

DECALOGO ALIMENTARE

Cosa dobbiamo imparare?

"Ad evitare lo spreco alimentare!"

1. Riponi gli alimenti
in appositi recipienti;
2. Gli avanzi puoi utilizzare
in pietanze da decorare;
3. Col pane del giorno prima,
prepara una polpettina;
4. I cibi ordina nella dispensa
ma attento alla scadenza;
5. Preferisci quelli a lunga conservazione,
non necessitano di particolare attenzione;
6. Refrigeri alla giusta temperatura,
carne, pesce, frutta e verdura;
7. Compra prodotti stagionali,
evita quelli occasionali;
8. Consuma cibi a km zero,
dal gusto autentico e vero;
9. Impara a porzionare
ma senza esagerare!
10. L'organico non cestinare,
il terreno potrai concimare;
Ricorda che è ingiusto sprecare:
esiste chi non ha da mangiare!
(Costanza De Luca)



