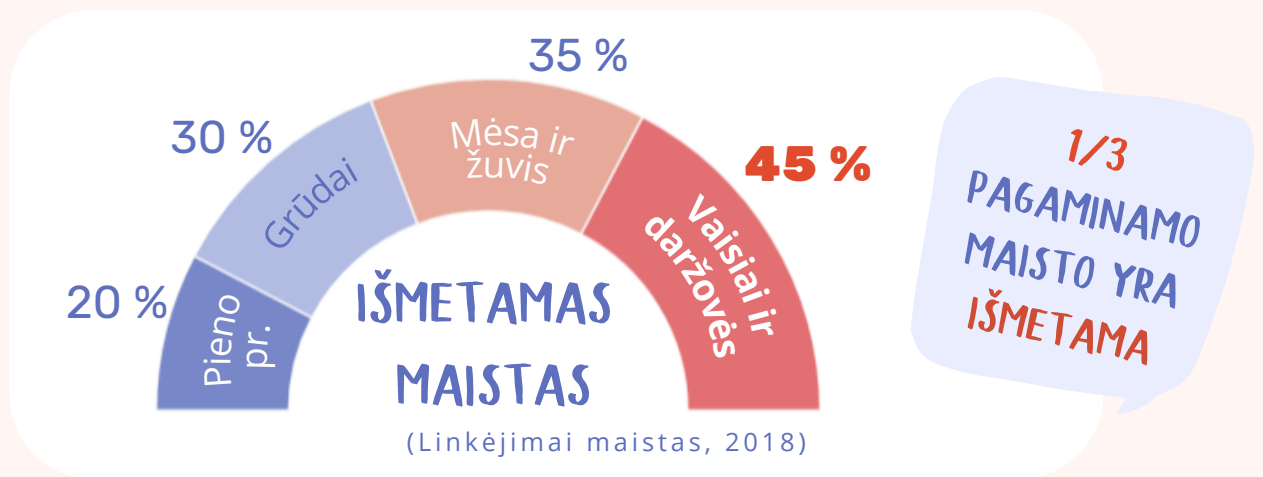


# MAISTO TAUSOJIMAS

KAIP PANAUDOTI VAISIUS IR DARŽOVES?




Kaip panaudoti pavytusius vaisius ir daržoves, kad jų netektų išmesti?

## 7 BŪDAI

**1**  Supjaustykite ir užšaldykite maisto produktus

**3**  Daržovių likučius naudokite sriubai ar sultiniui virti

**5**  Iš pavytusių daržovių ar jų likučių gaminkite troškinį

**7**  Pasigaminkite vaisių ir daržovių glotnučių

**2**  Užmarinuokite vaisius ar daržoves

**4**  Atgaivinkite vaisius ir daržoves pamerkę juos į vandenį

**6**  Pyragams ar desertams vietoje cukraus naudokite vaisius