



zero waste
⇒ kitchen ⇒

Consigli per Ridurre la plastica in Cucina – Zero waste lifestyle

Claudia Saccente, fondatrice di PrettyEcoTerrorist, si impegna da un anno per rendere la sua quotidianità il più ecosostenibile possibile. ***Oggi, ci racconta di come ha rivoluzionato il suo modo di vivere la cucina***, dandoci alcuni interessanti consigli per migliorare il nostro stile di vita e rispettare l'ambiente!

Buona lettura..

Un anno fa, ho deciso di creare una cucina che rispettasse di più l'ambiente e fosse più sostenibile, concentrandomi in

particolare sulla riduzione del mio consumo di prodotti usa e getta, come sacchetti di plastica, fogli di alluminio e carta. Il foglio di alluminio sembra un'alternativa "naturale" a molte persone, ma in realtà può impiegare un centinaio di anni o più per biodegradarsi. Se il compostaggio di scarti di cucina o il riutilizzo di vecchi fondi di caffè per uno scrub per il corpo sembra un passo troppo lungo, ci sono alcuni semplici modi per ridurre l'impatto ambientale della tua cucina senza sacrificare le comodità moderne.

Ci vuole impegno e disponibilità a cambiare le abitudini. Nel creare la mia cucina sostenibile, ho provato un sacco di diversi prodotti alternativi e il vecchio buon senso; il risultato, tuttavia, è valso la pena. Sto riciclando di più e faccio meno affidamento sui prodotti monouso. Colpo di scena: sto risparmiando anche dei soldi.



Non sto scherzando quando dico che amavo molto le buste e le scatole di plastica, quindi questa è stata, forse, uno dei primi grandi cambiamenti per me. Passare a buste e confezioni riutilizzabili era un investimento finanziario in anticipo, ma il costo era ragionevole considerando che in precedenza avevo speso non so quanto denaro all'anno in sacchetti di plastica monouso. Per il confezionamento dei pranzi, prendi in considerazione il bento box giapponese altamente economico, progettato con scomparti per alimenti che annullano la

necessità di confezioni monouso. Provare per credere: non ho acquistato nessun sacchetto di plastica usa e getta per un intero anno.



ZERO WASTE KITCHEN



Riciclare. Realmente riciclare

Bottiglie e barattoli di plastica e di vetro, lattine di alluminio e giornali sono oggetti comuni che siamo abituati a gettare nel cestino del riciclaggio, ma latte, cartoni Tetra Pak, scatole per pizza e contenitori di plastica per i nostri alimenti e per quelli degli animali domestici sono anche

articoli che possono essere accettati presso i centri di riciclaggio locali; controllate periodicamente online nella propria giurisdizione locale per gli aggiornamenti sul riciclaggio. C'è una prima volta per tutto, ovviamente, e la maggior parte delle persone, me compresa, può ricordare la pigrizia di buttare tutto nella pattumiera e lasciare che gli uomini della spazzatura lo portassero via.

Ragioni per riciclare?

- **Riduce i danni ambientali**
- **Incoraggia le persone a pensare in modo globale**
- **Non ti costa denaro**
- **Contaminazione ridotta**

Pensaci!

Pulito ed ecologico allo stesso tempo

Sono una maniaca della pulizia ed ero abituata a passare giornalmente una quantità sconveniente di carta usa e getta, ma è abbastanza facile prendere vecchie magliette o asciugamani e tagliarle per usarle per pulire le superfici. I prodotti per la pulizia sono ovunque nelle nostre case e negli uffici: per piatti, mobili, vestiti, pavimenti, finestre. Nella nostra guerra alla sporcizia e ai germi, spesso possiamo peggiorare le cose.

La maggior parte dei prodotti di pulizia convenzionali con cui siamo cresciuti sono a base di petrolio e hanno implicazioni sanitarie e ambientali dubbie. Invece di optare per la pulizia di prodotti che annientano tutto sul loro percorso, ci sono un sacco di prodotti naturali e metodi che mantengono una casa pulita e profumata senza effetti collaterali tossici.

Pensa prima di comprare

Nella nostra società usa e getta, è facile acquistare articoli che sono convenienti ma non sostenibili – e le opzioni più rispettose dell'ambiente sono generalmente disponibili una volta che sai cosa cercare. Scatole di succhi che includono cannuce di plastica, pastiglie per lavastoviglie avvolte singolarmente in plastica e macchine per il caffè che usano le capsule sono tutti esempi di articoli che possono creare ulteriori sprechi. Quando fai la spesa, **chiediti se hai davvero bisogno di usare sacchetti di plastica nella sezione prodotti per quei limoni, patate o mele**. Considera l'imballaggio mentre studi gli scaffali dei tuoi acquisti preferiti, dai biscotti alla pasta alla pizza surgelata. Quando acquisti cibo alla rinfusa o altri articoli per la casa online da aziende come Amazon o Ebay, chiedi di farli spedire nel minor numero possibile di scatole per ridurre il numero di scatole che ricevi e se ricevi un singolo piccolo oggetto inviato in un enorme box, fai sapere alla compagnia che preferiresti che presti più attenzione all'imballaggio per la consegna.

Cambiare si può ☐

POTREBBE INTERESSARTI:

Una vita ad impazzo zero



Iscriviti al Gruppo Facebook
Natureat Ricette Vegane

