



2018-10-23 11:29 CEST

## Den växande klimatångesten – en glädjande nyhet?

En nyligen [publicerad undersökning](#) visar att hela 33 % av svenskarna ibland eller alltid slänger mat som passerat bäst-före-datum, utan att själva titta hur maten ser ut. 8 av 10 uppger att det ger dem dåligt samvete.

Visst är det tråkigt att människor går runt med dåligt samvete, men kan det kanske trots allt vara något positivt? Ett tecken på att vi människor äntligen har börjat inse att vi inte kan fortsätta i invanda mönster, utan måste ändra våra beteenden för att möta de klimatförändringar som vi redan idag ser spåren av?

Under sommaren genomförde [ICA och Sifo en undersökning](#) som visar att varannan svensk lider av klimatångest, och att över 70 % vill bli bättre på att handla mer klimatsmart. Ser man på dessa siffror utifrån ett ”glaset är halvfyllt”-perspektiv så är det ju helt fantastiskt – om vi lyckas omvända ångesten till konkret handling.

Här har vi livsmedelsföretag, tillsammans med handeln, en stor möjlighet att guida och vägleda konsumenter att välja klimatsmart och ändra invandra beteenden. Vi på Findus gör det till exempel genom att [klimatberäkna alla våra recept](#) för att tydligt visa hur stor påverkan ens matvanor har på klimatet, och genom att lansera klimatsmarta produkter på marknaden, som nyligen lanserade [Pease](#).

Vi arbetar också aktivt för att informera konsumenter om hur de genom att välja fryst enkelt kan minska sitt matsvinn, då konsumtion av frysta produkter minskar svinet med upp till hela 47 % i jämförelse med färska och frysta produkter.

Andra tips för att minska sitt matsvinn, och det medföljande dåliga samvetet:

- **Våga lita på dina sinnen – titta, lukta och smaka!** Mat som förvaras enligt anvisningar blir inte farlig att konsumera för att bäst före-datumet passerar.
- **Använd frysen aktivt!** Frys in rester som du inte kan eller vill konsumera direkt och kom ihåg att se efter vad du har i frysen. Har du fisk och grönsaker i frysen så lagar du enkelt middag på nolltid, till exempel en lättlagad [grönsakssoppa](#) eller varför inte [fräsig fisk med grön pytt](#)?
- **Var kreativ med dina matrester!** En [omelett](#) går att variera i oändlighet precis som familjefavoriterna tacos (varför inte testa en [variant med fiskpinnar](#)?) och pizza (här med [ärtcrème och sparris](#)).

Maria Svantemark  
Nordic Sustainability Manager  
Findus

*rätter. Kvalitet och smak samt hälsa och hållbarhet är sedan starten på 1940-talet nyckelord för verksamheten. Vårt engagemang bygger på att vi vill hjälpa alla som lagar mat att göra livet bättre i flera avseenden. Oavsett om du lagar mat privat - till dig själv, till vänner eller familj - eller om du i din yrkesroll lagar mat - till skolbarn, restaurangbesökare eller äldre - vill Findus bidra med naturlig, näringsrik och hållbar mat, varje dag.*

*Findus Sverige, med huvudkontor i Malmö, ingår i Nomad Foods Europe (NFE), Västeuropas största livsmedelsbolag inom kategorin fryst mat. Koncernen omsätter 2,3 mrd euro och sysselsätter 180 medarbetare i Sverige. Bolaget har 4 800 medarbetare i 17 länder samt 13 egna fabriker i Europa. Nomad Foods Europe marknadsför produkter under varumärkena Findus, Birds Eye, Iglo, la Cocinera, Lutoso, Goodfella's och Aunt Bessie's.*