

Geste facile n°5

Pourquoi abandonner les plats préparés ?



- Pour économiser

Les produits tous prêts coûtent beaucoup plus cher que la somme de leurs matières premières : main d'oeuvre, transport, habillage et publicités, sans oublier les bénéfices visés...

- Pour être en bonne santé

Les nombreux additifs présents dans les produits manufacturés sont responsables des problèmes de santé majeurs de nos sociétés : excès de sel et de sucres (diabète, maladies cardio-vasculaires), ajouts de divers noix (cause directe de l'augmentation des allergies), conservateurs, liants, colorants, etc.

- Pour vous régaler

Entre un gratin dauphinois fait maison, et le même en plat préparé, "ya pas photo" !

- Pour être fier(e) de vous

Quel bonheur quand amis, conjoint(e) ou invités se régaler d'un plat que vous avez vous-même mitonné. Cela vous fait passer du temps pour vous, pour votre famille. Au calme, loin du stress quotidien : un moment privilégié qui se transforme vite en récompense !

- Pour payer moins d'impôts

Tous les produits préparés sont suremballés. Ils contribuent à faire "déborder" vos poubelles, et le traitement de ces déchets est pris en charge par vos impôts

- Parce que ça n'est pas plus long

Préparer des pâtes alla carbonara vous prendra 20 minutes... Autant que décongeler le même plat tout prêt. Et ce sera tellement meilleur !

*Et si on s'y mettait tous ensemble ?
Rien à perdre : Que des avantages !*

Affiche réalisée par Amandina
et toute l'équipe de «Agissons ensemble»
www.agissonsensemble.new.fr



Agissons ensemble

