

*Sett kryss ved riktig svar!*

*NB – Noen spørsmål kan ha flere riktige svar.*

**1) Med utgangspunkt i det som ble kastet av spiselig mat i 2016, hvor mye skal vi redusere matsvinnet med i Asker innen 2025?**

- ☐ a) 30%
- ☐ b) 10%
- ☐ c) 60%

**2) Hva bør vi gjøre før vi drar i butikken for å handle?**

- ☐ a) Sjekke hva jeg har og skrive en liste over hva jeg trenger.
- ☐ b) Kaste all maten i kjøleskapet så det er plass til det nye.
- ☐ c) Spise litt nøtter eller frukt hvis du og de andre som er med er sultne – da blir turen både hyggeligere og mer økonomisk.

**3) Hvem kaster mest mat i Norge?**

- ☐ a) Butikkene.
- ☐ b) Forbrukerne.
- ☐ c) Produsentene.

**4) Hvordan kan vi bidra til at butikken ikke må kaste mat?**

- ☐ a) Passe på å alltid ta varer med lengst holdbarhet uansett når de skal brukes
- ☐ b) Tenke over når ting skal brukes og også velge varer med kortere holdbarhet.
- ☐ c) Mange varer blir skadet av å bli klempt på, så jeg behandler maten forsiktig.

**5) Hva betyr det når noe er merket med Best før-dato?**

- ☐ a) At maten er giftig etter denne datoen og må kastes.
- ☐ b) Det samme som Siste forbruksdag.
- ☐ c) Maten kan fint spises etter datoen, om lukt og smak er ok.

**6) Hva kan du gjøre med middagsrestene?**

- ☐ a) Kaste dem i søpla. Jeg synes rester er uappetittlige.
- ☐ b) Innføre vanen med restetorsdag. Da får vi spist opp restene.
- ☐ c) Pakke dem inn og sette dem i kjøleskapet for et bonusmåltid.

*Mer på neste side!* \_\_\_\_\_➔



**7) Hvordan kan vi redusere matrestene?**

- ☐ a) Beregne mengde mat på bakgrunn av hvor mange som skal spise måltidet.
- ☐ b) Tørre å la serveringsfatene komme på bordet uten å være fylt til randen.
- ☐ c) Mat er billig. Jeg lager alltid mer enn nok så jeg er sikker på at alle blir mette.

**8) Hvordan kan vi unngå å måtte kaste mat som er blitt for gammel?**

- ☐ a) Ha en fast plass i kjøleskapet hvor vi oppbevarer rester.
- ☐ b) Passe på at fryser og kjøleskap alltid er helt fulle av mat.
- ☐ c) Ha det ryddig og oversiktlig i kjøleskap og fryser og merke matvarene.

**9) Hvem eller hva går matkastingen vår ut over?**

- ☐ a) Tiden og lommeboken vår.
- ☐ b) Miljøet.
- ☐ c) Tilgangen og fordelingen av mat i verden.

**10) Har du noen kommentarer til at Asker kommune har vedtatt et mål om å redusere matkastingen i kommunen? Ros, ris og tips til hva som kan gjøres?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Navn: \_\_\_\_\_

Alder: \_\_\_\_\_ Tlf: \_\_\_\_\_

*Lever Quizen og vær med i trekning av kokeboka Restekjærlighet!*



Asker  
kommune

 **Framtiden**  
i våre hender