

RESTES DE CAROTTES (Vichy, râpées, purée)

Si votre reste de carottes râpées est déjà assaisonné, faites donc des muffins salés. Remplacez la purée de fruit par une purée de légumes (selon la saison : haricot verts, brocoli, chou-fleur, butternut.). Remplacez les pépites de chocolats par un mix de graine lin, tournesol, pavot et de parmesan.

PROFITEZ DE VOS FRUITS (banane, trop mure, pomme abimée), réduisez-les en purées au mixeur et le tour est joué.

INUTILE D'ACHETER DE LA FARINE DE RIZ : réduisez vos grains de riz en farine en un tour de moulin à café

Il vous reste des **ŒUFS DE PÂQUES** un peu défraîchi, 3 chocolats dans un ballotin de Noël : coupez-les en petits morceaux. Ils feront l'affaire en guise de "pépites de chocolat".

YAOURTS ET FROMAGES BLANCS NON OUVERTS mais en DLC dépassée : si l'opercule n'est pas bombée, vous pouvez l'intégrer à votre préparation. (Jusqu'à un mois après la DLC)

Si vous utilisez des restes de cuisine, assurez-vous de leur aspect avant même de les mettre dans la préparation

Odeur nauséabonde : à jeter

Aspect douteux : à jeter

Produit gluant : à jeter



SEMAINE EUROPÉENNE DE
LA RÉDUCTION DES DÉCHETS

