



10 FIF TIL OMLÆGNING

■ ■ ■ *En kostomlægning, der skal sikre økologiske fødevarer uden forøget økonomi, vil som regel skulle indeholde et eller flere af følgende punkter:*

1. Mindre kød - Anderledes kød
2. Mere grønt - Basis grønt - Grønt efter sæson – Alsidigt grøntvalg
3. Flere kartofler – Bedre kartofler
4. Frugt efter sæson – Frugt gør det ikke alene
5. Mere eller anderledes brug af brød og gryn
6. Pas på det søde og dyre
7. Anderledes sammensætning af menuerne - Forskel på hverdag og fest
8. Gamle husmoderlige dyder - Rationel køkkendrift (mindre spild)
9. Kritisk brug af hel- og halvfabrikata. Flere råvarer
10. Find det svage punkt