

We love food and reduce waste.

And you?

Take action now and declare your commitment!

LIFE FOSTER

NEWSLETTER Nº 7 MARZO 2022

IN QUESTO NUMERO:

PG 01: PROFESSIONISTI, FORMATORI, STUDENTI E CITTADINI ADERISCONO AL MANIFESTO DI LIFE FOSTER
PG 02: AMBASCIATORI LIFE FOSTER A MEDITERRÂNEA GASTRÔNOMA - FIERA DELLA GASTRONOMIA
MEDITERRANEA

PG 04: SERIE DI VIDEO SUGLI SPRECHI ALIMENTARI CON LA PARTECIPAZIONE DEI RISTORANTI MALTESI
PG 05: LIFE FOSTER BURGER CHALLENGE, UNA COMPETIZIONE VARIOPINTA!
PG 06: ESPLOSIONE DI CARCIOFI

PROFESSIONISTI, FORMATORI, STUDENTI E CITTADINI ADERISCONO AL MANIFESTO DI LIFE FOSTER

Alla fine del 2021, LIFE FOSTER ha pubblicato il Manifesto per la prevenzione dello spreco alimentare. Il manifesto mira a coinvolgere gli ambasciatori della prevenzione dello spreco alimentare affinché possano dare il loro contributo nel plasmare un futuro migliore.

Come si diventa ambasciatori per la prevenzione dello spreco alimentare?

I professionisti della ristorazione possono contribuire preparando attentamente i loro menù e ordini, procurandosi meno cibo ma in modo più frequente e acquistando con moderazione.

I formatori e gli educatori possono insegnare ai loro colleghi le pratiche per evitare lo spreco di cibo, essi poi mostreranno agli studenti come usare e consumare il cibo in modo corretto, andando così a beneficiare sia il luogo di lavoro che loro stessi.

Studenti e cittadini possono lavorare insieme per ridurre lo spreco di cibo nella loro vita quotidiana.

Il Manifesto include diverse raccomandazioni, fra cui pianificare in anticipo cosa mangiare, comprare cibi di stagione e a km 0, tenere puliti il frigorifero e il congelatore. Lo spreco alimentare è ormai un problema mondiale che richiede una risposta a livello locale e la partecipazione di tutti.

Fino ad ora, OLTRE 100 AMBASCIATORI hanno aderito al Manifesto LIFE FOSTER.

Scopri come puoi diventare un ambasciatore per prevenire gli sprechi alimentari!

Scarica e aderisci al Manifesto tramite questo link.

Scopri chi sono gli attuali Ambasciatori registrati a questo link.



AMBASCIATORI LIFE FOSTER A MEDITERRÂNEA GASTRÔNOMA - FIERA DELLA GASTRONOMIA MEDITERRANEA

Nell'ambito del progetto LIFE FOSTER, la Scuola Altaviana ha partecipato alla MEDITERRÃNEA GASTRÕNOMA - Fiera della gastronomia mediterranea – che si è tenuta Valencia (Spagna) dal 7 al 9 novembre 2021 con uno stand informativo e la possibilità per gli studenti di cucinare un menù speciale per il pranzo contro lo spreco alimentare.



Durante l'evento, gli studenti della Scuola Altaviana, in veste di Ambasciatori del Progetto LIFE FOSTER, hanno potuto spiegare ai visitatori quali sono gli obiettivi e le attività del Progetto. Essi hanno inoltre



presentato il corso gratuito sullo spreco alimentare e il Manifesto. Tutti gli ambasciatori erano riconoscibili grazie a un distintivo con il logo di LIFE FOSTER e della scuola Altaviana.

L'obiettivo della partecipazione di LIFE FOSTER alla fiera è stato quello di far conoscere gli obiettivi e le attività del progetto al fine di attirare e coinvolgere coloro che lavorano nel campo della ristorazione come chef e ristoratori per sensibilizzarli sulla questione della gestione degli scarti alimentari e condividere con loro dei metodi per ridurli.

Il pubblico è stato ampio ed eterogeneo, alla fiera hanno partecipato studenti delle Scuole di Formazione Professionale dell'indirizzo Alberghiero, studenti della Laurea in Scienze della Nutrizione e

Scienze degli Alimenti dell'Università di Valencia, professori, stampa (radio locali, fotografi e riviste), aziende di catering e distribuzione alimentare (le quali erano interessate al corso gratuito sullo spreco alimentare, il manifesto e la possibile visibilità della loro azienda facendo parte del progetto LIFE FOSTER), negozi di produzione e vendita di alimenti, piccole aziende di catering che hanno dato valore al progetto e spiegato come evitano lo spreco alimentare.



Tra il pubblico, durante la fiera, vi è stata la partecipazione di importanti personalità del settore, fra cui Adrian Melgarejo di Serunion Catering, Marta Pérez Postigo, direttrice della comunicazione aziendale e della sostenibilità in MAKRO e relatrice alla fiera sul tema "Distribuzione responsabile: Frutti perfettamente imperfetti". È intervenuto anche Manu Buffara, chef della cucina sostenibile, attivista e proprietario del ristorante Manu, con sede a Curitiba (Brasile). Luis Arrufat,





consulente gastronomico, e formatore del Basque Culinary Center, recentemente nominato come uno dei 50 migliori talenti emergenti al mondo per il suo lavoro sostenibile, ha partecipato con un intervento circa "La filosofia zero sprechi nella cottura del riso". Altri ospiti di rilievo sono stati Álvaro Pérez Redondo, CEO e fondatore di HarBest Market, così come Maria Angeles Fernandez Zamudio dell'Istituto

Valenciano di Ricerca Agricola (IVIA) che alla fiera ha presentato "Prevenzione e riduzione dei rifiuti alimentari nella Comunità Valenciana: il piano Bon Profit", la chef Susi Díaz del ristorante La Finca (1 stella Michelin).

Guarda il video della presentazione degli studenti di Altaviana del menù contro lo spreco alimentare a questo link:

youtube.com/watch?app=desktop&v=nA7q8bG2JG8



SERIE DI VIDEO SUGLI SPRECHI ALIMENTARI CON LA PARTECIPAZIONE DEI RISTORANTI MALTESI

Nei prossimi mesi, il Malta Business Bureau condurrà una campagna social nell'ambito del progetto LIFE FOSTER. Ciò prevede una serie di video di breve durata con ristoranti e chef, dove ai partecipanti verrà chiesto di realizzare una ricetta "food efficient" a loro piacimento con l'obiettivo di ridurre lo spreco alimentare. Viene previsto, per esempio, l'utilizzo di parti di ingredienti che di solito vengono scartate ma che in realtà potrebbero essere impiegate per la realizzazione di un altro piatto delizioso.

Gli chef saranno intervistati su alcuni aspetti fondamentali. Saranno prima invitati a spiegare come hanno pensato alla loro ricetta e come essa riduca lo spreco di cibo. Essi poi illustreranno le motivazioni per le quali, secondo loro, ridurre i livelli di spreco alimentare sia così importante, e infine spiegheranno cosa sta facendo il loro ristorante per dare il proprio contributo.

Queste clip saranno utilizzate per promuovere il progetto LIFE FOSTER e i ristoranti coinvolti, il risultato sarà quindi una maggiore sensibilizzazione circa il tema dello spreco alimentare.

I messaggi chiave che emergeranno da questa serie saranno l'importanza di ridurre lo spreco di cibo, principalmente per ragioni ambientali, sociali e finanziarie, così come la promozione dell'innovazione e del pensiero critico per trovare nuovi modi di utilizzare gli ingredienti, aiutando a ridurre gli sprechi.

La serie sarà lanciata nel corso dell'anno e sarà condivisa su tutte le piattaforme LIFE FOSTER e sulle pagine dei social media dei partner. Restate sintonizzati!



LIFE FOSTER BURGER CHALLENGE, UNA COMPETIZIONE VARIOPINTA!

Nell'ambito della Settimana Europea per la Riduzione dei Rifiuti (SERR 2021), il partner di progetto Afpa (FR) ha organizzato un hackathon nei suoi centri di formazione: LIFE FOSTER Burger Challenge, una competizione per futuri addetti al servizio catering e cuochi in formazione presso Afpa.

I candidati avevano un limite di tempo per preparare degli hamburger fatti in casa, vegetariani e con un valore nutrizionale equilibrato. La selezione si è basata sull'analisi della scheda preparata dai candidati. La ricetta doveva considerare le prerogative del progetto Life-Foster (no sprechi, uso razionale delle proteine animali, stagionalità e gestione dell'energia).

Il concorso si è tenuto il 24 novembre 2021 in tutti i centri Afpa. Durante la gara (della durata di 20 minuti), i concorrenti sono stati filmati. Tutte le preparazioni preliminari come i panificati erano state fatte in anticipo.





I criteri di valutazione sono stati: igiene e organizzazione, preparazione, equilibrio nutrizionale, presentazione e sostenibilità.

La giuria era composta da 3 giudici professionisti. I migliori candidati hanno poi condiviso la loro foto dell'hamburger sui profili social di Afpa. Tutti gli utenti hanno così potuto partecipare alla selezione del vincitore.

La fortunata vincitrice del concorso è stata Jessica Lebris, soddisfando tutti i criteri della valutazione e realizzando dunque un hamburger all'altezza delle aspettative della giuria e della community Facebook di Afpa.



Jessica Lebris e la sua formatrice Yolaine Le Coz, del centro di ristorazione Auray Brech' Kerval'h, sono liete di presentare l'hamburger vincitore del concorso. La giovane vincitrice, attualmente in riqualificazione professionale, non può che essere felice di questo importante risultato.

Congratulazioni a Jessica e alla sua formatrice, senza la quale tutto ciò non sarebbe stato possibile!

Il centro Afpa di Saint-Etienne du Rouvray si è classificato in seconda posizione grazie un hamburger realizzato da Rim Larcheveque, accompagnata dal suo formatore Christophe Pezier.

LINKS

Jessica Lebris - video ricetta: https://youtu.be/cfdY9MDAhpA

Rim Larchevèque - video ricetta: https://youtu.be/ObsXRqgGuPA

ESPLOSIONE DI CARCIOFI

Ricetta dello studente Rares Gabriel Diaconovici, del centro ENAIP Piemonte – CSF di Alessandria, sotto la supervisione del tutor Mattia Piras.

Con questa ricetta lo studente italiano ha vinto la FOOD WASTE HACKATHON, la maratona di LIFE FOSTER contro lo spreco alimentare tenutasi ad aprile 2021.

INGREDIENTI:

- 4 CARCIOFI
- 1 LIMONE NON TRATTATO
- 8 GAMBERI ARGENTINI L1
 (CIRCA 460 G)
 PRECEDENTEMENTE
 ABBATTUTI E SCONGELATI
- 20 G FORMAGGIO PECORINO SARDO
- 60 G BURRO
- 100 G FARINA 00
- 8 G MAIZENA
- 1 G LECITINA DI SOIA
- 20 G PREZZEMOLO FRESCO
- 50 ML ACQUA
- 150 ML LATTE INTERO

- N 1 SPICCHIO D'AGLIO
- OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA QB
- SALE OB
- PEPE QB
- FIORI COMMESTIBILI ESSICCATI OB

PROCEDIMENTO:

- o In una padella calda con dell'olio e la polpa dei gambi, posizionare i cuori di carciofo con l'apertura rivolta verso il basso. Cuocere per 4/5 minuti, poi aggiungere acqua calda e continuare la cottura con il coperchio per altri 10 minuti.
- Nel frattempo, a parte, tritare 10 grammi di prezzemolo insieme allo spicchio d'aglio, aggiungere la farina, il sale, un filo d'olio e il burro precedentemente sciolto in un pentolino. Mescolare il tutto fino ad ottenere un impasto granuloso. Cospargere il composto ottenuto in una teglia con carta da forno e cuocere in forno preriscaldato a 220°C, statico, con ventola 2, per circa 6/7 minuti. A cottura ultimata, togliere il crumble dal forno e lasciarlo raffreddare.
- In una ciotola, unire 30 ml di latte con l'amido di mais (Maizena) e mescolare fino a farlo sciogliere. In una casseruola, far bollire 120 ml di latte e incorporare la miscela di latte e amido di mais. Mescolare bene e cuocere per qualche minuto, fino a quando la salsa si sarà addensata. Tagliare il pecorino a cubetti e aggiungerlo alla salsa, spegnere il fuoco e mescolare fino a farlo sciogliere. Tenere quindi la salsa al caldo.
- Sbollentare i ritagli di carciofo, tenuti preventivamente in acqua salata con qualche goccia di limone, facendo però attenzione a togliere le spine. Quando saranno cotti, scolarli e metterli in acqua e ghiaccio. Una volta freddi, eliminare l'acqua e centrifugare con mezzo limone e 10 grammi di prezzemolo. Una volta ottenuto l'estratto, aggiungere 50 ml di acqua, mescolare e mettere da parte.
- o Pulire i gamberoni, precedentemente abbattuti e scongelati, eliminando il carapace, il filo nero centrale e la testa. Tritare i gamberi con un coltello e condirli con sale, olio, una spolverata di pepe e succo di limone a piacere. Una volta che i cuori di carciofo saranno cotti, lasciarli raffreddare

leggermente in un abbattitore. Successivamente aprirli a fiore e, con l'aiuto di uno scavino, togliere la barba all'interno.

O In un piatto da portata, mettere la salsa di pecorino sul fondo, cospargerla con il crumble e mettere il fiore di carciofo al centro. Farcire l'interno del carciofo con la tartare di gamberi e i gambi di carciofo precedentemente cotti e tagliati. Utilizzando un frullatore a immersione emulsionare l'estratto ottenuto dagli scarti del carciofo con la lecitina di soia, fino ad ottenere una schiuma. Con un cucchiaio, guarnire con la giusta quantità di questa schiuma posizionandola sulla parte superiore del fiore di carciofo, ma facendo attenzione a non coprire completamente la tartare sottostante. Infine, decorare il piatto con fiori commestibili e servire.





PER MAGGIORI INFORMAZIONI

EMAIL:
info@lifefoster.eu
TELEFONO:
+39 049 8658925
SITO WEB:
www.lifefoster.eu

LIFE FOSTER:

Training, education and communication to reduce food waste in the food service industry. This project is co-funded by the LIFE Programme of the European Union. Any communication or publication related to the project, reflects only the author's view and the European commission is not responsible for any use that may be made of the information it contains.

© Developed by LIFE FOSTER - 2022

#LIFEFOSTERPROJECT