

Àpats de Nadal i sostenibilitat

Les festes de Nadal estan íntimament associades a la celebració, i la celebració, als dinars. Tanmateix, la imatge tradicional de la taula curulla fins dalt de menjar pertany ja al passat. Avui, la nostra societat del benestar ha de prioritzar la qualitat sobre la quantitat. El menjar que es llença a les escombraries no aprofita a ningú. A més, cal seleccionar els aliments que comprem, per tal d'evitar els embolcalls innecessaris i per fomentar una producció local que redueix els desplaçaments i el consum d'energia.

Compreu la quantitat justa de menjar

La producció de qualsevol aliment comporta sempre un consum de recursos naturals com ara energia i aigua. Penseu que cal regar i adobar els productes agrícoles, que és necessari engreixar els animals de granja i que els productes del mar s'han de pescar amb barques que consumeixen gasoil. També ho fan els camions de transport. Llençar part d'aquest menjar a les escombraries és un contrasentit ètic i una despesa monetària, però també un gest que no afavoreix el medi ambient.



I nosaltres què hi podem fer nosaltres?

Elaboreu les llistes dels queviures amb anterioritat suficient: no deixeu les compres a la improvisació de la darrera hora. Avalueu bé el nombre de comensals i calculeu la quantitat de menjar necessària. I, sobretot, tingueu en compte que durant aquests dies, a més del dinar principal, que ja és molt abundant, hi ha tot un seguit de complements: aperitius, postres, torrons o mantegades.

Eviteu les vaixelles de plàstic d'un sol ús. Per què?

Durant aquestes dates s'acostumen a celebrar trobades familiars, d'amics o de companys de feina. Un recurs molt còmode per a aquests esdeveniments són els estris d'un sol ús, com ara els plats, els gots o els coberts de plàstic. Aquests elements generen una gran quantitat d'escombraries supèrflues. A més, els plàstics són residus difícils de tractar: ocupen molt de volum als abocadors, no són biodegradables, produeixen contaminació si es tracten en incineradores i constitueixen un obstacle per al compostatge.

L'alternativa més clara és la vaixel·la clàssica, de vidre o de porcellana, que es pot utilitzar indefinidament. Actualment també es comercialitzen gots de plàstic reutilitzable, que presenten l'avantatge que són molt resistents i no es trenquen, es netegen amb facilitat i tenen un disseny atractiu. Fins i tot, darrerament, es distribueixen vasos d'un aparent «plàstic» reciclable, fets en realitat de midó de blat de moro, que es descomponen en un termini relativament breu. Utilitzeu també tovallons i estovalles de roba per comptes de les de paper.

Consumiu productes frescos i de producció local

Per què?

Actualment, als mercats i als supermercats trobem productes arribats des de l'altra banda del món: no només fruites i verdures tropicals sinó, sovint, productes que es poden manufacturar a casa nostra amb un mateix nivell de qualitat, com per posar-ne algun exemple, formatges, llet, iogurts o suc de fruita. Aquest transport de productes alimentaris obeeix, estrictament, a estratègies comercials d'empreses multinacionals i no aporten cap increment de qualitat. En canvi, aquest transport, tot i que no encareix el producte sensiblement, sí que comporta una innecessària despesa energètica en forma de consum de carburants i, també, contribueix negativament a la problemàtica del canvi climàtic.