UNA GRIGLIATA SENZASPRECO!

Dopo una giornata di afa, con l'arrivo del fresco della sera, non c'è niente di meglio di una grigliata in terrazza o in giardino da condividere con gli amici. Tutti si presentano portando qualcosa, un dolce, degli antipasti, una focaccia ... e spesso alla fine della cena molte pietanze restano nei vassoi.

Vi proponiamo pertanto alcune ricette per riutilizzare e non sprecare quel che resta della cena!

Idee in cucina:

Con gli avanzi di pane e pomodori ...

LA PANZANELLA !

Pomodori e Cetrioli
Pane raffermo
Basilico e Cipolla rossa
Sale, Pepe, Olio EVO e Aceto

Il pane (che corrisponderà a circa il 50% del volume totale) va ammollato in acqua e aceto per una ventina di minuti. Nel frattempo si tagliano le verdure a dadini, quindi si strizza bene il pane ormai diventato morbido e lo si sbriciola sulle verdure. Mescolare bene, condire a piacere e lasciar riposare in frigo per almeno un paio d'ore.

Con gli avanzi di frutta e gelato ...

IL FRAPPÉ !

200 g di Gelato
100 g di Panna liquida
50 ml di Latte
1 Frutto

Raccogliete nella tazza del mixer il gelato, la panna e il latte. Aggiungete la frutta sbucciata e tagliata a tocchetti e ghiaccio a volontà. A piacere, aggiungete zucchero grezzo di canna. Frullate tutto e poi versate il frappè in bicchieri molto capienti e decorate con una spruzzata di panna montata.

... CON GLI AVANZI DI CARNE, LE POLPETTE!

Per la ricetta collegati con il QRcode al blog di SenzaSpreco!

Prova anche tu a non sprecare il cibo che avanza, con le ricette proposte e aderendo al Market Place di SenzaSpreco. Collegati e scopri come!
Se hai altre idee per ricette contro lo spreco condividile sulla nostra pagina Facebook!

www.senza-spreco.it - info@senza-spreco.it

senza spreco

È un progetto della **Cooperativa Le Mele di Newton** pensato per ridurre lo spreco alimentare attraverso percorsi educativi, eventi, incontri, progetti di formazione e un market-place per vendere a prezzo scontato o donare a enti caritatevoli i prodotti alimentari in eccedenza.

Il progetto è stato sviluppato grazie al supporto della **Fondazione il Cuore si Scioglie**.

unicoop firenze

FONDAZIONE IL CUORE SI SCIOGLIE ONLUS