

Η ωραία όψη των «άσχημων» φρούτων και



Διατροφή

Θυμήσου πότε ήταν η τελευταία φορά που είδες ένα στραβό αγγούρι, ένα περίεργο ροδάκινο ή ένα κακοσχηματισμένο κολοκύθι; Αν πάει καιρός και αν επιμένεις ότι η ομορφιά και η θρεπτική αξία ενός τροφίμου βρίσκεται στην εμφάνιση, διάβασε αυτή την αποστολή!

Τα υποτιμούμε, τα απορρίπτουμε, συχνά τα ενοχοποιούμε για «κακή ποιότητα» και... πέφτουμε στην παγίδα της λάθος εντύπωσης με την πρώτη ματιά. Ο λόγος για τα «άσχημα» φρούτα και λαχανικά που πολλές φορές, λόγω της περίεργης εμφάνισης και του μεγέθους τους απορρίπτονται άδοξα.

Μήπως όμως η ομορφιά κρύβεται στην ουσία και στο περιεχόμενο;

Όταν 300 εκατομμύρια τόνοι τροφίμων πετιούνται λόγω εμφάνισης, ολοένα και περισσότερα καταστήματα και σουπερ μάρκετ αλλάζουν πλεύση και αρχίζουν να τα πουλάνε φθηνότερα μέσα από την πολιτική χαμηλότερης χρέωσης. Χάρη σε αυτή τη στρατηγική το 2013, Βρετανοί αγρότες πούλησαν 300.000 τόνους τέτοιων προϊόντων που αλλιώς θα είχαν απορριφθεί, μια αύξηση της τάξης του 20% για πολλούς καλλιεργητές!

Ακόμα και αν η κύρια ευθύνη βαραίνει σε μεγάλο βαθμό τον τρόπο παραγωγής και πώλησης τροφίμων, οι καταναλωτές έχουμε το δικό μας μερίδιο σε αυτή την

εξίσωση. Αρκεί να σκεφτούμε ότι μαζί με αυτή την γιγαντιαία ποσότητα άσχημων φρούτων και λαχανικών πετάγονται μαζί τους όλες οι πρώτες ύλες που χρειάστηκαν για να παραχθούν, καθώς και όλη η ενέργεια που απαιτήθηκε για να μεταφερθούν. Κοινώς, όσο δεν ζητάμε και όσο απορρίπτουμε κάτι, αυτό δεν θα έχει λόγο ύπαρξης και θα πετιέται. Θα το αφήσουμε έτσι ή θα δώσουμε μία ευκαιρία σε ένα λιγότερο όμορφο τρόφιμο που είναι όμως άριστης ποιότητας, πιο οικονομικό, πιο γευστικό και άκρως θρεπτικό;

Όταν το 1/3 των τροφίμων που παράγονται κάθε χρόνο στον κόσμο για κατανάλωση (περίπου 1,3 δισεκατομμύρια τόνοι!) πέφτει «θύμα» σπατάλης, τα περιθώρια αδράνειας στενεύουν.

Η αποστολή της εβδομάδας σε προ(σ)καλεί να ξεκινήσεις αγοράζοντας ένα περίεργο τρόφιμο από τη λαϊκή ή σε κάποιο άλλο κατάστημα τροφίμων αύριο κιόλας! Έστω και διστακτικά δοκίμασε φρούτα και λαχανικά «με χαρακτήρα», γεύσου τα και άρχισε να τα ζητάς από τους προμηθευτές! Θα επιβεβαιώσεις κι εσύ έτσι ότι υπάρχει ζήτηση, ενώ η γεύση, η ποιότητά τους και η τιμή τους θα σε εκπλήξουν θετικά! Βγάλε φωτογραφία “άσχημα”, αλλά νοστιμότατα φρούτα και λαχανικά που θα συναντήσεις στην αγορά και μοιράσου την ιδιαιτερότητά τους μαζί με την παρέα της Καλύτερης Ζωής.

Πηγή: kalyterizoi.gr