

Receptes creatives

amigues de la **biodiversitat**
i de la prevenció del
malbaratament alimentari



Pilaf d'arròs amb all i oli "això no es llença"



45'
aproximadament



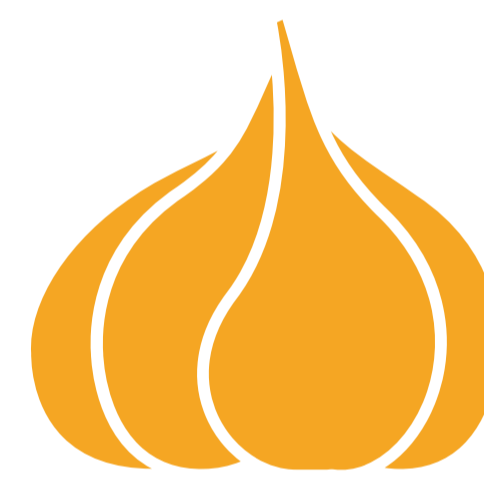
el n. de porcions
dependrà de la
quantitat de
verdures
disponibles

1 Tallar a trossets

Talls de verdures que tinguis disponibles i que normalment lences com talls i fulles de remolatxa, talls d'espínacs, bròquil, coliflor, carxofes, bledes, ceba tendre... En el cas de les peces més dures treure la part externa més fibrosa



2 Saltejar-les amb...



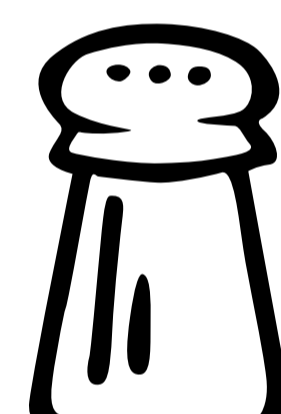
all



oli d'oliva



bitxo



sal



No
llencem
res!

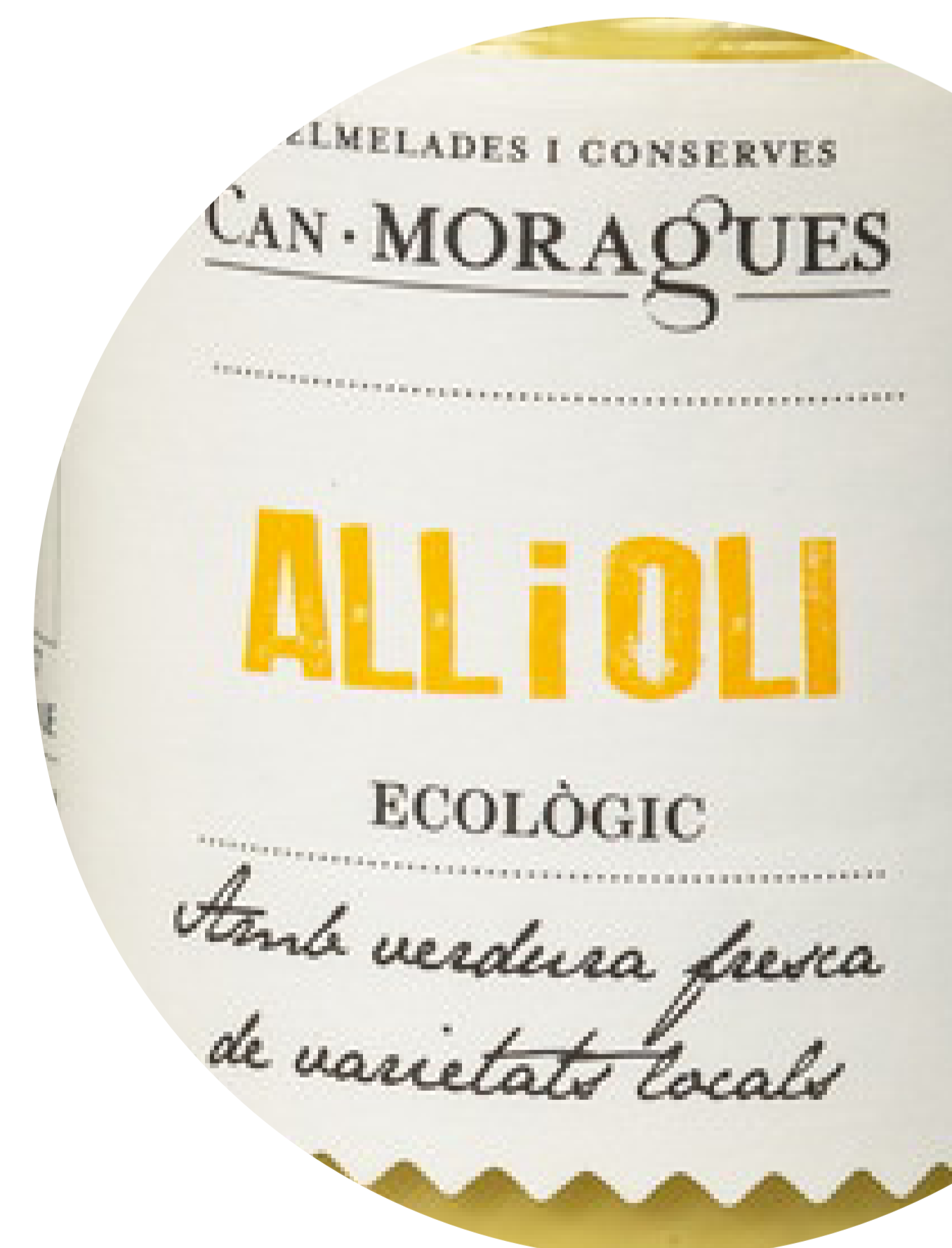


3 Bullir



arros integral

4 Un cop estigui l'arròs, saltejar-lo amb les verduretes i acompanyar amb...



Bon profit!

Riet Vell, creada per l'organització conservacionista SEO/BirdLife amb l'objectiu de treballar per una agricultura que contribueixi a la conservació d'espècies i hàbitats amenaçats, produeix arrossos i pastes ecològics, conreats mitjançant mètodes que afavoreixen la conservació del delta de l'Ebre i d'algunes espècies d'aus aquàtiques amenaçades.

La Fundació Emys es dedica a la conservació de la natura, en especial a les zones humides i de la tortuga d'estany. Ajuda els actors del territori a fer-ne una gestió sostenible, itjançant l'agroecologia, l'economia verda, l'educació ambiental i l'ecoturisme. Les melmelades i salses ecològiques Can Moraques són el resultat d'aquesta feina i de la col·laboració la Fundació Astres.

Una proposta de:



Comprant aquests productes contribueixes als projectes de biodiversitat que duen a terme les entitats ambientals

