

Αυτό το Πάσχα “δεν πετάμε τίποτα”

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo (c):goodtoknow

Η αποστολή αυτής της εβδομάδας μας προσκαλεί να αποφύγουμε τη σπατάλη φαγητού μέσα από 4 μικρά βήματα και να πούμε το δικό μας πασχαλινό “Δεν πετάμε τίποτα!”.

Ο πασχαλινός οβελίας έχει την τιμητική του στο τραπέζι πολλών οικογενειών. Περιτριγυρίζεται μάλιστα από πλήθος άλλων γευστικών εδεσμάτων που θα σημάνουν το τέλος της νηστείας και την εορταστική ατμόσφαιρα των ημερών. Ας μη γελιόμαστε, όλοι έχουμε διαπιστώσει ότι ανήμερα Πάσχα η κατανάλωση φαγητού «χτυπάει κόκκινο».

Φέτος, ας λάβουμε από νωρίς τα μέτρα μας και ας καταναλώσουμε ό,τι πραγματικά χρειαζόμαστε αποφεύγοντας τις υπερβολές.

Καλό Πάσχα!

Το πρώτο βήμα είναι οι αγορές με σύνεση και μέτρο. Είναι προτιμότερο να αγοράσουμε προϊόντα καλής ποιότητας και σε μικρότερη ποσότητα, παρά να καταφύγουμε σε μαζικές αγορές τροφίμων που θα μας περισσέψουν και δεν θα ξέρουμε πώς να τα αξιοποιήσουμε.

Αν μας περισσέψει φαγητό, δεν ξεχνάμε ότι η κατάψυξη είναι ισχυρός σύμμαχός μας. Εκεί, μπορείς να αποθηκεύσεις περισσευούμενο φαγητό και έτσι δεν θα χρειάζεται να τρως επί πολλές, συνεχείς μέρες το ίδιο πασχαλινό απόθεμα για να μην το πετάξεις.

Μοιράσου φαγητό με ανθρώπους που μπορεί να το έχουν ανάγκη. Ηθικά και κοινωνικά, είναι πολύ κρίμα να πετάξεις φαγητό τη στιγμή που κάποιος το χρειάζεται. Επικοινωνήσε με το [ΜΠΟΡΟΥΜΕ](#) μέσω του οποίου μπορείς πολύ γρήγορα και εύκολα να προσφέρεις τα περισσευούμενα τρόφιμα σου υπέρ κοινωφελών σκοπών.

Επαναχρησιμοποίησε τα περισσεύματα μαγειρεύοντας τα αλλιώς! Ρίξε μια ματιά στον [τσελεμεντέ της Καλύτερης Ζωής](#) για περισσότερες ιδέες! Κι επειδή το κρέας, τα βραστά αυγά και το τσουρέκι είναι τα τρία κυρίαρχα είδη που απειλούνται με κίνδυνο πετάγματος, δες εδώ [εμπνευστικές ιδέες](#) που θα σε βοηθήσουν να αποφύγεις τη σπατάλη χρόνου, χρημάτων και φυσικών πόρων!

Πηγή: kalyterizoi.gr