



# Minder voedsel verspillen met de Just Keep It-challenge

01 okt 2018

Belanden droge broodkorsten en ietwat verrimpelde vruchten ook bij jou nog vaak in de vuilnisbak? Blijven overschotjes van pasta of rijst in de koelkast tot er nieuwe levensvormen op ontstaan? Je bent niet alleen, want het zijn bekende fenomenen in heel wat gezinnen. En dat is jammer, want vaak valt er met restjes en overschotjes nog wel iets aan te vangen en is de vuilnisbak niet de juiste eindbestemming. Bovendien kost het je een pak centen. Centen waarmee je heel wat leuke dingen kan doen.

Gelukkig zijn er tegenwoordig wel manieren om de verspilling tegen te gaan én er in een moeite zelf wel bij te varen. Op maandag 19 november kan je tijdens een gratis kookdemo in Kortemark bijvoorbeeld zelf leren koken met restjes.

Je ontdekt er wat er allemaal mogelijk is met schijnbaar onbruikbare oveschotjes uit keuken, kelder of koelkast. Veerle

Maes, mede-auteur van Het Restjeskookboek, geeft er tips en gaat er aan de slag met de restjes van de dag. Kijken en proberen mag, proeven wordt aangeraden!



Vanaf maandag 1 oktober t.e.m. zondag 21 oktober kan je bovendien ook meedoen met de Just keep it-challenge op Facebook (ook via mail). Drie weken lang krijg je een dagelijkse tip hoe je je voedselbudget kan bijsturen, hoe dat je menu kan optimaliseren én hoeveel winst je dat oplevert.

**Tags:** Voedselverspilling | Just Keep It Challenge

Lire l'article en version originale :  
<http://mirom.be/nieuws/minder-voedsel-verspillen-met-de-just-keep-it-challenge> (consulté le 06/10/2018)