

LINEE GUIDA



Benvenute e benvenuti alla Green Food Week, l'iniziativa di Foodinsider per promuovere il cibo sostenibile nella ristorazione collettiva.

Chi lavora in cucina ha il ruolo, importantissimo, di trasformare gli ingredienti giusti in piatti deliziosi. Protagonisti della GFW sono i legumi, che saranno il cibo del futuro, insieme a verdura e cereali alternativi, come il miglio. Gli ingredienti preferibilmente dovrebbero provenire da agricoltura biologica e dal territorio.

Quale impegno è richiesto per la GFW?

- Obbligatorio: da lunedì 7 a venerdì 11 aprile proporre almeno un primo e un secondo green (vegetale, biologico e locale)
- Giovedì 10 aprile è consigliato proporre una giornata meatless, cioè senza carne e pesce, per ridurre ulteriormente la pressione sull'ecosistema.

Ecco i nostri consigli per massimizzare il successo della Green Food Week:

1. **Testate le ricette PRIMA dell'iniziativa**, in modo da trovare quella più gustosa e più bella, che possa piacere a tutti. Se avete bisogno di spunti, trovate il [ricettario 2023](#) e il [ricettario 2025](#) a vostra disposizione. Sul profilo YouTube di Foodinsider sono caricate anche le [ricette del contest Sostenibilmense](#).

1. **Trovate il nome giusto per la vostra ricetta**. Se il vostro pubblico è composto da bambini, usate la fantasia con nomi a loro familiari o con riferimenti agli animali o alla natura (es. la pasta di dracula è in realtà con un pesto di barbabietola, la crema di shrek è preparata con la verdura verde). Se il pubblico è adulto, come nelle mense aziendali e universitarie, enfatizzate i colori dei cibi, la provenienza della ricetta e la consistenza degli ingredienti (es. bolognese di lenticchie umbre con rosmarino fresco, burger di cannellini alla tartara, dahl all'indiana di lenticchie rosse biologiche). Trovate altre importanti informazioni a [questo link](#).

1. **Raccontate la ricetta al vostro pubblico**. Se possibile, registrate un video da mostrare in classe, oppure intervenite in mensa per incuriosire i commensali. Parlate di come l'avete creata e perché. Le cucine hanno un ruolo cruciale nel contrasto alla crisi eco-climatica in corso, perché permettono di preparare per tantissime persone il cibo che inquina di meno.

Se avete bisogno di supporto, scriveteci a greenfoodweek@foodinsider.it e vi risponderemo il prima possibile.