

ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΑΝΑΒΙΩΣΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Ανακυκλώστε, γευτείτε και καταπολεμήστε τα απόβλητα!

Θα απελευθερώσετε τη δημιουργικότητά σας στην κουζίνα, θα μετατρέψετε «άσχημα» φρούτα και λαχανικά σε ένα νόστιμο σνακ και ίσως γίνετε επαγγελματίας στην οργάνωση του ψυγείου σας. Δεν πρόκειται απλώς για την εξοικονόμηση τροφίμων – πρόκειται για το να δείτε πώς μπορείτε να μετατρέψετε αυτό που ήδη έχετε σε κάτι καταπληκτικό. Συμμετέχοντας σε αυτές τις δραστηριότητες, θα βοηθήσετε στη μείωση της σπατάλης τροφίμων, θα εξοικονομήσετε χρήματα και θα κάνετε κάτι υπέροχο για τον πλανήτη. Ας αποδείξουμε ότι λίγη αναζωογόνηση των τροφίμων έχει μεγάλη σημασία και είναι πολύ πιο συναρπαστική από το να πετάτε απλώς πράγματα!

Πρόκληση διάσωσης τροφίμων

Δραστηριότητα 1: Μεταποίηση περισσευμάτων

- Φάξτε το ψυγείο σας για περισσεύματα ή είδη που πλησιάζουν στη λήξη τους. Γίνετε δημιουργικοί και μετατρέψτε τα σε ένα νόστιμο νέο γεύμα.

Δραστηριότητα 2: Άσχημο αλλά νόστιμο

- Χρησιμοποιήστε ατελή ή φρούτα ή λαχανικά που κοντεύουν να λήξουν για να φτιάξετε ένα σνακ ή ένα γεύμα. Γιορτάστε την ομορφιά της μείωσης των απορριμμάτων δημιουργώντας κάτι νόστιμο.

Δραστηριότητα 3: Δύναμη των μερίδων

- Σερβίρετε μόνο ό,τι μπορείτε να φάτε και αποφύγετε να αφήνετε φαγητό στο πιάτο σας. Προσέξτε τις μερίδες για να βοηθήσετε στη μείωση της σπατάλης τροφίμων.

Δραστηριότητα 4: Καθαρίστε το ψυγείο

- Καθαρίστε το ψυγείο σας και αναδιοργανώστε το. Μετακινήστε άλλα παλαιότερα αντικείμενα στο μπροστινό μέρος και σχεδιάστε γεύματα γύρω από αυτά.



- Η πρόκληση ολοκληρώνεται όταν όλα τα μέλη της ομάδας ολοκληρώσουν τις τρεις δραστηριότητες και τεκμηριώσουν τις προσπάθειές τους με φωτογραφίες ή σημειώσεις.



Co-funded by
the European Union



VOYAGER
EMPOWERING YOUTH,
TRANSFORMING
TOMORROW!