



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.)	1,548 kg
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	274 gr.
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.)	1, 320 kg.
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	168 gr.
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.)	1, 822 kg.
Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	127 gr.

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

Título: Bolo Borboleta arco-íris

Ingredientes:

- 2 iogurtes naturais;
- 4 ovos;
- 1 copo e meio de açúcar amarelo;
- ¼ de óleo;
- 2 colheres de chá de fermento;
- 4 copos de farinha de aveia;
- Corante alimentar: azul, vermelho e amarelo qb.

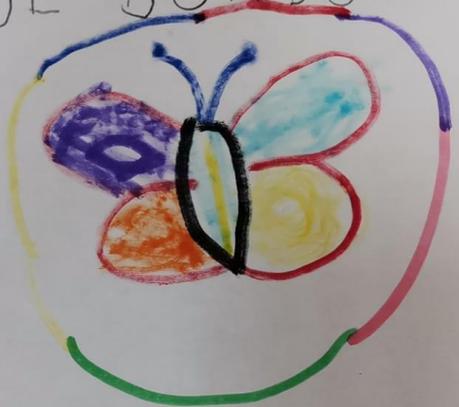
Procedimentos:

- 1º - Numa taça, juntar o iogurte e os ovos.
- 2º - Utilizar a medida do copo de iogurte e adicione o açúcar, o óleo, a farinha e o fermento.
- 3º - Bater com uma batedeira até a massa estar homogénea.
- 4º - Dividir a massa pelas 7 taças e misturar as diferentes cores do corante alimentar até obter a cor desejada (as 7 cores do arco-íris).

Imagens da receita concluída:

A minha receita especial

Título: BOLO DE BORBOLETA



Ingredientes:

- FARINHA
- OVOS
- LEITE
- AÇÚCAR
- CORANTE ALIMENTAR DE TODAS CORES







