



Duurzaam koken?

Samen kleuren wij Kennemerhart groen



- Ken de bewoners waarvoor je kookt en pas de porties daarop aan.
- Als bewoners niet thuis zijn, bereid dan minder eten voor.
- Heb je teveel groente ingekocht? Bewaar deze dan onbereid in de koelkast voor een soep of salade op een later moment.
- Meten is weten. Gebruik een maatbeker om ingrediënten te meten.
- Bewaar voedsel op de juiste temperatuur. Dan blijft het langer goed.
- Zet producten die het eerst op moeten vooraan in de koel- of voorraadkast.
- Check je voorraad. Koop de juiste hoeveelheden in zodat er niet teveel over is.
- Maak een smoothie van overgebleven fruit.
- Kook met lokale- en seizoen-producten, ze hebben minder footprint voor ze op jouw bord liggen.

Kijk voor meer informatie op het
Serviceplein bij Duurzaam Kennemerhart (Intranet).