



Дејан Методијески, Горан Гроздановски,
Оливер Филипоски, Ивана Ѓоргиева,
Александар Нацов, Рената Трајчевска,
Петар Стевановиќ, Марија Џингарска



**КОРИСТЕЊЕ
НА ОСТАТОЦИ
И ОТПАДОЦИ
ОД ХРАНА ВО
ГОТВАРСТВОТО**

**ДЕЈАН МЕТОДИЈЕСКИ, ГОРАН ГРОЗДАНОВСКИ,
ОЛИВЕР ФИЛИПОСКИ, ИВАНА ЃОРГИЕВА,
АЛЕКСАНДАР НАЦОВ, РЕНАТА ТРАЈЧЕВСКА,
ПЕТАР СТЕВАНОВИЌ, МАРИЈА ЦИНГАРСКА**

КОРИСТЕЊЕ НА ОСТАТОЦИ И ОТПАДОЦИ ОД ХРАНА ВО ГОТВАРСТВОТО

ТУРИСТИКА
СКОПЈЕ
2021

Автори: Дејан Методијески, Горан Гроздановски, Оливер Филипоски, Ивана Ѓоргиева, Александар Нацов, Рената Трајчевска, Петар Стевановиќ, Марија Џингарска

Рецензенти: Нако Ташков, Никола Цуцулески

Лектор: Толе Белчев

Дизајн: Туристика Скопје

Печати: Туристика Скопје

Тираж: 100

CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски",
Скопје
613.2:504.064

КОРИСТЕЊЕ на остатоци и отпадоци од храна во готварството /
Дејан Методијески ... [и др.]. - Скопје : Туристика, 2021. - 102 стр. ;
21 см

Други автори: Горан Гроздановски, Оливер Филипоски, Ивана
Георгиева, Александар Нацов, Рената Трајчевска, Петар Стевановиќ,
Марија Џингарска.

- Библиографија: стр. 99-102

ISBN 978-608-4872-08-5

1. Методијески, Дејан [автор] 2. Гроздановски, Горан [автор] 3.
Филипоски, Оливер [автор] 4. Георгиева, Ивана [автор] 5. Нацов,
Александар [автор] 6. Трајчевска, Рената [автор] 7. Стевановиќ,
Петар [автор] 8. Џингарска, Марија [автор]

а) Храна -- Отпадоци и остатоци -- Управување

COBISS.MK-ID 54404613

Содржина

ВОВЕД	5
I. ОСТАТОЦИ И ОТПАДОЦИ ОД ХРАНА – МЕЃУНАРОДНИ ИСКУСТВА	7
1. Остатоци и отпадоци од храна	7
1.1. Користење на остатоци и отпадоци од храна во угостителството	13
1.2. Користење на остатоци и отпадоци од храна во домаќинствата	16
1.3. Останати аспекти на користење на остатоци и отпадоци од храна	18
2. Еколошко значење на отпадот од храна	22
2.1. Третман на отпад од храна во рамките на Европската Унија	22
2.2. Третман на отпад од храна во останати земји ширум светот	25
3. Понатамошно користење на остатоци и отпадоци од храна	26
3.1. Правење на компост	27
3.2. Замрзнување на намирници	29
3.3. Козметика	30
3.4. Останати начини на користење на остатоци и отпадоци од храна	31

II. РЕЦЕПТИ ЗА ГОТВЕЊЕ СО ОСТАТОЦИ И ОТПАДОЦИ ОД ХРАНА	32
1. Рецепт и видови рецепти	32
1.1. Историски развој на рецептите	35
1.2. Мерки на состојки во рецепти	36
1.3. Конвертирање на рецепти.....	36
2. Избрани рецепти за готвење со остатоци од храна .	39
2.1. Рецепт за јадења со месо	39
2.2. Рецепт за јадења со останати растителни и животински намирници.....	58
2.3. Рецепт за јадења со риба и морски плодови ..	79
2.4. Рецепт за супи, чорби и потажи.....	85
2.5. Рецепт за салати	91
2.6. Рецепт за десерти.....	95
КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА.....	99

ВОВЕД

Книгата „Користење на остатоци и отпадоци од храна во готварството“ е наменета за сите кои работат во секторот угостителство и туризам, за академската јавност, студентите, учениците, истражувачите, заинтересираните страни од приватниот, јавниот и невладиниот сектор кои директно или индиректно се поврзани со подготовката на храна. Книгата е изготвена со цел да се збогати постоечката литература поврзана со проблематиката на правилно користење на остатоци и отпадоци од храна во домашното и професионалното готвење.

Идејата за изработка на оваа книга произлегува од вклученоста на авторите во проектот „Zéro Gaspillage – pour une production et une consommation responsables en ECO“, каде координатор на проектните активности беше проф. д-р Снежана Петрова од Филолошкиот факултет при УКИМ. Проектот беше реализиран во 2020 година и поддржан од страна на Agence universitaire de la Francophonie (AUF).

Материјалот во книгата е поделен во две основни поглавја. Во првиот дел е опфатена материјата кој се однесува на меѓународните искуства поврзани со користење на остатоци и отпадоци од храна. Во материјалот се дадени успешни примери и практики, како и проекти кои одат во прилог на зголемување на свеста за правилното користење на остатоци и отпадоци од храна. Во овој дел, исто така се опфатени аспекти на еколошкото значење на отпадот од храна. Се обработуваат аспекти поврзани со третманот на отпад од храна во различни земји ширум светот. Посветен е дел и на понатамошното

користење на остатоци и отпадоци од храна како правење на компост, замрзнување и козметика.

Вториот дел од книгата, насловен како „Рецепти за готвење со остатоци и отпадоци од храна“ има за цел да претстави рецепти кои можат да се користат како во домашното готвење, така и во професионалните угостителски објекти. Овие рецепти содржат насоки на користење на остатоци и отпадоци од храна во готварството. За потребите на книгата, авторите предлагаат 54 избрани рецепти, презентирани на унифициран начин, од јадења со месо; јадења со останати растителни и животински намирници; јадења со риба и морски плодови; супи, чорби и потажи; салати и десерти.

Во изработката на книгата користена е соодветна стручна литература, публикации, прирачници и релевантни интернет извори кои ги третираат отпадоците од храна, готварството и гастрономијата. Имајќи предвид дека ова е прво издание на книгата, можеби сме пропуштиле некои важни елементи поврзани со правилното користење на остатоци и отпадоци од храна во готварството. За сите забелешки, мислења и коментари, авторите ќе Ви бидат благодарни и ќе ги земат предвид при создавањето на второто дополнето и проширено издание. Исто така, искажуваме благодарност и до сите наши колеги и соработници кои дадоа придонес во обезбедувањето на неопходните материјали за комплетирање на книгата, како и на рецензентите за укажаните искрени и конструктивни сугестии.

Од авторите

