

Arbetsblad om matsvinn

Nästan en tredjedel av all mat som produceras i världen äts inte upp. Det kallas för matsvinn.

Några exempel:

- Mataffärer som slänger mat som har gått över bäst före-datumet
- Restauranger som slänger överbliven mat från till exempel en buffé
- Mat som inte har ätits upp på tallriken och slängs (hemma, i skolan eller på restaurangen)
- Skal och andra delar av frukt och grönsaker
- Bröd som har blivit torr



Utmaning: Släng ingen mat under en vecka!

Några tips:

- Ät upp maten på din tallrik! Lägg inte upp för mycket mat på tallriken utan ta om i stället.
- Ät något som har gått över bäst före-datumet! Lukta och smaka dig fram.
- Laga en ny rätt med alla dina små rester! Wok, pytt-i-panna, risotto, omelett.
- Tråkigt och gammalt bröd? Gör krutonger, fattiga riddare eller ströbröd.
- Börjar grönsakerna bli gamla och tråkiga? Använd i en soppa eller en sås.
- Börjar frukten bli gammal och tråkig? Gör en smoothie eller en fruktsallad.
- Börjar bananerna bli bruna? Frys in dem i skivor och ta fram när du vill göra en smoothie.
- Kokat för mycket pasta eller ris? Frys in resten och ta fram när det behövs.

Utvärdera när veckan har gått:

- Slängde du mindre mat?
- Hur många av tipsen använde du?
- Kom du på andra sätt att ta tillvara mat?
- Vad var svårast med utmaningen?

