

5 VINKKIÄ

Ruokahävikin
vähentämiseksi



FREDMAN

Ruoan puolella

VASTUULLISESSA KEITTIÖSSÄ RUOKAA EI HEITETÄ HUKKAAN

Yhä useampi keittiöammattilainen kiinnittää nykyisin huomiota keittiössä syntyvään ruokahävikkiin. Hävikin vähentämisessä on järkeä puhtaasti säästämismielessä.

Monien mielestä ruokahävikki on myös eettinen ongelma, onhan lapsillekin aina opetettu, että ruuan heittäminen hukkaan on yksinkertaisesti väärin. Samasta syystä ruokahävikin vähentäminen on nostettu myös yhdeksi YK:n Kestävän kehityksen tavoitteista.

Vaikka kyse on säästämisestä ja vastuullisuudesta, ravintolassa ruokahävikin vähentämisen tulee olla kaikkien etu – myös asiakkaiden. Hävikkiä vastaan ei siis tule taistella asiakastyytyväisyyden kustannuksella. Olennaista on huolehtia, että ruokaa on aina tarjolla oikea määrä.

Noudattamalla esimerkiksi seuraavia ohjeita pääset jo pitkälle.

Dhjeet on tarkoitettu ensisijaisesti ammattikeittiöille, mutta samat periaatteet pätevät myös kotikeittiössä.

1

Suunnittele

2

Tunne
asiakkaasi

3

Hyödynnä
teknologiaa ja
kokin perustaitoja

4

Säilytä oikein

5

Tarjoile oikein

1

Suunnittele

PITKÄJÄNTEINEN SUUNNITTELU

vähentää hävikkiä

Vastuullisessa keittiössä raaka-aineita on kulloinkin käytössä juuri oikea määrä. Ammattikeittiön ruokalistojen pitkäjänteinen suunnittelu varmistaa, että mikään ei lopu kesken eikä raaka-aineita tai valmista ruokaa jää turhaan pilaantumaan.

Suunnittelussa kannattaa noudattaa kausiajattelua ja suosia lähiruokaa. Varsinkin kauden tuoreet kotimaiset vihannekset ja marjat ovat herkullisimmillaan – ja turvallisimmillaan – oikeaan aikaan tarjoiltuina.

Seuraa ruoan menekkiä, opi ennakoimaan sen vaihteluita ja osta etenkin tuoreita raaka-aineita vain tarpeeseen.

Suunnittelussa on hyvä hyödyntää myös tietoa aiemmin käytettyjen raaka-aineiden määristä ja valmiin ruuan menekistä. Tässä erilaiset reseptiohjelmat ovat hyvänä apuna. Jos keittiösi tarjoilee esimerkiksi kaalilaatikkoa neljän viikon välein, ohjelman avulla voit seurata, paljonko laatikkoo on mennyt aikaisempina kertoina. Näin voit suunnitella raaka-aineiden oikean määrän, varmistaa niiden oikean kierron ja tuoreuden sekä minimoida ruokahävikin.

Pitkäjänteinen suunnittelu ei silti sulje pois nopeaa reagointia esimerkiksi tarjouksiin tai yllättävään kysyntään ja suunnitelmien muuttamista tarvittaessa. Muista vain ostaa ruokaa oikea määrä myös yllättävissä tilanteissa.



FREDMAN

2

Tunne asiakkaasi

KERÄÄ ASIAKASTUNTEMUSTA

suunnittelun ja ennakoinnin tueksi

Ostojen ja ruokalistojen suunnittelussa on hyvä hyödyntää tietoa aiemmin käytettyjen raaka-aineiden määristä ja valmiin ruuan menekistä.

Seurannan avulla on helppo tarkistaa esimerkiksi se, kuinka paljon hernekeittoa on mennyt aikaisemmillä torstailounailla – ja miten paljon esimerkiksi sopan menekki on vaihdellut eri vuoden- ja kuukaudenaikoina.

Myös omasta asiakaskunnasta ja sen käyttäytymisestä on hyvä kerätä tietoa seuraamalla asiakkaita omakohtaisesti. Miten suuri osa asiakkaista tulee esimerkiksi lounaalle heti yhdeltätoista ja kuinka moni vasta kahdentoista jälkeen? Miten sää tai messut ja paikkakunnan muut tapahtumat puolestaan vaikuttavat asiakasmäärien vaihteluun?

Mitä enemmän tiedät asiakkaistasi, sitä paremmin voit ennakoida ruuan menekkiä ja jaksottaa ruuan valmistusta niin, että tarjolla on aina tuoretta ruokaa, ja että sitä on aina riittävästi muttei ikinä liikaa.



Seuraamalla esimerkiksi säätä, paikkakunnan tapahtumia ja asiakkaidesi liikkeitä opit ennakoimaan ruoan menekkiä.



3

Hyödynnä teknologiaa ja kokin perustaitoja

KOKEMUKSEN TUOMA OSAAMINEN

Nykyaikainen keittiötekniologia tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia hävikin vähentämiseen. Kannattaa siis tutustua laitteiden ominaisuuksiin tarkemmin.

Erilaisia toimintoja hyödyntämällä voit jaksottaa ruuan valmistamista ja varmistaa, että ruoka on tarjoiltaessa varmasti parhaimmillaan. Käytä esimerkiksi monitoimiuunien ja automaattisia paisto-ohjelmien mahdollisuuksia, joiden avulla on näppärää varautua pientenkin erien valmistamiseen.

Uudenlaisten toimintojen avulla on entistä helpompi tehdä ruokaa. Erityisen käytännöllisiä ovat modernien uunien höyrypaistotoiminnot, jotka varmistavat, että esimerkiksi kala säilyy herkullisen kosteana. Kuivunut kala jää aivan liian usein syömättä – ja päättyy lopulta biojäteastiaan.

Keittölaitteiden tuntemuksen ohella myös aivan perinteiset keittiön perustaidot auttavat hävikin minimoimisessa.

Muista esimerkiksi, että eri kasvikset ja lihat kypsyvät eri tahdissa eikä niitä siksi useinkaan kannata sijoittaa samaan vuokaan. Panosta komponenttijaotteluun: älä siis valmista tai säilytä esimerkiksi kasvispihvejä ja niiden kastiketta samassa astiassa, vaan pidä ne erillään ja yhdistä ne vasta tarjoiltaessa. Tämäkin vähentää mahdollisesti pois heitettävän ruuan määrää.

On myös hyvä muistaa, että vaikka käytössä olisi mitä automaattikkaa, lihan kypsymistä täytyy aina valvoa tarkasti. Asiakkaalle kuin ei yleensä kelpaa sen enempää ali- kuin ylikypsäkään liha.



Kokin perustaidot ovat tärkeintä ruokahävikin minimoimisessa: hyvä ja oikein säilytetty ruoka ei päädy biojäteastiaan.



4

Säilytä oikein

OIKEA SÄILYTYS VÄHENTÄÄ HÄVIKKIÄ

ja varmistaa ruokaturvallisuuden

Ruoan ja raaka-aineiden oikea säilytys on elintärkeää paitsi ruokaturvallisuuden, myös hävikin vähentämisen vuoksi.

Muista periaate FIFO: first in, first out eli ensimmäisenä sisään, ensimmäisenä ulos! Tehokkaan kierron varmistamiseksi jokaiseen raaka-ainepakkaukseen on syytä merkitä sen varastointipäiväys.

Varmista myös aina päivän annoksia suunnitellessasi, ettei edelliseltä päivältä ole jäänyt keskeneräisiä avattuja pakkauksia. Käytä esimerkiksi jo avatut kermatölkit aina loppuun ennen uuden avaamista – siinäkin tapauksessa, että kokonaisen uuden tölkin käyttäminen olisi reseptin kannalta helpompaa.

Nopeasti käytettävät ruuat on paras säilyttää ilmatiiviisti sopivan kokoisissa säilytyspusseissa tai rasioissa. Purista turhat ilmat pois ja muista sulkea pussit ja rasiat kunnolla!

Pidä huoli, että tunnet varastotilanteen ja käytät jo avatut ja vanhimmat tuotteet ensimmäisenä.



FREDMAN



5

Tarjoile oikein

TARJOILE RUOKA TURVALLISESTI oikein annostellen

Tarjolla olevan ruuan tulee näyttää houkuttelevan runsaalta, mutta sitä ei saa olla sen enempää kuin liian vähänkään.

Onkin hyvä varmistaa, ettei vasta lounasajan loppuminuuteilla sisään tulevallekaan asiakkaalle myydä ei-oota. Älä kuitenkaan seisota pientä määrää ruokaa liian suuressa tarjoiluvuoassa, vaan siirrä tarjoiltava ruoka hyvissä ajoin sopivan pieneen tarjoiluastiaan.

Pyri aina siihen, ettei valmista ruokaa jäisi lainkaan yli. Ota esimerkiksi selvää, onko ylijäämäruokaa mahdollista myydä saman päivän aikana alennettuun hintaan. Muista, että uudelleen lämmitettäessä valmis ruoka tulee kuumentaa 70-asteiseksi. Monella paikkakunnalla toimii myös ResQ-Clubin kaltaisia palveluita, joiden kautta ylijäämäannoksia markkinoidaan mobiilisti.

Jos ylimääräistä ruokaa kuitenkin jää ravintolaan, jäähdytä se kunnolla ennen säilömistä. Nyrkkisääntönä voi pitää, että jäähtymisen 60 asteesta kuuteen asteeseen tulee saavuttaa neljä tunnissa. Muista myös, ettei jo tarjolla ollutta ruokaa saa ikinä asettaa uudelleen tarjolle.

Älä säilö turhaan. On turhaa vaivaa säilöä ruokaa, jos se joka tapauksessa heitetään biojäteastiaan työviikon päätteeksi. Pyri siis pikemminkin vähentämään hävikkiä jo etukäteen suunnittelulla ja oikeilla toimenpiteillä.

Älä kerää kylmäkaappiin pieniä eriä tähteitä, jos kuitenkin heität ne viikon lopuksi pois – älä peittele tosiasioita.



TÄMÄN OPPAAN TEILLE TARJOSI FREDMAN

Edistämme kestävämpiä ruoanlaittotapoja ja ilahdutamme maailmaa hyvän maun mukaisilla ratkaisuilla, jotka ovat ruoan puolella.

Tutustu: www.fredmangroup.com

Nähdään somessa:



Ruoan puolella