

OTA HÄVIKKI HALTUUN!

- 1** **Suunnitelmallisuus on kaiken a ja o.** Mieti, mitä ruokia aiot valmistaa ja mitä tarvitset kaupasta.
- 2** **Ruoan ostaminen verkkokaupasta** voi lisätä ruokaostosten suunnitelmallisuutta ja vähentää hävikkiä, kun voi rauhassa miettiä, mitä todella tarvitaan.
- 3** **Älä mene nälkäisenä kauppaan.** Nälkä lisää heräteostamisen riskiä.
- 4** **Ota tavaksi suunnitella useamman päivän ruokalista, mutta joustaa siinä tarpeen mukaan.**
- 5** **Pidä vähintään kerran viikossa inventaariopäivä,** jolloin teet jääkaapin tähteistä ruokaa.
- 6** **Opettele päiväysmerkinnät:** Parasta ennen ei ole viimeinen käyttöpäivä. Haista, maista ja katso, kun arvioit tuotteen syömäkelpoisuutta.
- 7** **Pidä kaapit järjestyksessä,** jotta tiedät, mitä siellä on. Näin ruoat eivät pääse myöskään vanhenemaan ennen aikojaan.
- 8** **Pidä jääkaappi oikeassa lämpötilassa ja opettele,** miten ruoat kannattaa sijoittaa omassa jääkaapissasi.
- 9** **Opettele ruokien oikeat säilytystavat ja lämpötilat.** Mikä säilyy parhaiten kylmässä, mikä huoneenlämmössä?
- 10** **Opettele soveltamaan kokatessa.** Älä osta erikoistuotetta vain yhtä ruokaa varten, jos et varmasti käytä sitä loppuun. Jätä se pois tai korvaa jollain toisella raaka-aineella.
- 11** **Jaa hävikkivinkkisi.** Ideoita ruoanlaittoon ja vinkkejä hävikin hallintaan kannattaa kysyä läheisiltä, ystäviltä tai somesta.