



allo spreco alimentare



Gettare meno si può!

Gli aperitivi

Come organizzarli senza sprecare cibo

Non è necessario attendere le Feste per invitare amici o vicini di casa per un aperitivo, veloce o importante che sia. In ogni caso, è fondamentale saper prevedere quanto cibo sarà necessario, affinché gli alimenti non vadano poi sprecati. L'ACSI, che è impegnata nella campagna contro lo spreco alimentare, vi dà dei consigli per affrontare con serenità la preparazione dei vostri aperitivi.

I professionisti della gastronomia raccomandano di calcolare una decina di pezzi per persona, che dovrebbero scendere a cinque-sei per un aperitivo di corta durata. Se fosse più lungo, questa quantità sarebbe da considerare per la prima ora e si dovrebbero dunque aggiungere tre-quattro pezzi per quella successiva. Se l'aperitivo si protrasse ulteriormente, si potrebbero anche offrire due-tre piccoli dessert oppure una minestra. Ne basterebbero due decilitri per ogni commensale, con l'aggiunta di crostini o di una fetta di pane.

Idee per i bocconcini salati

- Piccole verrine con mousse di barbabietole e al formaggio caprino
- Triangoli di pane toast con paté di olive
- Bicchieri da 1 decilitro con minestra di verdure
- Pezzi di tortilla
- Mini sandwich con trota salmonata e germogli colorati
- Tortine alle pere e noci
- Tre verdure differenti tagliate a fette e servite con formaggio fresco
- Piccoli spiedini con 2-3 pezzetti di pollo
- Fette di torta salata
- Fiocchetti di formaggio Tête de Moine o scaglie di parmigiano oppure sbrinz con pane

Dessert

- Bicchieri da 1 decilitro con purea di mele e ai due cioccolati
- Torta al cioccolato tagliata a cubetti
- Bicchieri da 1 decilitro con panna cotta e passato ai frutti di bosco

Se c'è un inviato in più: alimenti di riserva

- Formaggio e pane
- Olive, noci e altra frutta secca per arricchire le portate con il formaggio
- Mandarinini (una rete da 2 chili contiene una ventina di frutti)
- Crackers o pane croccante da guarnire con formaggio fresco



Cosa fare con i resti

- Prevedere un pasto con i resti per il giorno dopo
- Congelare il giorno stesso la minestra avanzata e conservare le fette di pane per un utilizzo successivo, ad esempio per preparare una torta di pane
- Servire le salse avanzate con delle patate arrosto o bollite oppure utilizzarle per condire un'insalata