

Dinar de zero residus

El principal objectiu del «dinar de zero residus» és reduir dràsticament la quantitat tant de menjar com d'embalatges dipositats en abocadors o bé incinerats. Com que és difícil evitar completament la producció de quelcom que acaba anant a parar en abocadors o incineradores, l'objectiu del «dinar de zero residus» seria **reduir** aquesta quantitat tant com sigui possible.¹

Abans de dinar

- ✓ **Eviteu compres innecessàries** per al vostre dinar. Feu un cop d'ull al rebost de casa o a la vostra nevera per veure si ja teniu una part dels aliments o de les

restes que us fan falta per incorporar-los al vostre dinar.

- ✓ **Comprar a granel** evita generar residus d'embalatge innecessaris. Després sempre podeu separar els productes en racions individuals i emmagatzemar-les per separat en contenidors reutilitzables.



Crèdits de la foto: Lynn Gardner via Flickr



Crèdits de la foto: MidnightMamiac

GUIA PRÀCTICA

¹ Hi ha altres accepcions de l'expressió «zero residus», però per a la EWWR s'aplicarà la descrita més amunt.

Feu servir bosses reutilitzables, carmanyoles, coberts d'acer inoxidable i tovallons de roba

Durant el dinar

Feu servir una **bossa reutilitzable** per transportar els aliments. Escolliu **recipients de plàstic reutilitzables**, com ara carmanyoles, per evitar embolcalls de plàstic i paper d'alumini. A més, també podeu fer servir paquets de gel reutilitzables per mantenir els aliments frescos i evitar que es facin malbé.



Fotografia: Helena Peixoto via Flickr

Si heu de transportar líquids, els **termos** i les **cantimpleres reutilitzables** són una alternativa fantàstica a les ampolles de plàstic convencionals.

Feu servir **coberteria d'acer inoxidable** en comptes de coberts de plàstic d'un sol ús. Si ja teniu coberts

de plàstic, els podeu rentar i reutilitzar, per evitar llençar-los. Els tovallons de paper són un objecte d'un sol ús que contribueix a augmentar la quantitat de residus de paper. **Els tovallons de roba** es poden rentar fàcilment i són completament reutilitzables.

Després de dinar

Recolliu totes les restes, emmagatzemeu-les adequadament i aprofiteu-les en altres àpats.

Les parts d'aliments no aptes per al consum humà, com ara el cor de les pomes, sempre es poden convertir en **compost**.

Algunes **peles de fruites o hortalisses**, com ara les peles de patata, es poden convertir fàcilment en **aperitiu**: renteu-les i assequeu-les, amaniu-les amb oli, sal i herbes aromàtiques i poseu-les aproximadament 20 minuts al forn, fins que estiguin cruixents i daurades.



Crèdits de la foto:
Bakeyandsnacks.com