



5 claus per comprar eficientment i reaprofitar aliments



Anar a comprar, encara que no ho sembli, pot ser tot un repte. T'has trobat mai que, tot i només voler comprar quatre coses, has acabat agafant-ne el doble? Evitar anar a comprar just abans dels àpats, el moment en què segurament tenim més gana, ens ajudarà a cenyir-nos a la llista i no comprar impulsivament, per exemple. Però hi ha alguns altres consells que et poden ser molt útils, sobretot ara que passes més temps a casa.

Els experts del **CETT**, centre universitari de turisme, hoteleria i gastronomia adscrit a la Universitat de Barcelona, donen consells per anar a comprar eficientment i aprofitar tots els aliments que tens a la nevera i al rebost en aquests dies en què només es pot sortir de casa puntualment.

Felipe Celis, professor de gastronomia i expert en sostenibilitat alimentària del CETT-UB, assegura que "no poder anar a comprar quan es vol i tot allò que es vol ens fa recuperar el valor dels aliments, una qüestió que segurament havíem oblidat". Afegeix, a més, que "és una oportunitat per entendre que una altra gestió dels recursos és possible". **Us deixem les 5 recomanacions dels professionals:**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuz
```



z-sdk'));

[/playbuzz]

Sens dubte, aquests consells us faran reflexionar i prendre consciència sobre la importància dels aliments. Si la vostra passió és la cuina i la gastronomia, al CETT-UB hi trobareu moltes opcions, com el Grau de Ciències Culinàries i Gastronòmiques, per exemple, o bé els Cicles Formatius que imparteix, com el de Tècnic en Cuina-Gastronomia i Serveis de Restauració; Tècnic Superior en Direcció de Cuina o Tècnic Superior en Direcció de Serveis de Restauració. **Si vols més informació sobre el CETT pots omplir sense cap compromís el formulari que trobaràs més avall.**

Cargando…

Responsabilitat a la cuina

Des del CETT-UB, on es forma a professionals de la gastronomia, posen el focus en la importància d'organitzar-se per comprar només allò necessari i evitar el malbaratament alimentari.

Nan Ferreres, directora de l'Escola Tècnica Professional del CETT, insisteix en què "en una situació com l'actual, la planificació és el més important i, de fet, també ens serà molt útil en el futur". Ferreres assegura que "en la formació que impartim al CETT és fonamental fer arribar els hàbits responsables als futurs professionals del sector i transmetre, també, els valors que envolten l'àmbit de la gastronomia".