

mini

minimera är en liten tidning om sopor för dig som bor i Malmö och Burlöv

#3.07

mera

# Njut av resterna efter gästerna

Brogatans köksmästare  
*David Kallos* ger sina  
bästa tips



Inspireras av hantverks-  
elevernas ljusa idéer!

Rätt plats för plasten  
Så skiljer du hårt från mjukt

## Här är Minimera!

Minimera når dig som bor i lägenhet i Malmö och Burlöv. Här läser du om allt som hör ihop med sopor – sortering, återvinning, second hand-shopping, gör det själv-tips och miljötänkande. Vad vill du att vi ska skriva om? Hör av dig till oss på [minimera@malmo.se](mailto:minimera@malmo.se) eller ring på 020-34 16 00!

Nästa nummer kommer i ditt brevinkast i mitten av december.



Malmö stad



# Restfest på Brogatan

En ostskalk, lite överbliven köttfärs och en bit halvtorr bröd. Typiska rester som blir liggande i kylen innan de förpassas till soporna. Vi gav dem en andra chans hos Malmökrögaren David Kallos.

Brogatans krögare David Kallos har sedan många år ett intresse för ren, ekologisk mat och resurshushållning. Han om någon borde kunna hitta på något bra med våra rester.

## Varför känns rester alltid så jobbigt? Att mat ska ätas och inte slängas håller väl alla med om?

– Alla har vi en dröm om ett välfyllt kylskåp, fullt av färdiga smårätter som vi enkelt kan ta fram och ställa på bordet. En bit god stek att karva av när hungern sätter in, exempelvis. Men den bistra sanningen är att vi slänger nästan alla våra matrester. Och så står vi där med dåligt samvete.

## Varför är det så svårt att använda resterna?

– Många saknar kunskap om livsmedel och råvaror. Man känner sig osäker på hur länge något håller och vet inte hur frisk mat luktar och ser ut och smakar. Då slänger man hellre. Man tror att bäst-före datumet på maten betyder "hållbart till".

## Hur ser din egen familjs matrestvanor ut?

– Vi är en typisk familj med tonåringar med olika träningstider att passa och mattider



Foto: Drago Pivulovic, MalmöBild.

som är ännu svårare att koordinera. För oss borde rester vara ett bra sätt att se till att alla får något i sig. Ändå har barnen svårt att se det som finns i kylen och vad det kan användas till.

– Alla har vi en dröm om ett välfyllt kylskåp, fullt av färdiga smårätter som vi enkelt kan ta fram och ställa på bordet, säger David Kallas.

## Hur jobbar ni på restaurang Brogatan? Ni kan väl knappast servera rester till gästerna?

– Vi ser till att försöka använda alla råvaror fullt ut. Skalken på en oxfile funkar i en smårätt. Nu har vi dessutom som första krog i Malmö börjat sortera vårt matavfall, som hämtas för att gå till rötning. Våra matrester ersätter en del av konstgödslet i det skånska lantbruket. Det känns bra att sopor betraktas som en värdefull resurs.



## David's restlista

- Några msk köttfärssås
- Räkskal från ett kilo räkor
- Gräddskvätt
- Ett halvt ljust lantbröd, småtorrt
- Tre kokta potatisar
- En liten bit smakrik ost
- Halv lök
- Lite stekt lax
- Några selleristjälkar
- Snart övermoget päron
- Ett kokt ägg
- En tomat

## David's recept

"Inte så exakta, men det blir bra hursom."

### Köttfärsfylld lök

Som förrätt.

Lök

Köttfärssås

Riven ost

Förväll löken en stund i vatten eller kör den i mikron tills den är mjuk. Gröp ur en del av innanmätet. Fyll den ordentligt med köttfärs och toppa med osten. Gratinera den i ugn eller kör i mikron om du inte bryr dig om att få färg på osten.

### Chilibakat päron

Bra tillbehör till en god köttbit.

Päron

Salt

Råsocker

Chilipulver

Matolja

Skär skårar uppifrån och ner runt om i det oskalade päronet. Gnid in päronet med olja, lite grovt salt, råsocker och pudra till sist över chilipulver. Ugnsbaka päronet stående på ca 200 grader tills det är helt mjukt.

David's övriga recept hittar du på [www.malmo.se/matavfall](http://www.malmo.se/matavfall)



## Vinn meny!

Ge oss ditt bästa resttips innan 12/11. Vi lottar ut "kvällens meny" på Brogatan för två personer. Skriv till [minimera@malmo.se](mailto:minimera@malmo.se) eller minimera, VA-verket Malmö stad, 205 80 Malmö.

# Ketchupflaskans sju liv

**Plast – smart och smidigt eller värsta miljöboven? Du avgör! Skilj bara på mjukt och hårt när dina bregottaskar och tandkrämstuber är tömda, så kommer dina plastförpackningar till nytta i sitt nästa liv. Minimera visar hur!**

Vad tappar du helst mot ett hårt köksgolv – en flaska ketchup av glas eller en av plast? Plast har onekligen sina fördelar. Förutom att det är stryktåligt är det både lätt och billigt.

Men plast görs av råolja och naturgas. Ändliga resurser som en dag kommer att ta slut om vi fortsätter att utvinna dem. Så när ketchupen är slut kommer frågan: vad gör jag med plastflaskan? Och alla andra plastförpackningar vi använder dagligen: påsar, smörgåsmargarinaskar, färskpasta-tråg, tandkrämstuber, gladpack. Vad är bäst?

Återvinning, självklart – men hur? ”Plast ska man bränna upp och göra fjärrvärme av”, säger en. ”Bättre att återvinna materialet till ny plast”, kontrar en annan. Båda kan ha rätt, men för just ketchupflaskan är materialåtervinning bäst eftersom det gäller att skilja på mjuka och hårda plastförpackningar.

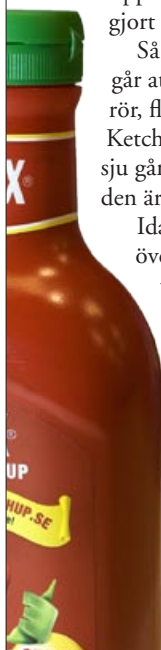
## Nytt material klimatsmartast

Idag eldar vi i Sverige upp alla hushålls-sopor av mjukplast men även alla osorterade hårdplastförpackningar som slängs i vanliga soppåsen. Förbränning är det kort-

siktigt billigaste sättet att återvinna hushållens plastförpackningar och än så länge det enda sättet att återvinna just mjukplast. Energin som återvinns tas tillvara som fjärrvärme. En riktigt stor nackdel är det stora koldioxidutsläppet vid förbränningen – plast är ju gjort av råolja.

Så mycket bättre då att hårdplast går att återvinna till nya produkter: rör, flaskor, bullerplank som exempel. Ketchupflaskan kan återvinnas hela sju gånger innan plasten är så sliten att den är bättre att göra fjärrvärme av.

Idag är både bransch och forskare överens om att det är klimatsmartare att återvinna just hårdplast som material än som fjärrvärme – även när man väger in utsläpp från de transporter och den industri som krävs för att samla in och återvinna plasten. Så skölj med gott samvete ur din ketchupflaska och stoppa den i återvinningsstationens fack för förpackningar av hårdplast. Då gör den mest nytta för vår planet.



## Rätt plats för plastförpackningarna

### Hårdplast → återvinningsstationen

*Vad är hårt?* Flaskor, burkar och dunkar  
*Återvinns till:* Plastgranulat (småkulor) som används till olika plastsaker, t ex blomkrukor, plastmöbler, CD-fodral.

### Mjukplast → soppåsen

*Vad är mjukt?* Påsar, chipspåsar, gladpack  
*Återvinns till:* Fjärrvärme genom förbränning

### Annat av plast

*Stort:* Pulkor, tvättkorgar, möbler  
→ grovsopor på återvinningscentral  
*Smått:* Hårda CD-fodral, videoband, krukor i plast → vanliga soppåsen

**Plastförpackningar med kemikalierester**  
→ Lämnas som farligt avfall.

**Kolla hela listan!**  
på [www.plastkretsen.se](http://www.plastkretsen.se) under fliken "sorteringsguide".



mini&mera

Stina Hjelm, Seriestudion.

## ReDo – en smartare julmarknad

Minimera gästar ReDo som hyllar konsten att ta tillvara. Swapping – byt till dig nytt, ta med böcker, smycken eller julpynt. Fixa julklappen – exklusiv hantverksförsäljning och bästa secondhandfynden. Dessutom: café, workshops, tävlingar, show och fri entré.

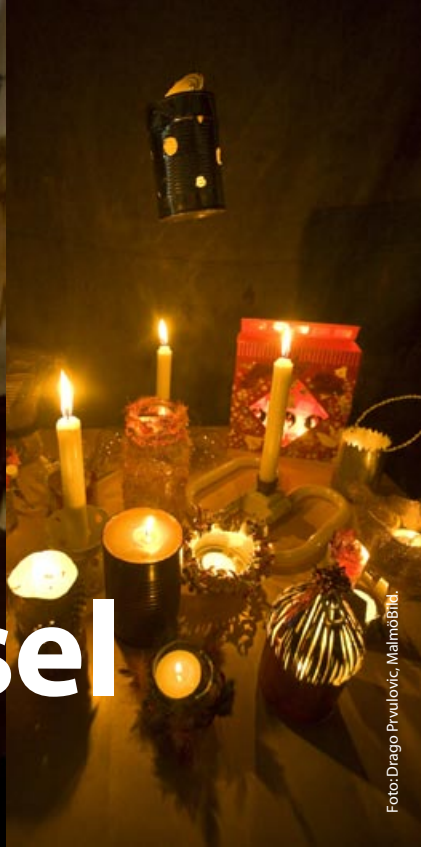
Tid och plats: Humanitetens Hus Drottningtorget, 8 december kl. 9-16. [www.humanitetenshus.se](http://www.humanitetenshus.se)

## Tid över?

Tid kan också återvinnas. Natten mellan lördag och söndag byts sommartid mot normalt看 och vi drar tillbaka klockan en hel timme. Hur återvinner du din extratimme? Här är några idéer:

- Ta ett ryck och rensa huset från farligt avfall: burkar, pytsar, flaskor och annat med kemikalierester. Lämnas på återvinningscentralen eller miljöstationen.
- Plocka fram alla grejer med kort bäst-före-datum i kyl, skafferi och frys. Planera in dem i nästa veckas matlagning så slipper de hamna i soppåsen.
- Inspireras av de fina ljuslyktorna i detta nummer och samla familj eller vänner för en stunds eget pyssel. Materialet har du hemma.





# Sopigt pyssel för upplysta tider

Som första uppgift fick eleverna i årskurs 1 på hantverksprogrammet designa lyktor av återvunnet material. Hanna Svensson, Mikael Skov Pedersen och Hampus Åström med sina alster.

**Skingra höstrusket med en personlig ljuslykta. Utgå från något som annars hade hamnat i soporna. Det uppdraget gav Minimera till eleverna på hantverksprogrammet på Frans Suells gymnasium i Malmö. Här är de: elevernas ljusa idéer!**

Många burkar blev det. Så kan man sammanfatta elevernas materialval. Läskburkar, konservburkar, glasburkar och glassburkar hade stansats, strimlats, klippts, skalats och försetts med mönster och dekorationer av olika slag.

Några skilde sig från mängden, som den knallrosa leksaksförpackningen som skurits om och påminde om ett slags altarskåp, pyntat med speglar och glitter. En dröm för den glamouröse. Eller den halverade bandybollen som skruvats ihop med ytersidorna mot varandra och nu fungerade som en ljusstake – kanske en bra present till den sportokige?

## Strimlad läskburk

Hanna Svensson hade utgått från en läskburk och fått till en lykta med vackert sken.

– Jag skar av locket, klippte smala strimlor halvvägs ner till botten och sen band jag ihop dem med en strimla. För att få in

värmeljuset skar jag av botten, och till slut tog jag en ny botten från en annan läskburk för att ha som bricka att ställa ljuset på, berättar hon.

Hampus Åström och Mikael Skov Pedersen hade båda använt sig av konservburkar där locket tagits bort helt.

– Jag har använt en syl för att göra hål och flikar i burken som släpper ut ljuset. Och så böjde jag till en hållare att sänka ner värmeljuset med, berättar Mikael Skov Pedersen.

Låt dig inspireras. Inventera sopförrådet därhemma och planera in en pysselstund till helgen. Ett litet råd kan Minimera ge efter en stunds provbrinnande i fotostudion: ljuslyktor bör inte konstrueras av plast...

[så heter hårda plastförpackningar på...]

## Exempel på hårda plastförpackningar

- Ask och lock för smörgåsmargarin, keso, crème fraiche.
- Tråg för färsk pasta, svamp, ruccolasallad.
- Flaskor och lock för senap, ketchup, matolja, saft.
- Flaskor och lock för schampo, balsam, hudkräm.
- Tuber och lock för tandkräm, hudkräm.

<b>Kurmanci</b> Pakêtên ji plastîka sert	<b>Somaliska</b> Baakooyinka adag ee caagga ka
<b>Kroatiska, serbiska, bosniska</b> Ambalaža od tvrde plastike	<b>Persiska</b> بسته بندیها/ظروف پلاستیک سخت
<b>Engelska</b> Hard plastic packages	<b>Sorani</b> "پاکه تگه‌لی پلاستیکی رهق"
<b>Danska</b> Hårde plastemballager	<b>Arabiska</b> مغلفات من البلاستيك الصلب

## Tre bra sajter

Vill du trola fram något kul med hjälp av dina rester i kylen? På receptsajten **tasteline.se** kan du välja funktionen "vad har du hemma?" och söka med hjälp av dina ingredienser.

På **doredo.se** flödar inspirationen för dig som gillar personliga kläder. Idén är att återanvända gamla ulltröjor genom att krympa dem med flit, sätta saxen i dem och skapa något modernt och personligt. Färg- och idéfrossa utlovas!

**Sysav.se** Var finns min närmaste återvinningscentral och när har den öppnet? Sysav har ansvar för avfallshantering och återvinning i södra Skåne och ägs av kommunerna i området.



VA-VERKET ansvarar för sophämtningen i Malmö och Burlöv. Vi levererar även rent och gott kranvatten till hela Malmö. Vi renar avloppsvattnet från Malmö, Burlöv och Vellinge samt delar av avloppsvattnet från Lomma, Staffanstorp och Svedala.

VA-verket, Malmö stad, 205 80 Malmö. Tel 020-34 16 00. [www.malmo.se/avfall](http://www.malmo.se/avfall)  
minimera@malmo.se. Produktion: Wirtén PR & Kommunikation. Tryck: Tabergs tryckeri.

