

RESTAURANTS VAN MORGEN

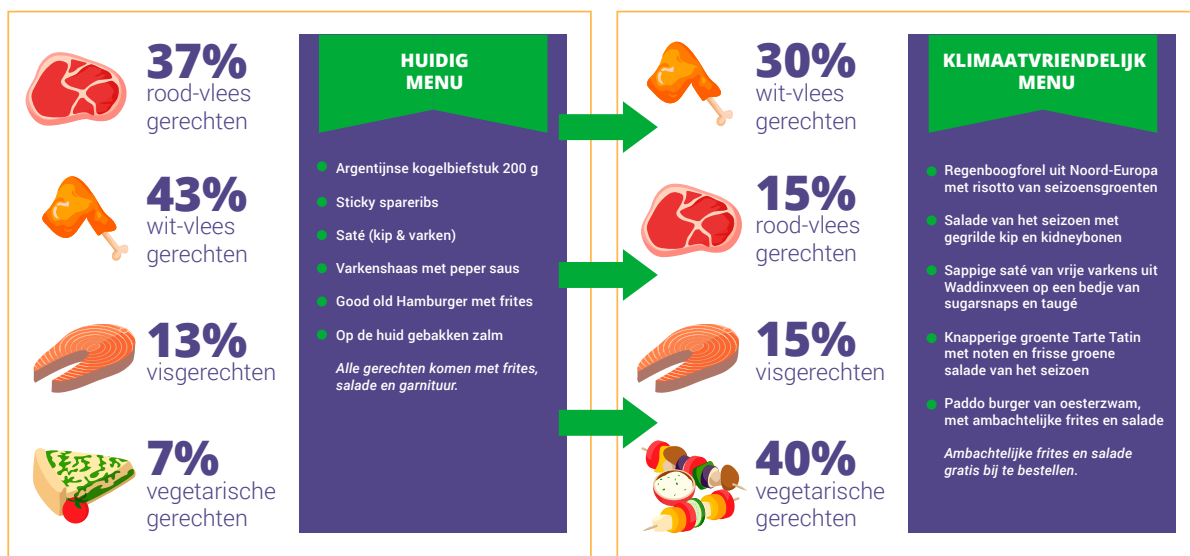
EEN KLIMAATVRIENDELIJK MENU BINNEN HANDBEREIK

Onderzoek wijst uit dat Nederlandse restaurants met een Frans-Nederlandse keuken, samen heel wat klimaat- en gezondheidswinst kunnen behalen door hun menukaart aan te passen. En per gerecht minder vlees en meer groenten te serveren. Daarmee verkleinen restaurants 'de CO₂-uitstoot van hun menukaart' met 51%.

In de Regio Foodvalley is een meting gedaan van de duurzaamheid van restaurants, hieruit blijkt dat een klimaatvriendelijk menu binnen handbereik ligt. Het volledige rapport over de potentiële impact van **Restaurants van Morgen** is [hier](#) te vinden.

KLIMAATVRIENDELIJK MENU

Een klimaatvriendelijk menu in restaurants met een Frans-Nederlandse keuken, levert samen met de aanpassing van de portiegrootte een besparing op van 134,9 miljoen kg CO₂ per jaar, wat gelijk staat aan de uitstoot van 42.200 dieselauto's.

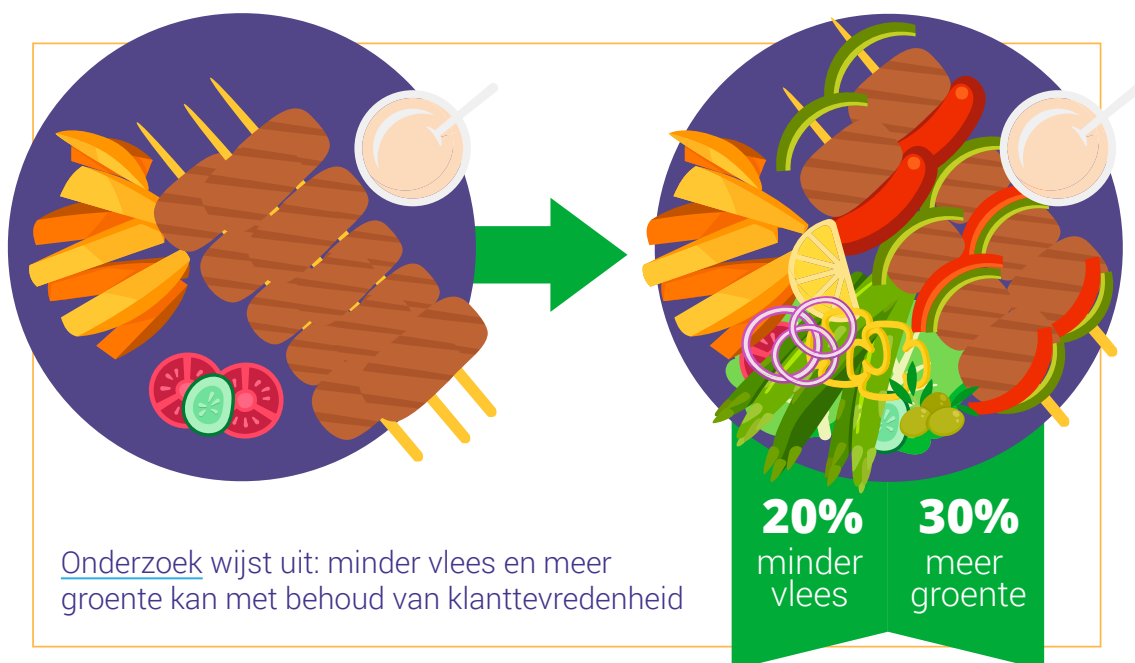


QUICK WINS

- + Beperk het gebruik van rood vlees (rund-, lams- en kalfsvlees) en zorg voor creatieve menu's met minder tot geen vlees en meer groenten. [Dutchcuisine.nl](https://dutchcuisine.nl) geeft elk kwartaal nieuwe menu's die hieraan voldoen.
- + Probeer een Surf&Durf waarbij je een klein stukje van je meest populaire vleessoort combineert met een originele plantaardige optie.
- + Vegetarische en veganistische gerechten zijn een flinke klimaatklapper. Deelnemende chefs zien mogelijkheden om zich te bekwalen in het bereiden van meer creatieve, smakelijke en voedzame gerechten. Op [RestaurantsvanMorgen](#) staan adviezen voor de transitie naar minder vlees en meer plantaardig eten in de restaurants.

-43%
KLIMAATKLAPPER
KLIMAATVRIENDELIJK
MENU

KLIMAATWINST DOOR AANPASSING PORTIES



QUICK WINS

- + Geef groente een glansrol. Werk met originele groente, experimenteer met snijtechnieken, bereidingswijzen en kleur. Groente is HOT! Inspiratie voor creatieve en smaakvolle groentebereidingen, is te vinden bij bekende chefs zoals Niven Kunz en Luc Kusters, maar ook internationale grootheden als Alain Passard en Yotam Ottolenghi.
- + Ga voor bijzondere presentatie. Door te spelen met bijzondere borden, ruimte op het bord, decoreren met groente en door het eten te presenteren in meerdere aantallen in plaats van één groot stuk, lijkt het in de waarneming meer.

-18%

**KLIMAATKLAPPER
DOOR AANPASSING
PORTIES**

RESTAURANTS VAN MORGEN

Het onderzoek is uitgevoerd bij restaurants in de Regio Foodvalley met een traditionele Frans-Nederlandse keuken, zoals eetcafés en brasserieën. 23 restaurants lieten voor dit onderzoek hun menukaart doorlichten. Daarbij kwam aan bod: de klimaatimpact van de gerechten, inkoop van producten en de mate van voedselverspilling. Een klimaatvriendelijk menu blijkt binnen handbereik en de potentiële impact voor heel Nederland groot. De analyse maakt onderdeel uit van het initiatief **Restaurants van Morgen**, een programma van Greendish en Natuur & Milieu gericht op verduurzaming van de horeca.

Restaurants van Morgen biedt horeca-ondernemers kennis en praktische handvatten om stap voor stap te verduurzamen. Deze lokale aanpak, waarbij gemeentes en restaurants, gezamenlijk de schouders eronder zetten, blijkt een succesformule te zijn.

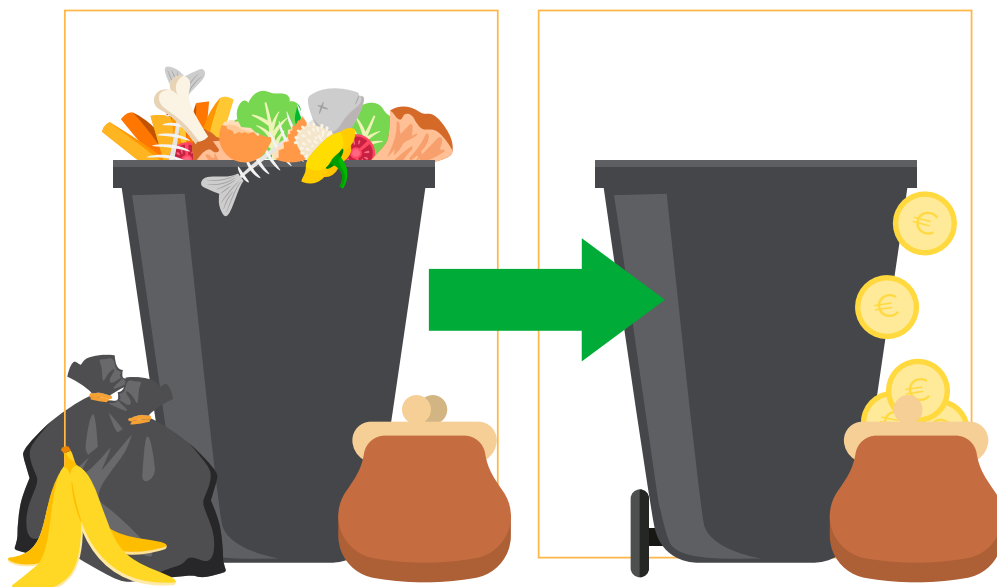


Het volledige rapport over de potentiële impact van **Restaurants van Morgen** is [hier](#) te vinden.



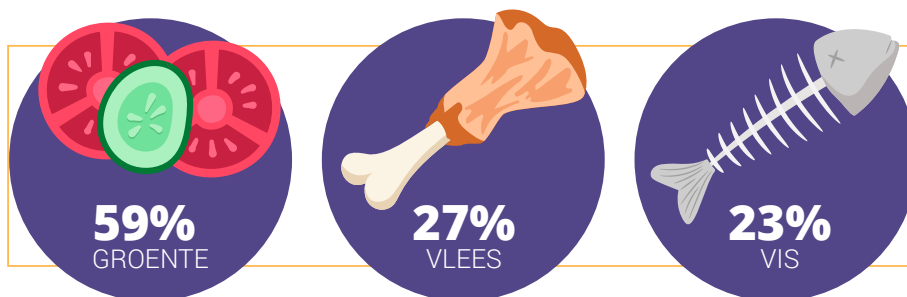
VERMINDER VOEDSELVERSPILLING

De foodservice-industrie, waaronder restaurants, is verantwoordelijk voor 12% van alle voedselverspilling. Voorkomen van verspilling van vlees en vis zorgt voor de grootste kostenbesparing.



VERSPILLING IN RESTAURANTS

De top 3 van verspilling in restaurants is een kwalitatieve inschatting volgens de chefs. De meeste waste/verspilling treedt volgens de chefs op bij groente, gevolgd door vlees en vis.



QUICK WINS

- + Voedselverspilling meten = weten, door te monitoren kun je gericht actie ondernemen.
- + Introduceer een dagmenu om effectief om te gaan met de voorraden, of verras de gasten met amuses gemaakt van ingrediënten die over zijn.
- + Bied kleinere porties aan en laat gasten gratis bijbestellen.
- + Zorg ervoor dat eventuele garnering een onderdeel wordt van de maaltijd; vervang de sla als garnering door écht lekkere warme groente of luxe salade.

DOE MEE
met de Food Waste
Challenge en
voorkom voedsel-
verspilling!

ZET GROENTE EN PLANTAARDIGE EIWITTEN IN DE SPOTLIGHT



1. Minstens 200 gram groente bij het diner
2. Vervang vlees en kaas door plantaardige eiwitten zoals noten en peulvruchten
3. Wees matig met zout, suiker en vet

QUICK WINS

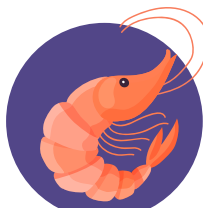
- + Maak meer gebruik van peulvruchten, noten en gevarieerde granen.
- + Inspirerende voorbeelden van **creatieve en smaakvolle groentebereidingen**, vind je op ['Groenten in de hoofdrol'](#) Gastronomix.
- + Een plantaardig voedingspatroon heeft een positief effect op de verlaging van de bloeddruk en het risico op hartziekten, diabetes en darmkanker.



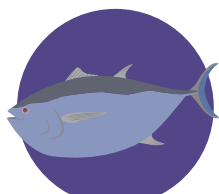
KIES VOOR DUURZAME VIS

Veel vissoorten zijn sterk overbevist en de vispopulatie rode vlag soorten staat onder druk.

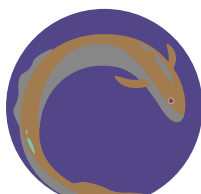
RODE VLAG VISSOORTEN Vissen die je beter niet kunt serveren



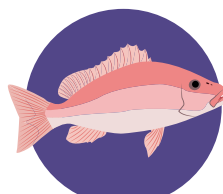
Tropische garnalen / gamba's



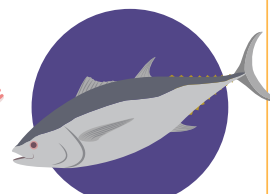
Verse tonijn



Paling

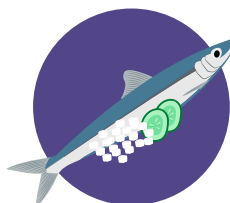


Zeebaars en roodbaars

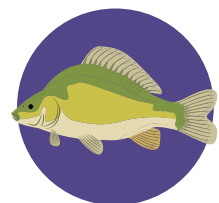


Zeebrasem (dorade)

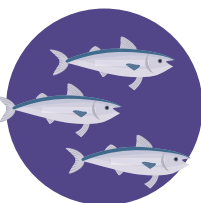
GROENE VLAG VISSOORTEN Vissen die je wel kunt serveren



Haring



Regenboogforel van Noord-Europese afkomst



Bijvangstvis (grauwe poon, schar, steenbok, wijting)



Zalm met keurmerk



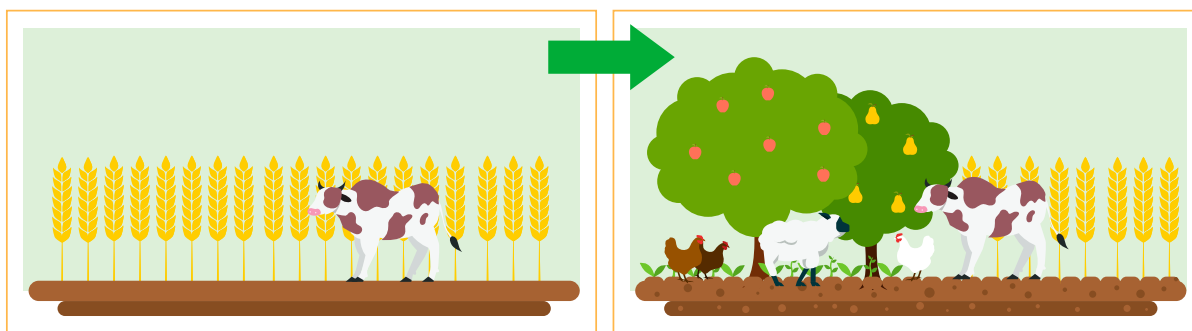
Kabeljauw met keurmerk

QUICK WINS

- + Gebruik vis die groen scoort op de [VISwijzer](#) en gebruik vis met het MSC/ASC Keurmerk.



KIES VOOR DUURZAME LANDBOUW



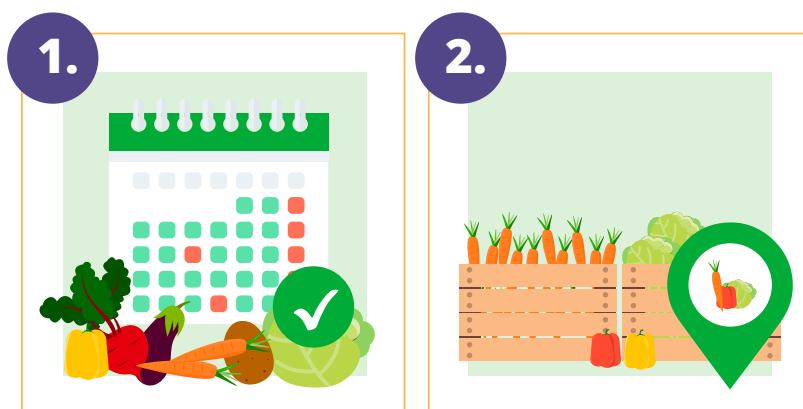
Intensieve landbouw, (kunst)mest en bestrijdingsmiddelen tasten de biodiversiteit aan.

Koop ingrediënten met een keurmerk of van lokale producenten.

QUICK WINS

- + Koop producten van duurzamere (biologische) agrarische ondernemingen.
- + Keurmerken helpen om goede keuzes te maken.

GEBRUIK SEIZOENS- EN STREEKPRODUCTEN



Check welke groente en fruit in het seizoen zijn.

Ga op zoek naar een lokale leverancier.

Koop in volgens het seizoen en lokaal. De onderzochte restaurants kochten 77% seizoensgroenten. Er is nog een flinke inhaalslag te maken met biologisch (7%) en lokaal (6%).

QUICK WINS

- + Check de groente- en fruitwijzer van MilieuCentraal.
- + Kom in contact met je lokale leveranciers. Hulp nodig? Check de Toolkit korte ketens van Dutch Cuisine.



Wil je meer tips en tools om met je team aan de slag te gaan met professionele begeleiding? Meld je dan aan voor **Restaurants van Morgen**:
bij hello@greendish.org
of bel 020-260 0206