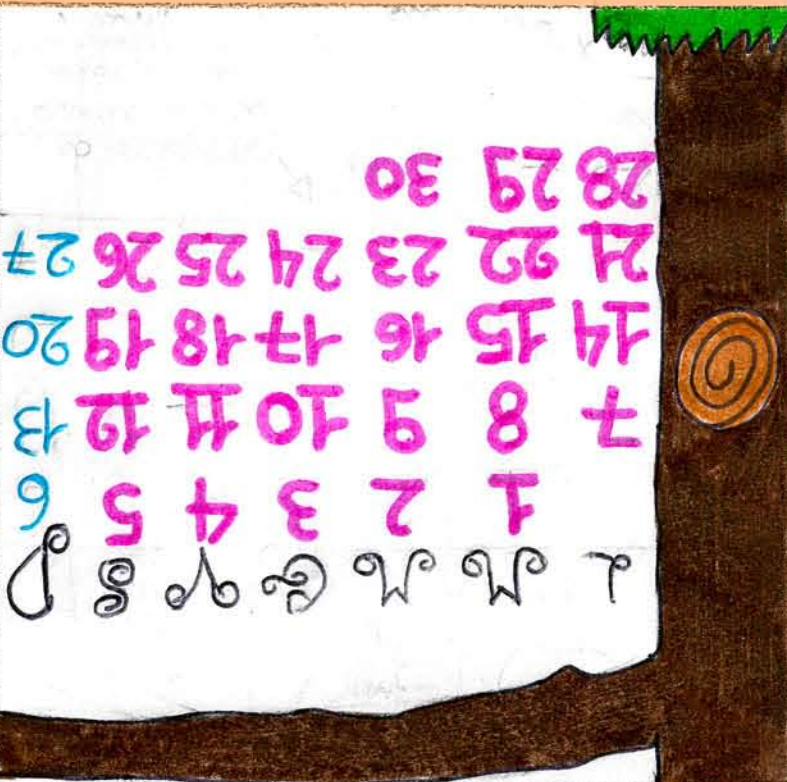


NO ALLO SPRECO
MANGIACI!
Facciamo il
Ristorante che
non spreca
il cibo



Ingredienti:
500 g di mela, 250 g di farina
100 g di burro, 85 g di uva
85 g di zucchero, limone, cannella



SETTEMBRE 2015

Cos'è
un cannello
in un budino?
Attraversa il
DESERT...

NO ALLO SPRECO!
IMPARA A RICICLARE
Ritirando un cibo
sotto in frigo, e
congelando a fondo
mantenendo in buone
condizioni per
tracce...

Calendario zero sprechi a.s. 2015-2016

MANGIACI!
(NON BUTTARCI)

MINI RICETTA

CARNE IN PASTA FILLO
Avanzi di pollo, di
tacchino o anche
arista possono
servire orienteggianti
triangoli di pasta
fillo.

INGREDIENTI
- 200 g di carne
- 100 ml di latte
- 1 rotolo di pasta fillo
- curry
- olio
- pepe e sale

MARZO!

L	M	M	G	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Ogni individuo ha il
potere di fare del
mondo un posto
MIGLIORE

PREPARAZIONE

Tagliare la carne a
pezzetti e scaldarla
in padella con olio,
brodo e latte, dopo
alcuni minuti aggiungere
il curry e aggiustare
di sale. Nel frattempo
preparare i triangoli
di pasta fillo.
Infine ripienarli! Sta a
voi decidere se
friggerli o passarli in
forno per 10 min a
180/200°C.

**BUON
APPETITO**

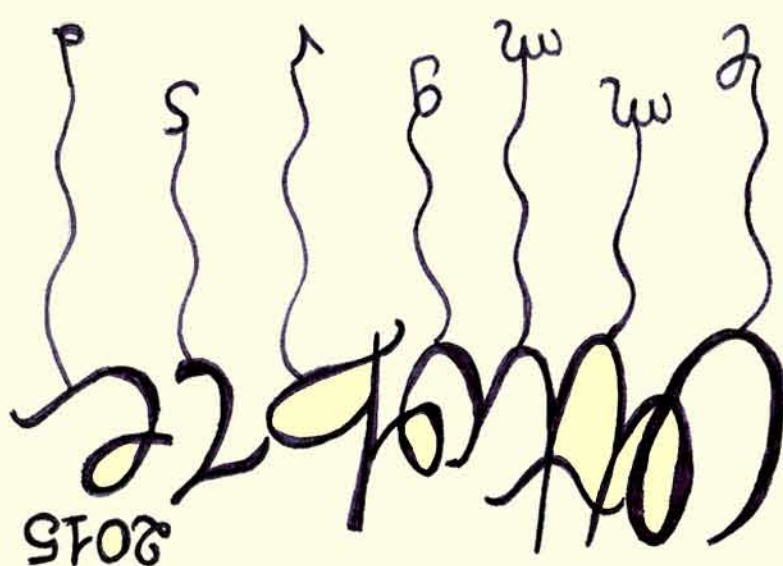


CONSIGLIO DEL MESE:
Prima di andare al supermercato,
prepara la lista della spesa
pianificando i pasti della settimana.

ISEMIN NON VANNO BUTTATI!
Possono essere aggiunti
nell'impasto del pane e del
cous cous. Altrimenti sono
l'ingrediente principale di
un ottimo snack.
Dopo averli lasciati
riposare per una notte,
cuocerli a 160 gradi per
20 minuti. Aggiungere le
sale e si ottiene uno snack
croccante per servire con
la vellutata.



26	27	28	29	30	31
19	20	21	22	23	24
12	13	14	15	16	17
5	6	7	8	9	10
1	2	3	4		



INGREDIENTI:
- 800 g di polpa di zucca;
- 1 cucchiaino di cannella;
- 1 cucchiaino di nocemoscata;
- sale e pepe nero;
- 400 g di acqua.
In un pentolino, tritare
la zucca, aggiungere
olio e cipolla.
Cuocere per 20 minuti.
Condire con cannello,
nocemoscata, pepe nero
e sale. Frullare per 1
minuto e servire con
dei crostini tostati in
forno.

VELLUTATA DI ZUCCA



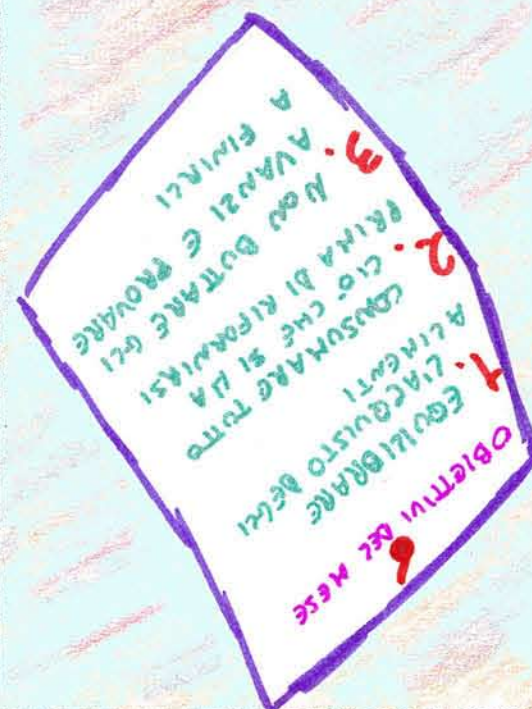
**LOVE
FOOD
hate waste**



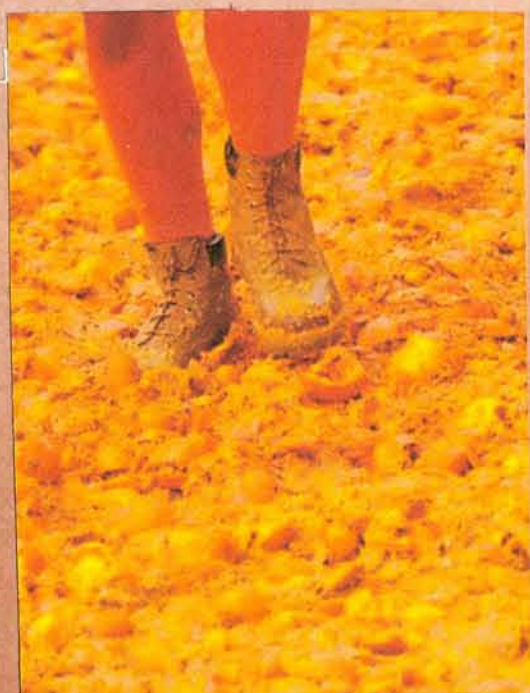
Sette regole per evitare lo spreco di cibo e non fare male al pianeta e al portafogli!

1. Prima di andare al supermercato, preparare la lista della spesa.
2. Scegliere gli alimenti con una vita residua più lunga
3. Non fare la spesa a stomaco vuoto
4. Occhio ai formati convenienza...3x2...2x1...!
5. Riporre con attenzione e con ordine la spesa: gli alimenti più "nuovi" dietro, e avanti quelli più vecchi
6. Congelare gli alimenti che avanzano scrivendo sul contenitore la data
7. Prima di buttare, aprire, odorare, assaggiare e poi decidere.

NOTE	S	V	G	H	H	L	D
	2	1	2	2	2	2	2
	9	8	7	6	5	4	3
	16	15	14	13	12	11	10
	23	22	21	20	19	18	17
	30	29	28	27	26	25	24
							ME



Ogni anno ad Ivrea
vengono sprecate 60
tonnellate di arance
per una festa



Gennaio 2016

L	M	M	G	V	S	D
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

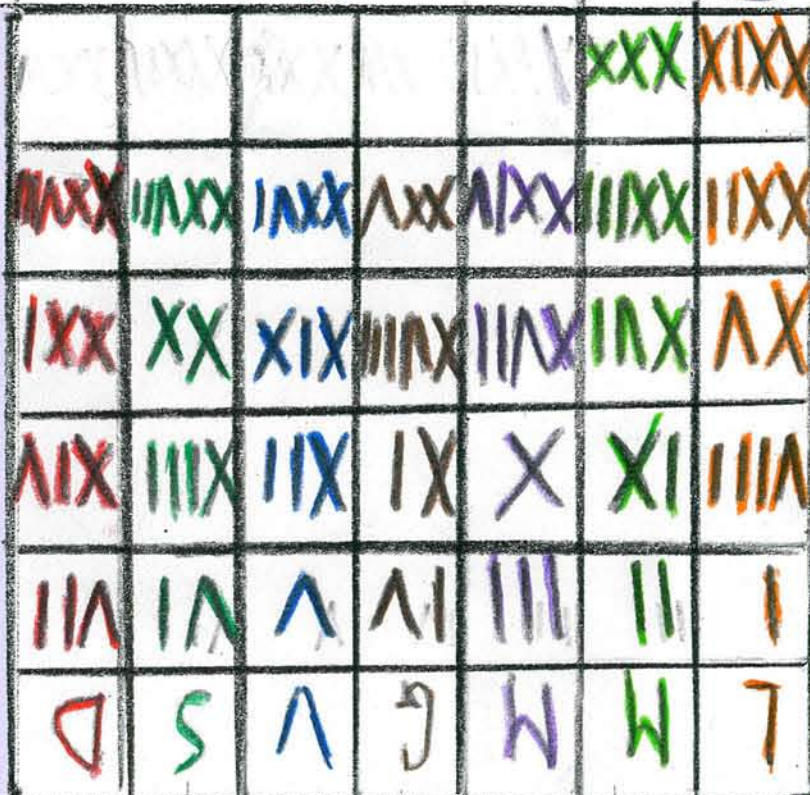
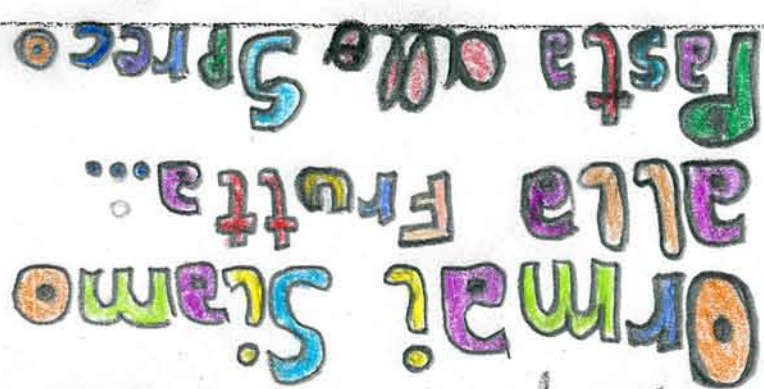
A Città della Pieve
Vengono gettati
40000Kg di farina
ogni anno



Quante spremute
Si possono fare
con 60 tonnellate
di arance?!



Quanto pane e
pasta si possono
fare con questa
grande quantità di
farina!



2015

NOVEMBER



SPRECO NON FA
RIMA CON ECO!

MAGGIO

2016



2016



- cosa sappiamo a scuola?**
- fucati - matone
 - carote - gi macchi
 - cetrioli - ranomate
 - piselli
 - zucchini
 - fagioli

27	28	29	30
20	21	22	23
13	14	15	16
6	7	8	9
1	2	3	4
5	10	11	12
17	18	19	24
25	26		

Gennaio

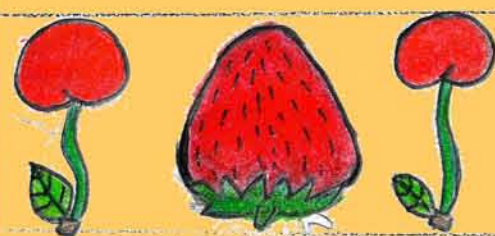
Con il tuo
cibo riempilo
fai gorgoglio, mon
CESTINO

BRUSCHETTA AL POMODORO

- 100g di pomodoro
- 2 foglie di basilico
- 1 spicchio d'aglio
- sale e olio
- pane

Togliete il pomodoro
a cubetti e condite
con l'aglio, il basilico,
il sale e l'olio.

Griggiate il pane e
di sporax il pomodoro



Rispettiamo il cibo, combattiamo lo spreco!