



Umweltfreundliches Europa –die Zukunft
beginnt jetzt

Kochen aus den

ten - Po

Das Treffen in Antalya - Türkei 08.05-13.05.2022



**UMWELTFREUNDLICHES
EUROPA**



Erasmus+

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Lebensmittelverschwendung

- Ein statistischer Pole verschwendet jährlich 247 kg Lebensmittel, was uns auf den fünften Platz in der EU bringt.
- Meistens werfen wir Brot, Obst und Aufschnitt weg.



Lebensmittelverschwendung



- In Polen verschwenden wir etwa 5 Millionen Tonnen Lebensmittel pro Jahr.
- In Polen verschwenden wir 153 kg Lebensmittel pro Sekunde.

Was können wir alle dagegen tun?

Reste nicht wegwerfen sondern daraus leckere Speisen zubereiten
!



polnische
Kartoffelklöße



französische
Toasts



Rumkugeln



Gemüsesalat



Frühstückssal
at

Kopytka

Kopytka - "polnische Kartoffelklöße"



1. Die Kartoffelmasse aus Kartoffeln nach dem Mittagessen.



4. Fertige polnische Kartoffelklöße.

Französische Toasts

Französischer Toast ist ein Gericht, das man aus dem nicht mehr frischen Brot zubereiten kann.



1. Brot im Ei einweichen.



2.
Brot in einer Pfanne
braten.



Fertig (:

Rumkugeln



1.
Kuchenreste, Kekse,
„alte“ Ostereier...



2.
Kekse und Kuchenreste
zerbröseln.



3.
Milch, Butter, Kakao kochen.



4.
Alle Zutaten vermischen



5. Kugeln formen.



6. In den Kühlschrank stellen und dann servieren.

Gemüsesalat



1.
Die Suppe wird
gekocht.



2. Das gekochte
Gemüse.



3. Das Gemüse
wird gewürfelt.



4.
Alles wird in einer
Schüssel vermischt

.



5. Mais, Erbsen, Gurken und hartgekochte gewürfelte Eier werden zugegeben.



6. Alles wird vermischt.



7. Mayo wird zugegeben, dann noch Salz und Pfeffer- FERTIG!

Frühstückssalat



1. Eier, Radieschen, Schnittlauch – Reste nach dem Frühstück



2. Reis und eine halbe Dose Mais nach dem Mittagessen gestern.



3. Eier würfeln, Radieschen klein schneiden, mit Reis, Mais, Mayo zusammen vermischen –

Quellen

- <https://smoglab.pl/marnowanie-zywnosci-nik/>
- <https://spidersweb.pl/2021/11/marnowanie-zywnosci-polska-2021.html>
- <https://www.gov.pl/web/ijhars/marnowanie-zywnosci--raport-2020>
- <https://www.money.pl/gospodarka/zywnosc-marnujemy-na-potege-w-polskich-smietnikach-co-minute-laduje-6-ton-jedzenia-6667884724603776a.html>

Marianna Kokoszka, Michał Pyszlak, Lena Brylska, Martyna Armusiewicz

Danke für Ihre/eure
Aufmerksamkeit!



Erasmus+