



ReSvinn

Guide för restauranger att använda överskottsmat

En guide som hjälper restauranger och storkök att börja använda
överskottsmat.



Lathund

Arbetet i byggstenen "Restaurangers omställning" syftade till kompetensöverföring och spridning av lärdomar från projektet ReSvinn för att inspirera och underlätta för fler restauranger och skolkök att påbörja en resa med att använda överskottsmat.

En viktig del i arbetet bestod i att ta fram konkreta rekommendationer och riktlinjer för att korta startsträckan och bättre förstå och förmedla vad som är särskilt viktigt att som kök tänka på vid hanteringen och användandet av överskottsmat.

En lathund med sex steg togs fram för att hjälpa restauranger och storkök att börja använda överskottsmat. De sex stegen förklaras i den här guiden.

VINSTER

1 UPPBYGGNAD AV MENY

FLEXIBILITET

- Som köksmästare: Våga inspirera och skapa utrymme för att testa.
- Jobba digitalt eller på tavla när man frontar meny. Skapar flexibilitet att kunna ändra meny under dagen.
- Skriv ex. rotfrukt på meny istället för morot. (kommunicera att alla råvaror kan komma att ändras beroende på tillgång)
- Skapa flexibilitet i meny. Skapa en struktur i meny snarare än fasta rätter.
- Håll koll och försök hålla nere antal allergener.
- Grönsaker först, sist kött (vid bufféserving)
- Inventera (light) hela tiden. Låt personalen vara med.



Mer leverantörs
svinn
kan räddas

2 INKÖP

ERFARENHET

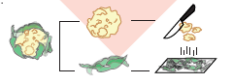
- Våga säga JA! Till alla typer av råvaror. Det skapar kreativitet.
- Var är råvaran i mognadsprocessen?
- Vad krävs för handpläggning?
- Finns det plats i förvaring?
- Vad behöver vi komplettera med för att det skall bli en bra rätt?
- BYGG RELATIONER MED LEVERANTÖRER! Då ökar chansen till rätt typ av råvaror.
- Inspirera gärna leverantörer att arbeta med råvarusvinn.
- Tänk på förhållandet mellan råvaras skick, handpläggning och inköpspris.

Mer räddad
mat
på meny

3 FÖRPREPP & PREPP

NOGGRANNHET

- Dela upp råvarorna i delar och besluta vilken del som skall tillagas hur.
- Får man hem en stor Batch. Planera vid stor leverans av leverantörsvinn.
- Frys in/koka ihop/torka/fermentera.
- Som företag får man en bra bild av vad som slängs och hur mkt om svinnet vägs.
- Fråga dig: Är det ngn kunskap jag saknar för att ta hand om det som slängs?
- Vid möjlighet, räkna ut hur mkt allt som slängs är värt.



Större intäkter
genom mer mat
att sälja

4 TILLAGNING

KUNSKAP

- Våga ifrågasätt teknik och servering. Kan det göras på annat sätt?
- Använd allt!! Våga experimentera
- Rätt utrustning!!
- Bygg gärna upp en receptbank baserat på råvara.
- Tänk tillagning av råvaror i flera steg
- Tänk utan för boxen! Våga!!!!



Skapar
kreativitet i köket

5 SERVERING

MEDVETENHET

- Vid buffé: Låt gästen betala på vikt. Det skapar medvetenhet hos gästen och underlättar för mätningar av tallriksvinn.
- Servera mindre portioner (gästen kan alltid få mer)
- "Idag har vi rättat X antal kg/kr matsvinn"
= Kommuniera värdet i pengar och miljövinst!
- Hjälp gästen, kommunicera och förklara!



Beteendeförändring

6 KOMMUNIKATION

ENGAGEMANG

- Mät och visa! Var transparenta i er kommunikation mot kund och personal
- Hur mkt av värde har vi räddat/slängt?
Ofta är pengar en stor källa till motivation.
- Ändra hur vi pratar om svinn. Uppgradera ist för nedgradera. premium! Stolthet!!
- Basera gärna era beslut på Social, ekonomisk, och ekologisk hållbarhet. Kommuniera utifrån dessa rubriker.
- Sätt mål, följ upp, mät! Det du mäter kan du förbättra!
- Dela dina mål tillsammans med gäster och medarbetare!



Gäster
slänger mindre
Skapar motivation
hos personal

Steg 1: Uppbyggnad av meny

1

UPPBYGGNAD AV MENY

FLEXIBILITET

- Som köksmästare; Våga inspirera och skapa utrymme för att testa.
- Jobba digitalt eller på tavla när man frontar menyn. Skapar flexibilitet att kunna ändra menyn under dagen.
- Skriv ex. rotfrukt på menyn istället för morot.
(kommunicera att alla råvaror kan komma att ändras beroende på tillgång)
- Skapa flexibilitet i menyn. Skapa en struktur i menyn snarare än fasta rätter.
- Håll koll och försök hålla nere antal allergener.
- Grönsaker först, sist kött (vid bufféserving)
- Inventera (light) hela tiden. Låt personalen vara med.

VINSTER

Mer leverantörs
svinn
kan räddas



Steg 1: Uppbyggnad av meny

Om målet är att använda sig av så mycket överskottsmat som möjligt bör menyn vara maximalt flexibel. En fördel är att inte ha en fast meny för att lättare kunna ta emot och använda det som en leverantör eller butik har att erbjuda just den dagen. Istället kan man utgå från ett ramverk till meny som gästen ska bli erbjuden. Ett lämpligt upplägg kan vara en bufféstruktur som tillåts förändras under dagen beroende på vilka råvaror som finns att tillgå. Detta ökar möjligheten att använda överskottmat oavsett vilken mängd som finns av en viss råvara samtidigt som gästen inte har några förväntningar på att en specifik råvara alltid ska kunna serveras.

Ett exempel på en bufféstruktur kan vara (men antalet rätter får såklart variera beroende på vilken typ och hur stor restaurangen är):

- 2-4 st Potatis/quinoa/liknande
- 6-12 st Färska grönsaksrätter
- 3-6 st Såser/röror
- 1-2 st Gröna blad
- 3-6 st Varma/semivarma rätter – Veganska, vegetariska, fisk, fågel, kött

Upplägget av buffén kan med fördel vara som ett "U". Formen på buffén gör att man som gäst har uppsikt över hela buffen och kan då lättare planera och ta lagom med mat längs vägen.



Steg 2: Inköp

2

INKÖP

ERFARENHET

- Våga säga JA! Till alla typer av råvaror. Det skapar kreativitet.
- Var är råvaran i mognadsprocessen?
- Vad krävs för handpåläggning?
- Finns det plats i förvaring?
- Vad behöver vi komplettera med för att det skall bli en bra rätt?
- BYGG RELATIONER MED LEVERANTÖRER! Då ökar chansen till rätt typ av råvaror.
- Inspirera gärna leverantörer att arbeta med råvarusvinn.
- Tänk på förhållandet mellan råvaras skick, handpåläggning och inköpspris.

VINSTER

Mer räddad
mat
på menyn

Steg 2: Inköp

Att våga säga ja till överskottsmat är ofta Steg 1 för den ovane inköparen. Att testa nya råvaror, hantera större mängder av en råvara och bli tvingad till att planera för vad som ska tillagas direkt och vad som t.ex. ska fermenteras (för att förlänga råvarans livslängd) är alla bra sätt för att bli mer kreativ i köket. Bygg och vårda relationerna med leverantörerna och producenter för att öka förståelse för varandras verksamheter och sprida kunskap om överskottsmat. Det leder ofta till att hela arbetet blir roligare när det finns personer och företag som drar åt liknande håll. Ofta blir man förvånad över råvarornas höga kvalité vid ankomst. Trots exempelvis några bruna grönsaker på toppen är de flesta råvarorna av yttersta kvalitet under de fula.

När man talar om kött som överskottsmat håller den ofta en kvalitet som annars är svår att få tag på i Sverige. Här behöver det samtidigt poängteras att livsmedelssäkerheten är viktig och kunskap om hur råvaror ska behandlas för att fortsatt vara säkra är väldigt viktigt. Det finns flera saker som försvårar inköp av överskottsmat. Den absolut största är ovilliga leverantörer som hellre slänger överskottet än gör sig besväret att sälja den. Oftast beror detta på att det är billigare att slänga än att utföra den handpåläggning som behövs för att utföra försäljning och leverans.



Steg 3: Förprepp & Prepp

3

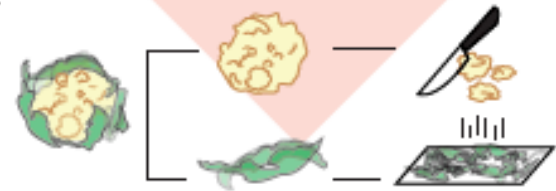
FÖRPREPP & PREPP

NOGGRANNHET

- Dela upp råvarorna i delar och besluta vilken del som skall tillagas hur.
- Får man hem en stor Batch. Planera vid stor leverans av leverantörsvinn.
- Frys in/koka ihop/torka/fermentera.
- Som företag får man en bra bild av vad som slängs och hur mkt om svinnet vägs.
- Fråga dig: Är det ngn kunskap jag saknar för att ta hand om det som slängs?
- Vid möjlighet, räkna ut hur mkt allt som slängs är värt.

VINSTER

Större intäkter
genom mer mat
att sälja



Steg 3: Förprepp & Prepp

Vid leverans av överskottsmat från grossist eller primärproducent kontrolleras om råvarorna motsvarar leverantörens beskrivning. Som en del av förpreppen bör leveransen rensas innan den går till förvaring. Det är viktigt att tänka på vilka verktyg man använder och hur hanteringen går till. Onödig påfrestning på råvaran gör att den blir sämre och inte kan användas alls eller lika länge. Påfrestningar kan vara slöa knivar, att råvaran tappas eller dåliga förvaringslådor etc. Det är viktigt att ha kunskap om hur råvaran reagerar på olika tekniker. En utmaning med att hantera överskottsmat är att det i perioder behövs stor kylförvaring, exempelvis när det är skördesäsong i Sverige eller när det erbjuds att köpa en större mängd av en eller flera råvaror samtidigt.

De flesta råvaror behöver någon typ av kyla om de inte ska användas direkt efter leverans. Vilken temperatur som är optimal skiljer sig från råvara till råvara men förruttnelsefasen startar snabbare i rumstemperatur. Det är därför av vikt att ta hand om råvaran så snart som möjligt när den kommer till restaurangen. Det finns råvaror som klarar rumstemperatur bättre än andra, exempelvis rotfrukter och citrus. De klarar att ligga ute några dagar och om de planeras att tillagas nästa dag går det utmärkt att förvara dessa utan kyla.

För att motverka att råvarusvinn uppstår i preppstadiet krävs det att råvaran behandlas varsamt och med noggrannhet. Tänk att alla råvaror är dyrbara och försök få ut så mycket mat som möjligt. Experimentera med olika tekniker och var inte rädd för att testa. Använd olika smaker för att balansera upp och försök att använda och servera alla råvarans delar på buffén. Som ett exempel, blomkålsblad är väldigt beska och har slängts i alla år. Genom att experimentera med olika tekniker upptäcktes det att bladen fungerar bra som "crunch" till salta, sura eller söta saker.



Steg 4: Tillagning

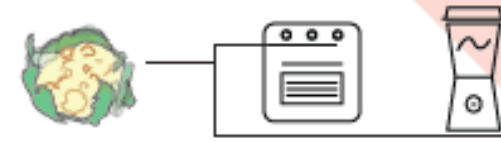
4 TILLAGNING

KUNSKAP

- Våga ifrågasätt teknik och servering. Kan det göras på annat sätt?
- Använd allt!! Våga experimentera
- Rätt utrustning!!
- Bygg gärna upp en receptbank baserat på råvara.
- Tänk tillagning av råvaror i flera steg
- Tänk utan för boxen! Våga!!!!

VINSTER

Skapar
kreativitet i köket



Steg 4: Tillagning

När råvarorna kommer in i köket är det viktigt för personalen att snabbt ta beslut om vad som ska göras med de olika råvarorna. I detta sammanhang är det även till stor hjälp om det finns tillgång till sådan maskinell utrustning som testats i projektet vilket minskar behovet av manuellt arbete och snabbar på genomförandet av prepp- och beredningsaktiviteter.

Att ha vissa rutiner i förvaringsutrymmet förebygger matsvinn. Genom att markera varor med datum kan man enkelt se vad som bör användas först. Ett tips till är att ha det datumsorterat i förvaringen; nyinkommen råvara placeras längst bak i förvaring. Ytterligare en viktig aspekt är att få in en rutin om att var sak har sin plats. Detta förebygger att verktyg läggs på fel plats och tar skada vilket skulle kunna leda till att råvaran behandlas oaktsamt på grund av verktygets skick.



Steg 5: Servering

5 SERVERING

MEDVETENHET

- Vid buffé: Låt gästen betala på vikt. Det skapar medvetenhet hos gästen och underlättar för mätningar av tallrikssvinn.
- Servera mindre portioner (gästen kan alltid få mer)
- "Idag har vi rättat X antal kg/kr matsvinn"
= Kommunicera värdet i pengar och miljövinst!
- Hjälp gästen, kommunicera och förklara!

VINSTER

Beteendeförändring



Steg 5: Servering

Många restauranger överdimensionerar portionerna vilket kan leda till att tallrikssvinnet ökar då gästerna inte orkar äta upp. Genom att ha ett koncept där kunden tar själv från en buffé och betalar på vikt kan restaurangen minska matsvinn som annars lätt orsakas av:

- att gästen inte gillar en viss ingrediens och pillar bort denna
- gästens benägenhet att ta för mycket mat

Alla gäster har olika smak. Genom att ha buffé låter man gästen ta aktiva val över vad de vill ha på sin tallrik som de tror att de tycker om. Genom en dirketkontakt med personalen som rör sig som runt buffén, är det lätt för gäster att ställa frågor om exempelvis innehåll. Detta gör det lättare för gästen att välja "rätt" redan från början. Genom att gästen betalar per vikt gör det att hen överväger mer noggrant vad de plockar till sig och hur mycket. I kassan får gästen direkt presenterat för sig vad deras mat väger. Både i form av faktiska vikten samt priset på lunchen, detta presenteras även på kvittot. Detta gör att gästen reflekterar över hur mycket mat som behövs för att hen ska bli mätt.

De gånger där sittande gäster serveras, vid exempelvis event, är rekommendationen att portionerna är ca 500 gram/tallrik.



Steg 6: Kommunikation

6

KOMMUNIKATION

ENGAGEMANG

- Mät och visa! Var transparenta i er kommunikation mot kund och personal
- Hur mkt av värde har vi räddat/slängt?
Ofta är pengar en stor källa till motivation.
- Ändra hur vi pratar om svinn. Uppgradera ist för nedgradera. premium! Stolthet!!
- Basera gärna era beslut på Social, ekonomisk, och ekologisk hållbarhet.
Kommunicera utifrån dessa rubriker.
- Sätt mål, följ upp, mät! Det du mäter kan du förbättra!
- Dela dina mål tillsammans med gäster och medarbetare!

VINSTER

Gäster
slänger mindre
Skapar motivation
hos personal



Steg 6: Kommunikation

Att på något sätt mäta och visa resultat motiverar både gäst och medarbetare att arbeta för minskat svinn. Det visar vilka framgångar restaurangen gör i omställningen samtidigt som det motiverar att förbättra. Personal känner en stolthet i när de ser att deras jobb faktiskt gör skillnad och det finns ett tydligt syfte och mål att kämpa för att nå. Det fostrar personalen att tänka själva hur man kan minska svinnet ytterligare.

Under december 2019 vägde Restauraglabbet svinnet från gästernas tallrikar varje dag. Det räknades fram ett snitt varje dag och som kommunicerades till gästen via sociala medier samt fysiskt i restaurangen. Totalt slängde de sittande gästerna mat för i medel 311 kr per dag (baserat på 150 gäster).

Genom att presentera denna typ av data visuellt i restaurangen blev kunden uppmärksam på att det sker ett arbete för att minska matsvinn. Samtidigt kunde de också reflektera över vad de "bidrog" med.

Kommunikation sker också genom maten. Serverar restaurangen god och vacker mat är gästen mer benägen att stötta restaurangens olika mål. Det rekommenderas att aktivt kommunicera med gästen och motivera personal att arbeta mot gemensamt mål.





ReSvinn

Mindre svinn.
Mera mat.



Vill du veta mer om Resvinn, besök:

www.resvinn.se