

Kookavond met restjes

■ □ □ □ □ KOSTPRIJS

■ □ □ □ □ MOEILIKHEID

Samen eten brengt mensen dichterbij elkaar. En samen koken maakt het nog gezelliger! Doe je keukenschort om en spring achter het fornuis.

De ingrediënten voor de kookavond? Die zijn gratis! **Je deelnemers plunderen hun frigo en voorraadkast. En deze keukenrestjes vul je aan met de overschotten van lokale handelaars.**

Wat schaft de pot? Aan de hand van de ingrediënten wordt er een menu samengesteld. Zonder verspilling!

Hoe begin je eraan?

- Ga op zoek naar een locatie met een gepaste accommodatie/keuken. Zo ben je er zeker van dat er voldoende kookmateriaal aanwezig is. Je kan best de deelnemers vragen zo veel mogelijk hun eigen spullen mee te brengen. Iedere kok gebruikt toch graag zijn eigen snijmesje.
- Eén kok heeft de touwtjes stevig in handen. Dit is iemand die creatief kan zijn met weinig ingrediënten en de knopen doorhakken bij het samenstellen van het menu. Goede delegeerskills zijn zeer belangrijk. Het keukenteam moet tenslotte goed draaien en iedereen heeft honger!
- Neem contact op met lokale handelaars. Zij willen maar al te graag hun overschotten delen in ruil voor reclame. Denk aan de bakker, de plaatselijke supermarkt of groentenboer.
- Denk eraan om basisingrediënten zelf mee te nemen: kruiden, olie, boter, suiker ...
- Niet iedereen kookt even graag. Je kan ook een team aan het werk zetten om de tafels te dekken en jullie ruimte gezellig in te richten.
- Een boekentip: Femma heeft het kookboek 'Koken met restjes' op de markt gebracht. Vast en zeker te ontlenu bij je plaatselijke bib.
- Promotie! Doe een oproep om mee te komen koken. Hang deze bij voorkeur bij de lokale handelaar die zijn/haar overschotten met je wil delen.

Hou rekening met

- Begin er op tijd aan. In de namiddag starten met kokkerellen en tegen 19 uur aan tafel voor een aperitiefje is bijna perfect.
- Denk eraan om genoeg potjes mee te nemen voor de overschotten. De nieuwe restjes dan toch.
- Na het eten moet er nog opgeruimd worden. Ook dit staat op de planning. Niet te vergeten!
- Sfeer en gezelligheid! Kleed je ruimte sfeervol in, zorg voor een streepje muziek,...

- Het provinciaal secretariaat helpt je met de layout van je promotiemateriaal. Gratis, tuurlijk da!

Over de kostprijs

Zeer laag. Je werkt tenslotte met overschotten

Over de medewerkers

Eén kok en wat enthousiaste sous-chefs. Meer heb je eigenlijk niet nodig.

Extra info

Op zoek naar een goeie kok? Kurt van *Curieus* Zandhoven geeft je graag extra tips of wil misschien wel afzakken naar jouw *Curieus*groep! Je kan hem contacteren via [Curieus Antwerpen](#).

Wil je graag zelf een Curieusactiviteit organiseren?

Meewerken aan één van onze projecten? Of aansluiten bij een Curieusgroep? Welkom!

[Vrijwilliger worden](https://www.geniaallokaal.be/vrijwilliger-worden) (<https://www.geniaallokaal.be/vrijwilliger-worden>)