

## Réduire le gaspillage - On mange quoi demain ?

**Gare au gâchis ! On cuisine l'entièreté des produits et on jette le moins possible.**



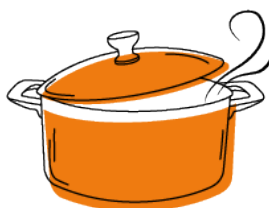
On considère qu'on gaspille en moyenne **127 kilos de nourriture par personne et par an en Europe.** <sup>[1]</sup>

On fait le plein de conseils pour diminuer ce gaspillage bien trop courant. On adopte les bons réflexes : fixer ses menus à l'avance, dresser une liste de courses, anticiper les dates de péremption, bien ranger son frigo...

Et on cuisine les produits dans leur entiereté ! C'est le moment d'apprendre à cuisiner les fanes et les épiluchures. Bref, on chasse le gaspillage et on respecte les produits.

Cette page sera alimentée tout au long de l'année 2024.

- > Lire : [Comment va-t-on manger demain ?](#)
- > [Articles, vidéos et podcasts liés à notre action "On mange quoi demain ?"](#)



## ON MANGE QUOI **DEMAIN** ?

### Jeter moins

- [12 conseils pour éviter le gaspillage alimentaire](#)
- [Gaspillage alimentaire : combien de nourriture gaspille-t-on ?](#)

### Cuisiner tout

- [Comment cuisiner les épluchures et les fanes des fruits et légumes ?](#)



[1] Selon les [dernières statistiques européennes](#) d'octobre 2022 (chiffres 2020). Ces stats sont les premières sur base de la nouvelle méthodologie de comptage dont tous les [détails sont disponibles ici](#). Selon [un précédent rapport de l'UE](#), on jetait 173 kg par personne et par an. Le [rapport FUSIONS \(2016\)](#) reprenait cependant une autre définition du gaspillage alimentaire (incluait par ex. les cultures non récoltées).

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be) | [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be)

Source URL: <https://ecoconso.be/content/reduire-le-gaspillage-mange-quoi-demain>