La cultura delle donne per una coltura ecoSOStenibile



Educazione alimentare e contrasto allo spreco

Soroptimist International - Club Cortina d'Ampezzo

15 novembre 2017

insieme

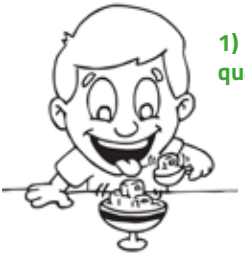
diamo valore al futuro delle donne

Centro Montessori Cortina

In collaborazione con

Scuola dell'Infanzia Don Primo Frenademez

Decalogo antispreco



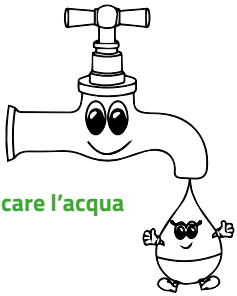
1) Non fare la spesa quando hai fame



2) Quando fai la spesa porta la tua borsa da casa



3) Quando acquisti scegli prodotti con poco imballo



4) Non sprecare l'acqua



5) Riempi poco il piatto



6) Cerca di non avanzare cibo nel piatto



7) Il cibo che avanza non buttarlo



8) Crea nuove pietanze utilizzando gli avanzi di cucina



9) Trasferisci gli avanzi nel compost



10) Al ristorante chiedi di portare a casa quel che avanzi

GIORGIA e FILIPPO e il RICICLO ALIMENTARE

Giorgia e Filippo sono due  che a tavola fanno sempre i capricci perché non finiscono mai quello che hanno nel  vogliono solo  e  e scartano molti alimenti importanti per la salute. Quindi niente  e  niente  e .

Però mangiano molti  e bevono .

Finché un giorno le maestre organizzano, con il , una giornata speciale per parlare dello spreco alimentare e del riciclo del cibo.

Gli spiegano anche l'importanza di avere un  più vario con cibo diverso, che offre tutto quello di cui hanno bisogno e che devono consumare senza buttarlo nella .

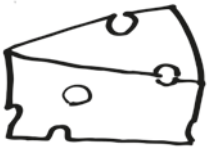
Così Giorgia e Filippo capiscono di gustare quello che a loro viene servito nel , che è molto divertente conoscere altri gusti e non sempre i soliti, così decidono di fare il gioco del passaparola raccontandolo agli , per sconfiggere lo spreco alimentare e imparando a riciclare anche il cibo che altrimenti andrebbe buttato.

Se impariamo a riciclare avremo un  migliore.

Ricetta canederli al formaggio



1) Pane secco



2) Formaggio di malga



3) Latte di montagna



4) Uova del contadino



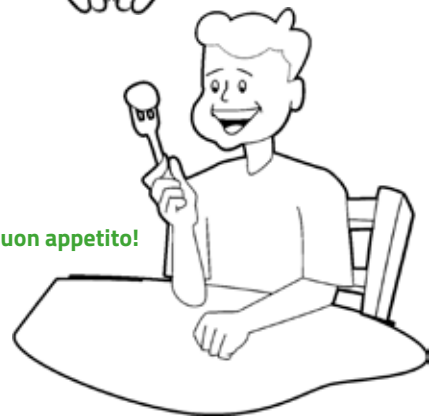
5) Sale



6) Impasta e fai delle palline



7) Cuoci



8) Buon appetito!

Chef Graziano Prest

RISTORANTE TIVOLI CORTINA

Hanno collaborato per la realizzazione della ricetta:

Chef Gigi Dariz

da Aurelio ristorante