



Zachraň jídlo

Zachraň jídlo píše kuchařku o tom, jak neplýtvat a ušetřit

Domácnosti jsou zodpovědné za 53 % všech vyhozených potravin a nejčastěji končí v koši pečivo, ovoce, zelenina a maso. Proč to tak je? Spotřebitelé neumí správně skladovat, nakoupí toho víc než je potřeba nebo jim chybí inspirace. Iniciativa Zachraň jídlo, která se věnuje prevenci plýtvání jídlem, proto píše inspirativní kuchařku a nyní vybírá peníze na její vznik na Hithitu. V prvních pěti dnech se podařilo vybrat už 40 % cílové částky.

Více než 80 receptů v kuchařce se zaměří na suroviny, které v českých domácnostech nejčastěji zbývají. Nebudou chybět postupy, jak zpracovat maso, sezónní ovoce a zeleninu nebo opomíjené části potravin jako je mrkvová nať nebo košťál brokolice. Kromě receptů bude v knize 30 stran praktických tipů, jak efektivně nakupovat a skladovat jídlo doma, nebo jak se vyznat v datech na obalech potravin. Kuchařka bude obsahovat více než 200 stran ověřených informací a vyjde v říjnu.

Zachraň jídlo nyní vybírá peníze na vznik knihy na platformě [Hithit](https://www.hithit.cz), kde si přispěvatelé mohou koupit zajímavé odměny: kromě samotných kuchařek je to například kurz vaření s Julianou Maškrnicou a Michalem Hromasem, brunch v restauraci V Zátíší, omáčky Titbit ze zachráněné zeleniny, padesátilitrový sud piva z tvrdého chleba nebo přednáška od Zachraň jídlo. Na kuchařku se na Hithitu vybírá od 24. 4. do 24. 5. 2019.

“Chceme dát lidem inspiraci, jak mohou být kreativní v kuchyni. Proto popíšeme základní metody a postupy na zpracování jídla a ukážeme jim, že dostat z jídla maximum není nic složitého. Je ale třeba vaření věnovat trochu času,” popisuje obsah knihy autorka receptů Zuzana Štěpničková, která už publikovala desítky postupů na webu www.zachranjidlo.cz/recepty.

Předmluvu do knihy napsal světoznámý kuchař Massimo Bottura, který je proslulý svými aktivitami proti plýtvání jídlem. *“Vaření není jen o kvalitě ingrediencí, ale i o kvalitě nápadů. Každý den se lidé rozhodují, co si koupí k jídlu. Naše spotřební chování má obrovský vliv na planetu a naše životní prostředí.”*

Tento výrok potvrzuje i nedávný výzkum VŠCHT. Češi podle výzkumu přispívají ke změně klimatu nejen spotřebou energií v domácnostech, ale právě konzumací jídla - především masa. Kuchařka bude obsahovat informace o ekologické náročnosti jeho produkce i tipy, jak ho zpracovávat co nejefektivněji.

Do tvorby knihy se zapojila velká část týmu Zachraň jídlo. Kromě autorky receptů Zuzany Štěpničkové svoje zkušenosti dohromady dávají Anna Strejcová a Adam Podhola, kteří jsou v Zachraň jídlo od začátku a přes pět let sledují novinky v oblasti plýtvání jídlem. Kuchařka vznikne také za podpory komerčních partnerů: Česká spořitelna – penzijní společnost, Hellmann's, IKEA a Compass Group.

Kontakty:

Adam Podhola, Zachraň jídlo, tel. 605 902 732, adam.podhola@zachranjidlo.cz
Anna Strejcová, Zachraň jídlo, tel. 737 758 563, anna.strejцова@zachranjidlo.cz

Hithitová stránka: www.hithit.cz/zachranjidlo

Webová stránka: <https://zachranjidlo.cz/kucharka>

Fotografie receptů: <https://zachranjidlo.cz/galerie/kucharka>