



Na minha casa não desperdiçamos!



Quando sobra carne picada, das almôndegas ou da bolonhesa, fazemos beringelas recheadas. Retiramos o interior que depois aproveitamos para uma massa de legumes. Colocamos a carne, de seguida cobrimos com queijo e levamos ao forno.



Ao cozinhar cenoura ou abóbora, sobram sempre as cascas. Por isso arranjámos uma solução: lavamos bem a casca que sobrou, cortamos em fatias fininhas e cobrimo-las com azeite e uma pitada de sal. Levamos ao forno e esperamos que arrefeçam para ficarem mais crocantes e estaladiças.

Hmmmm... cheira tãoooooo bem!

Monitorização do nosso desperdício e resíduos

Dia 1 - 12/5 - aprox. 30g de caules e folhas de vegetais

Dia 2 - 13/5 - aprox. 30g de cascas de fruta e 40g de caules de vegetais

Dia 3 - 14/5 - aprox. 50g de carne

Vamos cozinhar todos juntos?



ESCOLA
AVE MARIA