



Pique-nique zéro déchet : Quelques astuces simples à suivre pour y arriver !

1. Des gourdes pour les boissons

Pour éviter les bouteilles en plastique, apportez une ou plusieurs gourdes pour les boissons.

Envie de jus de fruits ? Prenez une grande bouteille à partager entre amis plutôt que des briquettes individuelles. C'est moins cher et plus convivial !

La gourde à l'avantage de se refermer, contrairement aux canettes en alu qui une fois ouvertes doivent être finies, même si on n'en a plus envie ! La gourde peut prendre jus de fruit, boissons gazeuses qui seront disponibles à petite dose et selon les besoins toute la journée.

Prendre le coca ou le jus de fruit d'une grande bouteille et remplir sa gourde avec cette grande bouteille pendant les 2-3 jours suivant est beaucoup moins coûteux que d'acheter petite bouteille ou canette tous les jours.

2. Apporter verres et couverts

Pour partager, et éviter les gobelets en plastique – trop présents sur les nappes des pique-niques, prévoyez également des gobelets réutilisables ou timbales en inox. Même chose pour les assiettes et couverts, autant préférer ceux que l'on a à la maison, quitte à demander à chacun, si les participants sont nombreux, de ramener ses propres ustensiles.

3. Préférer la cuisine maison pour éviter les emballages industriels

Rien de tel pour éviter les emballages que de cuisiner des plats fait-maison faciles à transporter et à manger : sandwiches, salades, gâteaux. Et en dessert, des fruits également, par nature sans emballage !

On évite les produits emballés

Préparer soi-même son pique-nique demande un peu de temps mais le résultat est nettement plus savoureux. Alors, à la place du sandwich ou de la salade emballée, on fait ses courses et on prépare tout ça soi-même.

Pour le dessert un fruit à croquer ou une salade de fruits préparées dans une boîte réutilisable remplaceront avantageusement la compote à boire, qui de toute façon est si mini-mini...

4. Choisir des contenants et emballages réutilisables

Pour transporter tout de même ces mets gourmands, on peut choisir d'utiliser des "[lunch box](#)" ou bentos, ou de simples contenants réutilisables, en verre de préférence.

Comment emballer son sandwich ?

Aluminium, film étirable transparent.... Autant de déchets à jeter à la fin du repas ! Pour éviter cela, on opte pour une serviette en tissu qu'on replie bien tout autour de son sandwich. Pratique : une fois sur place, on peut aussi essuyer avec.

C'est aussi pratique d'utiliser le sac en papier qui, très souvent, entoure la baguette quand on l'achète !

Astuce : envie d'un œuf dur ? Laissez-le dans sa coquille ! Légère, elle est ce qu'il y a de plus facilement transportable.

5. Utiliser des serviettes en tissu

Pensez aux serviettes en tissu pour éviter d'avoir à utiliser du papier essuie-tout. Elles pourront également servir à emballer vos sandwiches.

6. Préférer sac isothermes, cabas ou paniers

Et enfin, pour transporter le tout, on peut utiliser un sac isotherme, un cabas ou le traditionnel panier !

Je n'abandonne rien derrière moi