



Na minha casa não desperdiçamos alimentos!

Tabela de registos	
Dia 1	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 1
Registo em peso de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.)	1100g
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	95g
Dia 2	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 2
Registo em peso de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.)	654g
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	276g
Dia 3	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 3
Registo em peso de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.)	591g
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	180g

E agora...**Deixa-nos a tua receita**

Título: **Biscoitos de Banana** (aproveitamento de bananas muito maduras)

Ingredientes:

2 colheres de sopa de margarina

1 caneca de açúcar

2 canecas de farinha de trigo com fermento

3 bananas muito maduras

Procedimentos:

Misturar a margarina com o açúcar.

Acrescentar as bananas amassada, depois a farinha de trigo.

Deixar no ponto "tipo salgadinho", que dê para fazer bolinhas, se precisar coloque mais farinha.

Amassar muito bem todos os ingredientes. Estender a massa e fazer biscoitos com uma forma ou moldar.

Coloque em uma forma untada com margarina e a farinha no fundo da forma.

Leve ao fogo moderado, até que fiquem douradinhos.

Imagens da receita concluída.

