

3 helppoa tapaa vähentää ruokahävikkiä kotikeittiössä

1 Suunnittele ateriat ja ostokset etukäteen ja laadi ostoslista suunnitelmasi pohjalta.

Suunnittelemalla voit vähentää turhia kauppareissuja, pystyt tarkemmin arvioimaan tarvitseimesi raaka-aineiden määrän ja voit etukäteen miettiä tapoja hyödyntää mahdolliset ylijäämäaineokset.



2 Hyödynnä ylijääneet raaka-aineet.

Huomioi aterioiden suunnittelussa mahdolliset tähteet ja käytä niitä luovasti ruoanlaitossa: ylijääneistä kasviksista voit valmistaa kasviscurrya tai keittoa, keitetyistä perunoista ja nakeista pyttipannua ja kuivahtaneesta leivästä köyhiä ritareita.



3 Merkitse päivämäärät avattuihin pakkauksiin.

Kun avaat uuden pakkauksen, merkitse siihen avauspäivämäärä tussilla. Näin pystyt paremmin arvioimaan tuotteen käyttökelpoisuutta myöhemmin. Voit myös merkitä itse valmistaamaasi ruokaan päivämäärän, johon mennessä ruoka kannattaa syödä pois. Kotiruoka säilyy oikein jäähdytettynä ja säilöttynä jääkaapissa keskimäärin kolme päivää.

