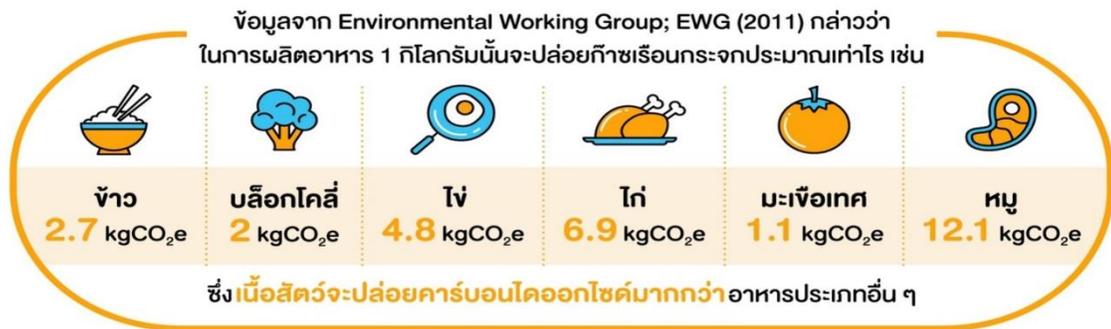


(2564, สิงหาคม), บริโภคอย่างไรให้โลกยั่งยืน : Gourmet & Cuisine . (253) : 23

ทุกวันนี้การบริโภคอาหาร ล้วนก่อให้เกิดก๊าซเรือนกระจก ซึ่งอาหารแต่ละชนิด จะมีปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจกที่แตกต่างกัน



เราสามารถปรับพฤติกรรมของเราได้ง่าย ๆ โดย

1. การบริโภคและทานอาหารอย่างพอดี ไม่ซื้อเผื่อซึ่งอาจทำให้เกิดการเหลือทิ้ง
2. วางแผนลดปริมาณการบริโภคเนื้อสัตว์ลง หรืองดทานเนื้อสัตว์บางมื้อ เพราะ 70% ของคาร์บอนฟุตพริ้นท์ในโลกมาจากผลิตภัณฑ์จากสัตว์
3. ลดการกินอาหารแปรรูปหรือมีขั้นตอนการผลิตมาก เพราะหากยังมีขั้นตอนหรือกระบวนการผลิตหลากหลายขั้นตอน ก็จะช่วยปล่อยก๊าซเรือนกระจกมากขึ้นตามไปด้วย
4. ซื้ออาหารในท้องถิ่น, เลือกทานอาหารตามฤดูกาล และอาหารออร์แกนิก เพื่อลดพลังงานในการขนส่ง การเก็บรักษา รวมถึงลดการใช้สารเคมีที่เป็นเหตุให้เกิดก๊าซเรือนกระจกมากขึ้น

