

## **Fem smarta sätt att minska äggsvinnet i påsk**

**Påsk**en är snart här och svenskarna förbereder sig inför vårens stora högtid. Under påsk**en fördubblas äggkonsumtionen men mycket av det vi köper riskerar att bli till svinn. Matsmart har listat fem tips på hur du kan minska ditt äggsvinn under våren.**

Påsk**en** är starkt förknippad med ägg i olika former. Allt från kokta ägg till påskmiddagen till äggjakt och godisfyllda pappersägg. Under påsk**en** fördubblas svenskarnas äggkonsumtion och under påskaftonkvällen beräknas vi konsumera sex miljoner ägg i timmen\*. Men dessvärre äts långt ifrån alla ägg upp.

Under högtider är det lätt hänt att vi får en massa mat över. När vi har mycket att hålla reda på och särskilt då vi planerar festmåltider blir det ibland svårt att kontrollera hur mycket som går åt. Men det finns flera smarta sätt som man kan minska svinnet på. Detta gäller även hur vi använder äggen under påsk, säger Josefin Fridstrand, Sverigechef på Matsmart.

För att minska sitt matsvinn är det främst viktigt att planera utbudet på bordet och inte laga mer mat än vad som går åt. Matsmart, som bland annat säljer överskottsprodukter, har sammanställt sina tips på hur man kan minska sitt ägg-svinn under påsk**en**.

Ägg är en fantastisk produkt på så sätt att hela ägget går att använda. Det har en lång hållbarhet och går att variera på enormt många olika sätt. Tyvärr är det dock lätt hänt att vi råkar köpa på oss mer än vi gör av med och äggen riskerar att bli svinn. Det vill vi ändra på, säger Josefin Fridstrand.

### **Fem tips på hur du kan minska ägg-svinnet i påsk**

**Kolla hållbarheten.** Ägg håller ofta mycket längre än vad bäst-före-datomet säger. Det enklaste sättet att kolla om ägget fortfarande är bra är att titta och lukta på det efter du knäckt det. Ett tips som ofta förekommer är att lägga ägget i en bunke med vatten och se om det flyter, men ägg innehåller luftbubblor som kan få även färska ägg att flyta. Det enda säkra sättet att veta är alltså att knäcka ägget och lukta.

**Ha hemma-spa.** Ägg innehåller en mängd ämnen som är bra för vår hud. Blanda finmalet äggskal med en äggvita och smörj in ansiktet. Masken ska fungera uppstramande och rengörande.

**Sortera rätt.** Om du behöver slänga ägg- se till att sortera avfallet rätt. Tänk även på att äggskal tar lång tid på sig att bryta ned. I vissa kommuner vill man inte att äggskal sorteras som matavfall. Detta då det inte går att göra biogas på dem, samt att de otympliga skalen kan riva upp påsar eller blockera rör och maskiner. Kolla upp vad som gäller i din kommun och se till att sortera rätt. Har du en egen kompost kan du mala äggskalet och använda i komposten. Men ha i åtanke att inte alla jordar behöver extra kalcium.

**Håll borta oönskade besökare i trädgården.** Äggskal kan användas för att skrämma bort skadedjur från dina trädgårdsplanteringar. Dessutom innehåller äggskalet kalcium, som kan vara närande för växterna om jorden är kalkfattig. Krossa äggskalet fint och strö i rabatten i sommar. Större bitar av äggskal kan även användas som dränering i krukor istället för exempelvis grus eller lecakulor. Tänk dock på att det tar väldigt lång tid för äggskal att brytas ned.

**Vänd äggen upp och ned.** Ett tips för att få äggen att hålla längre är att vända dem upp och ned vid

förvaring. Detta har att göra med att gulan färdas uppåt i takt med att ägget blir äldre och tillslut kommer i kontakt med äggskalet och ruttar. I den trubbiga änden av delen bildas alltid en luftbubbla som agerar som en barriär mellan ägget och skalet. Genom att sätta den trubbiga sidan uppåt förlänger du tiden det tar för gulan att komma i kontakt med skalet, och ägget håller längre.