della spesa), ma il risparmio in termini economici è tangibile.