Bydgoszcz, 03.10.2022 r.

*Informacja prasowa*

**Nie marnuj, chroń planetę i swój budżet domowy**

**Ręka w górę, komu nie zdarzyło się wyrzucić przeterminowanych lub niezdatnych już do zjedzenia produktów? Właśnie – marnowanie żywności w dzisiejszym świecie to problem, z którego ogromnej skali powinniśmy zdać sobie sprawę. Gotowanie obiadów, które lądują potem w śmietniku, zbyt duże zakupy, których nie umiemy przetworzyć, to nie tylko problem dla naszej planety, ale też cios dla naszych finansów. A czy nie lepiej byłoby te pieniądze przeznaczyć na przyjemności? Przełom września i października to zwyczajowo czas budowania świadomości na temat strat związanych z marnowaniem jedzenia. Razem z FRoSTĄ podpowiadamy, co zrobić, aby nie marnować jedzenia, a przy okazji chronić nasze portfele.**

**Co robić, żeby nie marnować?**

Głównymi przyczynami marnotrawstwa żywności są przeważnie nieprzemyślane zakupy, niezwracanie uwagi na termin ważności oraz niska jakość i zbyt duża ilość kupowanych produktów. Chyba każdy z nas miał sytuację, gdy chciał zabielić zupę, dlatego otworzył śmietanę, wykorzystując jedną czy dwie łyżki, a po tygodniu wyciągnął z lodówki spleśniałą resztkę produktu. Często zdarza się, że kupujemy produkty, a potem nie mamy czasu lub pomysłu na to, w jaki sposób moglibyśmy je użyć do naszych potraw.

Innym powodem, dla którego tony jedzenia finalnie trafiają na śmietnik, jest przeoczenie daty przydatności do spożycia. Dlatego warto zwracać uwagę na to, co jest napisane na opakowaniu i wkładając produkt do koszyka, wiedzieć, kiedy zamierzamy go zjeść. Nie zapominajmy regularnie sprawdzać swoich lodówek i upewniać się, czy nie ma w nich produktów bliskich dacie przydatności. Jeśli nie chcesz marnować jedzenia, przechowuj produkty spożywcze we właściwy sposób – tak, aby, jak najdłużej zachowały swoją świeżość.

Drogą do niemarnowania jedzenia jest także wybór produktów i dań mrożonych. Możesz zjeść je dokładnie wtedy, gdy masz na nie ochotę i możesz zjeść ich tyle, ile potrzebujesz. Nie musisz martwić się, że coś zostanie – używasz taką ilość, jaka jest Ci potrzebna, a resztę chowasz z powrotem do zamrażarki.

W dobrych praktykach przeciwko marnowaniu żywności mogą pomóc nam produkty FRoSTY. Są one prostym sposobem na przygotowanie smacznych, pożywnych posiłków w duchu less waste, a także drogą do ograniczenia wydatków na jedzenie.

**Zatrzymaj pieniądze w portfelu**

Wyrzucanie produktów do kosza można bowiem porównać do wyrzucania pieniędzy w błoto – za zakupione produkty trzeba było przecież wcześniej zapłacić. Żywność m.in. ze względu na inflację robi się coraz droższa, dlatego powinniśmy świadomie wybierać produkty w sklepach, aby nie nadszarpywać swojego domowego budżetu. Bardzo łatwo możemy zmierzyć, jak dużo oszczędności poczynilibyśmy, gdyby całość jedzenia, które kupujemy, zostało zjedzone, a nie wyrzucone. Wystarczy kartka papieru i miesiąc obserwacji. Spisuj dokładnie co wyrzuciłeś, a potem zlicz koszt, a przekonasz się, że te pieniądze mógłbyś na przykład częściej wychodzić do kina.

**FRoSTA – proste rozwiązanie**

Jeśli często zdarza Ci się kupować produkty, których potem nie udaje Ci się w całości wykorzystać, pomyśl o wyborze produktów gotowych proponowanych przez FRoSTĘ. Znajdziesz wśród nich wiele pysznych dań, które mogą stanowić idealny posiłek dla Ciebie i całej rodziny. Nie musisz martwić się, że coś zostanie – z łatwością możesz kupić taką ilość, jaka jest Ci potrzebna.

Co więcej, razem z FRoSTĄ możesz zaoszczędzić czas! Wystarczy, że sięgniesz po nowość, jaką są Kluski z warzywami i pieczarkami z sosem śmietankowym i już w 6 minut wyczarujesz pyszny posiłek. W ofercie FRoSTY znajdziesz też Makaron tagliatelle w kremowym sosie z pieczarkami i szpinakiem, gotowy w zaledwie 7 minut!

Paluszki warzywne FRoSTY to produkt, który nie tylko przygotujesz w 7 minut, , ale też najdziesz na nim logo „Too good to go”. W ramach kampanii „Często Dobre Dłużej” FRoSTA zachęca, aby popatrzeć, powąchać i posmakować produkt zanim zdecydujesz wyrzucić danie do kosza. Te trzy proste kroki pozwolą ograniczyć skalę marnowania żywności.

Podsumowując, aby zadbać o naszą planetę i portfel tak naprawdę nie potrzeba wiele. Wystarczy poświęcić trochę więcej uwagi na to, co trzymamy w lodówce oraz kreatywne myślenie, jak to przetworzyć, a w przypadku, gdy nie mamy na to czasu, postawienie na gotowe rozwiązania od FRoSTY.

Informacje o firmie:

FRoSTA to marka, która od 1998 roku wyraźnie wyróżnia się na rynku mrożonej żywności. Najważniejszym atrybutem FRoSTY jest polityka 100% naturalnego smaku! Wszystkie jej produkty z ryb, dania gotowe, burgery i mieszanki warzywne nie zawierają dodatków do żywności - wzmacniaczy smaku, barwników i aromatów. FRoSTA w swoich daniach używa świeżych ziół, prawdziwego masła czy świeżej śmietany – stąd właśnie bierze się ich naturalny smak. FRoSTA. Smaczna i prosta.

Kontakt dla mediów:

Agata Zielińska Zuzanna Bieńko

FRoSTA LoveBrands Group

tel. 504 199 670 tel. 533 310 339

e-mail: [agata.zielinska@frosta.pl](mailto:agata.zielinska@frosta.pl) e-mail: [zuzanna.bienko@lovebrandsgroup.pl](mailto:zuzanna.bienko@lovebrandsgroup.pl)