



POUR LE TRI ET LA REDUCTION DES DECHETS

ASTUCES ANTI-GASPI



Les épluchures, pas vraiment des déchets !



Mettre ses épluchures dans la poubelle des déchets ménagers (de couleur grise) n'est pas un geste anodin pour la planète, elles contiennent **80 % d'eau**, leur incinération est donc très **énergivore**.



Comment cuisiner ses épluchures et ses fânes ?



On peut donner une **seconde vie** aux épluchures (seulement si celles-ci sont issues de **légumes bio**) avec des idées de recettes simples et originales :

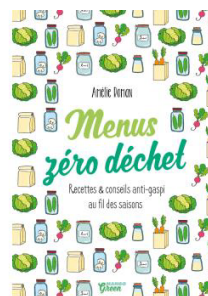
- chips d'épluchures (légumes ou fruits peu importe),
- soupe ou gratin de vert de poireaux, vert de blette, de salade,
- pesto de fanes (radis, carottes...),
- gâteau aux épluchures de bananes,



Plein d'idées de recettes à tester avec ces livres, que vous pourrez trouver dans les bibliothèques ou à la médiathèque de la Maison de l'Environnement.



Marie Cochard, 2016
Editions Eyrolles



Amélie Roman, 2017
Mango Editions



Stéphanie Faustin, 2017
Rue Echiquier



Lisa Masset, 2017
Editions Jouvence



contact@mouvementdepalier.fr
www.mouvementdepalier.fr