

MATSVINN: Test deg selv!

Hva er den beste metoden for å oppbevare fersk fisk?

- A) I tett plastpose i kjøleskapet på 5-6 °C
- B) I vakuumposer i kjøleskap på 4 °C
- C) I plastbeholdere i fryseren ved -10 °C
- D) På is i kjøleskap, ved en temperatur nær 0 °C

Hvordan bør grønnsaker med høyt vanninnhold, som salat og agurk, oppbevares for best holdbarhet?

- A) I perforerte plastposer eller luftige bokser i kjøleskapet
- B) I tett plastpose uten luft for å hindre uttørking
- C) I fryseren for å bevare sprøheten lenger
- D) I en åpen beholder på kjøkkenbenken

Hvordan kan porsjonskontroll bidra til mindre matsvinn?

- A) Ved å la kokkene selv vurdere hvor mye mat som skal serveres
- B) Ved å alltid servere små porsjoner for å unngå rester
- C) Ved å tilby fleksible porsjonsstørrelser tilpasset gjestens behov
- D) Ved å standardisere alle porsjoner til én størrelse

Hva er den beste måten å oppbevare urter som koriander og persille?

- A) I et glass vann i kjøleskapet, dekket med plastpose
- B) I en tett plastpose i kjøleskapet
- C) I fryseren, hakket opp og blandet med olje
- D) I en tørr papirpose ved romtemperatur

Hva er den beste måten å redusere matsvinn av meieriprodukter som melk og fløte i et profesjonelt kjøkken?

- A) Blande melk og fløte i større beholdere for å bruke dem raskere
- B) Kaste produkter umiddelbart etter "best før"-datoen for å unngå risiko
- C) Oppbevare alle meieriprodukter i fryseren for å forlenge holdbarheten
- D) Bruke produkter etter "best før"-datoen hvis de fortsatt lukter og smaker bra

Hva er den vanligste årsaken til matsvinn i serveringsbransjen?

- A) Strenge regler som krever at all ubrukt mat kastes
- B) Gjestenes matpreferanser og allergier
- C) Feilbestillinger, overproduksjon og dårlig lagerstyring
- D) For små kjølelager som gjør at varer må kastes

Hva er den mest effektive måten å redusere matsvinn på?

- A) Planlegge innkjøp basert på forventet forbruk og historiske data
- B) Redusere innkjøp drastisk og heller bestille ved behov
- C) Kun fokusere på å donere overskuddsmat til veldedighet
- D) Standardisere menyen og unngå endringer i oppskrifter

Hvilken strategi er mest effektiv for å utnytte overskuddsråvarer?

- A) Bruke dem i retter med lange tilberedningstider for å maskere kvalitetstap
- B) Fryse ned alle overskuddsingredienser for senere bruk
- C) Lage dagens spesial basert på tilgjengelige råvarer
- D) Tilby dem som gratis tillegg til retter for å få dem brukt opp raskere

Hva er en god praksis for å håndtere råvarer som nærmer seg utløpsdato?

- A) Bruke rabatter og kampanjer for å få varene ut raskere
- B) Implementere "først inn, først ut"-prinsippet og justere menyen etter tilgjengelige råvarer
- C) Koke eller steke råvarene umiddelbart for å forlenge holdbarheten
- D) Unngå å kjøpe inn store mengder av lett bedervelige varer

Lær mer her



Fikk du 1–3 riktige?

Det er rom for forbedring! Små endringer kan gi store resultater – både for økonomien og miljøet! Du må ta tak..

Fikk du 4–6 riktige?

Du har et godt grunnlag, men det er fortsatt noen områder hvor du kan bli enda bedre. Jobb mer med råvarebruk, svinn fra tallerkener og nye måter å gjenbruke overskuddsmat.

Fikk du 7–8 riktige?

Veldig bra! Du har god kontroll på matsvinn og vet hvordan du skal håndtere råvarer riktig. Fortsett det gode arbeidet! Kun små justeringer, før perfektjon!

Fikk du ALLE riktige?

Imponerende! Du er en ekte ekspert på matsvinn og råvarehåndtering. Du vet nøyaktig hvordan du kan minimere svinn! Dette gjør en stor forskjell for miljøet. Heia deg!