



UFC-Que Choisir Argenteuil

OÙ ET COMMENT ACHETER ?

Où acheter au meilleur rapport qualité/prix ?

Plusieurs choix s'offrent aux consommateurs :

1. En grande surface

Se référer aux nombreux articles proposés par l'UFC-Que Choisir.

L'UFC-Que Choisir dénonce régulièrement les marges excessives des distributeurs.

2. Sur internet

Voir la carte interactive des drives proposée par l'UFC-Que choisir

3. Les circuits courts

Voir la carte interactive des circuits courts proposé par l'UFC-Que Choisir

Les fruits et légumes bio sont moins chers qu'en grande surface.

4. Les enseignes et les applications anti-gaspi

Le marché de l'anti-gaspi est animé par de nombreux acteurs, sites ou applis spécialisés, réseaux de magasins . Ils proposent des paniers de fruits et légumes déjà composés ou un assez vaste choix de produits du quotidien, à prix réduits.

5. Les enseignes spécialisées en bio

- Profiter des promotions de ces enseignes pour réduire le prix d'achat

Comment acheter ?

- Acheter les fruits et légumes de saison (**voir calendrier des saisons**), ils sont de meilleure qualité et en plus c'est bénéfique pour la planète
- Privilégier les protéines d'origine végétale, moins onéreuses que les produits animaux
- Soyez attentifs au prix au kilo (les industriels n'hésitez pas à modifier le poids sans modifier le prix). De même souvent, plus c'est petit plus c'est cher (un morceau d'Emmenthal est moins cher que la même quantité coupée en morceau)
- Pour les lots, le prix unitaire est parfois moins cher.
- Soyez attentif au contenu, utilisez l'application **Quel Produit**
- Limitez les produits cuisinés
- Calculer vos besoins pour éviter le gaspillage, si besoin congelez ou faites cuire, ou faites les recettes « cuisinez avec les restes »

Pour plus d'information, se référer aux nombreux articles proposés par l'UFC-Que Choisir en accès libre.

A retenir :

- Les fruits et légumes bio sont moins chers dans les circuits courts
- Respecter les saisons lors de vos achats
- Les enseignes « anti-gaspi » se développe à prix avantageux
- Soyez attentif au prix au kilo, ou unitaire