



LABORATORIO DI CUCINA VEGETALE:

Non gettarlo!

Semplici ricette per combattere lo spreco alimentare

CUCINA ANTISPRECO: PERCHE'?

In questo periodo storico più che mai siamo diventati maggiormente attenti alla sostenibilità delle nostre azioni quotidiane ed un ruolo importantissimo lo riveste proprio quello che portiamo a tavola ogni giorno e come lo cuciniamo. Tale è l'importanza di ridurre lo spreco alimentare che quest'ultimo è diventato una priorità della FAO entro il 2030.

COSA PUOI FARE TU?

Quando ci si scontra con problemi così grandi da interessare l'intero Pianeta, pensiamo che la responsabilità non passi per le nostre singole azioni, certo, è innegabile l'impatto che ha una grande azienda alimentare nel gestire lo spreco, ma non per questo dobbiamo sentirci meno coinvolti nell'attuare delle strategie per ridurre, a volte anche drasticamente lo spreco nel nostro piccolo.

Come?

Imparando nuove ricette e nuove tecniche che ti permettono di gestire al meglio le derrate alimentari.

QUESTO E' IL LABORATORIO PER TE!

Se senti che ogni tua azione ha un impatto sul Pianeta.

Se ti senti di agire e non di restare a guardare.

Se ti va di metterti in gioco imparando nuove ricette sfiziose, creative e buonissime, questo è il corso per te!

Ti insegnerò dei semplici trucchi e ricette per ottimizzare al meglio le tue preparazioni! Ti unisci a noi?

LABORATORIO DI CUCINA VEGETALE:

Non gettarlo!

Semplici ricette per combattere lo spreco alimentare

CIAMBELLINE ANTISPRECO ALLE VERDURE

Una ricetta semplice, ma di effetto! Per realizzarla utilizzeremo delle verdure di stagione con le quali realizzeremo un ripieno goloso e saporito per farcire un guscio di pasta matta.

POLPETTE SVUOTAFRIGO

Questa ricetta è talmente semplice e versatile che l'unica cosa di cui dovrai tenere conto è la consistenza dell'impasto. Si tratta di una ricetta ampiamente personalizzabile in base ai propri gusti (ed ai propri scarti), insomma una ricetta preziosissima da conoscere!

DADO VEGETALE: SAPORITO E SEMPLICISSIMO

Più complicata a dirsi che a farsi è la preparazione del dado vegetale fatto in casa.

Si utilizzano tutti gli scarti delle verdure che abbiamo utilizzato per altre ricette in modo da non sprecare nulla ed avere piatti e brodi gustosissimi!

BANANA BREAD VARIEGATO

Hai delle banane mature e non sai cosa fare? Bene, il banana bread è la ricetta ideale!

Un dolce ideale per colazione o la merenda dove più le banane saranno scure e più verrà buono. Provare per credere!

