General | | Actualitzat el 26/02/2021 a les 08:04

3 trucs de l'Ada Parellada perquè no sobrin aliments al plat

La cuinera i comunicadora ens explica 3 consells perquè els aliments no acabin a les escombraries

[inicicentrareport]Sovint, i encara més quan tens criatures, part del plat que els serveixes **no se l'acaben** i molta gent l'acaba llençant. **Què podem fer perquè això no passi?**

La cuinera, comunicadora i activista anti malbaratament alimentari, Ada Parellada ens facilita aquests consells que ens ajudaran al fet que els nostres fills i filles s'acabin allò que tenen al plat i **evitar així que acabi a les escombraries de l'orgànic**. Aquests són els seus consells.

[GotaVerdaPle]No serveixis els plats a les criatures segons la quantitat que et sembli. **Posa els aliments en una safata** de tal manera que ells mateixos s'acostumin a servir-se el que aquell dia puguin menjar. La resta no ho tocarem i així podem servir-ho altres vegades.

[GotaVerdaPle]U**n/a bon/a cuiner/a és aquell/a qui davant d'unes sobres hi veu una oportunitat** per crear un nou plat. Si no se t'acut res no vol dir que siguis un/a mal/a cuiner/a, simplement que no se t'ha acudit res. Però pensa que les restes són ideals per fer purés, farcits, o si és fruita molt madura es poden fer bones melmelades.

[GotaVerdaPle]**Aprèn a diferenciar entre data de consum preferent i data de caducitat.** Allò que ha superat la data de consum preferent vol dir que potser el producte haurà canviat les seves propietats organolèptiques però és absolutament comestible. Unes galetes que han superat la data de consum preferent pot ser que estiguin un pèl toves, però això no vol dir que no es puguin consumir. Sigues hàbil i aprofita aquest producte per exemple per fer-ne un pastís.

[ficentrareport]
[enquestaregistre]