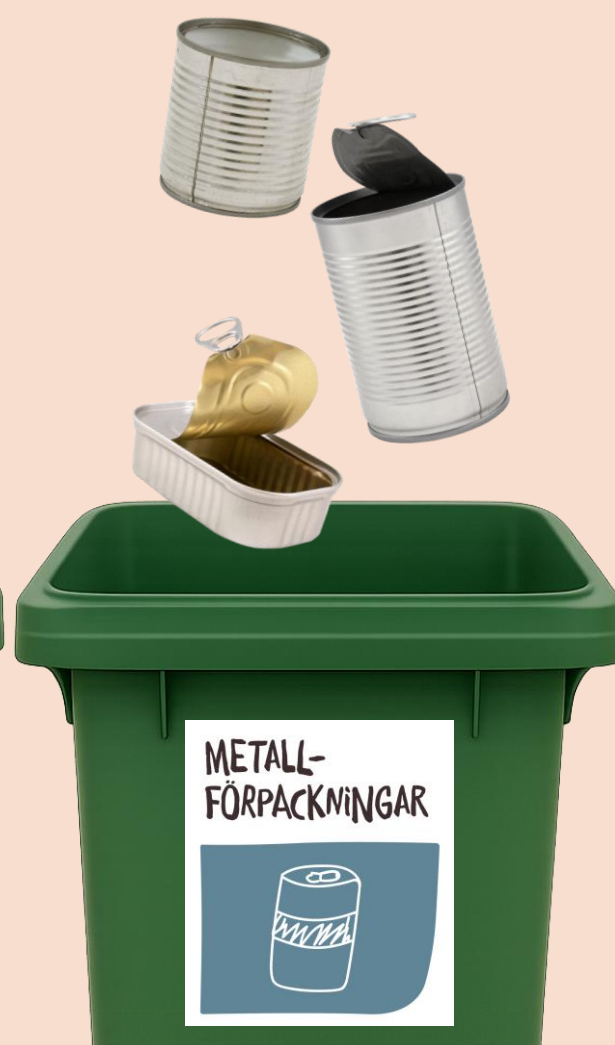


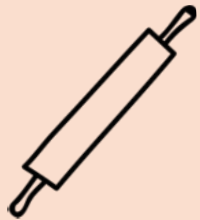


**RESTER
KOCKEN**

Rädda det som räddas kan!



Matsvinn eller matvinn

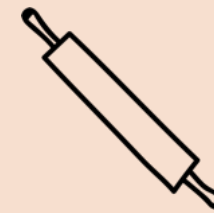


Matsvinn = onödigt matavfall



Exempel

- Rester från middagen
- Ledsna grönsaker & frukter
- Överbliven mat på tallriken



Oundvikligt matavfall

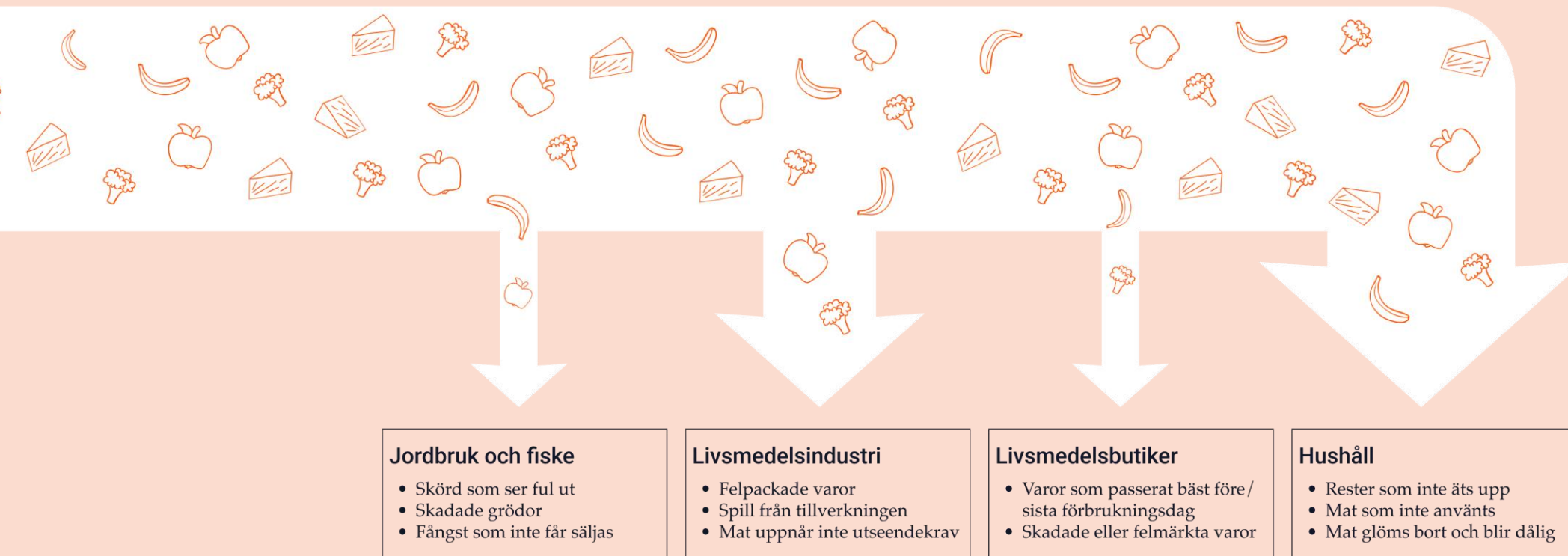


Exempel

- Äggskal
- Kaffesump
- Fiskrens
- Kycklingben



Vad kan vi göra för att minska svinnet?



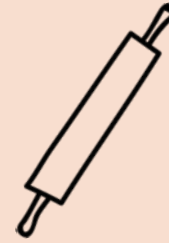
Bäst före- eller bra efter-datum?



Sista förbrukningsdag, vad betyder det?

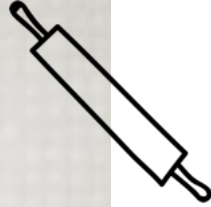


Förvara maten rätt så håller den längre



Från jord till bord – matens kretslopp





QUIZ!





Fråga 1

Vilka livsmedel ska alltid förvaras i kylskåp?

- 1. Bananer och frukt
- X. Mejerivaror och chark
- 2. Konserver och syltburkar



Fråga 2

Vilket livsmedel har alltid sista förbrukningsdag?

- 1. Färsk fisk
- X. Rökta korv
- 2. Ägg



Fråga 3

Vad är oundvikligt matsvinn?

- 1. Mat som blir kvar på tallriken
- X. Äggskal
- 2. Kanterna på brödet



Fråga 4

Vad innebär att ansa?

1. Putsa, ta bort oanvändbara delar på frukt och grönsaker
- X. Ta bort benen på färsk fisk
2. Hacka grönsaker



Fråga 5

Vilken mat ska man alltid undvika att äta?

- 1. Grön potatis
- X. Två veckor gammal filmjolk
- 2. 1 månad gamla ägg



Fråga 6

Vilket livsmedel kan du rädda?

- 1. Mögligt bröd
- X. Mögligt kött
- 2. Möglig ost

Rätta svar!



Fråga 1

Vilka livsmedel ska alltid förvaras i kylskåp?

X. Mejerivaror och chark



Fråga 2

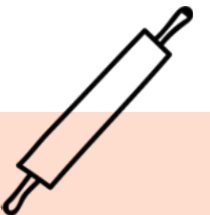
Vilket livsmedel har alltid sista förbrukningsdag?

1. Färsk fisk

Fråga 3

Vad är oundvikligt matsvinn?

X. Äggskal



Rätta svar!

Fråga 4

Vad innebär att ansa?

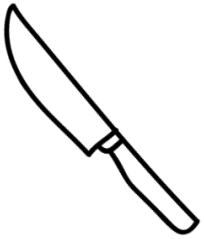
X. Ta bort benen på färsk fisk



Fråga 5

Vilken mat ska man alltid undvika att äta?

1. Grön Potatis



Fråga 6

Vilket livsmedel kan du rädda?

2. Möglig ost