

Ma recette anti-gaspi : Une méthode simple et efficace pour se nourrir sans gaspiller

Alimentation et Agriculture

Mots clés

gaspillage

Chaque personne jette en moyenne 30 kg de nourritures chaque année.

Mais vous, combien jetez-vous ?

Pour faire le point sur les quantités réellement jetées chez soi et trouver des pistes d'amélioration, l'ADEME propose une méthode simple et efficace à faire soi-même. [d'après résumé d'auteur]

Consulter la brochure

<https://www.ademe.fr/recette-anti-gaspi>

Mise à jour de cette page :

29/01/2026

[Ressources pour comprendre et transmettre](#)

Format :

[Brochure](#)

Année :

2019

Auteur :

Agence de
l'environnement et de
la maîtrise de
l'énergie

Editeur :

Agence de
l'environnement et de
la maîtrise de
l'énergie