

*Innlegg i anledning Den internasjonale dagen mot matsvinn, 29. september 2022.*

*425 ord/ 2468 tegn inkludert mellomrom*

**Redd brødet**

**Brød er blant matvarene vi kaster aller mest av i Norge. Med enkle grep unngår vi brødsvinn.**

Det er mye snakk om prisøkningen på mat, strøm og drivstoff. Alle får mindre å rutte med.

Samtidig kaster vi mye fullt spiselig mat. Det kartlagte matsvinnet utgjør 450.000 tonn årlig i Norge. Halvparten tilskrives matbransjen, mens forbrukere står for den andre halvparten. Vi kaster omtrent hver tiende handlepose! Det belaster miljøet, og vi hiver penger ut av vinduet.

I en undersøkelse som Norstat har gjort for oss i Too Good To Go, svarer respondentene at brød og bakervarer – sammen med frukt og grønt – er maten de oftest ikke får spist opp.

Men hvor mye brød ender egentlig opp som svinn? Vi spurte NORSUS Norsk institutt for bærekraftsforskning, som kunne fortelle at det kastes rundt 300.000 brød og bakervarer her til lands hver dag. Over 200 i minuttet.

Matbutikker har iverksatt ulike tiltak for å få bedre bukt med brødsvinnet. Blant annet selges overskuddsvarer gjennom vår app, og flere butikker selger gårsdagens brød til redusert pris. Det må gjøres enda mer i bransjen, men vi må heller ikke glemme husholdningene, som daglig kaster 170.000 av brødene i NORSUS´oversikt.

I den forbindelse har vi laget et nytt merke sammen med andre mataktører, som skal få flere til å omfavne restene. Utover høsten vil du finne matreddertips på brød fra Bakehuset, samt egg fra Prior, ost fra Synnøve Finden og syltetøy fra Lerum.

Innsiktsarbeid vi har gjort viser nemlig at det ofte bare er en liten påminnelse som skal til for at restene vi har hjemme blir spist og ikke kastet. Så er det opp til hver enkelt å ta det ett steg videre og være kreativ med den lille skalken.

Alle monner drar.

**Tips til hvordan du unngår brødsvinn:**

1. Sjekk hva du har hjemme før du kjøper nytt brød.

2. Oppbevar ferskt brød i en stoffpose eller sett det på en fjøl med skjæreflaten ned.

3. Frys ned! Skjær opp brødet først, slik at du enkelt kan ta ut skivene du trenger.

4. Unngå å skjære opp hele brødet hvisdu *ikke* skal fryse det ned – da holder det seg saftig lenger.

5. Lag ostesmørbrød, toast, krutonger og bruschetta av tørt brød, eller bruk smulene i vaffelrøre.

6. Fukt hele brødet, og putt det i stekeovnen i noen minutter. Da smaker det ferskere.

7. Finn inspirasjon. Sjekk for eksempel [Matvetts Brukopp-leksikon](https://www.matvett.no/brukopp-leksikon) og [@spisoppmaten](https://www.instagram.com/spisoppmaten/?hl=en) og [@toogoodtogo.no](https://www.instagram.com/toogoodtogo.no/?hl=en) på Instagram.

8. Hjelp butikkene ved å kjøpe nedprisede brød.

*Johan Ingemarsson, daglig leder i Too Good To Go Norge*

**FAKTA OM MATSVINN**

Det kartlagte mastvinnet utgjør minst 453.650 tonn per år i Norge. Målet er en halvering innen 2030, sammenlignet med 2015 da den offisielle kartleggingen startet – noe som er i tråd med FNs bærekraftsmål. Matbransjen og forbrukere står hver for rundt 50 prosent av det kartlagte svinnet her til lands.

Fra 2015 til 2020 ble matsvinnet redusert med 10 prosent, mens forbrukere kastet 6 prosent mindre i omtrent samme periode.

Globalt kastes mer enn 1/3 av maten som produseres hvert år, og matsvinn står for rundt 10 prosent av klimagassutslippene. Kutt i matsvinnet er blant de mest effektive klimatiltakene.

29. september markeres Den internasjonale dagen mot matsvinn, i regi av FN.

*Kilder:* [*Hovedrapporten for matsvinn*](https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/bransjeavtalen-om-reduksjon-av-matsvinn-hovedrapport-2020/id2891243/)*,* [*Klimakur 2030*](https://www.miljodirektoratet.no/klimakur)*,* [*Project Drawdown*](https://www.drawdown.org/solutions/table-of-solutions)*,* [*WWF*](https://wwf.panda.org/discover/our_focus/food_practice/food_loss_and_waste/driven_to_waste_global_food_loss_on_farms/)*,* [*FNs bærekraftmål*](https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal)*,* [*FN-sambandet*](https://www.fn.no/om-fn/fn-dager-kalender/kalender/den-internasjonale-dagen-mot-matsvinn)*.*

**OM TOO GOOD TO GO**

Matredder-app som finnes i 17 land. Knytter butikker og andre matbedrifter med varer til overs sammen med folk som vil kjøpe maten til redusert pris. Appen har nå 1,8 millioner brukere i Norge.

Siden [Too Good To Go](https://toogoodtogo.no/no) kom til Norge i 2016 er det solgt 8 millioner forundringsposer med overskuddsvarer gjennom appen.

På landsbasis redder 4200 matbedrifter overskuddsvarer gjennom oss. Appen er ett av flere tiltak de kan ta i bruk for å slippe å kaste mat.

Too Good To Go samarbeider også med aktører i matbransjen om å sette matsvinn på dagsordenen, og jobber for å inspirere til svinn-kutt gjennom ulike kanaler. Nylig lanserte vi et [nytt merke](https://toogoodtogo.no/no/c/redningsoyeblikket/redningsoyeblikket) med matredder-tips som skal bidra til at forbrukere får lyst til å spise opp restene.