

# EXPEDITIE 1



## Over bewust(er) kopen en het voorkomen van verspilling

*De eerste gesprekken over een nieuwe editie van het Rasterhoff Festival in 2020 zijn gevoerd, maar in de tussentijd zitten we niet stil. Tot aan de zomervakantie 2019 komen we tegemoet aan de breed gedragen wens onder bezoekers en deelnemers om elkaar te ontmoeten, te versterken, te inspireren en tot actie aan te zetten.*

### Verspilling, weg er mee!

Samen met de Voedselbank Sneek en het Repair Café van Perron 2 in IJlst boog het eerste expeditie-gezelschap zich op 1 maart 2019 over het thema verspilling en alle manieren waarop we die in het dagelijks leven kunnen tegengaan. Een derde van al het eten dat geproduceerd wordt, gaat als afval verloren. Eén op de vijf broden verdwijnt in de afvalbak. Nog maar een klein deel van de apparaten is te repareren..... **Minder kopen en minder weggoaien: dé manier om je ecologische voetafdruk te verkleinen!**



### Ervaringen van het Repaircafe

In de praktijk is maar 50 % van de ingebrachte apparaten reparabel. Grootste ergernis is dat moderne apparaten niet open kunnen zonder kapot gemaakt te worden. Maar het probleem zit ook vaak in gebrek aan nieuwe onderdelen. Meest ingebracht: stofzuiger en waterkokers. Als het om kleding gaat zijn de meest voorkomende problemen: kapotte ritsen en losse naden. Sommige kleding is van zulke slechte kwaliteit dat reparatie geen zin heeft.

**Opvallend: de meeste jongeren hebben de eenvoudige herstelkussen niet meer onder de knie.**

### Ervaringen van de Voedselbank

Het aantal mensen dat een voedselpakket krijgt is in de afgelopen jaren gestaag gegroeid. De samenstelling van de pakketten is afhankelijk van wat wordt aangeboden. Zo zitten er relatief veel vleesproducten bij terwijl dit nu juist zo'n milieubelastend en duur product is. Van eenvoudige en soms zelfs 'restingrediënten' kun je nog hele lekkere maaltijden maken.

**Opvallend: veel mensen beheersen de basistechnieken van het koken niet meer.**

### Verspilling, wat kunnen we zelf doen?

- koop simpele apparaten die reparabel zijn, koop geen troep;
- informatie over Repaircafe's in de voedselpakketten doen;
- deel informatie over goed reparabele producten met elkaar;
- lokale ondernemers aanspreken op verpakkingsmaterialen;
- binnenlandse producten kopen, niet uit verre landen;
- haal niet het achterste product uit het schap als je het gelijk gebruikt;
- maak brood- en groententasjes van afgedankt textiel;
- repair-activiteiten op scholen organiseren;
- promoten basisvaardigheden naaien/koken;
- koken met restjes, schillen en 'kontjes';
- doe mee met <https://buynothingproject.org/>



**lever oude wasbare lakens in bij Perron2 in IJlst!**

Tijdens deze eerste expeditie maakten we een lekker gerechtje van het product waarvan we het meest weggooiden: *brood*

## Appelcrumble met oud brood (voor 4 personen)

### Benodigheden:

- 4 sneetjes oud bruinbrood
- 4 kleine of 2 grote appels (niet de mooiste, maar niet te hard)
- 60 gram boter
- 60 gram suiker
- 4 theelepels kaneel
- 1 theelepel citroensap



### Vorbereidingen:

- Verwarm de oven voor op 175 graden
- Laat de boter op een laag vuur smelten
- Snij de sneetjes brood in kleine blokjes
- Doe er 2 eetlepels suiker bij en de helft van de kaneel
- Meng goed door elkaar en roer er dan de gesmolten boter door
- Snij de appels in blokjes
- Strooi de rest van de suiker, kaneel en een beetje citroensap erover

### Bereiding:

- Verdeel de appels over de bodem van een ovenschaal
- Verdeel het broodkruim over de appels
- Plaats de crumble in de oven en draai de temperatuur omlaag tot 160 graden
- Bak de appelcrumble in een half uur gaar en goudbruin

*Heb je alleen harde appels?*

*Bak de blokjes dan heel kort in een koekenpan*



### Mogelijke variaties:

- Breng de kruimellaag op smaak met speculaaskruiden
- Voeg wat nootjes toe aan het broodkruim
- Klop 2 eitjes los met wat melk en voeg ze aan de appels toe
- Met rabarber, peer of bessen maak je er een heel andere crumble van
- Rasp wat verse gember bij de gesneden appels en wat citroenschil door het broodkruim in plaats van kaneel

