

# 10 bud

- på en mere  
bæredygtig udvikling

1. Undgå madspild – hav fokus på indkøbsvaner, mængder, udløbsdato og korrekt opbevaring.
2. Lad grøntsager spille hovedrollen på tallerkenen.
3. Brug kødet som 'krydderi' – skift oksekød og lam ud med kylling, fisk og bælgfrugter.
4. Vær opmærksom på sæson og lokale råvarer – bevarer og skaber arbejdspladser.
5. Drop betegnelsen vegetarisk – beskriv dine retter så kulinarisk attraktive som muligt.

# 10 bud

- på en mere  
bæredygtig udvikling

- 6) Overvej hvilken slags engangsemballage du anvender – mon der er et miljøvenligt alternativ?
- 7) Overvej brugen af rengøringsmidler – mon der er mere skånsomme alternativer?
- 8) Drop vandflaskerne – invester i karafler og glas.
- 9) Brug hinandens erfaringer – skab netværk.
- 10) Sæt mål for ambitionerne og fortæl om, hvad I gør!

|