

Производство еды и окружающая среда



Рыба (фермерская), порция – 140 г

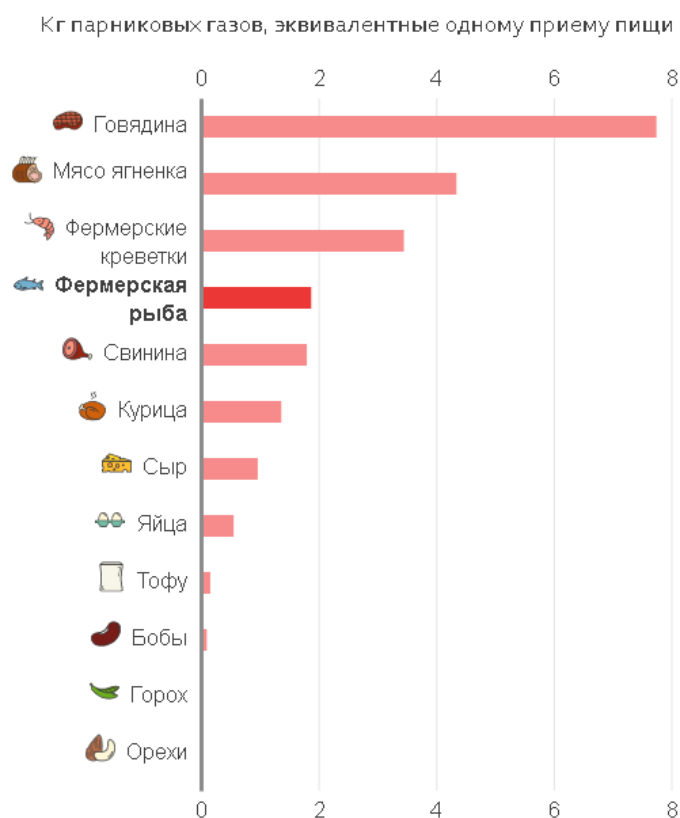
При производстве этого продукта в том количестве, какое я потребляю за год, выбрасывается столько парниковых газов: **146 кг**.

Столько же выбросов от автомобиля на бензине, который проехал **601 км**.



Чтобы потреблять этот продукт в таких количествах, как я, требуется **39 646 литров** воды, столько же надо, чтобы принять душ длительностью 8 минут такое количество раз: **609**.

Как выбранный продукт влияет на окружающую среду по сравнению с другими



Салат «Суши»

Ингредиенты:

Рис – 0,5 стакана
Соль – 1/4 чайных ложки
Сахар – 1/4 чт. ложки
Уксус рисовый – 25 мл
Лист нори – 3 штуки
Лосось слабосоленый – 350 грамм
Огурец – 1 штука
Авокадо – 1 штука
Творожный сыр Филадельфия – 200 грамм
Кунжут – по вкусу

Приготовление:

1. Сварить рис для суши согласно инструкции на упаковке. Когда рис будет готов, соединить уксус, сахар и соль, добавить заправку к рису. Аккуратно перемешать и дать остыть.
2. Красную рыбу нарезать небольшими кусочками.
3. Огурец нарезать небольшими кубиками.
4. Авокадо почистить, нарезать кубиками.
5. Листы нори мелко нарезать ножницами, высыпать на рис, перемешать всё вместе.
6. Выкладывать слоями:
перемешанный с нори рис; творожный сыр; огурец; рыба; творожный сыр; авокадо;
перемешанный с нори рис; рыба; кунжут.
7. Сверху полить соевым соусом.

Приятного аппетита!

