

## Temat: *Ekologia w kuchni.*

W kuchni też możemy dbać o ekologię. Ale jak? Tego dowiedziecie się z dzisiejszej lekcji.

### Ekologiczne zasady:

1. Planujemy posiłki na cały tydzień. Na zakupy idziemy z torbą wielorazową (żeby nie kupować reklamówek jednorazowych) i listą produktów, które będą nam potrzebne do przygotowania posiłków. W ten sposób nie kupimy zbyt dużo jedzenia, które później prawdopodobnie trafiłoby do kosza.



2. Jeśli kupimy jednak za dużo czegoś, to zastanówmy się, do czego możemy ten produkt wykorzystać zanim się zepsuje.

3. Nie gotujemy na zapas. Gotujemy tyle, ile wiemy, że zjemy w ciągu dwóch dni.

4. Gotujemy z przykrywką, przez co skracamy czas i oszczędzamy prąd/gaz.



5. Suche bułki (nie spleśniałe!) mielimy na tartą bułkę, którą możemy wykorzystać do panierowania.

6. Używamy wielorazowych pojemników na żywność. Do szkoły i pracy zabieramy kanapki w tzw. śniadaniówkach, a nie w woreczkach śniadaniowych jednorazowych, które po zjedzeniu kanapek trafiają od razu do kosza.



7. Płyn do naczyń rozcieńczony z wodą i wlany do spryskiwacza może nam zastąpić np. płyn do mycia okien.

8. Słoiki po dżemach i innych przetworach wyparzamy i wykorzystujemy na nasze domowe przetwory. Jeśli już musimy wyrzucić, to pamiętamy o segregowaniu i wrzucamy je do odpowiedniego pojemnika.



**To kilka przykładów. Czy wykorzystujecie w domu którąś z powyższych zasad? Jeśli nie wiesz, zapytaj rodziców. Jeśli tak, zapiszcie ją w zeszycie. A może macie sami jakiś pomysł na bycie „eko” w kuchni?**

Czekam na Wasze pomysły

Pozdrawiam serdecznie!

M. Szerszeń