

Banta kostnaderna för maten

Vad kostar maten egentligen Kr/Kcal
Prisjämförelser mellan produkter, förpackningar, butiker
Leta nedsatt för kort datum
Samköp lokalt i butik eller direkt producent
Dela förpackningar
Laga storkök (även inför bjudning)
Öka inslaget vegetabilier, grädd och linser o bönor
Lära sig äta ohungrig (minska konsumtionen)
Släng inte mat
Ha alltid basråvaror hemma
Lära laga mat av enklare delar kött

Du får tips i nyhetsbrev och på vår hemsida samt som medlem en verktygslåda