



INNOVATION FOR THE
FOOD SERVICE SECTOR

COMPENDIO DE BUENAS PRÁCTICAS ALIMENTARIAS SALUDABLES PARA PYMES

INSPIRADO EN
50 MEJORES
PRÁCTICAS
DE TODA
EUROPA



“ Conozca una nueva generación de empresas de servicios alimentarios, que se adaptan a un sector desafiante, en rápida evolución, de forma responsable, ética y rentable ”

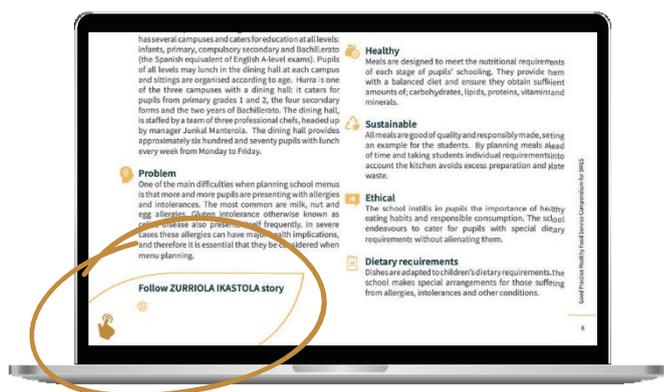
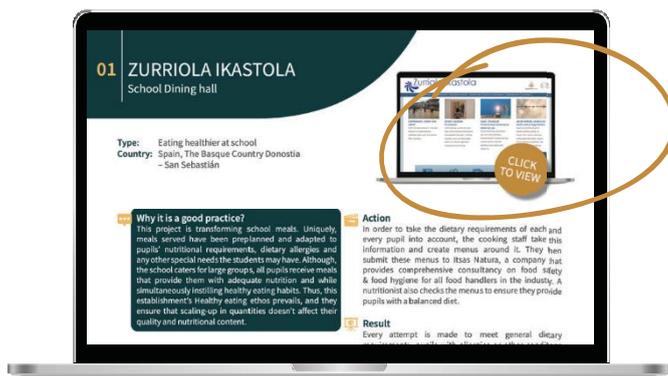
CÓMO UTILIZAR ESTA GUÍA INTERACTIVA

El Compendio de Buenas Prácticas de Servicios Alimentarios Saludables de SUSTAIN es una guía interactiva online llena de recursos multimedia (como vídeos) y enlaces de aprendizaje adicionales. Este rico contenido multimedia ofrece una oportunidad de aprendizaje más profunda y autoguiada. Le invitamos a utilizar estos enlaces y a explorar y profundizar en los estudios de caso y las buenas prácticas.

Los contenidos interactivos se identifican en esta guía por estos **ICONOS**



APRENDIZAJE EN PROFUNDIDAD - Haga clic para saber más sobre los estudios de casos

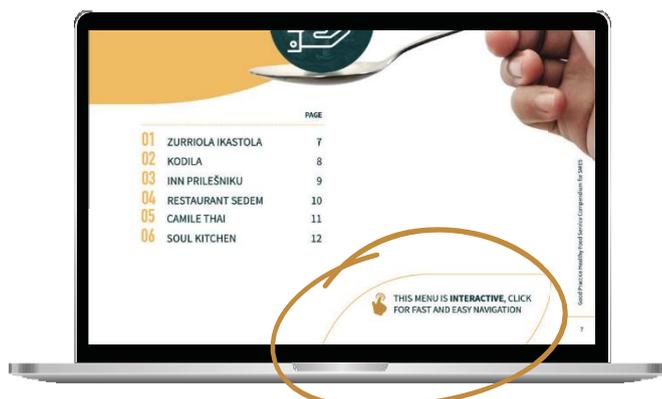
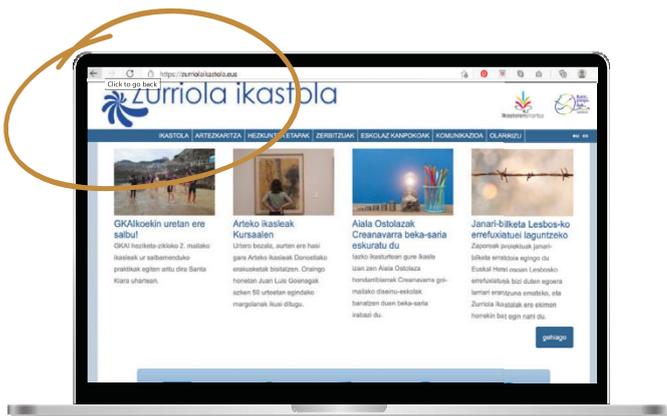


CONSEJO

Para volver al compendio - utilice la opción de volver atrás en su navegador

NAVEGACIÓN RÁPIDA Y SENCILLA

Vaya a la sección de estudios de casos que desee haciendo clic en ella en nuestro índice interactivo.



ÍNDICE

| | | |
|-----------|---|----|
| | INTRODUCCIÓN | 4 |
| 01 | RESTAURANTES/COMEDORES | 7 |
| 02 | CAFÉ/COMIDA CALLEJERA | 14 |
| 03 | CATERING EN LUGARES DE TRABAJO/SERVICIO A DOMICILIO | 20 |
| 04 | RESPECTUOSO/SOSTENIBLE CON EL MEDIO AMBIENTE | 32 |
| 05 | ARTESANO | 42 |
| 06 | ORGÁNICO | 46 |
| 07 | VEGETARIANO | 49 |
| 08 | ÉTICO | 53 |
| 09 | VEGANO | 57 |
| 10 | DIGITALIZACIÓN/RESPUESTA INNOVADORA COVID-19 | 63 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAGA CLIC PARA UNA NAVEGACIÓN RÁPIDA Y FÁCIL

Introducción

Es difícil imaginar que se esté viviendo un cambio global histórico, pero ciertamente lo estamos haciendo. El mundo parecía tan seguro hace un año, que ahora nada parece seguro. Sectores enteros se han derrumbado, incluidos los eventos, la hostelería, el turismo y la cultura. 2020 - 2021 ha sido una montaña rusa para todos en el sector de la restauración, pero con los grandes retos vienen las grandes oportunidades.

Aquellos que se **adaptan con éxito a la nueva realidad más rápidamente** – probablemente definirán el futuro del sector. Muchas **empresas de servicios alimentarios han adoptado una serie de prácticas diferentes**; servicios de recogida y entrega, kits de comida gourmet para cocinar en casa o cajas de comida recalentada.

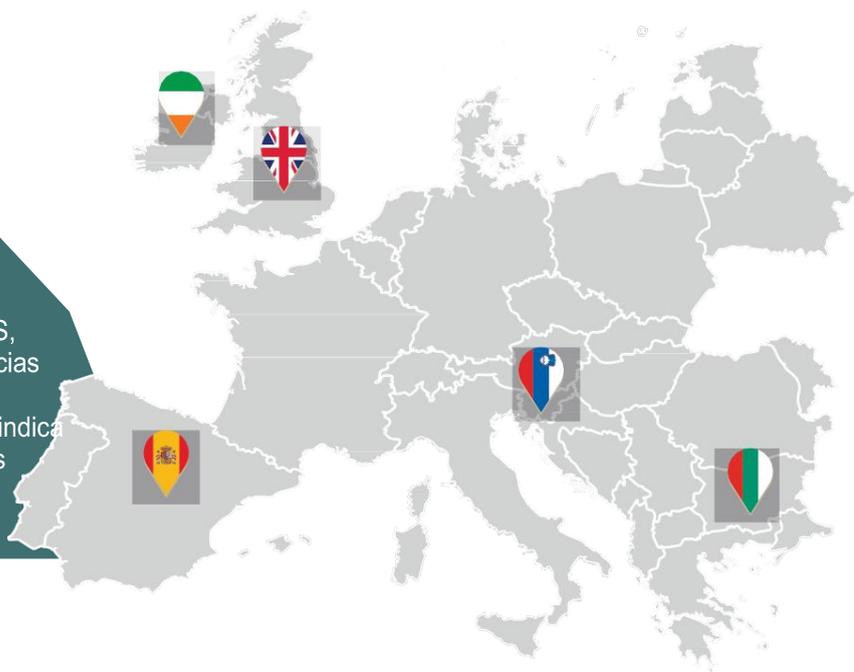
La única forma de sobrevivir será innovando y adaptándonos a las tendencias actuales. En una época de pandemia (COVID 19), el foco se ha trasladado a los proveedores de servicios independientes. Son algunos de los más innovadores, emocionantes y trabajadores de la hostelería. La Covid-19 ha sido devastadora para muchos negocios, y muchas otras grandes empresas podrían encontrarse aún bajo amenaza. Ahora es el momento de ser audaces y responder a las demandas cambiantes, no de esperar a que vuelvan los buenos tiempos. Habrá buenos tiempos, pero serán muy diferentes.

” *El virus debería ser el catalizador para la adopción de nuevas tecnologías en todo el sector, para crear defensas higiénicas e impulsar la sostenibilidad a largo plazo.* ”

Trish Caddy, Analista senior de Servicios Alimentarios

Con 50 ejemplos de enfoques innovadores en materia de alimentos saludables utilizados para transformar empresas de servicios alimentarios, el equipo de SUSTAIN comparte estos ejemplos de mejores prácticas de PYMES que se adaptan a las nuevas tendencias del mercado/consumidor. Estas buenas prácticas identificadas permiten/alientan a sus homólogos a ser más innovadores en la oferta de productos y servicios alimentarios más saludables. En esencia, el COMPENDIO DE BUENAS PRÁCTICAS DE SERVICIOS ALIMENTARIOS SALUDABLES de SUSTAIN para las PYMES es un recurso para inspirar a las PYMES del sector a crear una nueva generación de productos y servicios de valor añadido para satisfacer las necesidades, los valores y las expectativas de la sociedad de una manera responsable y ética.

Nuestros estudios de casos proceden del Reino Unido, Irlanda, España, Eslovenia y Bulgaria. Hemos recogido historias inspiradoras y ejemplos de buenas prácticas. El Compendio está dirigido a las PYMES, con un enfoque práctico sobre experiencias pioneras de negocios de servicios alimentarios más sanos y ecológicos, e indica cómo usted, como operador de servicios alimentarios, puede sacar provecho.



Revelamos las mejores prácticas en las siguientes categorías de servicios de alimentos, que actúan como nuestro índice de compendio:



Restaurantes/Comedores



Café/Comida Callejera



Catering en lugares de trabajo/Servicio a domicilio



Respetuoso con el medio ambiente/Sostenible



Artesano



Orgánico



Vegetariano



Ético



Vegano



Digitalización/Respuesta Innovadora Covid-19

¿COMO SE BENEFICIARÁ USTED?

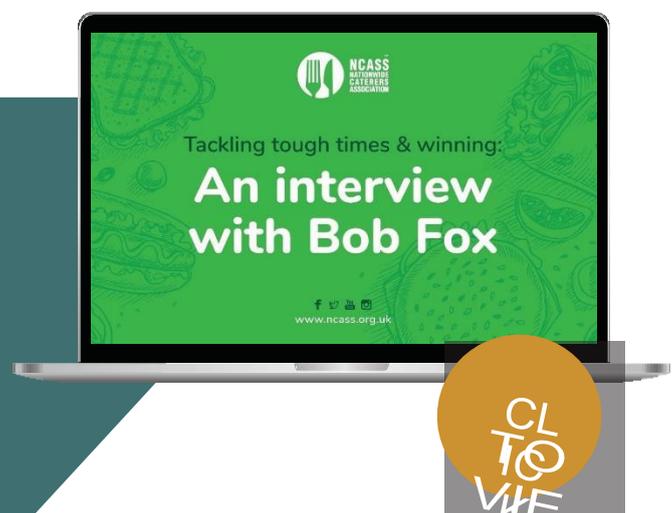
La innovación en los servicios alimentarios nunca ha estado más en el candelero que durante la actual crisis de Covid-19. Nuestro Compendio reúne muchos y diversos enfoques de la innovación, y detrás de cada uno de ellos hay personas apasionadas que quieren marcar la diferencia a través de su oferta (ya sea a través de la propia oferta de alimentos, la forma de envasarlos, la entrega a través de una cadena de suministro corta o la adopción de tecnología). Muchos de los estudios de casos combinan múltiples enfoques. Resulta evidente cómo las PYMES de servicios alimentarios prosperan gracias a prácticas como el abastecimiento local sostenible, la planificación ética de los menús y la atención a los alimentos nutritivos y saludables, al tiempo que luchan contra el desperdicio de alimentos, utilizan envases ecológicos y tienen en cuenta la salud del planeta, creando así nuevos modelos de negocio más sostenibles..

Nuestros estudios de caso ponen de manifiesto la resistencia y flexibilidad del sector para innovar ante la crisis. La Covid-19 ha acelerado el proceso de digitalización, en términos de cambio a modelos de negocio online con pedidos, pagos y entregas online y soluciones combinadas de ofertas en locales de capacidad reducida y online.

El uso de espacios al aire libre pasó a primer plano, ya que las empresas trataron de tener más capacidad en un nuevo mundo de distanciamiento social, mientras que el enfoque en la comida para llevar y las entregas a domicilio también se aceleraron, ya que nuestras PYMES de servicios alimentarios tratan de seguir siendo viables.

VER - Afrontar los tiempos difíciles y ganar

Presidente y fundador de NCASS Bob Fox. Descrito por algunos como el "Padrino de la industria de la restauración", Bob cuenta con más de 30 años de experiencia en el sector de la restauración, desde la venta de bacon en polígonos industriales hasta la dirección de la organización conocida hoy como Nationwide Caterers Association.



01

RESTAURANTES/ COMEDORES



| | PAGE |
|-----------------------------|------|
| 01 ZURRIOLA IKASTOLA | 7 |
| 02 KODILA | 8 |
| 03 INN PRILEŠNIKU | 9 |
| 04 RESTAURANT SEDEM | 10 |
| 05 CAMILE THAI | 11 |
| 06 SOUL KITCHEN | 12 |



ÉSTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAGA CLIC
PARA UNA NAVEGACIÓN RÁPIDA Y FÁCIL

01 ZURRIOLA IKASTOLA

Comedor escolar

Tipo: Comer más sano en la escuela
País: España, País Vasco Donostia
- San Sebastián



¿Por qué es una buena práctica?

Este proyecto está transformando las comidas escolares. Las comidas servidas se han planificado previamente y se han adaptado a los requisitos nutricionales de los alumnos, a alergias alimentarias y a cualquier otra necesidad especial que puedan tener. Aunque la escuela atiende a grupos numerosos, todos los alumnos reciben comidas que les proporcionan una nutrición adecuada y, al mismo tiempo, les inculcan hábitos alimentarios saludables. Así, prevalece la ética de la alimentación saludable, y se asegura que el aumento de las cantidades no afecte a su calidad y contenido nutricional.

Acerca de...

Zurriola Ikastola es una cooperativa de centros de enseñanza primaria y secundaria del País Vasco, en la que los alumnos reciben una enseñanza en su lengua materna, el euskera. La organización se constituyó para ofrecer una educación de calidad en euskera basada en la mejora de los métodos de enseñanza. Zurriola Ikastola cuenta con varios campus y atiende la educación en todos los niveles: infantil, primaria, secundaria y bachillerato. Los alumnos pueden almorzar en el comedor de cada campus y los turnos se organizan por edades. Hurra es uno de los tres campus con comedor: acoge a los alumnos de 1º y 2º de primaria, secundaria y bachillerato. El comedor está atendido por un equipo de tres cocineros profesionales, dirigidos por la directora Junkal Manterola. El comedor proporciona a unos seiscientos setenta alumnos el almuerzo semanal de lunes a viernes.

Problema

Una de las dificultades a la hora de planificar los menús escolares es que cada vez hay más alumnos con alergias e intolerancias como alergias a la leche, frutos secos, al huevo o la intolerancia al gluten o enfermedad celíaca. En los casos más graves, estas alergias pueden tener importantes consecuencias para la salud, por lo que es esencial tenerlas en cuenta a la hora de planificar los menús.

Acción

Para tener en cuenta las necesidades dietéticas de todos los alumnos, el personal de cocina toma esta información y crea menús en torno a ella. A continuación, presentan estos menús a Itsas Natura, una empresa que ofrece un asesoramiento en materia de seguridad e higiene alimentaria. Un nutricionista revisa los menús para asegurar a los alumnos una dieta equilibrada.

Resultado

Se hace todo lo posible por satisfacer los requisitos dietéticos generales; los alumnos con alergias u otras afecciones reciben comidas especiales adaptadas, al tiempo que se consigue una dieta equilibrada para todos los alumnos. La escuela distribuye una copia del menú, con consejos sobre la planificación de cenas que proporcionen a los niños y adolescentes una nutrición adecuada durante su etapa de crecimiento. El espíritu de la escuela es que no basta con alimentar a los alumnos, sino que es esencial enseñarles a alimentarse por sí mismos.

Saludable

Las comidas están diseñadas para satisfacer las necesidades nutricionales de cada etapa escolar de los alumnos. Proporcionan una dieta equilibrada y garantizan las cantidades suficientes de: hidratos de carbono, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales.

Sostenible

Todas las comidas son de buena calidad y se elaboran de forma responsable, dando ejemplo a los alumnos. Al planificar las comidas con antelación y tener en cuenta las necesidades individuales de los alumnos, la cocina evita el exceso de preparación y el desperdicio de platos.

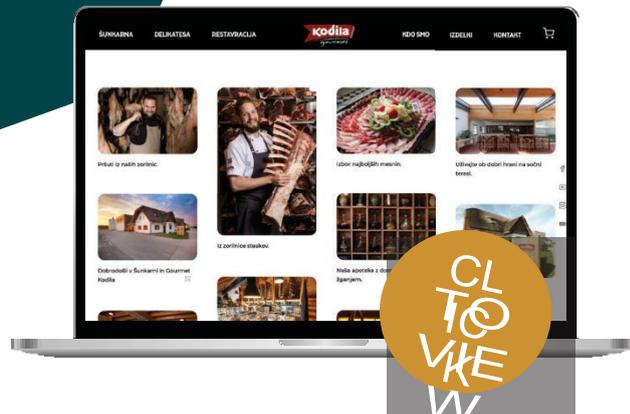
Ética

La escuela inculca la importancia de los hábitos alimentarios saludables y del consumo responsable. Se esfuerzan por atender a los alumnos con necesidades dietéticas especiales sin alienarlos.

Requisitos Dietéticos

Los platos se adaptan a las necesidades dietéticas de los niños. La escuela se adapta aquellos que sufren de alergias, intolerancias y otras condiciones.

Sigue la historia de ZURRIOLA IKASTOLA



Tipo Tienda de jamones, Carnicería y Restaurante
País: Eslovenia
Contacto: Janko

¿Por qué es una buena práctica?
La familia Kodila es muy consciente de la huella de carbono de su negocio y se esfuerza por minimizar este impacto. Utilizan una cadena de suministro corta para todo el ganado y productos frescos y consiguen minimizar el desperdicio de alimentos. Creen en la importancia del origen de los alimentos y el patrimonio culinario y son excelentes en la promoción de productos alimentarios, ingredientes y recetas locales. Mantienen vivas estas tradiciones al contar con empleados locales cualificados

Acerca de...
La jamonería Kodila Gourmet no es sólo una tienda. Es una empresa familiar de tercera generación que combina carnicería, curado y ahumado, charcutería y un restaurante de gran prestigio. Janez-Janko y su esposa Helena están al frente de esta empresa. Mantienen las tradiciones familiares y culturales en todo el negocio. Su principal objetivo es la carne de cerdo y todos son de origen local para garantizar la calidad adecuada del producto. No obstante, también sirven carne de vacuno y platos vegetarianos de primera calidad. En cuanto a la carne de cerdo, evitan todos los métodos artificiales de curado y ahumado y su experimentado equipo utiliza sal local eslovena y ahumadores tradicionales no mejorados químicamente en grandes cámaras. Su lema es "cuando sabes lo que comes"

Saludable
El jamón y todos los demás productos de carne de cerdo se elaborados a partir de cerdos criados en la zona y sin conservantes artificiales, gluten, lactosa ni ahumados potenciados químicamente. Su restaurante también atiende a los vegetarianos.

Sostenible
A pesar del mayor precio de la carne, los cerdos son de origen local. Esto garantiza la calidad, y los kilómetros de alimentación son mínimos, reduciendo así la huella de carbono de los productos. En la arquitectura de la fábrica de jamones se utilizaron materiales locales cuidadosamente seleccionados, basados en soluciones de diseño pragmáticas del patrimonio arquitectónico del entorno.

La empresa Kodila vigila y forma constantemente al personal para que comprenda la importancia de la manipulación responsable de los alimentos y sigue el principio "de la cabeza a los pies". Esto significa que también preparan productos cárnicos utilizando las partes del cerdo menos conocidas, pero con un alto contenido en nutrientes. Así, se minimiza el desperdicio de alimentos y promueve el uso de los productos tradicionales, que se consumían habitualmente en el pasado. El director Janez-Janko Kodila es también uno de los principales impulsores de la protección de los productos locales. El jamón de Prekmurje (región este de Eslovenia) ha obtenido protección en la UE gracias a su compromiso.

Ética
La empresa emplea a personas del entorno local, que comparten su sentido del patrimonio y la hospitalidad a través de su trabajo. Debido a su actitud ejemplar hacia los empleados, el director Janez-Janko Kodila ha sido nombrado repetidamente el mejor artesano de la región de Prekmurje.

Requisitos dietéticos
Perfiles especiales: alimentos ecológicos, alimentos de temporada, alimentos locales, alimentos patrimoniales, sin gluten, ahumado natural, sin conservantes artificiales, sin lactosa.

Uso de la tecnología
Pago sin efectivo, sitio web, entrega a domicilio.



03 INN PRILEŠNIKU

La cultura de la autosuficiencia en una posada tradicional eslovena

Tipo Posada

País: Eslovenia
Contacto: Zdenka



¿Por qué es una buena práctica?

Los productos de su huerto y jardín se utilizan como una propuesta de venta única de la posada. De este modo, la posada produce de variedades antiguas y recupera el patrimonio de la cultura alimentaria de su zona. Al seguir una oferta de platos de temporada diferenciada, son más sostenibles y puede seguir el principio de Residuo Cero (el Residuo Cero es un conjunto de principios centrados en la prevención de residuos que fomenta el rediseño de los ciclos de vida de los recursos para que todos los productos sean reutilizados).

i Acerca de...

La posada PreLešiku se fundó en 1932 y, como negocio alimentario, siempre ha girado en torno a su huerto. Aquí cultivan árboles frutales, una serie de verduras de temporada y hierbas aromáticas. Gestionan el huerto de forma respetuosa con el medio ambiente mediante la recogida de agua y el compostaje orgánico y el uso de semillas no modificadas genéticamente. Se esfuerzan por ser lo más autosuficientes posible. Hornean sus propios productos y dependen de los vecinos para la leche y otros productos lácteos. Su ética es que las acciones tienen consecuencias y su filosofía es minimizar estas consecuencias y promover su herencia cultural a través de su comida y hospitalidad.

🍷 Saludable

Los propietarios de la posada Pri Lešniku son conscientes de la importancia de una alimentación sana para el bienestar de los huéspedes. Por ello, su huerto es el pilar de su oferta desde hace casi un siglo. Con la biodiversidad y la producción de alimentos naturales in situ, también apoyan esta filosofía a través de la cuidadosa selección de otros proveedores locales de mentalidad similar.



Sostenible

El enfoque sostenible del funcionamiento de la posada es evidente en cada paso de su negocio alimentario. Son autosuficientes en muchos aspectos; recogen el agua de la lluvia para regar el jardín, todos los residuos orgánicos se convierten en abono, y la cuidadosa planificación del menú y la preparación de las existencias de invierno apoyan sus esfuerzos por conseguir un nivel cero de residuos.



Ética

La empresa emplea a personas de la localidad, que transmiten el mismo sentido de las tradiciones y la hospitalidad a través de su trabajo. A la hora de seleccionar las semillas para plantar, evitan las modificadas genéticamente.



Requisitos Dietéticos

Se atienden perfiles especiales como el vegetariano, el vegano, los que buscan comida orgánica de cosecha propia, menús de temporada e ingredientes locales. Toda su selección de menús está orientada a una alimentación saludable.



Uso de tecnología

Negocio sin efectivo, entrega que se adapta a las necesidades del mercado: ventas sin contacto, bicicletas eléctricas para sus huéspedes.

Sigue INN PRILEŠNIKU Historia



04 RESTAURANT SEDEM

Saborea Maribor

Tipo: Restaurante
País: Eslovenia
Contacto: Mojca Polak mojca.polak@vsqt-mb.si



¿Por qué es una buena práctica?
Este restaurante escuela es una forma innovadora de sentar las bases del futuro de la alimentación mediante la promoción del patrimonio culinario local. La próxima generación de creadores de alimentos se capacita a través de la narración culinaria, el abastecimiento local de materias primas y la planificación de menús saludables y equilibrados.

Acerca de...
El Restaurante Sedem es el primer restaurante escuela en Eslovenia que funciona de acuerdo a un modelo de negocio diseñado de forma innovadora, en el que los estudiantes realizan de forma independiente todas las tareas y procesos profesionales bajo la supervisión de mentores. El propio Restaurante Sedem en sí, es un gran activo para la escuela, ya que los estudiantes llegan a utilizar los conocimientos teóricos adquiridos también de manera práctica. Se entrenan en la preparación de un buen café, zumos naturales, aprenden sobre materias primas, diseño y preparación de menús, platos y postres de todo tipo.

Desarrollan y refuerzan las habilidades para recibir y servir a los invitados, organizar el espacio de trabajo, y trabajan sus propias ideas innovadoras. Al graduarse de la escuela es muy importante que sepan demostrar todas las competencias profesionales adquiridas. Bajo la atenta mirada de los mentores del restaurante, adquieren aún más conocimientos y experiencia y están más seguros y preparados para nuevos descubrimientos y retos profesionales creativos. El restaurante recibió una placa Michelin en 2020, lo que indica la calidad de la comida que se sirve. Esto es muy alentador tanto para los estudiantes como para los mentores.

Saludable
Sedem fomenta la revitalización y reintroducción de platos tradicionales locales, dándoles una vuelta de tuerca. Se anima a los alumnos a tener en cuenta su herencia culinaria, pero con un enfoque saludable. Crean platos con ingredientes locales de temporada y elaboran comidas nutricionalmente equilibradas.

Sostenible
El patrimonio culinario se basa en la integración de los conocimientos y habilidades locales. Se trata de reforzar la conciencia y el orgullo colectivos y de promover las profesiones deficitarias en los ámbitos de la agricultura, la tecnología alimentaria y la hostelería entre los estudiantes y los consumidores locales. El restaurante Sedem, mediante la promoción del patrimonio culinario local a través de una óptica moderna, fomenta el uso de productos de temporada, lo que se traduce en una reducción de la huella de carbono.

Ética
La escuela de hostelería emplea a mentores del entorno local, que transmiten el sentido del patrimonio y la hospitalidad a través de sus enseñanzas. Los alumnos aprenden así la necesidad del patrimonio gastronómico local, cómo reintroducir platos olvidados y el uso correcto de los productos locales. El restaurante está abierto al público y ofrece un enfoque honesto a sus clientes, al tener una cocina muy abierta visualmente. También cuentan con una terraza ajardinada, que actúa como un oasis verde en medio de la ciudad dando un bocado de descanso a los comensales.

Requisitos Dietéticos
El restaurante tiene en cuenta todos los perfiles dietéticos: alimentos ecológicos, ingredientes de temporada, recetas locales y platos vegetarianos, todo ello con el fin de mejorar o innovar las recetas tradicionales en versiones más saludables. Ofrecen desayunos, almuerzos y cenas alternativas, pero todos como comidas equilibradas.

Uso de tecnología
Sitio web, pago y entrega sin efectivo que se adapta a la demanda.

Seguir SEDEM Historia



05 CAMILE THAI

Tipo: Restaurante/Para llevar
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica? Camile Thai está innovando en el mundo de la comida rápida al demostrar que la comida para llevar o el reparto de "comida rápida" también puede ser saludable, sostenible y ética. La cadena de restaurantes, a través de su estrategia de desarrollo, ha apoyado a sus franquiciados en cada paso para ofrecer un producto de calidad y consistente. Independientemente del lugar en el que se encuentren, todos están alineados con los mismos principios de productos de origen local, salsas aromáticas hechas a mano y platos de "comida tailandesa de buen humor". A través de la digitalización y su APP van un paso más allá y promueven la salud. En ella, ofrecen recuento de calorías y macronutrientes, probados en laboratorio y certificados por nutricionistas. Su sitio web está muy centrado en la salud y la nutrición.

Saludable

En sus menús, el enfoque de Camile Thai es sencillo. Sus expertos chefs tailandeses crean comida de calidad con ingredientes frescos y naturales. Sin grasa, sin culpa, sólo comida deliciosa y saludable. Camile está comprometido con la idea de que la comida rápida no tiene por qué ser sinónimo de poco saludable. Sus menús están certificados por un nutricionista y se adaptan a todas las dietas. Todo el menú cuenta con información sobre las calorías para que el cliente pueda saber lo que está comiendo. Imparten clases de yoga gratuitas en Dublín y hacen demostraciones de cocina saludable.

Sostenible

El desarrollo medioambiental se ha convertido en el centro de todo lo que hace Camile Thai. Fue la primera cadena de restaurantes de Irlanda, y una de las primeras de Europa, en introducir envases de reutilizables en todos sus establecimientos. Utilizan el programa de reciclaje más sofisticado disponible así como woks con regulación de agua y, de media, tienen <1% de desperdicio de alimentos a la semana. Creen en mantener su impacto medioambiental lo más bajo posible. Utilizan carne de vacuno y cerdo irlandesa alimentada con hierba, así como verduras de temporada.

Ética

Camile Thai cree en el impacto positivo y saben lo importante que es ser ético. Recientemente han creado un menú vegano, que se cocina con sartenes, aceite y utensilios separados, que sólo se utilizan para preparar platos veganos. Su objetivo es no desperdiciar alimentos y están probando métodos de entrega más limpios mediante drones. También establecen un radio de entrega desde cada punto de venta para minimizar la huella de carbono de la comida.

Uso de tecnología

Han desarrollado una aplicación y están vinculados a MyFitnessPal, lo que anima a sus clientes a ser conscientes de lo que comen y promueve la salud y la forma física. Su sitio web permite pedidos o entregas sin contacto. Están probando un método de entrega más limpio y mediante de drones <https://oranmore.manna.aero/>

Acerca de...

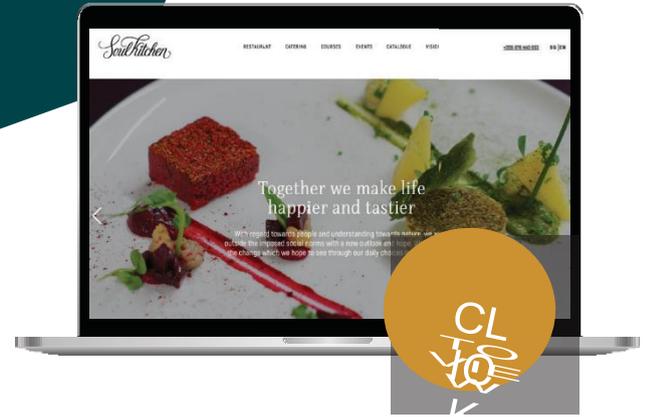
Camile Thai se estableció en 2010, abriendo su primer restaurante en Dublín, Irlanda. Fueron unos comienzos pequeños, pero a través de las franquicias, la empresa se ha expandido a otras partes de Irlanda. Ahora tienen 29 puntos de venta en el país, así como restaurantes en Londres. Camile Thai ha crecido hasta convertirse en una marca conocida y de confianza en Irlanda. Para contrarrestar la pérdida de ingresos de los restaurantes durante la pandemia del COVID-19, Camile Thai ha innovado e ideado nuevas formas de hacer crecer su ofreciendo comida tailandesa local, sana y fresca, de calidad de restaurante, directamente a su puerta. Tienen una receta para el éxito y han ganado el premio al mejor restaurante tailandés de Irlanda durante cuatro años consecutivos. Habían identificado locales que se beneficiarían de tener un servicio de entrega de comida y han devuelto la vida a sus cocinas, con un gasto de capital mínimo. Debido a que las ventas a domicilio de Camile aumentaron un +35% desde que se introdujo el distanciamiento social, están en gran medida aislados de la tormenta del Covid-19 y ahora ofrecen un nuevo formato de franquicia para que otros reproduzcan su modelo de negocio.

Sigue Camile Thai Historia



Tipo: Restaurante/ Para llevar/ Servicio a domicilio

País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?
Soul Kitchen es un innovador restaurante vegano en el centro de Sofía donde la sostenibilidad y el buen comportamiento ético son la base de su modelo de negocio. Les gusta servir comida variada y fresca cada día, a un precio asequible. Trabajan en torno a un menú de temporada... "en sintonía con el ritmo de la naturaleza", por lo que el abastecimiento local y una cadena de suministro corta son la clave. El restaurante se rige por la profesionalidad, la innovación y el gusto por los experimentos.

Acerca de...
Soul Kitchen fue fundado por un grupo de amigos, y la profesionalidad y el amor por la comida les impulsan a inspirar a sus clientes. Es uno de los lugares más queridos de Sofía. Pensando en las personas y en la naturaleza, trabajan con una nueva visión y fe en el futuro. Su lema es "Juntos hacemos la vida más feliz y sabrosa" y lo hacen a través de su menú, su servicio y sus creencias. En Soul Kitchen podrás degustar una variedad de bebidas depurativas y alternativas, interesantes y creativos platos veganos, postres no horneados / crudos y muchas otras ofertas inusuales y diferentes cada día. Ofrecen un servicio de entrega en toda la ciudad de Sofía. Soul Kitchen es un sueño hecho realidad para este grupo de amigos, ya que se ha convertido en un local fresco y alternativo en Sofía. Su visión se ha hecho realidad gracias a su amor por la comida, la atención a los detalles y una selección inflexible de todas las materias primas.

Saludable
Soul Kitchen ofrece porciones más pequeñas, bebidas sin azúcar, y sus postres veganos no horneados son nutritivos. Su objetivo es reducir/evitar los azúcares refinados, las grasas saturadas trans y ofrecer alimentos saludables para contribuir a la crisis de obesidad. Así, cocina sus ingredientes para conservar la máxima frescura y mantenerlos en su estado natural.

El tamaño de las porciones se cuida mucho, por ejemplo, la sopa del día es de 300 ml / el postre de Soul Kitchen es de 150g.

Un buen alimento para ellos es:

- Comida de origen puro - productos de temporada y predominantemente orgánicos de origen regional y búlgaro, en la medida de lo posible.
- Preparados con ingredientes frescos óptimos.
- Productos y materias primas sin o mínimo tratamiento térmico, para preservar los microelementos vivos y las vitaminas.
- Ingredientes totalmente integrales, naturales, no tratados y no refinados.
- Todos ellos libres de productos animales, de origen lácteo, aditivos artificiales, colorantes, aromas, sal refinada, grasas refinadas y trans, glutamato sódico, ingredientes con números E.

Sostenible

Cuando compran ingredientes, intentan evitar los envases, ya que son conscientes del impacto medioambiental y los residuos. Crean la economía circular y cuentan con soluciones ecológicas para sus envases de comida para llevar. Ofrecen agua purificada con el sistema Spring-Time 400 de Aqua Living. Así ofrecen "agua de manantial" limpia, fresca y de calidad, evitando así el uso de botellas de vidrio, plástico, residuos y metales pesados.

Ética

Soul Kitchen es una PYME que basa su negocio en la nutrición saludable, la cadena alimentaria responsable, el abastecimiento ético y la nutrición ecológica. Crean en capacitar al consumidor con toda la información pertinente. Pensando en las personas y teniendo empatía con la naturaleza, están mejorando continuamente sus procesos, con una nueva visión y fe en un futuro más verde.

Requisitos dietéticos

El perfil del restaurante es principalmente vegano/vegetariano. Se tienen en cuenta todos los alérgenos y los menús están diseñados para abordar problemas de salud como la diabetes y la obesidad. Todo es de origen vegetal con beneficios para la salud. Se atiende a los celíacos en todos los menús disponibles.

Seguir Soul Kitchen's Historia



02

CAFÉ/COMIDA CALLEJERA

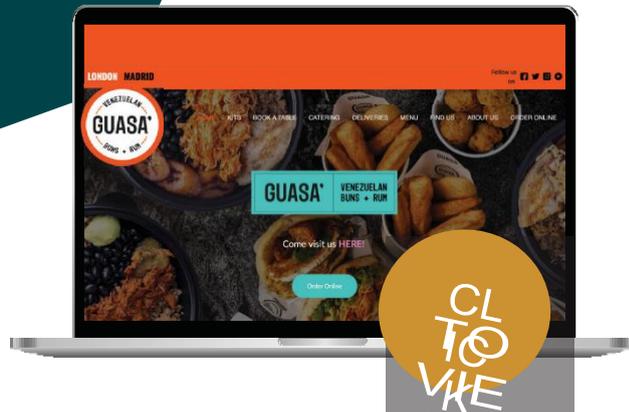


| | PAGE |
|-----------------------------|------|
| 07 GUASA | 14 |
| 08 DUMPLING DUMPLING | 16 |
| 09 HOP & ROLL | 17 |
| 10 FRESHLY CHOPPED | 18 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAGA CLIC PARA UNA NAVEGACIÓN RAUDA Y FÁCIL.

Tipo: Comida Callejera /Para llevar
País: Reino Unido



¿Por qué es una buena práctica? Guasa demuestra un enfoque innovador de la comida rápida saludable. Utilizan ingredientes frescos y de calidad en todo su menú y han introducido una cocina relativamente desconocida en el mercado de la comida callejera de Londres, manteniendo la herencia culinaria venezolana con recetas y métodos tradicionales. Al tener en cuenta las necesidades y las aportaciones de sus clientes, han hecho que las opciones se adapten a los paladares occidentales. Como resultado de Covid-19, también han demostrado su capacidad para adaptar e innovar su principal modelo de negocio a las nuevas demandas/tendencias y crear kits de comida en caja y, por lo tanto, continúan con el servicio y la entrega de calidad de su producto. En todo momento, la empresa tiene en cuenta el impacto de los ingredientes desperdiciados en el planeta y, a través de una correcta planificación de los menús y de la gestión de los residuos, mantiene el desperdicio de alimentos al mínimo.

Reto
La cocina venezolana nunca ha sido habitual en el panorama gastronómico del Reino Unido, por lo que el sueño de David era llevar sus sabores autóctonos a los mercados de comida callejera de Gran Bretaña y demostrar a los amantes de la gastronomía lo deliciosa que es la comida venezolana. Al principio, David introdujo un menú venezolano muy tradicional en el que probaba los platos cada semana hasta conseguir el sabor adecuado. Consideró la posibilidad de ofrecer una veintena de rellenos, pero pronto se dio cuenta de que una gran reserva de alimentos frescos supondría un gran desperdicio de comida que, desde el punto de vista ético o de los márgenes, no querían. En su lugar, David optó por ofrecer unos pocos rellenos selectos como parte de la gama de alimentos de Guasa. Admite que atraer a nuevos clientes es un reto clave y que la hamburguesa y la pizza siguen ganando a veces, pero una vez que consigue un nuevo cliente, tiende a mantenerlo, ya que los que prueban sus ofertas adoran los sabores que degustan en la comida de Guasa.

i Acerca de...
Nacido en 2013 en el mercado londinense de Deptford, Guasa fue la creación del joven empresario David Gutiérrez, cuyo sueño era llevar los coloridos sabores de su país natal, Venezuela, a los paladares de los londinenses. Este licenciado en economía de Caracas combinó su amor por la comida con su título, calculando cuidadosamente cómo podía llevar con éxito su comida nativa a las calles del Reino Unido sin apenas experiencia. Después de aprender a hacer la arepa perfecta -un pan de maíz tradicional sudamericano que suele estar relleno de carne de vaca, cerdo o huevos-, David se lanzó directamente a crear su propio negocio de catering. Ahora, en su séptimo año de actividad,

Acción
El menú ha ido evolucionando a lo largo de los años; ahora se adaptan a cada mercado/evento y a las necesidades de sus clientes en cada local. David sigue escuchando las opiniones de los clientes a la hora de elaborar nuevas recetas, ya que considera que su aportación es importante para desarrollar nuevas incorporaciones al menú. La pasión de David sigue siendo la de preparar alimentos frescos y cocinarlos delante del cliente, lo que alimenta su amor por trabajar en el sector de la comida callejera. Dice: "En un restaurante, el chef rara vez recibe comentarios, pero con la comida callejera, la gente te dice enseguida lo que le ha gustado el plato. Se trata de la sensación de ver cómo se hace la comida y de comerla en un entorno tan informal".

David y su equipo se han instalado en toda la ciudad y también están presentes en Tooting Market y Mercato Metropolitano. También han creado un gran revuelo en los festivales musicales entre los amantes de la comida callejera, muchos de los cuales nunca habían oído hablar de una arepa antes de encontrar Guasa. Después de obtener cobertura de los medios de comunicación internacionales por su trabajo y los elogios de los turistas de todo el mundo, David ha demostrado que una buena cabeza para los negocios combinada con el trabajo duro y la pasión son los ingredientes clave para el éxito.



GUASA

Tipo: Comida Callejera / Para llevar

País: Reino Unido

Resultado

El objetivo final de David desde el principio era simplemente llevar la comida venezolana al Reino Unido y Guasa se encuentra ahora en la afortunada posición de ser una marca reconocida por ello. De cara al futuro, le gustaría seguir expandiendo el negocio, posiblemente a través de salones de comidas y restaurantes. David admite que él y el equipo son invitados a muchos eventos ahora que tienen un público fiel.

Tras encontrar un nicho de cocina en el que basar su menú, el equipo de Guasa se ha hecho un nombre entre la escena de la comida callejera londinense y es gracias a su amplio atractivo y a su capacidad para ofrecer constantemente comida fresca y de alta calidad que han aparecido en el Times, The Guardian y en la prensa sudamericana. David cuenta ahora con cuatro locales fijos y 16 personas en el equipo. Se ha mantenido en funcionamiento a través de Covid-19 ofreciendo kits de cajas Lockdown y entregas de alimentos directamente a la puerta de la gente a través de Uber Eats.

Saludable

Todos los menús se preparan con ingredientes frescos de calidad. La base del menú es la Arepa (pan de maíz) que es naturalmente libre de gluten, productos lácteos y frutos secos, por lo que permite a las personas con requisitos dietéticos particulares ordenar y sólo tienen que considerar sus rellenos. Hay rellenos para todas las necesidades.

Sostenible

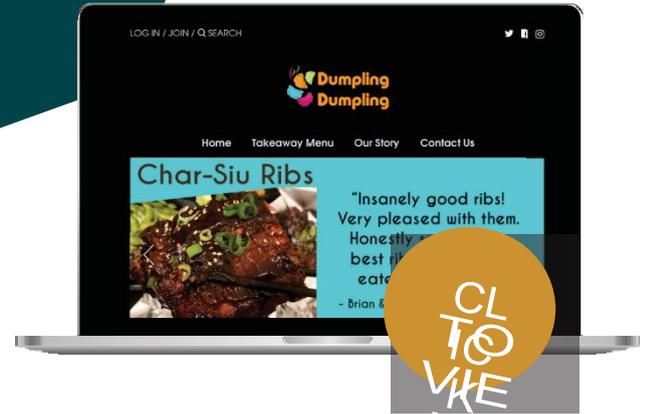
Guasa toma varias medidas para evitar el desperdicio de alimentos a todos los niveles. Se aseguran de adaptar su menú a los diferentes eventos para evitar el desperdicio de platos y también han reducido el tamaño de su menú en comparación con la cocina tradicional venezolana, lo que reduce la necesidad de almacenar grandes cantidades de alimentos frescos.



 Sigue la historia de Guasa

08 DUMPLING DUMPLING

Tipo: Comida Callejera
País: Reino Unido



¿Por qué es una buena práctica?
Los fundadores de Dumpling Dumpling crearon su negocio en la Isla de Wight para cubrir un nicho de mercado de auténticos dumplings de estilo asiático hechos a mano. Sin embargo, pronto se dieron cuenta de lo versátiles que podían ser los paquetes de comida y pronto innovaron la versión tradicional para convertirla en "bombas de comida" ingeniosas y de sabor original. Lo hicieron de forma divertida, permitiendo que sus clientes se convirtieran en inventores de vez en cuando, y así crearon clásicos veganos, vegetarianos y con carne. Como la mayoría de las empresas alimentarias, a raíz de la pandemia de Covid, tuvieron que modificar su modelo de negocio y sus ofertas. Han creado cajas de comida congelada para entregar más allá de su isla natal y un servicio de entrega en línea para sus bolas de masa caliente y acompañamientos, manteniendo a los locales contentos.

Acción
Se dieron cuenta de lo versátil que es el dumpling, y de que prácticamente cualquier cosa (siempre que sepa bien) puede meterse en el pequeño paquete perfecto con una envoltura de dumpling: ¡los llaman FLAVOURBOMBS! Hasta la fecha han creado más de 100 sabores de dumplings, entre dulces y salados. Los más populares son el Hoisin Not Duck y el Pesto Mac 'N' Cheese, ambos a base de plantas y con un cremoso queso de coco. A Dan y Natalie les encanta inspirarse en los rellenos de los dumplings de los clientes y los fans de los dumplings, por lo que organizan muchos concursos online de "¿Qué hay en el tuyo? Por ejemplo, la inspiración de su Dumpling de desayuno surgió de un cliente creativo: patatas fritas, huevos revueltos, salchichas, bacon crujiente y judías al horno, todo en un pequeño paquete.

Acerca de
El negocio de comida callejera de la isla de Wight, Dumpling Dumpling, es una idea de Dan y Natalie Stirrup. Tras volver de vivir en China, se quedaron con ganas de probar los clásicos dumplings de su antiguo país de adopción. El aprecio del dúo por esta delicia pastosa comenzó en las montañas de Yulin, donde pasaron un tiempo envolviendo dumplings con amigos, antes de que Natalie se embarcara en un curso de cocina en la región. Después de pasar tiempo perfeccionando el arte de la creación de bolas de masa y probando sus recetas con amigos y familiares, la pareja estaba finalmente preparada para llegar a la escena gastronómica local y mostrar sus delicias culinarias a los clientes. Estos clientes influyen mucho en los rellenos que se incluyen en la carta de Dumpling Dumpling..

Resultado
Uno de los mayores hitos hasta ahora para el negocio fue ganar el premio a la mejor cocina internacional y el premio principal de mejor comida callejera en los Hampshire Street Food Awards 2019. Fueron elogiados por la calidad, la textura, los sabores, y la relación que tienen con sus clientes y compañeros comerciantes. Esta relación con los clientes, les ha hecho ganar seguidores fieles y desde las medidas de cierre en marzo de 2020, el equipo ha estado ocupado haciendo reparto de dumplings en su área local. Desde su lanzamiento hace 4 años, el equipo de Dumpling Dumpling ha hecho más de 100.000 dumplings a mano, ha creado más de 70 rellenos originales y ha participado en más de 50 eventos. A pesar de que Covid-19 les ha impedido participar en muchos festivales y eventos, su servicio de entrega de dumplings congelados les ha permitido mantener el negocio en marcha y han recibido fantásticos comentarios de clientes agradecidos que necesitaban un "plato para animarse" en las redes sociales.

Reto
Cuando la pareja se trasladó a la Isla de Wight en 2011, les costaba encontrar dumplings que satisficieran sus antojos, así que empezaron a hacerlos ellos mismos basándose en lo que habían aprendido de sus amigos en China. Invitaron a sus amigos a fiestas de dumplings en las que fueron creativos con los rellenos, en lugar de ceñirse a los sabores tradicionales chinos.

Saludable
Todos los menús contienen ingredientes frescos de calidad. La base del menú es pastelería asiática hecha a mano, pero la versatilidad de sus rellenos se adapta a dietas veganas, vegetarianas y omnívoras.

Sostenible
Todos sus cubiertos y bandejas para servir son compostables y reciclables. En la mayoría de los eventos a los que asisten no se permiten las botellas de plástico, por lo que las bebidas son de lata. Se abastecen de ingredientes locales y granjas y carnicerías de confianza.

Sigue la historia de Dumpling Dumpling's



Tipo: Comida Callejera
 País: Reino



¿Por qué es una buena práctica?
 Al crear el Hop and Roll, Rosh se adentró en una cocina única en Londres. Al tener herencia de Sri Lanka, pudo reinventar las recetas tradicionales de una forma nueva e innovadora. Eligió la vía de la comida callejera para poner en marcha su nueva empresa con el fin de limitar el gasto de capital necesario y, de este modo, ofrecer a los ocupados viajeros una comida nutritiva y asequible. Hop & Roll tiene la capacidad de atender tanto a los consumidores de carne como a los veganos, y demostró su capacidad de adaptación durante la crisis de Covid-19 para poder entregar su comida a la comunidad.

Acción
 Rosh dijo que siempre había querido ser miembro de KERB y que su misión era hacer un taller con ellos. Al principio le preguntaron si quería hacer una sesión de degustación y cocina para los comerciantes de KERB en un evento. Tras una exitosa prueba, le pidieron que se convirtiera en un miembro permanente del equipo. En el KERB se le asignó un mentor, un especialista en comida callejera que asesora a los negocios sobre cómo atraer a los clientes y los guía en el proceso de creación de marcas y menús. Allí conoció a otros comerciantes de comida callejera y aprendió los trucos del oficio.

Acerca de...
 Rosh creó Hop & Roll a principios de 2019 después de notar un vacío en el mercado de comida callejera del Reino Unido para la comida de Sri Lanka. Inspirada en la cocina de su infancia y armada con las viejas recetas de su madre y su abuela, la apasionada cocinera se puso a trabajar en la creación de un smorgasbord de hermosos platos que transportaran a la gente desde las bulliciosas calles de Londres hasta las verdes colinas de Sri Lanka. Después de impresionar a los organizadores y comerciantes de KERB (la organización de comida callejera de Londres) con sus tolvas de Sri Lanka llenas de sambols de coco y cebolla y diversos currys de carne y pescado, Rosh consiguió una plaza en el programa InKERBator de KERB, donde ha estado aprendiendo todos los trucos del oficio de los expertos.

Resultado
 Cuando estalló Covid-19 y entraron en vigor las medidas de bloqueo en todo el Reino Unido, el equipo de Hop & Roll se adaptó y comenzó a enviar kits de tolva para su venta en todo el Reino Unido, consiguiendo un grupo de fieles seguidores en línea, con clientes que publicaban vídeos e imágenes de ellos mismos recreando tolvas en casa.

Saludable
 Todos los menús se preparan con ingredientes frescos de calidad. La base del menú se basa en las tolvas, pero la versatilidad de sus rellenos significa que todas las dietas veganas, vegetarianas y omnívoras pueden ser atendidas, haciendo el plato perfectamente sabroso, satisfactorio y nutritivo para viajeros ocupados y aquellos que buscan un auténtico Sri Lank. Plato para recrear de forma asequible en casa.

Reto
 Los padres de Rosh llegaron al Reino Unido desde Sri Lanka en los años 50 y por eso se crió comiendo su comida en casa. En el centro de Londres sólo hay dos restaurantes de Sri Lanka, y ella estaba cansada de que la gente confundiera su cocina nativa con la india. Así que Rosh vio la oportunidad de sacar a la luz los diferentes sabores y destacar lo singular que es la comida de Sri Lanka. Dos de las recetas de los sambols proceden de su madre y ella les dio su propio toque.



Sigue la historia de Hop and Roll's



10 FRESHLY CHOPPED

Tipo: Café/ Para llevar
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

Freshly Chopped muestra al mundo que la comida rápida puede ser saludable. Con un fuerte énfasis en que sea de origen vegetal y, por tanto, más sostenible y ético. Ofrecen una buena gama de opciones a sus clientes y utilizan envases ecológicos para entregar las ofertas frescas y sabrosas. Se han hecho con el mercado irlandés, expandiéndose rápidamente mediante el modelo de franquicia, y ahora se están internacionalizando.

Freshly Chopped recibió el premio a la 'Mejor franquicia emergente' en los premios Irish Franchise Awards de 2016. Todos aquellos interesados en convertirse en franquiciados deben seguir pasos rigurosos para asegurarse de mantener el espíritu de la empresa. Freshly Chopped ahora tiene 53 tiendas en Irlanda, Chipre y el Reino Unido, que venden más de 20,000 ensaladas saludables a la semana, así como burritos mixtos saludables y sopas caseras. La compañía espera emular la exitosa expansión de la cadena de comida rápida McDonald's y convertirse en un innovador en el sector de la comida rápida.

i Acerca de..

Brian Lee y Andy Chen, amigos de la infancia, vieron el movimiento hacia una Irlanda más sana en 2011 y sintieron que era necesaria una alternativa saludable en el sector de la comida rápida. Así nació la idea de Freshly Chopped, cuya primera tienda se abrió en Dublín en mayo de 2012. La empresa se ha movido muy rápido, pasando de 3 a 50 establecimientos en el espacio de solo tres años. Recientemente, Freshly Chopped ha llegado a un acuerdo de seis cifras para abrir dos nuevos establecimientos en Chipre.

Brian Lee no es ajeno al espíritu emprendedor y a las ideas innovadoras. Empezó su primer negocio, un servicio de jardinería, a la tierna edad de 11 años. Su espíritu emprendedor continuó durante su adolescencia, dirigiendo sus propios puestos en los mercados de Dublín. Brian describe el punto de inflexión de su negocio: "La recesión supuso en muchos sentidos un cambio de rumbo para nosotros. Obligó a la gente a salir por su cuenta. Obligó a la gente a ser emprendedora. Para nuestro negocio ayudó definitivamente a negociar los alquileres para entrar en el mercado".

Brian también explica que seguir el camino de la franquicia fue probablemente lo más difícil que ha hecho la empresa. Lo hicieron para que la empresa creciera rápidamente, en respuesta a la noticia de que una empresa similar llegaba a Irlanda. Debido al movimiento de Freshly Chopped, la otra empresa decidió no venir a Irlanda.

Saludable

Freshly Chopped se compromete a informar y educar a sus a sus clientes sobre las opciones de alimentación saludable. La base principal del menú es de origen vegetal, con ingredientes adicionales añadidos según los deseos de los clientes. Atienden a todas las necesidades dietéticas y pueden presumir de tener clientes de edades comprendidas entre los 5 y los 85 años. La empresa utiliza ingredientes de la mejor calidad y, en la medida de lo posible, se abastece de productos locales. El menú se evalúa por temporadas para que el cliente pueda elegir con conocimiento de causa. En todas las tiendas de Freshly Chopped o en línea se puede encontrar un folleto completo sobre nutrición y alérgenos. Ofrecen un servicio de entrega, recogida, comida para llevar y cena.

Sostenible

Freshly Chopped no sólo se centra en la sostenibilidad de sus alimentos, también se aseguran de que sus envases sean sostenibles. Las ensaladeras y las tapas son 100% compostables, las bolsas de papel están hechas de papel Kraft, que es 100% reciclable y compostable. El proveedor también aplica una política de cero residuos en los vertederos, posee una licencia IPPC (Prevención y Control Integrados de la Contaminación) y funciona con energía 100% verde.

Sigue la historia de Freshly Chopped's



03

CATERING EN LUGARES DE TRABAJO/SERVICIO A DOMICILIO



| | PÁGINA | | |
|-----------|--------------------------|-----------|--------------|
| 11 | MARYMOUNT CARE CENTRE | 20 | |
| 12 | RED DEVIL CATERING | 21 | |
| 13 | TWO LIONS PIZZERIA | 22 | |
| 14 | FOODSPACE | 23 | |
| 15 | SALATERIA SOUPS & SALADS | 24 | |
| 16 | CLEAN CUT MEALS | 25 | |
| 17 | FIT PANTHER | 26 | |
| 18 | FITMEAL | 27 | |
| | | | |
| | | 19 | AND DIET 29 |
| | | 20 | REVIVO.BG 30 |

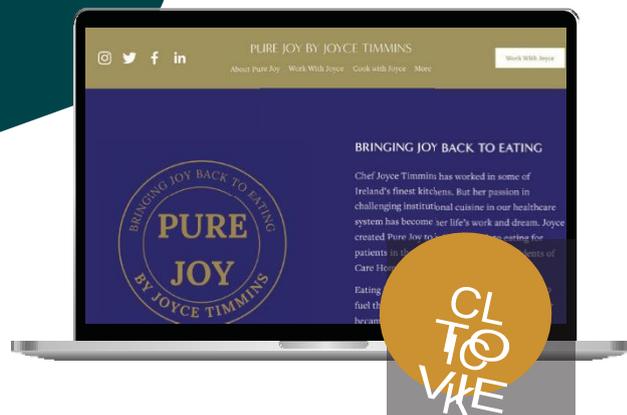


ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAGA CLIC PARA UNA NAVEGACIÓN RÁPIDA Y FÁCIL

11 MARYMOUNT CARE CENTRE

Lucan, Co Dublin

Tipo: Restauración en el lugar de trabajo /
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

La ética de Joyce es servir comida de buena calidad y "de verdad" a los residentes del hospital y de las residencias de ancianos. Al ofrecer un menú nutritivo elaborado con ingredientes frescos, se enorgullecen de proporcionar alimentos nutritivos y curativos, lo que se traduce en pacientes y residentes más sanos. Evitan el desperdicio mediante una buena gestión de la cocina y evitan los alimentos excesivamente procesados y envasados utilizando ingredientes frescos y locales. Al mezclar las comidas para los que tienen necesidades especiales, eliminan la segregación de los pacientes. La comida no es sólo un sustento, sino que se celebra como una ocasión social y algo que se espera y de lo que se habla.



Saludable

Cuando Joyce llegó al hospital, las opciones de comida eran muy limitadas, ya que la cena consistía en una ensalada o un sándwich y muchas de las demás comidas consistían en alimentos procesados o envasados. Joyce hizo un cambio de inmediato para que todo se cocinara desde cero, incluidas las sopas y las salsas. En el Hospital Rotunda nada sale de un tarro o un paquete. Las comidas sencillas y frescas se cocinan y se sirven el mismo día. Se eliminaron las cajas calientes que mantenían la comida caliente y congelada en las cocinas antes de llegar a las salas y se introdujo la comida fresca, que se cortaba y emplataba en las salas y se entregaba a los pacientes inmediatamente.

"La hora de la comida es un momento muy esperado por los residentes. Quiero que todos, independientemente de su capacidad para comer, tengan la seguridad de que no sólo reciben una comida nutritiva, sino que también es un momento de felicidad. A veces tenemos que reforzar a algunos residentes, por lo que utilizamos productos con toda la grasa en lugar de bajos en grasa, pero nos aseguramos de que la comida contenga todos los nutrientes naturales tan importantes para su salud."

i Acerca de...

Joyce Timmins es una fuerza a tener en cuenta cuando se trata de la alimentación en el sector sanitario. Cuando se piensa en la comida de los hospitales y residencias de ancianos en Irlanda, se piensa en algo soso e incoloro. Pero no es así en el caso del Hospital Rotunda y el Centro de Cuidados Marymount de Dublín, que se han convertido en un referente de la comida hospitalaria. En 2017 Joyce, chef con una estrella Michelin, tomó el relevo en el departamento de restauración del Rotunda, con una "mirada fresca". Aunque era su primer trabajo en el sector sanitario, afrontó el reto como chef ante todo. En septiembre de 2019, Joyce pasó a ser la directora de catering de Marymount, donde utiliza la misma ética de alimentos frescos y sabores fantásticos. Como resultado, hay mucho menos desperdicio de alimentos y mucha más nutrición en cada comida, y los pacientes y residentes están más sanos. A Joyce le gustaría que se hiciera más hincapié en la alimentación en el sector sanitario, un área que necesita cambios importantes. Su próxima ambición es ser contratada por el HSE y trabajar con dietistas y nutricionistas para mejorar la restauración en general y conseguir que los menús alcancen el nivel que deberían tener.



Ética

Joyce tiene una habilidad especial para crear obras maestras visuales para las personas con disfagia, que tienen dificultades para pasar sólidos o líquidos de la boca al estómago, falta de sensibilidad faríngea u otras deficiencias del mecanismo de deglución. Desde una cena de Navidad totalmente en puré hasta sándwiches de salmón abiertos, Joyce es el ejemplo de la innovación en el servicio de comida saludable. De este modo, hay menos segregación o alienación entre los residentes de las residencias. El mismo gran menú para todos, pero adaptado a las necesidades especiales de algunos. Este método es mucho más nutritivo e inclusivo para los residentes.

Sigue la historia de Joyce Timmin's



12 RED DEVIL CATERING

Tipo: Restaurante/Para llevar/a domicilio
País: Sofía, Bulgaria

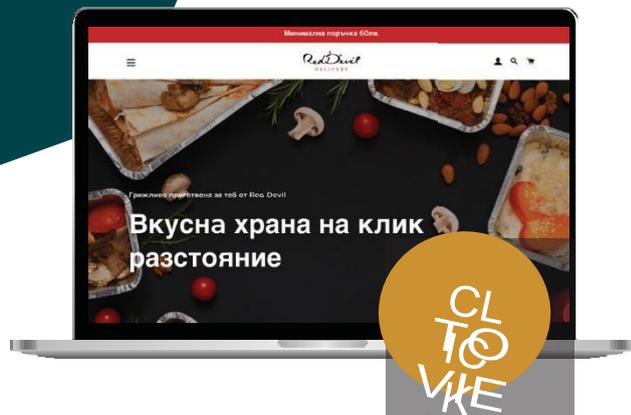
¿Por qué es una buena práctica?
Los fundadores de Red Devil catering combinan dos cosas para crear su exitoso negocio: experiencia y curiosidad constante. A través de ideas innovadoras, siempre tratan de encontrar formas alternativas de realizar eventos para ser los mejores en su campo. Promueven la salud y el bienestar a través de su amplia selección de menús para todos los eventos, ya sean complejos o en casa, y tienen opciones que se adaptan a todos los presupuestos. Desde la pandemia de Covid han adaptado su modelo de negocio para hacerlo más sostenible, pero también se han implicado noblemente en una campaña benéfica para ayudar a los vulnerables de Sofía.

Acerca de...
Desde 1997, la empresa de catering Red Devil, ha desarrollado su negocio de catering para que no se trate sólo de la comida y la bebida, sino de formar eventos emocionantes. Organizan eventos para que se conviertan en experiencias inolvidables de sabores para los invitados. Aprovechando sus numerosos contactos internacionales y la experiencia adquirida durante las prácticas en el extranjero, han podido servir al Presidente francés, al Canciller alemán y al jefe de la Iglesia Católica Romana durante sus visitas a Bulgaria. Sin embargo, también pueden servir sus ofertas directamente a domicilio, con las mismas prioridades: un servicio que le hará sentirse especial y una experiencia gustativa que sus sentidos difícilmente olvidarán. Y lo que es más importante, tienen la capacidad de crear eventos de cualquier tamaño y recursos económicos. "Organización y servicio completo de eventos privados y corporativos... superando las expectativas e ideas de los invitados y clientes, gracias a su singularidad... "convertimos el Evento Ordinario en un Gran Evento". El resultado es la sofisticación, el ambiente interesante, resultados atractivos, servicio impecable y comida deliciosa, por supuesto"

Saludable
Esta empresa de catering desarrolla servicios de catering para empresas con una diferencia. Atienden a empresas que desean una comida nutritiva y deliciosa para sus eventos. Así, el catering Red Devil se ocupa de todos los equipos corporativos. Preparan alimentos sanos y sabrosos, bebidas y todo lo necesario para satisfacer todos los requisitos dietéticos,

Sigue la historia de Red Devil Catering

f



Han desarrollado programas de alimentación para que el camino hacia la salud sea más accesible. Fomentan los buenos hábitos alimentarios. Debido a la envergadura de su negocio, la salud y la higiene son de suma importancia. Aplican todas las precauciones y tecnologías más innovadoras en la preparación de sus alimentos. Además de la desinfección constante de la cocina y de las superficies de trabajo, utilizan ropa de protección completa para los equipos de la cocina y la logística. También utilizan lámparas de desinfección UVC. El tratamiento con UVC del aire y las superficies mata las bacterias y los virus, como el Coronavirus, antes de que se transmitan a los productos. De este modo, garantizan la calidad y seguridad constantes de los alimentos preparados en su cocina durante todo el día.

Sostenible
Red Devil Catering es muy consciente del impacto medioambiental de los residuos empresariales y se esfuerza por minimizarlos. Se abastecen de productos alimenticios a nivel local en la medida de lo posible para garantizar el uso de cadenas de suministro cortas. Para sobrevivir económicamente durante la pandemia, adaptaron su modelo de negocio para poder atender también pedidos y eventos más pequeños, demostrando así su uso de canales de venta flexibles.

Ética
Red Devil Catering es una PYME que promueve una nutrición saludable a través de sus programas de alimentación. Crean en la cadena alimentaria responsable, el abastecimiento ético y la nutrición ecológica. Desde principios de abril de 2020, están involucrados en una campaña de entregas diarias de comida casera, con el fin de ayudar y apoyar a sus ciudadanos más vulnerables y a los de las instituciones sociales que los atienden. La campaña de caridad se denomina "Solidaridad con una pizca de amor"

Requisitos dietéticos
Atienden todas las necesidades dietéticas y ofrecen opciones veganas, vegetarianas y sin gluten en todos sus menús. Todos los productos e ingredientes se seleccionan cuidadosamente para satisfacer las preferencias de los clientes. No utilizan colorantes, conservantes, edulcorantes ni otros aditivos químicos.

Uso de tecnologías
Sistemas de pedido online a través de su página web. Servicio de entrega. Servicios sin efectivo. Alta tecnología de higiene en sus cocinas. Promoción en vídeo.

Clica para ver
[VIDEO 1](#) [VIDEO 2](#) [VIDEO 3](#) [VIDEO 4](#) [VIDEO 5](#)

13 THE TWO LIONS PIZZERIA RESTAURANT

Tipo: Restaurante/Para llevar / servicio a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?

Este restaurante búlgaro demuestra buenas prácticas al promover su herencia culinaria de forma creativa y visualmente agradable. La forma en que se opera el negocio también considera la salud y nutrición de sus clientes al controlar el tamaño de las porciones. Como consecuencia, esto también ayuda a reducir el desperdicio de alimentos. Para que el negocio siga siendo viable durante la actual pandemia, lo adaptaron a la nueva demanda de comida para llevar y entrega a domicilio.

Acerca de...

El Restaurante Pizzería Dos Leones es el proyecto de un grupo de amigos y entusiastas de la cocina. El negocio encierra su deseo de preparar comida sabrosa y fresca con un aspecto visual creativo. La buena comida para ellos es: Comida de origen puro y de temporada en la medida de lo posible. Utilizan principalmente productos orgánicos que se seleccionan con una cadena de suministro corta de productores búlgaros y regionales.

El restaurante se remonta a 1995, pero en 2008 sufrió importantes cambios al trasladarse a un local construido expresamente y amueblado con un diseño completamente nuevo. Actualmente, el restaurante cuenta con 70 plazas en dos salones y 50 plazas en un agradable y fresco jardín de verano. El ambiente es acogedor en un estilo moderno. Le recibirán camareros alegres y sonrientes. Se celebran diferentes tipos de eventos, desde fiestas de empresa, cumpleaños, bailes de graduación y mucho más.

El menú es rico y variado. Los chefs promueven platos tradicionales búlgaros, comida a la parrilla, cocina italiana, pescado fresco y mucho más. Los postres son 100% caseros. La marca del restaurante son los platos tradicionales. Todos los días se preparan más de 20 tipos de platos calientes y sopas. Muchos de los productos de la tienda tienen una conexión directa con la cocina del restaurante. Desde aquí se pueden comprar alimentos para casa en el "escaparate caliente" a precios atractivos. Además, toda la carta del restaurante está disponible para llevar o entregar.



Saludable

El restaurante ofrece raciones controladas pensando en la salud y el bienestar de sus clientes. El menú ofrece muchas opciones saludables, como una amplia gama de ensaladas, platos de pescado fresco y varias opciones sin carne ni productos lácteos. Se atienden todas las necesidades dietéticas.



Sostenible

El enfoque de Two Lions muestra que son conscientes del impacto medioambiental de los residuos empresariales y se esfuerzan por minimizar todos sus residuos. Se abastecen de productos alimenticios a nivel local en la medida de lo posible para garantizar el uso de cadenas de suministro cortas. Para sobrevivir económicamente durante la pandemia, adaptaron su modelo de negocio, de modo que ahora pueden ofrecer un servicio de comida para llevar y de reparto a la comunidad de Sofía, demostrando así su uso de canales de venta flexibles.



Ética

Este restaurante es una PYME que promueve una nutrición saludable a través de su amplia oferta de menús variados. Utilizando recetas y métodos de cocina tradicionales, mantienen viva su herencia culinaria. Mantienen constantemente el estado técnico de todos sus equipos de refrigeración y creen que hay espacio para la mejora continua en todos los procesos de trabajo con visión y fe en un futuro más verde.



Sigue la historia de The Two Lions



Tipo: Catering /Café
País: Irlanda

¿Por qué es una buena práctica?
FoodSpace es una empresa de gestión hotelera y de servicios alimentarios in situ sostenible de Irlanda, que aplica una política de cero residuos. Su espíritu es "Leal al local" y esta es la idea detrás de todo lo que hacen. El negocio se centra en utilizar productos locales de temporada y asegurarse de que sean sostenibles. FoodSpace trabaja en estrecha colaboración con cada negocio que atienden. Se centran en soluciones a medida y se toman el tiempo para desarrollar ideas que se adapten a la cultura del cliente, los gustos de los empleados y el entorno físico. Este es un diferencial clave en comparación con otras organizaciones de catering por contrato. Como resultado, los menús se elaboran cuidadosamente con una dimensión local y saludable.

Acerca de..
La cultura de FoodSpace se basa en las personalidades de sus líderes emprendedores gastronómicos. Juntos, han creado una colaboración de personas de ideas afines, que disfrutan de lo que hacen todos los días. El equipo quería abrir un sitio que el público en general pudiera visitar. Recientemente, FoodSpace abrió su propio café llamado Ink, con sede en Dún Laoghaire, para que el público pudiera disfrutar de su comida y conocer más sobre el espíritu del negocio con un enfoque en los proveedores locales, agricultores y pescadores, y la estacionalidad. La mayor parte de su comida proviene de un radio de 50 millas del sitio y el 85% de Irlanda. Los menús se detallan en función de las verduras de temporada y disponibles esa semana. Los únicos artículos importados son los que no se producen en Irlanda, como el café, el té y las especias. El vino y el Prosecco se obtienen de viñedos sostenibles, y las cervezas y sidras son de cerveceros irlandeses independientes.

Saludable
Los chefs de esta empresa trabajan con dietistas cualificados. Esto les da las herramientas para crear comidas verdaderamente nutritivas y la capacidad de responder a la creciente necesidad de requisitos dietéticos especiales.

Sigue la historia de FoodSpace



Por lo tanto, crean menús totalmente inclusivos para cada cliente en cada ubicación. Los chefs de FoodSpace cocinan el 100% de la comida que sirven fresca cada mañana, con énfasis en frutas y verduras y comidas elaboradas con la mínima cantidad de productos lácteos. Se hornean todos los días y eso significa bollos, muffins, masa madre y centeno frescos del horno, libres de todos los conservantes o aditivos más naturales.

Sostenible

FoodSpace se compromete a eliminar por completo el desperdicio, con todos los alimentos frescos entregados en cajas reutilizables, sin plásticos de un solo uso (incluido el film transparente) y los menús se fijan con alfileres en el cartón de las entregas. Eso también se aplica al desperdicio de alimentos, con cáscaras y núcleos de frutas fermentados para hacer vinagres, cáscaras de vegetales deshidratadas y convertidas en polvos para condimentar o salsas, y frutas demasiado maduras que se usan para dar sabor a su kombucha. Los posos de café usados se reutilizan para hacer pastrami y como abono para hierbas y ensaladas. Conor Spacey, director culinario de FoodSpace, está muy centrado en proporcionar un sistema alimentario sostenible que incluya ingredientes irlandeses de temporada, trabajando con agricultores de todo el país e implementando una política de cero residuos que también reduce nuestra huella de carbono.

El director culinario Conor Spacey explica: *“Otros compran caldos, pero nosotros hacemos los nuestros con la parte superior y la cola de las verduras. Tomamos suero de ricotta, que hacemos y lo usamos para papillas de cebada o como base para un fermento. La gente que come en nuestros comedores está comiendo mejor. Hacemos una coliflor Kim Chee de las hojas y los tallos, usando sal marina, azúcar, jengibre, ajo y zanahoria para darle dulzor. Todas estas ideas son de una historia que perdimos y las traemos de vuelta.”*

FoodSpace es la primera y la única empresa de catering irlandesa en recibir y retener tres estrellas de oro en los premios de la Sostenible Restaurant Association, así como un premio de oro adicional para Loyal to Local.

15 SALATERIA SOUPS & SALADS

Tipo: Para llevar/ online/ a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?
Innovador sano, sostenible, ético, planificación de menús, reducción de sal y azúcar, precio asequible, buen gusto, abastecimiento local, cadena de suministro corta. ¡Su misión es darle un nuevo toque a la comida rápida! Frescura sin concesiones. Perfecta combinación de calidad y sabor. Quieren desarrollar mejores hábitos alimenticios, más ensaladas y sopas frescas y demostrar que la comida rápida puede ser saludable. Con amor por la comida, atención al detalle y una selección de materias primas. Ofrecen agua purificada. Con el sistema te ofrecen “agua de manantial”, limpia, fresca y de primera calidad, evitando así el uso de plásticos, residuos y metales pesados. Realizan la entrega dentro del horario laboral del restaurante en todo el territorio de la ciudad de Sofía.

Saludable
Salateria ofrece sopas caseras, ensaladas frescas y bebidas frescas, todo enfocado a promover hábitos alimenticios más saludables. Sirven porciones más pequeñas y agua de manantial. Son conscientes de la crisis de obesidad y tienen como objetivo reducir o eliminar el contenido de azúcar, sal, grasas saturadas y grasas saturadas artificiales en sus alimentos. Su enfoque es cocinar con mínima interferencia para mantener los máximos beneficios de todos los productos frescos. Sólo usan ingredientes que usarían en la cocina de su propia casa y evitan caldos artificiales y obtienen sus ingredientes localmente y de fuentes orgánicas cuando es posible. El blog de su sitio web informa a sus clientes de los beneficios para la salud de lo que sirven y la razón por la que usan ciertos ingredientes.

Acerca de
La idea de Salateria nació en 2014 de dos verdaderos amantes de comida deliciosa de calidad. A partir de la experiencia de sus viajes “gourmet” por diferentes partes del mundo, aprendieron a distinguir los alimentos frescos, que se preparan con mimo y atención a cada ingrediente, del suministro masivo de productos semiacabados en empaques “modernos”. Se propusieron la tarea de crear un lugar que ofrezca a los clientes la comida que ellos mismos aman y buscan, pero de una manera conveniente para adaptarse al estilo de vida de hoy.

Ética
La Salateria, se esfuerza por educar e innovar la industria de la comida rápida preparando y sirviendo alternativas saludables para ayudar a lidiar con la crisis de obesidad en Bulgaria.

Sostenible
Estos entusiastas culinarios materializan su idea de preparar alimentos sabrosos y frescos a partir de ingredientes de origen puro; se seleccionan principalmente productos orgánicos y de origen búlgaro o regional. Los menús se elaboran con productos frescos óptimos y con un tratamiento térmico mínimo o amable, con el fin de preservar los microelementos vivos y las vitaminas. Utilizan envases ecológicos y hacen todo lo posible para evitar el desperdicio de alimentos.

Requisitos dietéticos
Todos los requisitos dietéticos se satisfacen en Salateria. Existen opciones veganas y vegetarianas, así como platos adecuados para quienes padecen diabetes y requieren opciones aptas para celíacos.

Uso de la tecnología
Utilizan la tecnología para informar a sus clientes de sus ofertas y para educarlos en relación con la buena alimentación y la nutrición. También han adaptado su sitio web para atender las ventas online y las entregas de alimentos como resultado de la pandemia. Ofrecen pago con tarjeta en la tienda y han comenzado a usar la plataforma Foodpanda para operar su servicio de entrega. Foodpanda es una plataforma para pedidos de alimentos online que conecta a los usuarios con más de 1000 restaurantes en 23 ubicaciones búlgaras.

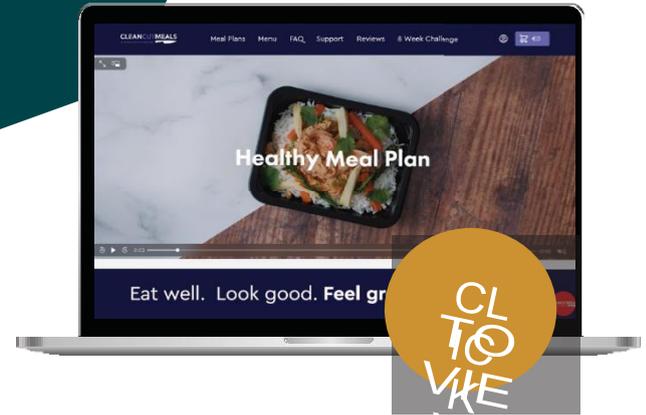
Sigue la historia de Salateria's



Haz click para ver los vídeos
[VIDEO 1](#) [VIDEO 2](#) [VIDEO 3](#) [VIDEO 4](#) [VIDEO 5](#)
[VIDEO 6](#) [VIDEO 7](#) [VIDEO 8](#) [VIDEO 9](#) [VIDEO 10](#)

16 CLEAN CUT MEALS

Ti'po: Catering /Servicio a domicilio
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

Clean Cut Meals prepara comidas saludables que se entregan en todo el país, a domicilio. El mensaje de venta clave es permitir que los clientes mantengan una dieta saludable sin una planificación y preparación que consuman mucho tiempo. Los clientes pueden elegir entre una variedad de planes diferentes que comprenden el almuerzo y la cena con ingredientes frescos de origen local. Las comidas son preparadas por chefs experimentados utilizando ingredientes frescos; Los productos de temporada, las carnes magras y las grasas mínimas son partes clave de las comidas.

Acerca de.

Clean Cut Meals fue fundada en enero de 2015 por dos amigos de toda la vida, Conor McCallion y Michéal Dyer. La pareja estudiaba en GMIT y ambos tenían una pasión por la comida sana y el fitness.

"A los dos siempre nos ha interesado mantenernos en forma y comer bien. Ambos descubrimos que entrenar mientras estudiábamos era la parte fácil, pero cuando se trataba de comer de forma más saludable era casi imposible. Sabíamos que teníamos que concentrarnos en nuestras dietas y en los nutrientes que estábamos poniendo en nuestro cuerpo para alcanzar nuestros objetivos óptimos, pero resultó muy difícil cuando estábamos en movimiento todo el día".

Como resultado, pasaron algunas noches cada semana preparando y cocinando por lotes las comidas para los siguientes días. Llevaba mucho tiempo, pero comer bien era muy importante para ambos. Cuando trajeron sus comidas a la universidad, los amigos comenzaron a interesarse y así se sembró la semilla de una idea. ¿Entonces, cómo funciona? Desde su sitio web, se puede solicitar un plan adecuado, la comida llega recién preparada, todo lo que el consumidor debe hacer es calentar y comer. No podría ser más sencillo.

No hay que contar las calorías, controlar las porciones ni preocuparse por la nutrición, puede dejar todo eso en manos de Clean Cut Meals. El equipo espera inspirar a la nación irlandesa a comprender y adoptar una alimentación saludable, una nutrición y un cambio de estilo de vida. Durante los últimos 5 años de comercialización de Clean Cut Meals, se han suministrado más de 750.000 comidas a los 32 condados de Irlanda. También han ganado varios premios, incluido el de Mejor empresa emergente en los Premios Nacionales de Empresas de 2019. El negocio ahora emplea a un equipo de 13 personas y siempre está creciendo. Tienen la mira puesta firmemente en convertirse en una marca internacional de éxito..

Saludable

Además de que todo se controla en calorías y se prepara con ingredientes frescos y locales, también está disponible una variedad de comidas veganas y vegetarianas. Ya sea que sus clientes estén tratando de adelgazar, desarrollar algo de masa muscular o simplemente mantenerse delgados, crearán un menú de comidas deliciosas y saludables para las personas y las llevarán directamente a la puerta de su casa.

Ética

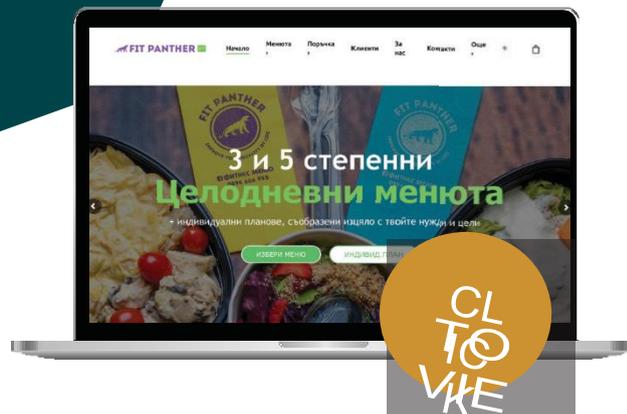
Durante la pandemia de Covid-19, Clean Cut Meals se comprometió a alimentar a los trabajadores de primera línea y a las personas vulnerables en su comunidad de Galway. Consideraron que era más importante que nunca que las personas siguieran una dieta nutricionalmente equilibrada.

Sigue la historia de Clean Cut Meal's



17 FIT PANTHER

Tipo:: Para llevar/online/ servicio a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?
La misión de Fit Panther es mejorar la calidad de vida. Entregan alimentos de alta calidad elaborados con productos seleccionados y orgánicos listos para el consumo en el hogar, la oficina o donde el cliente lo desee, en Sofía cinco días a la semana. Fit Panther es una cocina saludable, que ofrece almuerzos y menús de día completo, adaptados a las necesidades personales de sus clientes y, promueven la salud a través de plataformas online, demostrando cómo la digitalización puede ayudar con la sostenibilidad y las metas de una empresa.

Acerca de
Fit Panther fue establecido por Nikolay Petrov y su objetivo es proporcionar alimentos nutritivos para ayudar a las personas a estar más saludables y desintoxicar sus cuerpos. Nikolay ha trabajado en deportes más de 20 años y se graduó en la Academia Nacional de Deportes, especializándose en dietética. Su misión es la eliminación de alimentos con conservantes, aceite de palma, colorantes, alimentos nocivos, y sustancias que catalizan reacciones negativas en el cuerpo humano. Pretende que sus clientes no pierdan el tiempo comprando, cocinando o limpiando, sino que puedan disfrutar de alimentos nutritivos y saludables con su familia o colegas y dedicarse más tiempo a sus actividades favoritas. Sus menús tienen un número exacto de calorías y valor nutricional. Cuenta con un monitor de fitness personal y un asesor para dietas individuales de acuerdo con la altura, el peso y la actividad motora. También tiene tienda de alimentos naturales

Saludable
La cocina cuenta con un equipo de profesionales. Ofrecen menús saludables, con alto contenido alcalino, ricos en micro y macronutrientes, planes de alimentación con alimentos seleccionados y cantidades adecuadas de proteínas, grasas y carbohidratos. Disponen de menús para adelgazar, ganar masa muscular y mantener el peso.

Las bebidas saludables como batidos frescos, jugos, té y otras bebidas desintoxicantes, complementan sus menús aportando más vitaminas, minerales y energía vital a lo largo del día. La compañía utiliza los ingredientes más limpios y de la más alta calidad en todas sus ofertas. Son conscientes del contenido de sal y azúcar. La gente está contenta porque obtiene comida sana, un menú variado y pueden perder el peso no deseado, mejorando su vida diaria.

Ética

Se trata de una PYME que promueve la alimentación y la nutrición saludables. Valoran una cadena alimentaria responsable y siguen prácticas éticas de abastecimiento y eco-nutrición. Han implementado una estrategia de información al consumidor y se han comprometido a etiquetar correctamente los productos. Al donar comida a los bancos de alimentos locales, demuestran su responsabilidad social.

Su comida es extremadamente diversa y satisfacen todos los requisitos, pero su uso de recetas tradicionales mantiene vivo el patrimonio culinario local.

Sostenible

Fit Panther cambió completamente su apariencia al cambiar a envases de papel y vasos 100% compostables o biodegradables hechos de plantas. También tomaron la decisión de usar botellas de vidrio para reducir el plástico en su negocio.

Requerimientos dietéticos

Ofrecen planes individuales saludables y nutritivos que se adaptan a las necesidades, objetivos y preferencias de las personas. Todos los menús están especialmente seleccionados y equilibrados para una mejor absorción y equilibrio del cuerpo. También usan alimentos altamente alcalinos.

Uso de la tecnología

Su negocio opera a través de una plataforma online donde sus clientes reciben información y pueden solicitar su entrega en la ubicación seleccionada dentro de la ciudad de Sofía. Ofrecen transacciones sin efectivo y permiten pedidos telefónicos.

Sigue la historia de Fit Panther's



Tipo: Para llevar/ online/ servicio a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?

Se trata de una empresa innovadora donde la salud y los beneficios de una dieta saludable son valores clave. El objetivo principal de Fitmeal es ofrecer alimentos de alta calidad que satisfagan las necesidades y requisitos de sus clientes e inculque el mensaje de que la buena comida puede ser curativa y deliciosa. Difunden este mensaje a través de varios proyectos en los que están involucrados. El proyecto MS-Yo puedo hacerlo por mí mismo es uno en el que planifican menús sin grasas saturadas que están dirigidos a quienes padecen EM, enfermedades cardíacas y autismo. Luego también participan en varios proyectos de Fitmeal-kids: entrega de alimentos a guarderías y escuelas para garantizar que los niños coman comidas equilibradas. Otro se basa en Food Revolutions in school del chef Jamie Olivier, donde educan a los niños sobre qué es nutritivo y cómo prepararlo, con la esperanza de cambiar su perspectiva y desviarlos de los alimentos procesados. Así, están proporcionando un futuro sostenible a través de la salud de la comunidad y sus hijos.

Saludable

El espíritu de FitMeal se centra en la salud y el bienestar.

Todos sus platos contienen productos beneficiosos para el cuerpo: frutas, verduras, legumbres, carne y cereales integrales. Cada proyecto en el que trabajan incluye menús con comida sana y equilibrada con plato principal, sopa o ensalada y postre, ya sea para adultos, personas con necesidades de salud o niños. Trabajan constantemente para promover una alimentación y hábitos alimenticios saludables, especialmente desde una edad temprana.

Los menús diarios de FitMeal están diseñados para que sean fáciles para todos, independientemente de su edad, sexo u ocupación. Cada plato está elaborado con productos puros, sin conservantes, sabores ni potenciadores. Los procesos de preparación y tratamiento térmico de los alimentos son mínimos. Entre los menús diarios de FITMEAL, cualquiera puede encontrar la opción más adecuada para sí mismo, por lo que es un placer mantener una dieta equilibrada y mantener una buena forma y salud.

Sostenible

La empresa demuestra sus valores en términos de reducción de residuos y economía circular. El envasado de alimentos utilizado es ecológico. Tienen en cuenta todos los aspectos de los miembros de su comunidad y muestran pruebas de que los protegen mejorando la salud y la dieta, desde una edad temprana hasta las mujeres embarazadas y las personas con Problemas de salud que necesitan ayuda y orientación dietética.

Ética

FitMeal es un gran ejemplo de una PYME cuyo espíritu se basa en la salud y el bienestar de la comunidad. Sus proyectos son ejemplares de una empresa que se preocupa por su comunidad. Estos proyectos son ética y socialmente notables. Demuestran cómo una PYME puede marcar la diferencia en términos de salud y nutrición. Además de que valoran las cadenas alimentarias responsables y el abastecimiento ético de productos. Todos los platos incluidos en sus menús cumplen con los requisitos legales para una comida equilibrada para bebés y niños. Se preparan en cocinas profesionales con certificación ISO y Ecológica, bajo estricto control de calidad. Se entregan con sus propios vehículos registrados en la Agencia de Transporte de Alimentos.

Tipo: Para llevar/ online/ servicio a domicilio

País: Sofía, Bulgaria

Requisitos dietéticos

Se atienden todos los perfiles específicos: vegano, vegetariano, alérgenos, diabetes, etc. Su “Menú Muy Especial” (MSM) es un menú que no contiene productos de origen animal ni grasas saturadas. Las grasas saturadas (productos de origen animal, aceites de palma y de coco) se han asociado durante mucho tiempo con un mayor riesgo de enfermedad cardíaca, niveles elevados de LDL y colesterol total en sangre, accidente cerebrovascular e incluso cáncer. Está comprobado que el mundo moderno occidental consume más de 100 gramos de grasas saturadas al día, y su exclusión de los menús diarios garantiza sin duda el mantenimiento de una buena salud..

El MSM es un menú a base de plantas enriquecido con grasas Omega 3 y especias aromáticas naturales. Los platos están aromatizados con aceites de oliva, linaza u otros aceites orgánicos que se añaden a los platos después de su tratamiento térmico.

MSM es adecuado para cualquier persona que crea en las propiedades curativas de los alimentos, especialmente para aquellos diagnosticados con esclerosis múltiple u otras enfermedades autoinmunes y para niños diagnosticados con autismo. Se ha demostrado que la adherencia prolongada a esta dieta impide el desarrollo de síntomas de esclerosis múltiple..

Uso de la tecnología

El sitio web de FitMeal es una plataforma completa de pedidos online y un recurso de información para los clientes. Por lo tanto, su servicio es sin efectivo.



Sigue la historia de FitMeal



Tipo: Para llevar/ online/ servicio a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?
ANDDIET fue la primera de su tipo en Bulgaria que ofrece servicios de catering a quienes buscan planes de alimentación saludables. A lo largo de los años, han desarrollado el negocio, complementando y enriqueciendo constantemente su gama, mejorando la calidad de los alimentos e incorporando los últimos descubrimientos en el campo de la alimentación saludable. La creación e implementación de una dieta sana y nutritiva es resultado de mucho trabajo, y de una interconexión de filosofía y tecnología utilizando sus conocimientos y experiencia. Su programa de dieta se crea con más de 12 chefs y tecnólogos de alimentos. Solo se utilizan productos frescos y cuidadosamente seleccionados, naturales y orgánicos. Cada día ofrecen una selección de más de 20 tipos de platos principales, 10 tipos diferentes de snacks, 8 tipos de ensaladas y 9 tipos diferentes de postres.

Saludable
Sus recetas y menús están realizados con productos de máxima calidad, con origen garantizado. El tamaño y el contenido de las porciones están estrictamente controlados. Todos los menús promueven la salud, la curación y la pérdida de peso de una manera segura y pueden adaptarse a todas las necesidades dietéticas. Los menús incluyen platos de la cocina tradicional búlgara, italiana, francesa, griega, libanesa y muchas otras y permiten satisfacer las preferencias individuales. Utilizan cereales integrales y promueven las frutas y verduras, mediante la inclusión de jugos frescos, licuados y batidos de proteínas. Los menús vegetarianos son importantes en su oferta y se gestionan cuidadosamente para garantizar comidas equilibradas. Todas las ensaladas llegan sin aderezo, pero aportan hierbas de calidad, aceite de oliva y vinagre para que permanezcan frescas y crujientes. Algunos planes de alimentación incluyen alimentos que ayudan a quemar grasa y estimular el metabolismo, por ejemplo: espirulina, chía, agave, algas, semillas de salvia, semillas de amapola, canela, stevia, semillas de cáñamo, miel, cacao en grano.

Acerca de
Originaria de Beirut, la Dra. Angie Kassabie es profesora en el Departamento de Higiene, Ecología Médica y Nutrición de la Universidad Médica de Sofía, Bulgaria. También tiene una licenciatura en Dietética de la Universidad de Washington. En 2014 recibió un doctorado de la Sports Academy, Sofía (PhD). Pero fue en 2006 cuando Angie estableció la primera empresa en Bulgaria para nutrición saludable relacionada con la dieta: "AND DIET". El enfoque innovador y los deliciosos menús saludables rápidamente hicieron famosa a la joven nutricionista. Hoy en día tiene numerosos clientes famosos, incluidas estrellas de Hollywood y otras figuras mundiales, ¡así como la familia real de los Emiratos Árabes Unidos! La Dra. Angie quería disipar el mito de que los alimentos saludables tenían que ser insípidos. Ella cree que a través de la elección correcta de los productos e ingredientes alimenticios y los procesos de cocción cuidadosamente controlados (sin el uso de mejoradores o conservantes), se pueden entregar alimentos frescos y apetitosos. Al hacer esto, permitió a sus clientes redescubrir sus cuerpos sanos sin sentirse privados de la alegría y el placer de la buena comida.

Sostenible
AND DIET utiliza canales de venta flexibles, para entregar sus productos de la manera más eficaz y eficiente posible, garantizando así frescura y calidad. Sólo se utilizan envases ecológicos para reducir su impacto en el medio ambiente. Su modelo se basa en el uso de métodos de cocción más saludables y la transparencia de los ingredientes, incluyendo siempre frutas, verduras y variedades integrales.

Ética
AND DIET es una PYME cuyo modelo de negocio gira en torno a una alimentación saludable, la promoción de buenos hábitos alimentarios y mejora de las relaciones con la alimentación, por lo que están teniendo un impacto social, al mejorar la salud de la comunidad. Practican el abastecimiento ético de sus ingredientes y promueven el patrimonio culinario al incluir platos locales tradicionales en sus comidas. Ofrecen el equilibrio perfecto entre el sabor tradicional y la comida sana,

Uso de la tecnología
El sitio web AND DIET es una plataforma de pedidos online y una fuente de información para los clientes. Por lo tanto, su servicio es sin efectivo. Tienen sus propios vehículos de reparto.

Sigue la historia de AND DIET



TIPO Para llevar/ online/ servicio a domicilio
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?

El menú KETO de Revivo.bg cumple totalmente con todos los principios de bajas cantidades de carbohidratos de liberación rápida y la inclusión de comidas con alto contenido de grasas. Fue preparado tras una larga y detallada por el Dr. Pelov. Todos los productos, cantidades y proporciones se seleccionan cuidadosamente para dar los máximos resultados y así comenzar a sentir el impacto lo más rápido posible. Los platos se elaboran en una cocina profesional por un chef con garantía de calidad y son entregados refrigerados por una tecnología especial para preservar todo el sabor y las cualidades nutricionales. Cada plato se prueba y aprueba solo si tiene un sabor impecable, ya que el equipo cree que la comida puede y debe ser útil y deliciosa.

En general, las recomendaciones se basan en la dieta tradicional búlgara. Poco a poco, la gente comienza a volver a sus raíces. Recomiendan este estilo de vida no solo para bajar de peso, sino también para curarse. El principal motivo para abandonar una dieta es la dificultad para encontrar productos saludables, la falta de tiempo y la pérdida de motivación por el esfuerzo que requiere realizar comidas saludables. El Dr. Pelov ha logrado crear un régimen equilibrado, que además de mejorar la salud es fácil de implementar y se convierte en una forma de vida.

Saludable

Esta dieta es sana y equilibrada, ya que lleva a las personas a sus raíces y naturaleza, donde el equilibrio lo es todo. A lo largo de los años, hemos alterado este equilibrio debido a los alimentos procesados con alto contenido de carbohidratos. Sobreviene la adicción al azúcar y cada vez se consume más, lo que conduce a la enfermedad. Uno de los principales síntomas de esto es la obesidad. Es adecuado para cualquier persona que quiera perder peso de forma permanente y está recomendado para personas con hipertensión arterial, colesterol o personas que quieran tener más energía y reducir el insomnio.

Sostenible

Revivo considera la sostenibilidad en cada paso del camino: utilizan soluciones ecológicas para sus envases y un enfoque totalmente transparente con sus clientes en términos de ingredientes.

Requerimientos dietéticos

Todos los productos, cantidades y proporciones se seleccionan para dar los máximos resultados. Los menús son 50% de verduras (las mejores del mercado), 15% de proteínas (carne y pescado de origen y calidad verificada), 20% de grasas vegetales naturales (sin grasas artificiales o procesadas) y 15 % Grasas Animales Naturales (de calidad y origen comprobados).

Uso de la tecnología

El sitio web de Revivo es una plataforma completa de pedidos online y una fuente de información para los clientes. Su servicio es sin efectivo. Tienen sus propios vehículos de reparto.

Haz click para ver los vídeos

[VIDEO 1](#) [VIDEO 2](#) [VIDEO 3](#)

Acerca de

El Chef Plamen es conocido por su trabajo en lugares icónicos como los Restaurantes "Regina", "Carrera" y la pizzería "Viktoria", y ahora su trabajo creativo está disponible en Revivo. Sus menús se basan en el régimen keto, bajo en carbohidratos y alto en grasas. Se trata de grasas naturales, no procesadas ni grasas artificiales que inundan el mercado. Hoy las tiendas están llenas de productos bajos en grasa, que están llenos de azúcar y almidón. Así, casi todo lo que compramos envasado tiene carbohidratos. Entonces, ¿qué es una dieta ketogénica y por qué es saludable? A medida que reducimos los carbohidratos rápidos que comemos, el hígado comienza a producir ketonas grasas, que sirven como combustible alternativo cuando el azúcar en sangre es bajo. El principal usuario de ketonas es el cerebro, el órgano más hambriento del cuerpo, que necesita energía las 24 horas al día para funcionar correctamente. Cuando el cuerpo entra en modo keto, comienza a quemar grasa. El efecto más obvio es la pérdida de peso. Además, con la ketosis la sensación de hambre se disipa, y disminuye el deseo de comer alimentos azucarados. La experiencia nos demuestra que cuando se come de esta forma se reduce la ingesta natural. De esta forma puedes dejar de contar calorías.

Sigue la historia de Clean Cut Meal



04

RESPETUOSO/ SOSTENIBLE CON EL MEDIO AMBIENTE



| | PAG. |
|------------------------------------|------|
| 21 MY GOODNESS | 32 |
| 22 BORDA'S | 33 |
| 23 GOURMET BAG PROJECT | 34 |
| 24 CIRCULAR ECONOMY PROJECT | 35 |
| 25 MARKO CESAR | 36 |
| 26 ECOLOGICAL DIDACTIC FARM | 37 |
| 27 HOMESTEAD FIRBAS | 38 |
| 28 PROYECTO LATXA ARTILE | 39 |
| 29 ROZANNE STEVENS | 40 |



ESTE MENÚ ES INTERACCTIVO. HAZ CLICK
PARA UNA RÁPIDA Y SENCILLA NAVEGACIÓN

21 MY GOODNESS

Tipo: Respetuoso/sostenible con el medio ambiente
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

La esencia de este negocio es la salud y la sostenibilidad de una manera ética y ecológica. Su lema es "comida para hacerte sentir bien" y los propietarios Virginia y Donal preparan una variedad de alimentos saludables en sus puestos de mercado en Cork. No solo eso, sino que se esfuerzan por fomentar el aprecio por los recursos naturales, basado en la filosofía de la permacultura. El negocio intenta tener cero residuos: mediante botellas reutilizables y envases compostables. My goodness es parte de la comunidad y la comunidad es parte de ellos.

Acerca de

My Goodness está dirigido por un matrimonio, Virginia y Donal O'Hara y es una empresa centrada en la salud ética. Se especializan en productos alimenticios veganos, crudos, sin azúcar, sin gluten y fermentados. Es la primera empresa en Irlanda que produce kéfir y kombucha a partir de agua obtenida de forma sostenible. Virginia se mudó a Irlanda desde Texas para estudiar permacultura en Kinsale College, el único lugar en el mundo que ofrecía ese curso entonces. Ella siente que el estudio y los patrones de diseño de la naturaleza y la permacultura, alienta a las personas a crear el diseño sostenible perfecto en sus vidas y negocios. La historia de My Goodness es una historia sobre cómo superar la adversidad en los negocios. Comenzaron como un café pop-up vegano en la ciudad de Cork, pero después de 6 meses de comercio hubo un incendio en la cocina, por lo que el negocio cerró. La semana siguiente, la pareja tenía un puesto en un mercado de agricultores local y les robaron las ganancias. Pero Virginia y Donal, no se rindieron. Se esfuerzan por crear un modelo de negocio sostenible basado en el respeto mutuo entre la tierra, los agricultores, las personas en la cocina que preparan la comida y sus clientes. Ahora tienen un espacio de producción de 1,000 pies cuadrados, y la mitad de eso está dedicado a crear kéfir y kombucha fermentados con agua de lluvia. Los My Goodness Kefirs ahora también están disponibles de barril en un bar local en Crosshaven. Fueron los primeros clientes en tener las bebidas de barril, intercambiando entre Minted Lime o Hibiscus & Citrus.

Saludable

My Goodness se enorgullece de transformar los recursos menos favoritos de Irlanda (lluvia y coles) en deliciosos productos fermentados. Crean alimentos que son buenos para el intestino, el cerebro y el medio ambiente.

Sostenible

La filosofía detrás de la permacultura es que las personas adoptan soluciones observadas en los ecosistemas florecientes y los utilizan en su propia gestión de la tierra. Incluye, agricultura regenerativa, uso y valor de las energías renovables, no produce desperdicio y regeneración. Cuando Virginia se mudó a Irlanda, le resultó difícil lidiar con el clima, especialmente la cantidad de lluvia, por lo que decidió convertirlo en algo positivo. Comenzó a ver la lluvia como un recurso, posiblemente uno de los más valiosos, y a convertirlo en algo útil y, en consecuencia, apreciarlo. Ahí es donde surgió la idea de recolectar agua de lluvia y fermentarla para hacer Kombucha y Kéfir. *"Es una broma permanente entre mis amigos: '¡Oh, ahí está Virginia, la texana vendiendo agua de lluvia a los irlandeses!' "Estamos lejos de ser perfectos, pero seguimos esforzándonos cada año para desperdiciar menos. Usamos la mayor cantidad posible de verdura deshidratando, conservando, fermentando y volviendo a ponerlo en el caldo que hacemos. Hacemos galletas de chucrut con la salmuera de nuestro chucrut y la parte superior, la cola y la piel de nuestras verduras y semillas de lino".*

Ética

My Goodness usa productos locales, apoyando a los agricultores locales, orgánicos y libres de químicos. Trabajan en cuatro mercados de agricultores diferentes para obtener lo mejor de los productos de Cork y han comenzado a trabajar con un grupo llamado CUSP, difundiendo su idea de desperdicio cero en el mercado de agricultores de Mahon Point. Recolectan agua de lluvia y la fermentan para hacer bebidas crudas, kombucha y kéfir, y las venden en botellas reutilizables; nada que sea de un solo uso, todo es reutilizable o compostable..

Sigue la historia de My Goodness



22 THE "BORDA" HOMESTEAD AND B&B (OLABERRÍA)

Tipo: Cadena de suministro
País: País Vasco, España



¿Por qué es una buena práctica?

Borda demuestra buenas prácticas, principalmente por sus principios de sostenibilidad y producción: no usan métodos agrícolas intensivos y, por lo tanto, contribuyen a la salud de los consumidores y la calidad del producto. También practican y fomentan la cadena de suministro corta a través de la cooperativa que han formado y, como resultado, la protección de la raza de ganado Pirenaica, en peligro de extinción.

i Acerca de

Borda es un agroturismo y una granja en funcionamiento. Irene y Alberto Irastorza llevan el negocio juntos: Irene gestiona el alojamiento y Alberto la agricultura y ganadería. La carne producida en la propiedad se entrega directamente a los clientes habituales y también se vende a través de "Lur Lan", una cooperativa que agrupa a productores agrícolas y ganaderos de dieciocho fincas diferentes e incluye productos como chiles, derivados del cerdo, quesos y legumbres. La asociación tiene una fuerte presencia en Internet y utiliza una estrategia de venta directa.

💡 Problemas

La agricultura y la cría de animales tradicionales son intensivas en mano de obra y requieren atención constante durante todo el año; no hay fines de semana ni feriados. Las nuevas generaciones ya no desean asumir responsabilidades tan onerosas y la ocupación está perdiendo terreno.

🎬 Acción

Irene y Alberto se embarcaron en este sistema de comercialización de carne de venta directa adaptando un sistema utilizado en el País Vasco Francés a su propia zona. La idea es que el productor venda su producto directamente al consumidor. Los Irastorza trabajan desde su finca y ofrecen envases de carne al vacío de cinco kilos. Contienen ocho cortes diferentes o productos de cortes de primera y segunda calidad. Los Irastorza afirman que sus precios son extremadamente competitivos y representan un gran valor para los consumidores. El etiquetado de paquetes incluye detalles y fechas de trazabilidad completos.

🍊 Saludable

Carne de alta calidad certificada procedente de ganado alimentado con cereales naturales sin productos transgénicos o hierba.

♻️ Sostenible

La producción depende de los recursos locales y es respetuosa con el medio ambiente. Han promovido el consumo de alimentos y productos locales o de "kilómetro cero". Trabajar de esta manera les permite mantener en uso la tierra de la zona, contribuyendo así a la industria del turismo agrícola.

👍 Ética

El producto se vende directamente al público; esto asegura la preservación de los métodos de trabajo tradicionales y promueve el desarrollo económico de los pueblos rurales locales. También asegura que los habitantes de las zonas rurales sigan trabajando y ganándose la vida. Han contribuido a la conservación de la raza bovina Pirenaica, especie en peligro de extinción.

Sigue la historia de Borda



23 GOURMET BAG PROJECT 2.0

Tipo: Restaurante, 0 desperdicio
País: Donostia - San Sebastian, País Vasco, España



¿Por qué es una buena práctica?

El concepto es brindar una herramienta para luchar contra el desperdicio de alimentos. En los restaurantes se ponen a disposición de los comensales recipientes ecológicos llamados "Bolsas Gourmet" para llevarse los alimentos que no pueden comer. La idea es concienciar sobre el desperdicio de alimentos, que el alimento no es basura para desechar, todo con enfoque ecológico.

Resultados

Cada vez son más las personas que utilizan las Bolsas Gourmet y hay un aumento significativo en el número de restaurantes que están poniendo en práctica la iniciativa durante todo el año. Esto aumenta la conciencia sobre el tema y, posteriormente, promueve la necesidad de que el público en general se involucre en el Problemaa de los residuos alimentarios y plásticos.

Impacto

Este proyecto contribuye a la reducción del desperdicio de alimentos en Guipúzcoa. Los comensales se llevan la comida no consumida a casa, en lugar de dejarla para que sea eliminada posteriormente, reduciendo así la basura. Este es un Problemaa grave, ya que España genera la tercera mayor cantidad de basura del mundo detrás de China y EE. UU.

Sostenible

Las "Bolsas Gourmet" están hechas de papel reciclado y pueden colocarse en hornos microondas. Son totalmente compostables y cuando ya no se necesiten, se pueden depositar en el contenedor de reciclaje de residuos orgánicos cerrando así el círculo económico.

Ética

Uno de los objetivos de las bolsas es resaltar la importancia del compromiso de la comunidad con el tema del desperdicio de alimentos. También alientan al público a reflexionar sobre el Problemaa de la escasez de alimentos en todo el mundo y les recuerdan que una proporción significativa de la población mundial no recibe una nutrición adecuada. Según Naciones Unidas, un tercio de la producción mundial de alimentos se desperdicia. Uno de los objetivos del crecimiento sostenible para 2030 es reducir este desperdicio a la mitad; por tanto, esta iniciativa contribuye a alcanzar este objetivo.

Acerca de

Este proyecto es un esfuerzo cooperativo entre la Consejería de Medio Ambiente del Gobierno de Guipúzcoa, la Asociación de la Industria Hotelera y el Donostia Impact Hub. El proyecto se inició en el Casco Antiguo de San Sebastián y ahora ha ampliado su área de actuación a Arrasate, Beasain, Éibar, Irún y Tolosa. El objetivo es ampliar las actividades para englobar toda la provincia y todos sus establecimientos gastronómicos.

Problemas

Investigaciones recientes revelan las consecuencias del desperdicio de alimentos en Guipúzcoa, donde se generan 123.000 toneladas de residuos alimentarios al año. La gestión de estos residuos es un Problemaa medioambiental grave y una fuente de emisiones de gases de efecto invernadero. Antes de las "Bolsas Gourmet", el personal del restaurante ofrecía recipientes de plástico para llevar la comida no consumida. Esto solucionó un Problemaa pero creó otro: la generación de residuos plásticos, altamente dañinos para nuestro medio ambiente.

Acciones

Los camareros son conscientes de su responsabilidad, ya que son los promotores de primera línea de la "Bolsa Gourmet" gratuita. Es su deber ofrecer e incentivar el uso de esta herramienta a los comensales. En los establecimientos participantes se coloca un stand distintivo de 'bolsos', aumentando la visibilidad y proporcionando información sobre ella.

Sigue la historia de Gourmet Bag



24 PROYECTO DE ECONOMÍA CIRCULAR

(entre Centros de FP)

Tipo: Educativo/catering/economía circular

País: País Vasco, España

¿Por qué es una buena práctica?

Tres escuelas de FP participan en este proyecto de economía circular. El objetivo es reciclar recursos, productos y residuos y crear una economía circular. Los estudiantes pueden familiarizarse con las actividades y proyectos agrícolas que se desarrollan en el Colegio Fraisoro C; pueden ver los últimos avances y técnicas en acuicultura en Kardala; y por último, pueden ver cómo se preparan y sirven los productos de los dos colegios en la Escuela de Catering Cebanc. Este proceso une a los tres centros y brinda a los estudiantes una perspectiva más amplia de su campo de educación.

Saludable

El producto es de una calidad y un valor nutricional excepcionalmente altos. Kardala practica la piscicultura intensiva y sus productos se alimentan de bioplancton. El ganado en Fraisoro se cría a base de pasto y cereales y las plantas y hortalizas se cultivan con técnicas respetuosas con el medio ambiente.



Sostenible

El objetivo principal es familiarizar a los estudiantes con la idea de una economía circular a través de una serie de actividades. Los peces y el ganado se cultivan en seco a escala semiindustrial mediante sistemas de recirculación que permiten la reducción de residuos y optimizan el uso de agua y energía.



Ética

El objetivo del proyecto es enseñar técnicas respetuosas con el medio ambiente, que también salvaguarden el bienestar animal y producir alimentos de alta calidad, utilizando técnicas innovadoras de alto rendimiento. Como instituciones educativas, el objetivo es dotar a los futuros trabajadores de las habilidades necesarias para contribuir a las mejoras en el sector primario.



Requerimientos dietéticos

Peces y ganado alimentados con cultivos y bioset. Vídeos. Europa// Mutriku, Zizurkil y Donostia-San Sebastián



Tipo: Apicultura, miel, productos de abejas
País : Slovenia



¿Por qué es una buena práctica?
Producción innovadora de miel y productos apícolas y diseño profesional de nuevos productos con inclusión de superalimentos funcionales. A través de la producción de esta miel local eslovena, están protegiendo el patrimonio y las tradiciones culinarias de la zona. Cesar's está sacando provecho del restablecimiento de la cultura tradicional de la apicultura de siglos de antigüedad, de manera sostenible y mejorando la comprensión y el uso de la miel como alimento funcional, debido a sus características naturales e ingredientes activos.

i Acerca de

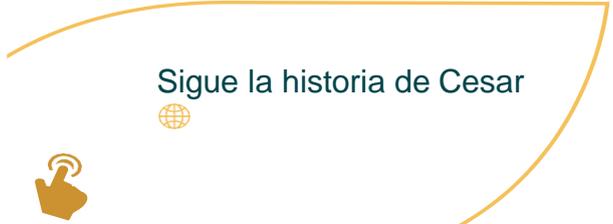
Marko Cesar es un apicultor joven, ambicioso e innovador, presidente de la Asociación de Bebidas de Miel de Maribor. De niño, le encantaba ver la apicultura de su tío abuelo, y este trabajo siempre le pareció interesante. Es un apasionado amante de la naturaleza. Recibió el certificado de miel eslovena con indicación geográfica en 2010. Cree en la calidad y el procesamiento controlado de la miel (también es inspector de la Asociación de Apicultores de Eslovenia). Marko promueve la exposición de productos de miel de calidad y controlados como el suyo (con orígenes patrimoniales) y reduce la invasión de productos de miel "sin nombre" y de bajo valor agregado. Lo hace a través de la educación y de proyectos culinarios y de ecoturismo. Cesar Beekeeping ofrece un programa de ventas diverso e imaginativo de miel y otros productos apícolas. Producen casi todo para la salud y los placeres culinarios de la miel. Marko produce miel floral, castaña, acacia, cremosa y combinaciones de nuevos sabores especiales. Los visitantes quedan fascinados por las variedades originales como la miel de canela, la miel de arándanos, la miel con frutos secos, la miel con chocolate y las avellanas. Marko también produce una amplia gama de productos apícolas beneficiosos para la salud, como propóleo, polen, miel y jarabe de hojas de abeto, una mezcla de miel, y jalea real. También tienen una variedad de bebidas de miel como hidromiel, hidromiel espumoso y licor de miel.

 **Saludable**
Productos elaborados a partir de miel y otros productos apícolas. Los productos especiales de miel se preparan agregando ingredientes funcionales para la promoción de la salud, provenientes de granjas orgánicas locales y, en consecuencia, están transformando los hábitos alimenticios. Están haciendo correr la voz sobre la apiterapia (el uso de productos de abejas en la medicina alternativa).

 **Sostenible**
Esta empresa promueve la preservación de la biodiversidad y el cuidado de las montañas de Pohorje y el jardín de luna de miel. Lo hacen mediante la realización de catas de miel sensoriales que crean un conocimiento profundo del consumidor con la miel y le dan una comprensión y reconocimiento de su mayor valor agregado que se deriva de la biodiversidad local. Ellos iniciaron el aprendizaje en la industria mediante la realización de jornadas de puertas abiertas sobre apicultura y presentaciones en escuelas y guarderías.

 **Ética**
Desarrollar una actitud ética hacia las abejas es uno de sus principales objetivos. Cesar's también promueve: alimentación saludable, producción ética de alimentos, responsabilidad en el establecimiento de cadenas alimentarias, elección ética de los recursos, fomento del suministro local y las tradiciones alimentarias. Creen en la promoción conjunta de todos los actores de la cadena de suministro y en la importancia de la producción orgánica. Utilizan enfoques de marketing innovadores y se enorgullecen de educar a los niños sobre la importancia del cuidado personal y la producción de alimentos locales saludables. Cesars está comprometido con el etiquetado adecuado de los alimentos con información veraz y verificable y se sabe que trabaja con organizaciones caritativas de distribución de alimentos.

 **Uso de la tecnología**
Pago sin efectivo, venta online, servicios a domicilio.





Tipo: Granja Ecológica Didáctica
País: Eslovenia

¿Por qué es una buena práctica?

Promoción de la agricultura ecológica y las tradiciones de autoconsumo. Enseña a los niños que los alimentos orgánicos saludables contienen más nutrientes, sabores y aromas que los cultivados convencionalmente y muestra cómo no se usan pesticidas o fertilizantes químicos. Cultivan y producen alimentos, de acuerdo con las normas internacionales, sin toxinas, y solo con el uso de conservantes naturales amigables con la naturaleza. La producción de alimentos orgánicos es más que el cultivo de verduras y frutas; también es criar animales, acuicultura, herboristería y viticultura.

Acerca de

Un lugar idílico, donde las pistas de Framski Pohorje se unen a la llanura, y reinan el silencio y la serenidad de los bosques y prados circundantes. Desde hace más de 200 años a una altitud de 700 metros se encuentra la Ecogranja, Baron's Homestead. Una granja orgánica que se ha convertido en el mejor aula para que los niños aprendan a cultivar alimentos naturales y amigables con los animales. La finca tiene las puertas abiertas para todas las guarderías, escuelas y otros visitantes que quieran aprender a administrar sus alimentos y producir sin que el medio ambiente sufra.

Problemas

Los jóvenes no comprenden la importancia de la elección de alimentos saludables y productos locales ecológicos. No saben cómo se crían y cuidan los animales, ni los procesos que implican tener carne en la mesa. Carecen de conocimientos sobre la forma en que se cultivan las hortalizas.

Ética

La empresa promueve una dieta saludable y cree en su responsabilidad de establecer cadenas alimentarias cortas y en la elección ética de los recursos. Lo hacen mediante el uso de proveedores locales y la promoción de las tradiciones culinarias, la producción orgánica y la cría de animales ética. Su filosofía implica educar a los niños sobre la importancia del cuidado personal y la nutrición.

Sigue la historia de Pri Baronu's



Acción

La granja "Pri Baronu" ha decidido impulsar la sensibilización ecológica. Proponen días de ciencia, donde reciben a estudiantes en su granja en eventos que comercializan como: "Conviértete en agricultor por un día". Esto significa que los niños se familiarizan con el ciclo alimenticio de la granja a la mesa, y así aprenden lo que necesitan para comer bien. También promueven la importancia de los productos ecológicos locales y les enseñan sobre la responsabilidad de uno hacia el cuidado y el bienestar de los animales.

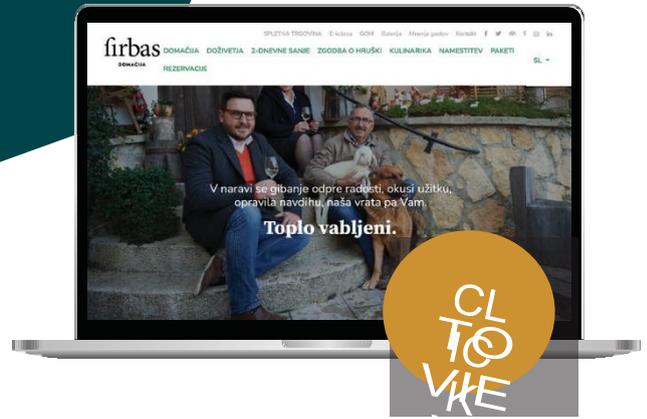
Sostenible

Esta granja orgánica sigue la producción, procesamiento y distribución sostenibles de alimentos. Prioriza la integración de métodos naturales y reutilización de materia natural. Su enfoque abarca todos los pasos que afectan el concepto "de la granja a la mesa". Al seguir los ciclos naturales, se hace hincapié en la disponibilidad estacional y su promoción es crucial. Quienes consumen alimentos orgánicos, toman decisiones conscientes, aprenden sobre los excedentes de alimentos y persiguen el principio de "desperdicio cero" (prevención de desperdicios que fomenta el rediseño de los ciclos de vida de los recursos para que todos los productos sean reutilizados).

Resultado

La alta calidad, la excelente comunicación con el público y un enfoque en la innovación constante los han posicionado en la cima de su industria. Los clientes pueden pedir los productos online y elegir la ruta de distribución. Así, influyen en quienes son conscientes de la importancia de utilizar cultivos orgánicos. Ofrecen alimentos y bebidas elaborados exclusivamente a partir de alimentos orgánicos que se han cultivado en su finca. También quieren enseñar a los niños sobre la importancia de la autosuficiencia y los alimentos cultivados orgánicamente. Se les proporciona un refrigerio elaborado con productos orgánicos para afianzar el mensaje de que lo orgánico es mejor. Posteriormente se anima a los niños a regresar a la finca Pri Baronu con sus padres, para tener un impacto en toda la familia, en la elección de alimentos saludables y la responsabilidad con la naturaleza,

Tipo: Finca, incluida la granja y otras instalaciones de apoyo (alojamiento, glamping..)
País: Eslovenia



¿Por qué es una buena práctica ?
La producción, venta y promoción innovadoras de alimentos frescos de huerta cultivados localmente, se comercializa con éxito debido a la integración exitosa de la marca de la granja en todos los niveles de operación de la misma.

i Acerca de
Además de las actividades de una finca turística con alojamiento, la finca Firbas reconoció la importancia de exponer y comercializar claramente sus productos locales de calidad. Al analizar el valor de mercado de sus propios productos, sus peras William cultivadas en casa se convirtieron en el producto de mercado de la joya de la corona de la granja. La familia Firbas buscaba constantemente una oportunidad para acelerar la venta de excelentes productos de pera caseros. Para ello, apuestan por una gama de productos interesante y de gran calidad (mermelada, zumo, brandy, trozos de fruta, chutney). Con una promoción exitosa y fuertes conexiones con la Organización de Turismo de Eslovenia, lograron integrar su jugo de pera en la mayoría de los mejores establecimientos de restauración de Eslovenia. Su jugo se ha convertido así en un importante embajador y símbolo de la hacienda, ganando reconocimiento cada año.

Su hacienda ofrece una gran variedad de platos a los huéspedes, todos los cuales tienen una cosa en común: sabores exquisitos. Firbas es sinónimo de 100% fresco y delicioso. Garantizan la trazabilidad completa de todos los ingredientes de su propia granja, a la que solo pueden unirse unos pocos de las granjas cercanas. Si está de humor, se le ofrecerán alimentos de origen y herencia tradicionales.

Saludable
En el área de Slovenske Gorice (noreste de Eslovenia), la granja Firbas ha comenzado a comunicar intensamente la importancia de los alimentos locales producidos naturalmente. Insisten en un 90% de autosuficiencia de alimentos de todos los grupos (leche, huevos, carne, verduras, frutas, vino, cereales, etc.). En el cultivo de verduras y frutas, confían en las habilidades de producción del pasado y evitan los productos farmacéuticos.

Sostenible
En todos los niveles se plantea un enfoque sostenible para el funcionamiento de la granja. La granja es casi completamente autosuficiente. La fuerza laboral de Homestead se centra en la población local. Los materiales utilizados en la construcción de las instalaciones de la casa son de su propio bosque. El padre de familia es un restaurador aficionado que, con sus conocimientos, restaura constantemente la maquinaria usada para que pueda ser utilizada nuevamente agregando valor y patrimonio. La granja tiene sus propias bicicletas eléctricas, que se ofrecen a los huéspedes para explorar la zona.

Ética
La empresa emplea a personas del entorno local, que transmiten un sentido de herencia y hospitalidad a través de su trabajo. Los animales de la finca pastan libremente y al mismo tiempo se involucran en el rol didáctico de la finca (artesánias y habilidades agrícolas), que los visitantes pueden conocer durante su visita.

Requerimientos dietéticos
Perfiles especiales: vegetarianismo, veganismo, comida ecológica, dieta de temporada, dieta local.

Uso de la tecnología
Negocio sin efectivo, entrega que se adapta a las necesidades del mercado: venta sin contacto, bicicletas eléctricas.

Sigue la historia Homestead Firbas



Tipo: Ecológica / Sostenible / economía circular

País: País Vasco, España.

¿Por qué es una buena práctica?

Se trata de un proyecto de innovación que reúne a las explotaciones ovinas del País Vasco y Ternua, empresa de ropa de montaña. Su objetivo es crear un mercado para el vellón de oveja Latxa, raza doméstica del País Vasco que tradicionalmente ha proporcionado ingresos a los agricultores locales. Actualmente, la industria produce unas 2.000 toneladas de residuos al año; estos son difíciles y costosos de administrar. La idea es transformar los residuos en materia prima para la confección en sustitución de los sintéticos y la legendaria lana merina.

Saludable

Estas ovejas producen dos productos gourmet de gran reputación: la leche y el queso. Ambos se producen mediante métodos orgánicos. También tienen un alto valor nutricional y se cree que brindan numerosos beneficios para la salud.



Sostenible

Se trata de un proyecto respetuoso con el medio ambiente con una estrategia económica circular: busca reciclar los residuos de lana y utilizarlos como sustitutos de materiales aislantes derivados del aceite, reduciendo así el daño ambiental. Además, el producto es local y, en consecuencia, reducirá la necesidad de importaciones y, al mismo tiempo, estimulará la industria y el empleo en el área circundante.



Ética

Este proyecto busca producir productos alimenticios y textiles amigables con el medio ambiente. Su objetivo principal es promover el bien común y estimular la industria local, no simplemente generar ganancias.



Rquisitos dietéticos

El proyecto producirá comida y materiales orgánicos.



Tipo: Empresa Social
País: Dublin, Irlanda

¿Por qué es una buena práctica?

Rozanne es fundadora y directora culinaria de The Noosphere Institute, un proyecto empresarial social en asociación con Dublin City University. Noosphere ha sido seleccionada por el prestigioso GCSO (Comisión Global para Resultados Sostenibles) para crear un modelo de cocina piloto sostenible sin desperdicios que se replicará en campus de todo el mundo. Esto incorporará servicios alimentarios y de catering en toda la industria y actuará como centro de investigación y desarrollo para alimentos de origen vegetal y prácticas de sostenibilidad. El Instituto tiene un programa de cocina de desperdicio cero y analiza alimentos integrales, análisis nutricional, recetas basadas en plantas y el desarrollo de menús para servicios de alimentos. Además de brindar capacitación y tutoría al personal y la implementación de los objetivos de desarrollo sostenible.

Acerca de

Rozanne Stevens es una de las campeonas gastronómicas de Irlanda y pionera en la sostenibilidad alimentaria. Wholefood Eco Chef, cocina piloto sostenible sin desperdicio, educadora, autora de libros de cocina, de Sudáfrica, Rozanne estudió derecho y se formó en la Cape Wine Academy como profesora de comida y vino, antes de mudarse a Irlanda en 1999. Todo lo que hace Rozanne se basa en los Objetivos Globales de Desarrollo Sostenible 3 y 12, que son el espíritu detrás de su trabajo. El Objetivo Sostenible 3 tiene como objetivo garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. El Objetivo Sostenible 12 tiene como objetivo garantizar patrones de producción y consumo sostenibles. Se ha trabajado mucho en estos objetivos, pero Rozanne espera hacer todo lo que pueda en su trabajo para apoyarlos. "Hago lo que hago porque siento que soy increíblemente afortunada de haber encontrado el trabajo de mi vida. Los talentos que me dio Dios, más mi educación y experiencia, me han dado este propósito".

Saludable

Bajo el ODS 3, Rozanne se dedica a la salud humana y a las personas que tienen acceso a alimentos nutritivos y de buena calidad, educación alimentaria y educación en habilidades culinarias.

Sostenible

DCU ya tiene un sistema robusto para medir el desperdicio de alimentos que ha estado usando y monitoreando durante los últimos 3 años. Como parte del proyecto Noosphere, están probando muchos métodos, incluido un programa de software que fotografía y analiza los alimentos preparados y los desechos. "Nuestra declaración de misión es encontrar la intersección armoniosa entre la salud humana y la salud planetaria, y protegerla y promoverla. No es una situación de "ellos contra nosotros". Puedes amar a las personas y al planeta en igual medida".

Uso de la tecnología

El Instituto Noosphere está trabajando en varios proyectos que utilizan tecnología para reducir el desperdicio alimentario.

Sigue la historia de Rozanne Stevens



05

ARTESANO



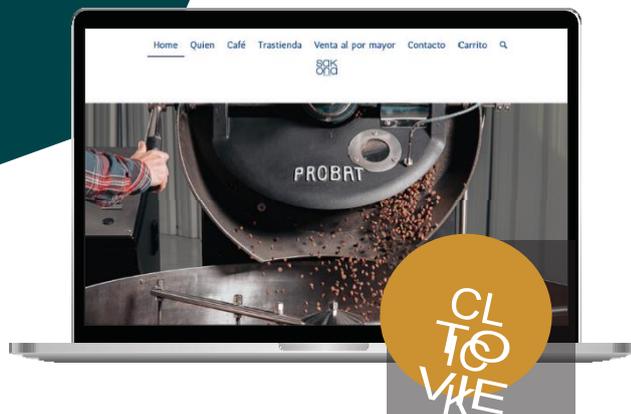
PAGE

| | | |
|-----------|---------------------------|----|
| 30 | SAKONA TOSTADORES DE CAFÉ | 42 |
| 31 | KOCBEK | 43 |
| 32 | DŽLICA | 44 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

Tipo: Artesano / economía circular
País: País Vasco, España



¿Por qué es una buena práctica?

Sakona Micro Tostadora de Café funciona como un concepto innovador de micro tostador. Los granos de café se tuestan en el local y aquí el propietario Javier García vende su café en pequeñas cantidades marcando un retorno a las prácticas tradicionales y más éticas. Las micro-tostadoras se han convertido en una tendencia mundial y promueven el consumo de cafés finos de pequeña producción. No hace falta decir que la calidad del café en Sakona está garantizada. Este micro tostador también sirve productos de panadería como repostería tradicional y alguna otra cocina contemporánea.

i Acerca de

Sakona es una pequeña empresa de Irún (Guipúzcoa). Fue fundada en 2015 por Javier García Funez, 5 veces Campeón de España de Barista y finalista en el WBC (World Barista Championship) 2011 celebrado en Bogotá, Colombia. Javier combina sus dos pasiones, el café de especialidad y la industria hostelera. Su misión es compartir una gran experiencia con los lugareños, sirviendo cafés artesanales especiales, acompañados de un gran servicio y un ambiente agradable, mostrando "amor y cuidado por todas las acciones que acometemos, para enriquecer la mayor cantidad de vidas posible".

Saludable

El producto principal es el café, y los granos se obtienen de los mejores importadores europeos. Los nuevos envíos llegan semanalmente garantizando la máxima frescura. Los granos se tuestan en el local, lo que asegura la conservación de sus aromas y la alta calidad del producto final.

♻️ Sostenible

Los granos se cosechan en una variedad de países de todo el mundo para garantizar su naturaleza estacional y una calidad óptima. El café se puede comprar en la tienda minorista y online y viene en paquetes reciclables. También proporcionan cápsulas compostables genéricas compatibles con máquinas domésticas comunes.

👍 Ética

Javier cree en una forma diferente de hacer las cosas y quiere tener en cuenta su impacto humano. Quiere que sus cafés seleccionados se produzcan y comercialicen de una manera diferente a lo que se ha establecido generalmente en toda la industria. A través del tueste y venta de estos cafés siente que puede influir positivamente en la vida de las personas creando una experiencia completamente nueva que tiene repercusiones beneficiosas en todas las direcciones, hacia su origen y hacia el consumidor que lo descubre y lo elige. Todo el etiquetado utilizado muestra el origen del café, la plantación o cooperativa donde se cultivó así como la fecha de tueste.

📄 Requerimientos dietéticos

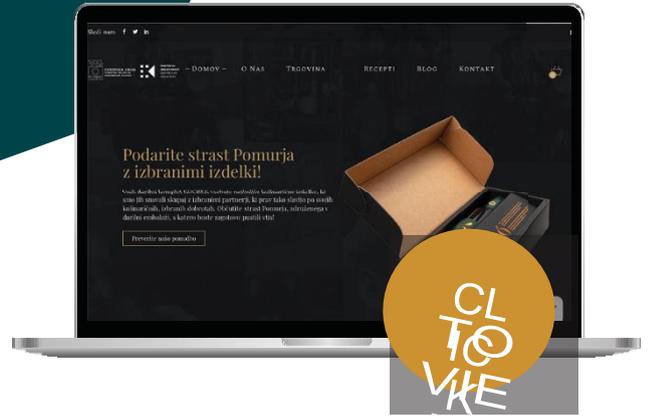
Vegano, vegetariano, sin gluten.

Sigue la historia de Sakona



31 KOCBEK: ACEITE SEMILLAS CALABAZA

Tipo: Aceite artesano con productos locales
País: Eslovenia



¿Por qué es una buena práctica?

Kocbek es un aceite de calabaza exclusivo que se vende en todo el mundo como producto artesanal de calidad que compite con los populares aceites de oliva. Se ha hecho un nombre en el mundo de la gastronomía y está recibiendo reconocimiento por su calidad. The Kocbek Mill conserva la artesanía tradicional y mantiene vivo el conocimiento local, promoviendo así su herencia culinaria. Se ha convertido en un activo para la comunidad y una industria Sostenible. Han recibido un certificado de denominación protegida por su aceite de calabaza.

Acerca de

Alojz Kocbek comenzó a trabajar en la molienda y la producción de aceite en 1929. En el corazón de Slovenske Gorice, hay un antiguo molino de aceite, donde ahora, la tercera generación produce aceite de calabaza de calidad. Alojz y su esposa Antonija transmitieron sus conocimientos y experiencia a su hijo Anton, quien a su vez se los transmitió a su hijo Gorazd. Como tercera generación, fue Gorazd quien refinó el aceite de semilla de calabaza y lo llevó a un mundo donde es cada vez más buscado en la actualidad. Hoy en día, los productos de la almazara de Kocbek son reconocidos tanto en Eslovenia como a nivel mundial y enriquecen los platos más prestigiosos para gourmets, desde Dubai, pasando por Japón y América. Los nuevos productos o productos secundarios de la semilla de calabaza y el aceite de semilla de calabaza están ampliando la historia, la misión y la filosofía de la almazara de Kocbek y la promoción de la región.

Gorazd ha evitado la tentación de utilizar semillas de calabaza más baratas, de menor calidad y más abundantes de China. *“Cada gota de aceite de calabaza de Kocbek está hecha de semillas seleccionadas, cultivadas por agricultores locales y representa un regalo de la naturaleza que está contenido en botellas sin aditivos”*

Sigue la historia de Kocbek 1929



Saludable

El aceite de semilla de calabaza y las semillas de calabaza representan uno de los productos locales clave en Eslovenia de larga tradición. El aceite de semilla de calabaza se utiliza como remedio natural para el tratamiento de los problemas de próstata y contra los parásitos intestinales. Las semillas de calabaza contienen muchas vitaminas como la provitamina A, vitamina B, C y E.



Sostenible

Los agricultores orgánicos y locales utilizados para el suministro de semillas de calabaza a la almazara de Kocbek, siguen la producción, procesamiento y distribución sostenible de sus semillas. Una cadena de suministro corta es especialmente importante para la marca. Gorazd está reduciendo el desperdicio al fabricar también nuevos productos a partir de los biproductos de la almazara, como sal con cáscaras de semillas trituradas, salamis, cremas para untar y jabones.



Ética

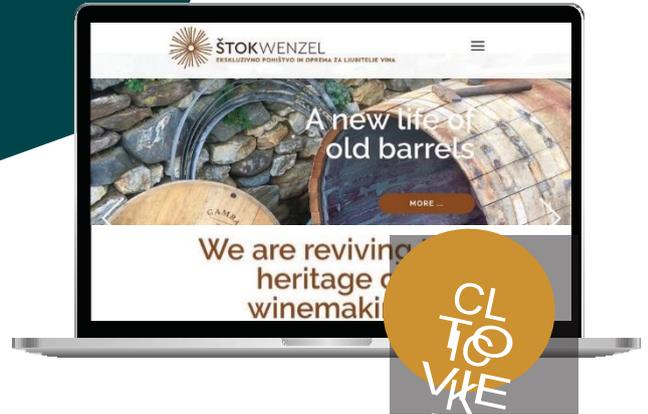
La empresa emplea a personas de su entorno familiar. Las semillas de calabaza se compran a los agricultores orgánicos locales. El molino de aceite cultiva las tradiciones y la artesanía local y todavía practica la costumbre de los lugareños de contratar un molino de aceite durante unas horas para exprimir el aceite de calabaza de sus semillas. La extracción del aceite también es un evento social que transmite un sentido de gratitud a la naturaleza y la cercanía social.



Uso de la tecnología

El pago sin efectivo está disponible en su tienda online. La página web se utiliza para ventas y marketing online en todo el mundo y también comparte la historia de su oficio. Mediante una buena promoción de sus productos, se está educando al mundo sobre el valor de los aceites de calabaza orgánicos de calidad y sus biproductos. Ahora su precio representa su calidad. En su sitio web, también promueven la venta de sus productos utilizando una variedad de interesantes

Tipo: Producto culinario innovativo
País: Eslovenia



¿Por qué es una buena práctica?
Integración innovadora del patrimonio culinario y cultural con la filosofía de reciclaje y aprendizaje de conocimientos artesanales.

Saludable
El producto "Džlica" se basa en la integración de platos orgánicos locales y una animación interesante asociada con la fabricación de cucharas de madera.

Sostenible
El producto "Džlica" tiene su origen en la filosofía Sostenible de UPCYCLING, que tiene como objetivo actualizar un material u objeto ya existente con una idea creativa y Sostenible. Así, la cuchara de madera está hecha de los componentes de un barril de vino de segunda mano, que el huésped completa con sus propias manos. A continuación, se sirve al huésped un plato orgánico elaborado con ingredientes locales preparados con alimentos de una cadena de suministro local.

Ética
La empresa emplea a personas de su entorno local. Los barriles de madera duraderos se compran a los enólogos locales a un precio de mercado justo. Los platos de cuchara que se sirven están hechos de alimentos orgánicos producidos de acuerdo con la filosofía orgánica.

Requerimientos dietéticos
Vegetarianismo, Veganismo, Nutrición orgánica, Nutrición Estacional, Nutrición Local.

Uso de la tecnología
Pago sin efectivo, página web.

Sigue la historia de Džlica



06 ORGÁNICO



PAGE

| | |
|--------------------------------|----|
| 33 NEANTÓG | 46 |
| 34 KARABEL ORGANIC FARM | 47 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK
PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

Tipo: Cooperación ecológica agraria
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?
Neantog ha dedicado su vida a la buena comida y a transmitir sus conocimientos a los demás. A través de su escuela, enseñan los beneficios de comer de manera saludable, cultivar un huerto orgánico, fermentar, cocinar con plantas y hornear masa madre. Su espíritu gira en torno a un estilo de vida sostenible y en promover este y el ecoturismo para su región.

i Acerca de
Neantóg significa “ortiga” en irlandés y es el nombre de su granja orgánica en Sligo porque la cabaña a la que se mudaron estaba rodeada de ortigas, que son nutritivas, curativas y energizantes. Neantóg fue fundada por Gaby y Hans Wieland, quienes se mudaron a la Irlanda rural desde Alemania en 1985 y vivieron en una tienda de campaña durante dos años convirtiéndose en agricultores, productores, queseros y panaderos. Fueron unos de los primeros productores locales en abastecer a las tiendas de Sligo y unos de los primeros en hacer pan de masa madre en la región. En 1987 compraron su finca, y además de ser su hogar, es donde ofrecen cursos y talleres en su Kitchen Garden School y donde Gaby dirige su Clínica Naturopática. Gaby y Hans se involucraron con el movimiento orgánico en el noroeste de Irlanda y especialmente con el proyecto del Centro Orgánico, donde comenzaron a impartir cursos ya en 1996. Gaby, con experiencia en enfermería, se graduó como naturópata y herbolaria en 2004. Hans se dedicó durante 16 años a desarrollar cursos y programas de capacitación en horticultura orgánica, vida sostenible y ecoturismo, ayudando a que el Centro Orgánico sea reconocido a nivel nacional e internacional como un centro de excelencia. Juntos ahora se concentran en desarrollar el programa de cursos, recorridos, talleres y mentores de Neantóg Kitchen Garden School.

“En Neantóg buscamos brindar un espacio para aprender habilidades, adquirir conocimientos y compartir ideas para una vida Saludable y Sostenible. Todos nuestros cursos se basan en nuestra experiencia como cultivadores, productores y practicantes”. En 2019, crearon otra empresa, cuando comenzaron Sligo Food Tours compartiendo la historia culinaria de la zona y al mismo tiempo disfrutando de la comida en algunos de los mejores cafés, restaurantes y ubicaciones de la zona.

Saludable
Nutritivo, curativo y energizante, como su lema, es la base de la gama de cursos de jardinería orgánica, cocina a base de plantas, horneado de masa madre, fermentación y búsqueda de alimentos que ofrece Neantog. Promueven los alimentos a base de plantas por todos sus beneficios para la salud y tienen una gran cantidad de recetas que se ofrecen para brindar variedad e inspiración.

Sostenible
El estilo de vida y los cursos de Wieland se centran en la vida y las prácticas Sostenibles. Enseñan desde sus propias experiencias en agricultura, producción de alimentos y remedios y terapias alternativas.

Use of technology
También hay un sitio web extenso con noticias, recetas y más: <https://www.neantog.com/>. Gaby también ha escrito el libro de cocina más vendido “Neantóg” y la pareja ha hecho varias apariciones en la televisión nacional.

Sigue la historia de Neantog



Tipo: Cadena de suministro, suministro, economía circular

País: Hernani, País Vasco, España

¿Por qué es una buena práctica?

La horticultura y la agricultura orgánica producen bienestar. Están creando prácticas sostenibles comunitarias y proporcionando productos saludables a los lugareños. Al mismo tiempo, están ayudando a la integración e inclusión social de los enfermos mentales y ayudan concienciar acerca de sus problemas.

Acerca de

Karabel es una granja orgánica experimental pionera. Nace del esfuerzo conjunto de Blasenea, empresa productora de hortalizas y plantas de huerta ecológica, Kimubat, que elabora productos para el hogar, huerta y floristería y la Asociación de Guipúzcoa de Enfermos Mentales y Familiares. Karabel ayuda a quienes padecen enfermedades mentales a regresar al mundo laboral. Los emplean para cuidar el huerto orgánico. Los productos de la huerta se venden y sirven posteriormente en los restaurantes locales. También están disponibles en la tienda ecológica y se pueden comprar en cestas que se entregan a domicilio a los clientes. Karabel ejecuta programas de investigación de agricultura orgánica e intenta ampliar el conocimiento en el campo a través de proyectos que promueven la biodiversidad vegetal y soluciones amigables con el medio ambiente que involucran estrategias económicas circulares. Un ejemplo es un proyecto para convertir residuos orgánicos en compost para huertas y otro sobre diferentes técnicas de cultivo de plantas.

Problema

A menudo, las personas que padecen enfermedades mentales tienen dificultades para reintegrarse en el mundo laboral y en la comunidad.

La idea de distribuir cestas de hortalizas surgió con el objetivo de tratar de la forma más directa posible con los consumidores y agilizar los canales de venta o proporcionar productos de cero kilómetros.

Acción

Las cestas constan de entre ocho y diez tipos diferentes de verduras de temporada, orgánicas y cultivadas localmente. Los clientes también pueden solicitar productos orgánicos adicionales como huevos, aceite de oliva, pan y otros. El cultivo de los jardines y las cestas son preparados por enfermos mentales. Esta actividad ayuda a motivarlos y a darles una sensación de logro debido a su utilidad y a ver a los clientes contentos. El grupo de consumidores está en constante crecimiento al igual que el número de voluntarios que participan en el cuidado de la huerta.

Saludable

El proyecto proporciona cestas de hortalizas orgánicas cultivadas con técnicas completamente naturales. Se recolectan al alcanzar las condiciones óptimas y se entregan al consumidor el mismo día. Las cestas vienen en tres tamaños: pequeñas para una sola persona, medianas para dos o tres personas y grandes para una familia de cuatro o cinco. El bienestar mental y la recuperación están muy bien considerados por quienes trabajan aquí.

Sostenible

Las verduras se producen con métodos respetuosos con el medio ambiente. Las técnicas de agricultura ecológica empleadas y las distancias de distribución limitadas al consumidor reducen en gran medida su impacto en el medio ambiente circundante. La cadena de distribución es corta: los productos se venden en la tienda ecológica y en los restaurantes locales o se entregan en un punto de recogida conveniente donde los miembros del grupo de consumidores pueden recoger sus cestas. Además, el proyecto revive los métodos tradicionales de cultivo reciclando los residuos orgánicos de uno de los restaurantes para hacer abono para los huertos de la granja.

Ética

El proyecto apoya varias iniciativas, para facilitar la recuperación y reintegración de los enfermos mentales y otros grupos en peligro de alienación. También les proporciona independencia y ayuda a su desarrollo personal. Uno de los objetivos del proyecto es crear conciencia sobre los desafíos que enfrentan los enfermos mentales. El proyecto imparte cursos de agricultura ecológica y visitas guiadas a la finca. También hace una contribución constante al desarrollo social y económico del área local a través de la tienda ecológica que vende productos orgánicos cultivados exclusivamente localmente, proporcionando así un escaparate para los productores locales cercanos a la propiedad.

Requerimientos dietéticos

Se trata de bioproductos vegetales aptos para el consumo de veganos y vegetarianos.

07

VEGETARIANOS



| | PAG. |
|-----------------------------|------|
| 35 CAJA ECOLÓGICA | 49 |
| 36 GREENBOX FOOD CO. | 50 |
| 37 MORRIDGE | 51 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

35 “DOBRINA” CAJA ECOLÓGICA

Tipo: Cooperación ecológica agraria
País: Eslovenia



¿Por qué es una buena práctica?
La cooperativa conecta a pequeños productores de ideas afines y lleva a cabo actividades de marketing en su nombre. Se encargan de la educación y la concienciación sobre la importancia de comer alimentos frescos cultivados localmente. Apoyan a los pequeños agricultores locales y animan a otros a regresar a la tierra, en un esfuerzo por aumentar la autosuficiencia y biodiversidad en Eslovenia. Una gran cantidad de hortalizas autóctonas se han perdido para siempre y su objetivo es frenar esto. Solo producción local y doméstica sin uso de productos químicos agresivos garantizará el suministro a largo plazo. La Cooperativa Dobrina conecta y une a los productores locales para generar mayor presencia de Mercado. Gestionan la promoción y el contacto de varios grupos de clientes.

Saludable
Al unir fuerzas, pueden crear y proporcionar cajas de verduras llenas de productos variados para la venta online. Esto fomenta y promueve el consumo de buenos productos orgánicos saludables para la comunidad en general y tendrá como resultado una comunidad más saludable.

Ética
La Cooperativa "Dobrina" cuida y promueve la alimentación saludable, proporcionando una amplia variedad de productos orgánicos locales. Ellos educan o vuelven a capacitar a los pequeños agricultores en la cría de animales de forma ética y métodos de cultivo orgánico. La cooperativa ha tenido mucho éxito en el establecimiento de cadenas alimentarias cortas y en el fomento de las tradiciones alimentarias y de suministro locales. La promoción conjunta de todas las partes interesadas en la cadena de suministro es la esencia de su organización.

Acerca de
La Caja Ecológica Dobrina es una cooperativa para el desarrollo local sostenible, establecida en 2011. El propósito básico de la cooperativa Dobrina no es generar ganancias, sino desarrollar pequeñas fincas, comercio justo de alimentos y brindar oportunidades de pago justo a agricultores y productores. Simultáneamente, la cooperativa conecta el campo con el centro urbano y, en consecuencia, promueve y desarrolla la agricultura ecológica. Fomenta los principios del suministro local de alimentos sostenible, las actividades socio-empresariales en la producción y procesamiento de alimentos, y la preservación del patrimonio cultural, técnico y natural en la agricultura. Fue establecido por productores y procesadores de pequeñas granjas tradicionales dentro de Slovenske Gorice. Con el deseo de ofrecer a los residentes del entorno urbano cultivos frescos, de temporada, locales y saludables, combinaron sus productos y establecieron su mercado cooperativo. Hoy en día, abastecen a muchos establecimientos de restauración pública con comida local. Ofrecen sus productos a los vecinos de Maribor a través de un sistema de cajas de verduras y frutas frescas a través de una tienda online.

Uso de la tecnología
Pago sin efectivo, página web para información y sistema de pedidos online, entrega en el área y el entorno circundante.

Sigue la historia de Ecological Box



Tipo: Café /Para llevar / kits comida
País: Londres y Oxford, UK



¿Por qué es una buena práctica?
Los fundadores de Greenbox tuvieron la visión de modernizar lo que significa comer británico. El Sunday Roast es una institución británica donde la tradición de sentarse a comer carne y tres verduras se remonta a siglos atrás. La comida de pub británico consiste tradicionalmente en productos clásicos como salchichas y puré, pastel de carne y cerveza, pescado y papas fritas y pollo asado, lo que hace que la búsqueda de un "pub" tradicional apto para los veganos sea un desafío importante. Estos chicos hicieron precisamente eso con un pub en el este de Londres. Durante 2020, para lidiar con las restricciones de confinamiento, etc., dieron un giro a su negocio y crearon opciones de comida en caja, de clásicos británicos, estilo vegano. Así, aunque los pubs estaban cerrados, sus innovadoras y deliciosas ofertas a base de plantas aún se podían disfrutar en casa. El desafío de Covid también los llevó a formar equipo con sus cafés favoritos (café Routes) y este año han abierto un café vegano, Green Routes, (en Oxford). Un enfoque ecológico, una buena nutrición y la sostenibilidad siguen siendo su eje. Greenbox desafía el concepto de que la comida vegana debe ser sosa y aburrida y está liderando el camino para otras empresas alimentarias que desean llevar los alimentos de origen vegetal a la moda principal.

Acerca de
Fundada por los mejores amigos de la infancia, Tom Smith y Ross Milne, Greenbox nació de una vieja receta familiar, un impulso por ofrecer alimentos deliciosos y nutritivos a base de plantas y un gran afecto por sentarse y compartir las comidas con los seres queridos. Después de recorrer los festivales en todo el Reino Unido, desde el Maratón de Londres hasta el Festival Wilderness, el dúo consiguió una cocina en el pub The Prince Arthur en East London, donde sirven "el mayor asado vegano de Londres". Shoreditch, in East London, was already a good hub for people looking to indulge in a plant-based diet, which is why the team at The Prince Arthur was happy to try and create something different. Both Tom and Ross appreciate

Tanto Tom como Ross aprecian lo especial de la cultura de los pubs británicos y vieron la oportunidad de usar su estilo a base de plantas para mantener vivo el gran Sunday Roast británico. El enfoque moderno de Greenbox fue innovador en la cocina. Se diferenciaron de una cultura basada en la carne y en su lugar sirvieron la hamburguesa de nuez de la abuela de Ross. El objetivo de hacer que la industria alimentaria sea más sabrosa y más amable con nuestro planeta es un gran impulso para ellos.

Saludable

Al introducir una dieta basada en plantas para los consumidores tradicionales de carne, Greenbox está marcando una diferencia en la salud de la comunidad. Han reinventado un pasatiempo británico clásico en algo más nutritivo. Todos los platos icónicos están bien equilibrados, son integrales, hechos a mano y sin aditivos ni conservantes artificiales. Están disponibles para llevar o disfrutar desde su base en Oxford.

Sostenible

El equipo es un apasionado de la sostenibilidad. Consideran que es una responsabilidad tanto como empresa como a nivel individual. Tanto Ross como Tom quieren hacer más para ayudar a impulsar un cambio sistemático hacia opciones alimentarias sostenibles, incluido el consumo estacional, local y consciente. Tanto su antigua base en Londres como su nueva base en Oxford, les ha permitido mostrar los amplios beneficios para la salud y el disfrute que una dieta basada en plantas puede proporcionar. Coherentemente, las fundas de sus paquetes de alimentos son reciclables y las bandejas de alimentos son 100% compostables. Utilizan solo cereales integrales, que son negativos en carbono y operan un programa de cultivo de árboles para aumentar aún más su consumo de carbono.

Ética

Tom dice "es importante valorar tu herencia sin importar de dónde venga, pero estar listo para desafiar las partes que no son correctas. Cientos de millones de pollos se sacrifican cada año en nuestro País; millones de pavos solo para asados navideños. Podemos cambiar estas tradiciones para que la próxima generación aún pueda disfrutar de sentarse a tomar un asado con su familia, sin la necesidad de sacrificar de la forma que hacemos actualmente".

Sigue la historia de Greenbox Food



Tipo: Café /Para llevar / kits comida
País: Birmingham, UK



¿Por qué es una buena práctica?

Después de deleitar a los viajeros de Birmingham con sus desayunos saludables servidos desde una bicicleta triciclo renovada, la emprendedora en ciernes ha dejado su huella en la comida callejera y está progresando aún más. Vende un producto corriente de una manera divertida y creativa, pura innovación. A través de la constante adaptación de su producto y modelo de negocio, encontró la combinación adecuada para todas las partes interesadas.

- Desayuno accesible con un toque de comida callejera
- Convertir el humilde tazón de avena a una opción de desayuno de moda
- Iniciativa de bajo costo que se ha convertido en una ubicación fija
- Mensaje de alimentación saludable: "el desayuno es la comida más importante del día"

Los profesores de Naomi la animaron a explicar su idea de las gachas de avena y Mark saltó sobre la idea de inmediato. En consecuencia, Naomi pasó a trabajar para Lee, donde adquirió una gran experiencia e hizo nuevos contactos, antes de comprar su triciclo y montar Morrridge. No pasó mucho tiempo antes de que un mercado de comida callejera se enterara de su iniciativa y le propusieron vender sus gachas de risotto en el mercado.

A medida que su negocio se desarrolló, a Naomi le empezaron a preguntar acerca de bebidas y fue entonces cuando James se incorporó como su socio comercial. Morrridge se mudó a sus primeras instalaciones en 2020. Su clientela ya es sólida y su tienda se encuentra en un distrito comercial prominente en el centro de la ciudad. Sienten que hacer crecer su negocio se basa en entender el mercado.

i Acerca de

Naomi Morris fundó su negocio, Morrridge en 2017 mientras estudiaba una licenciatura en Artes Culinarias en University College Birmingham. Hizo un módulo sobre gestión de la innovación en el que se les desafió a presentar una propuesta para una idea empresarial. En su camino a las conferencias cada mañana, siempre veía a decenas de hombres de negocios haciendo cola fuera de un café independiente en el centro de Birmingham, para conseguir sus gachas de avena. Se dio cuenta de que siempre se agotaban rápidamente. Ella misma ya era fan de las gachas y le gustaba experimentar con los sabores. A partir de estas observaciones, creyó que sería una idea de negocio adecuada para lanzar. Ella propuso instalar un puesto de comida en la calle, cerca de una estación de tren con mucha afluencia de público, para que los viajeros pudieran tomar un desayuno saludable de camino al trabajo. Recibió una muy buena respuesta de sus profesores, hasta que Mark Laurie (director de NCASS) y Lee Desagnes (Baked in Brick) fueron oradores invitados en una de sus clases, discutiendo la escena de la comida callejera.



Saludable

Los beneficios para la salud de la avena son ampliamente conocidos, pero Morrridge agrega color y sabor, nutrición e imaginación. Sirven desayunos y almuerzos, con ofertas principalmente vegetarianas.



Sostenible

Las grandes cadenas usan mucho plástico y no reciclan café molido por ejemplo, por lo que las personas que visitan cafeterías especializadas quieren mucha más información. Acerca de dónde se obtienen los ingredientes y no están tan preocupadas. Acerca de los costos, Morrridge satisface estas necesidades. Además de esto, obtienen su avena orgánica de una granja familiar local. Recogen pedidos de solo 25 kilos a la vez para garantizar frescura, calidad y reducir el desperdicio. Morrridge obtiene leche de la vecina Mawley Town Farm, que funciona con energía 100% renovable. También utilizan cucharas compostables, vasos para llevar y envases.



Ética

Garantizan que su café es de origen ético y libre de pesticidas. Desde el principio, con calidad, Morrridge ha tratado de ser razonable calculando el costo de sus productos. Morrridge quiere tener una tienda de la que estén realmente orgullosos donde sirvan comida y bebida deliciosas de origen ético hechas con amor.

Sigue la historia de Morrridge



08

ÉTICA

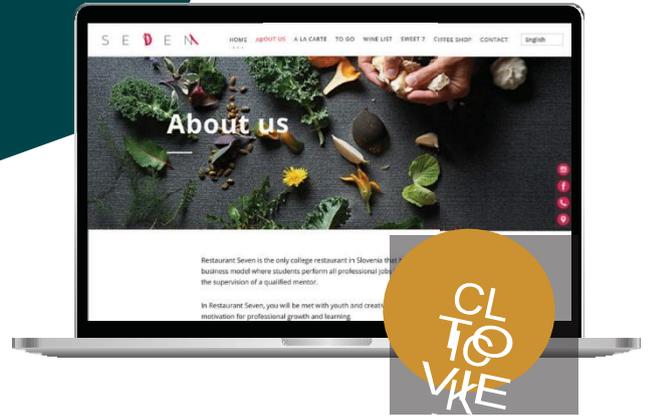


| | PAG. |
|--|------|
| 38 SEVEN: JARDÍN URBANO | 53 |
| 39 SLOW FOOD | 54 |
| 40 MÁQUINAS DE VENDING DIARIAS ORGÁNICAS | 55 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK
PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

Tipo: Restaurant
País: Eslovenia



¿Por qué es una buena práctica?
Como restaurante-escuela Sedem busca formas de continuar con el aprendizaje y de marcar una diferencia en el medio ambiente y la comunidad. En este Proyecto, se respaldan el valor de “cultívelo usted mismo” y una cadena de suministro corta, la explotación eficiente del espacio urbano y la autosuficiencia y sostenibilidad. Como resultado de este proyecto, el restaurante ahora también produce productos de temporada limitados como parte de la oferta de alimentos a base de hierbas de marca (sal de hierbas, infusión de hierbas).

Acerca de
Seven or Sedem es un restaurante del centro de Maribor, Eslovenia. Los tejados son espacios comúnmente infrutilizados en los centros urbanos. Al comparar precios / cadena de suministro / calidad, Restaurant Sedem decidió cultivar sus propias hierbas y verduras en el techo de uno de sus edificios en las inmediaciones de su restaurante-colegio. Las hierbas frescas son un ingrediente importante para la mayoría de los restaurantes de alta cocina y el precio de las hierbas es relativamente alto en comparación con el costo de cultivar el propio suministro. A veces es difícil estimar la cantidad de hierbas frescas necesarias y siempre existe el desafío de obtener un suministro constante de hierbas frescas de calidad. Después de un estudio de viabilidad, los chefs prepararon un estudio simple de qué hierbas y verduras plantar en el jardín dada la luz solar y la posición del mismo. Siguió la construcción del jardín y la siembra. El jardín ahora florece con romero, cebollino, menta, perejil, lavanda, albahaca, orégano, cilantro. También cultivan verduras como chile, tomates y apio. El jardín también permite el reciclaje de residuos vegetales como abono. Dado que el Restaurante Seven es un restaurante-colegio de alta cocina, también brinda a los estudiantes un aula al aire libre para aprender acerca del cultivo de alimentos. El jardín también promueve la importancia de los bichos y polinizadores urbanos (abejas, avispas, hormigas, etc.).

Saludable
Hierbas y verduras frescas cultivadas en casa para platos y menús. Esto ofrece transparencia para chefs, estudiantes y comensales.

Sostenible
Producto procedente del huerto. Significa que no hay necesidad de envasar alimentos. Se mejora la huella de carbono al tener un jardín en la azotea y promueven la autosuficiencia y el uso eficiente del espacio urbano.

Ética
El restaurante-colegio está fomentando el pensamiento innovador y la enseñanza y la práctica de lo que es una cadena alimentaria responsable. Este proyecto se basa en la ética y el abastecimiento local en pequeña escala, También se están teniendo en cuenta criaturas y polinizadores.

Requerimientos dietéticos
Vegetarianismo, veganismo, dieta orgánica, dieta estacional, dieta local.

Sigue la historia de Seven



39 SLOW FOOD BIRMINGHAM

Tipo: Slow food
País: Birmingham, UK



¿Por qué es una buena práctica?
Slow Food es un movimiento global con miles de miembros en todo el mundo que vincula el placer de la comida con un compromiso con la comunidad y el medio ambiente. Son una organización sin ánimo de lucro que busca promover una mejor manera de comer, celebrando las tradiciones culinarias del Reino Unido y protegiendo su biodiversidad comestible. Slow Food involucra al público, productores de alimentos, chefs, empresas, académicos, difundiendo y promulgando sus filosofía a nivel internacional y local. Estos enfoques innovadores dan como resultado grandes proyectos comunitarios de colaboración creando asociaciones, ampliando el alcance y el impacto de los productores locales, y por lo tanto, evitando que los cultivos o productos se desperdicien. El tema fundamental es la alimentación saludable y se hace hincapié en la educación alimentaria saludable.

i Acerca de
Slow Food Birmingham (SFB) es una organización de voluntarios- comenzó con la abogada Kate Smith (ahora directora de SFB) que se mudó al área hace 3 años pero había estado involucrada anteriormente con el movimiento durante muchos años. SFB está dirigido por grupos locales que eligen proyectos en los que trabajar, y llama a los que tienen interés en el movimiento “coproductores”. Eligen gastar dinero en ciertas cosas del sistema alimentario y, por lo tanto, si la gente elige comprar productos locales, orgánicos, etc., están coproduciendo este tipo de sistema alimentario.

Problema
Debido al cierre de Covid-19, ha habido un exceso de frutas y verduras sin vender, ya que la industria hotelera no requería stock: los contratos con los supermercados tardaban 6 meses en resolverse, los restaurantes estaban cerrados, los comerciantes no compraban, y por eso Slow Food Birmingham quería apoyar a estos productores locales. Para asegurarse de que pueden cultivar las cosechas de la próxima temporada y seguir siendo viables, estos productores necesitaban encontrar nuevos clientes rápidamente o reutilizar la creciente cantidad de alimentos que se desperdician, antes de poder comerlos.

Acción
Slow Food Birmingham trabajó con Eat Make Play para trasladar los productos locales al sistema de alimentos de emergencia, pero también se aseguró de que el agricultor recibiera un precio justo por su cosecha. También NCASS puso a Kate en contacto con Digbeth Dining Club (DDC), quienes estaban lanzando un proyecto de comida callejera de pedir online y recoger (Click & Collect) que reúne a empresas locales de alimentos y bebidas. Este Click & Collect y Slow Food Birmingham fue la asociación perfecta para expandir la clientela de Slow Food y ayudar a los productores locales. Kate sintió que trabajar con DDC fue fantástico porque entendieron el concepto. Como los clientes estaban allí para apoyar a las empresas independientes, también podían comprar cajas de frutas y verduras, así como muchos otros productos locales al mismo tiempo.

Sostenible
Antes del Covid-19, Slow Food Birmingham tenía 20 clientes por semana, ahora estos números están creciendo. Su historia está siendo escuchada por muchas más personas y sus ventas están creciendo. Esto significa que los productores locales se encuentran en un lugar más seguro gracias a SFB. Este enfoque en el desarrollo de alimentos locales promueve una dieta estacional y reduce el desperdicio de alimentos, creando un enfoque de la dieta más respetuoso con el clima.

Haz click para ver
La asociación [Slow Food Birmingham](#) y DDC también ha tenido cobertura.

Sigue la historia de Slow Food



40 MÁQUINAS DE VENDING DIARIAS ORGÁNICAS

Tipo: Cadena de suministro, para llevar, economía circular

País: País Vasco, España

¿Por qué es una buena práctica?

La idea de colocar máquinas expendedoras de leche y o productos lácteos en los pueblos locales surgió por necesidad. Según Ramón Muguertza de la Finca Telleri Zahar en Hernani, la única opción para los productores de leche es vender directamente al público, ya que los precios de las plantas lecheras no aseguran la viabilidad de una granja. La venta directa elimina los intermediarios y permite a los consumidores comprar productos locales muy frescos y mínimamente procesados al mismo precio que en las tiendas. Así, las pequeñas granjas aseguran la supervivencia de la industria primaria local, apoyan la vida rural, la cadena de suministro es corta y la comunidad consigue productos frescos y naturales.

Acerca de

Las máquinas expendedoras suministran leche entera, almacenada a una temperatura inferior a 4°C. Los ganaderos pasteurizan su leche a 73°C durante treinta segundos en la granja lechera y luego la transportan en tanques a las máquinas expendedoras. El Departamento de Salud otorga los permisos para pasteurizar y luego distribuir la leche para la venta al por menor en las máquinas expendedoras. Cada máquina tiene una capacidad de 200 litros. Las vacas se ordeñan a primera hora de la mañana y la leche está disponible en las máquinas a las 7 am. Los agricultores recogen la leche no vendida cada noche y vuelven a llenar las máquinas con leche fresca a la mañana siguiente. Un litro cuesta 1 € litro y medio 50 céntimos. Para los otros productos, los agricultores utilizan ingredientes frescos, naturales y tradicionales y los precios son los mismos que en los supermercados. La Asociación Behemendi solicita y tramita los permisos necesarios para la instalación de las máquinas expendedoras. Los ayuntamientos, facilitan el espacio y la ubicación de las máquinas. La administración ha puesto en marcha medidas para fomentar esta venta directa, y el Gobierno Vasco financia el cuarenta por ciento de la infraestructura de inversión del ganadero.

Resultado

Cada vez más consumidores optan por comprar leche en las máquinas expendedoras; en consecuencia, se están instalando cada vez más. Ahora ofrecen una gama más amplia de productos orgánicos lácteos, como queso Idiazábal certificado de origen, yogures, leche de oveja y cuajo para hacer cuajo.

Saludable

Las máquinas expendedoras brindan a los consumidores acceso directo a productos saludables, de alta calidad, frescos y sabrosos. Los métodos tradicionales utilizados implican un mínimo de procesamiento y solo se agregan los ingredientes esenciales. Además, estos productos lácteos son orgánicos: no contienen residuos tóxicos, son totalmente no transgénicos.

Sostenible

Las máquinas expendedoras ofrecen a los consumidores una nueva forma de comprar leche fresca y productos lácteos. Estas máquinas están empoderando a la comunidad para elegir la calidad y la cantidad que desean. Las máquinas expendedoras también eliminan el embalaje, ya que los clientes proporcionan sus propios embases. La cadena de suministro corta y la venta directa reducen costos y significa que los agricultores locales se volverán más sostenibles.

Ética

Todos los agricultores son muy conscientes de los problemas medioambientales; utilizan únicamente fertilizantes naturales como estiércol y minerales como carbonato, calcio y dolomita, y conceden gran importancia al bienestar de su ganado. Los animales pasan el verano pastando en pastos abiertos y, cuando es necesario, su dieta se complementa con forrajes libres de transgénicos certificados orgánicamente.

Requerimientos dietéticos

Estos productos lácteos se producen mediante métodos totalmente orgánicos.

09

VEGANO



PÁGINA

| | | |
|-----------|-----------------|----|
| 41 | VEGAN JUNKIES | 57 |
| 42 | KM.0 | 58 |
| 43 | CAFÉ SWEET BEAT | 59 |
| 44 | SIMPLY GREEN | 60 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

41 VEGAN JUNKIES

Tipo: Street Food /catering
País: Manchester, UK



¿Por qué es una buena práctica?

Vegan Junkies es una forma innovadora de promover una alimentación más saludable. Han abordado la premisa de que una dieta vegana significa platos monótonos y sin sabor y que sólo responde a evitar los productos de origen animal. Cocinan comida rápida que resulta ser a base de plantas. Los Vegan Junkies proponen deliciosa comida, que puede ser amada por todos, desde los carnívoros hasta los veganos. Su plato estrella es el chile picante de sus burritos y nachos, pero también sirven curry aromáticos y tartas inglesas al estilo tradicional con un toque especial.

Tras la Covid-19, adaptaron su modelo de negocio a una empresa de catering que ofrece comidas preparadas refrigeradas. Participaron en la organización benéfica "Meals for the NHS" y esto ayudó a mantener el negocio.



Saludable

Las comidas a base de plantas están bien equilibradas. Evitan los reemplazos de carne y los platos son principalmente vegetales, pero incluyen frijoles y arroz o papas para garantizar que también se satisfagan las necesidades de proteínas y carbohidratos. Están dirigidos a todos los ámbitos de la vida al proporcionar alimentos reconfortantes, pero promoviendo la salud y el bienestar de sus consumidores.



Sostenible

Un cambio hacia una dieta más basada en plantas es vital para permanecer dentro de nuestros límites medioambientales. Vegan Junkies hace que una dieta basada en plantas sea más accesible para una amplia gama de clientes promoviendo una alternativa más saludable y respetuosa con el planeta a las comidas a base de carne.



Haz click para ver

Se puede encontrar una [entrevista](#) grabada aquí.

i Acerca de

Vegan Junkies es propiedad y está dirigida por Sophie, una ex maestra y Dave, un ex cineasta comercial. Sophie es vegana y había soñado con tener su propio negocio de alimentos y Dave ganó interés mientras hacía una serie de películas con un popular chef de televisión durante Veganuary. En enero de 2019, su sueño se hizo realidad cuando nació Vegan Junkies. Tienen su sede en Manchester, pero antes de la Covid-19 viajaban por todo el Reino Unido para proporcionar alimentos a base de plantas deliciosamente adictivos, para cualquier evento grande o pequeño. Ofrecían comida callejera estilo pop up servida en un puesto al aire libre, o desayunos de boda de 4 platos a medida y podían atender a 30 personas o 3000 personas en festivales y eventos corporativos. No están en el negocio de predicar el veganismo, simplemente cocinan y sirven "comida sabrosa, satisfactoria y reconfortante" que resulta ser 100% vegetal. Son flexibles, amigables y se dedican a asegurarse de que la comida de sus eventos sea un éxito perfecto.

Sigue la historia de Vegan Junkies



42 KM.0 – RESTAURANTE VEGANO VEGETARIANO



Tipo: Restaurante/Para llevar
País: Donostia-San Sebastian, País Vasco, España

¿Por qué es una buena práctica?
Km.0 es un restaurante vegano y vegetariano que prima la salud y sirve cocina de estilo tradicional elaborada con productos cultivados localmente. Promueve cadenas de suministro cortas y abastecimiento interno. El restaurante también forma parte del movimiento "Too Good To Go" reduciendo el desperdicio de alimentos y revirtiendo el calentamiento global.

Acerca de
Km 0, como su nombre indica, quiere promover el uso de productos locales y reducir la huella de carbono que se está asociando con los productos frescos. Quieren obtener productos de temporada con 0 kilómetros de recorrido y utilizar un crecimiento menos forzado, además de evitar los productos fuera de temporada. La filosofía del restaurante es cuidar la salud con una dieta saludable. Creen que es posible hacer esto sin dañar a ningún animal y, en consecuencia, su menú es completamente vegano y vegetariano. Su objetivo es ofrecer a sus clientes menús equilibrados que ayuden a mejorar su salud y bienestar. La comida para ellos es medicina y quieren hacer correr la voz de que "¡somos lo que comemos!" Otra pasión de 0.Km es restaurar las tradiciones de la cocina local y el patrimonio cultural de la comida e iniciar la eliminación de la globalización en el mundo gastronómico.

Problema
El fenómeno de la globalización está teniendo un importante efecto sobre los sistemas alimentarios de los países en desarrollo de todo el mundo. El poder de las empresas alimentarias transnacionales, combinado con la difusión de productos alimenticios procesados, está afectando la seguridad alimentaria y los patrones de nutrición en todo el mundo. Junto con estos problemas, está la huella de carbono que están adquiriendo los productos fuera de temporada.

Result
Km 0 obtiene todos sus productos a nivel local o nacional, lo que reduce su huella de carbono. Además, a través de la reducción del desperdicio de alimentos y como parte del movimiento "Too good to go", se esfuerzan por eliminar o contribuir a revertir el calentamiento global.

Saludable
Los platos vegetarianos y veganos del restaurante son elementos considerados bien equilibrados que brindan beneficios genuinos para la salud. Todos los productos son de temporada e incluyen frutas, verduras, semillas, legumbres, algunos productos lácteos y cereales integrales.

Sostenible
La sostenibilidad es el núcleo de Km.0 con todos los productos de origen y producción local. Esto también se conoce ahora como "productos de kilómetro cero" o "comida lenta-slow food", que equivale al uso de productos locales tradicionales de temporada y, por lo tanto, reduce la longitud de la cadena de suministro y el carbono asociado con el producto.

Ética
Los conceptos clave detrás del restaurante son la salud del consumidor y el abastecimiento ético, junto con las cadenas alimentarias responsables y la reducción del desperdicio de alimentos.

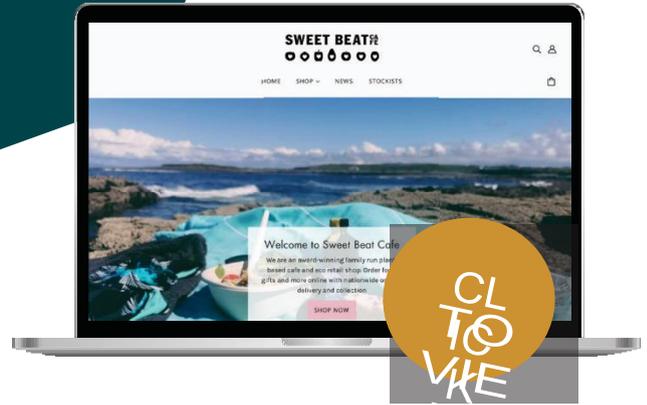
Requerimientos dietéticos
La cocina del restaurante cumple con los requerimientos dietéticos de vegetarianos y veganos pero es apta para que todos los comensales la disfruten con la promesa de una comida sabrosa.

Sigue la historia de Km.0



43 CAFÉ SWEET BEAT

Tipo: Café/Para llevar
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

Sweet Beat es un café de alimentos a base de plantas ubicado a orillas del río Garavogue en la ciudad de Sligo. Es la primera cafetería vegana de Sligo, que sirve comida deliciosa junto con un extenso menú de bebidas: batidos recién hechos, zumos y, por supuesto, café. La fundadora muestra su innovación y pasión en su sencilla filosofía: "Nos enorgullecemos de nuestro galardonado menú a base de plantas; ingredientes de calidad y mediante una red de granjas, cultivadores y productores orgánicos locales". Durante la pandemia, Sweet Beat fue el primer café de Sligo que ofreció un servicio de comida para llevar. Sweet Beat también se asoció con la campaña "Feed the Heroes – Alimenta a los Héroes" y entregó alimentos nutritivos a los trabajadores de atención médica de primera línea.



Saludable

Carolanne ha aparecido en los medios de comunicación nacionales en muchas ocasiones y es una verdadera inspiración cuando se trata de alimentos a base de plantas en Irlanda. Ella está educando a la comunidad y más personas en alimentos saludables y los beneficios de una dieta basada en plantas. Ahora Sweet Beat ofrece un servicio de entrega semanal a varios lugares fuera de la ciudad de Sligo. Las entregas incluyen kits de cena, comidas a base de plantas, productos orgánicos, cajas de selección orgánica, súper ensaladas, zumos fríos recién hechos y más.



Sostenible

El personal de cocina de Sweet Beat también ha adoptado un enfoque de "desperdicio cero" para el desperdicio de alimentos y utiliza envases compostables de Down2Earth Materials en Cork.



Acerca de

El café es una creación de Carolanne Rushe, que es pionera en lo que respecta a alimentos a base de plantas. Viajar por el mundo le dio la oportunidad de explorar la comida y comenzó un blog para documentar sus recetas y la cocina de los diversos lugares en los que vivía. Carolanne comenzó su carrera gastronómica como The Green Warrior y después de un año en los mercados de Sudáfrica, regresó a su casa en Sligo. Aquí se unió al Strandhill People's Market en mayo de 2014 y ha estado ocupada desde entonces, lanzando sus populares Súper Ensaladas, Pesto de Kale Orgánico y Hummus de Chili Cilantro. Su puesto en el mercado tuvo tanto éxito que Carolanne vio la necesidad de abrir un café a base de plantas, por lo que en 2015 nació Sweet Beat Café. Esta ha sido una receta para el éxito, ganando el "Mejor restaurante vegetariano" del Irish Times en diciembre de 2016, el mejor "Free from" de la Irish Restaurants Association 2018, entre muchos otros premios.

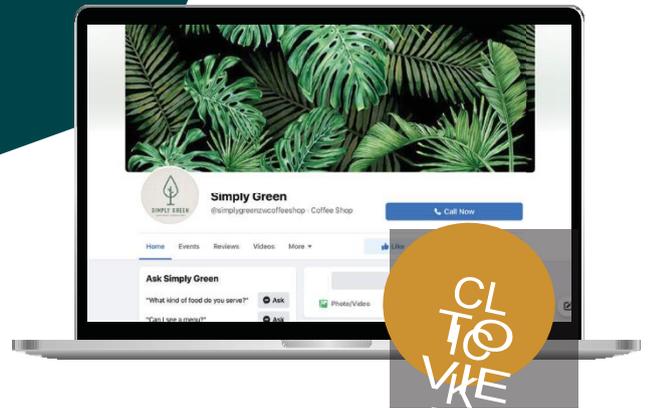
Ética

Las cajas de selección orgánica están llenas de productos de temporada en Irlanda en este momento, por lo que cada semana los clientes pueden disfrutar de nuevos productos que viajan menos de treinta minutos de la granja a la tienda, ya que su objetivo es reducir el impacto humano en el medio ambiente y nuestra huella de carbono. Todos los productos se cultivan orgánicamente, sin químicos y cosechados bajo pedido. Están encantados de trabajar con cultivadores locales tan excepcionales como Croghan Organic Garden y Knockvicar Organic Garden.

Sigue la historia de Sweet Beat



Tipo: Café/Para llevar
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

Simply Green es un café vegano y ecológico en el condado de Donegal. Su fundadora, Fiona, se enfoca en la sostenibilidad y el medio ambiente en todos los aspectos del negocio. Desde obtener sus productos a nivel local para reducir su huella de carbono, y saber que los productos se cultivan de una manera ética y ecológica, hasta operar un café sin desperdicio. Al "simplemente" eliminar los vasos de un solo uso, está haciendo que su negocio sea más "verde". Su menú es vegano y promueve un estilo de vida más saludable para los residentes y visitantes de la zona.

Acerca de

Simply Green es una cafetería ubicada en la ciudad más antigua de Irlanda: Ballyshannon, Donegal. Fiona McInrye es la fundadora y creadora de Simply Green. Es una cafetería sostenible y sin desperdicio. Originaria de Dublín, Fiona regresó a la ciudad natal de su padre, Ballyshannon, y a la granja familiar con su hijo Max, ya que quería que él creciera en el campo, comiera alimentos de origen local y viviera de manera sostenible. Cuando se trata de comida Simply Green, los productos son suministrados por la granja ecológica familiar de Fiona o localmente desde el noroeste. Cada paso del proceso se investiga y planifica, por lo que Fiona se asegura de que sea totalmente sostenible y que no produzca residuos.

Saludable

El menú es completamente vegano y varía según las estaciones, por lo que solo se utilizan frutas y verduras de temporada local. También hay una amplia gama de opciones sin gluten, por lo que se satisfacen todas las necesidades dietéticas. El café utilizado es de Comercio Justo y todo el producto se entrega sin plástico y en cajas de cartón que luego se devuelven para su reutilización.

Sostenible

Aunque muchos cafés ofrecen tazas de café desechables, Fiona decidió eliminarlas de la ecuación. En Irlanda se desechan cada año hasta 200 millones de tazas de café de un solo uso. Puede parecer que estos vasos están hechos de papel o cartón, pero en realidad tienen una capa de plástico sobre ellos, lo que los hace inadecuados para el reciclaje. Algunos cafés con conciencia sostenible han introducido tazas de café compostables, pero a menos que esto se haga de la manera correcta, las tazas no se convertirán en compost. Se les pide a los clientes de Simply Green que traigan su propia taza o usen una y se sienten en la cafetería. Si no tienen tiempo para sentarse en el café, Fiona les ofrece una taza de "boomerang"; por un depósito reembolsable de 50 centavos, los clientes pueden "pedir prestado" una taza de Simply Green. También se anima a los clientes a traer sus propias fiambreras para llevar comida. Simply Green lleva cualquier desperdicio de comida a su finca para compostaje y el café molido también se reutiliza como fertilizante para las verduras. El café también tiene una variedad de productos ecológicos a la venta para que los clientes puedan rellenar sus embases.

Ética

El principio detrás de Simply Green es reducir el desperdicio y promover una vida más verde y sostenible en y con la comunidad. Fiona explica: *"La comunidad de Ballyshannon ha estado muy comprometida con el café y ha estado muy entusiasmada con el concepto de cero desperdicio de nuestro negocio. Antes de abrir, fui a todos los negocios locales para contarles lo que Simple Green estaba tratando de lograr y el personal de una tienda benéfica local incluso trajo vajilla y tazas para ayudar. El apoyo ha sido increíble, hemos tenido colas en la puerta."*

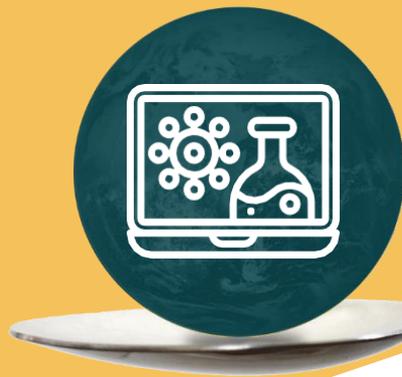
Simply Green también admite perros, por lo que puede llevar a su amigo peludo a almorzar con usted y conocer a Oscar, el perro de rescate de Fiona, que muestra cómo la inclusión también es un elemento de este negocio.

Sigue la historia de Simply Green



10

DIGITALIZACIÓN/ RESPUESTAS INNOVATIVAS AL COVID-19



| | PAG. |
|-------------------------------------|------|
| 45 ELIKA JAN PROJECT | 62 |
| 46 BAKED IN BRICK | 63 |
| 47 SOCIAL CAFÉ BAR & KITCHEN | 64 |
| 48 ROYAL NATURE | 65 |
| 49 FULL OF CHAAT | 66 |
| 50 GOURMET FUEL | 67 |



ESTE MENÚ ES INTERACTIVO, HAZ CLICK
PARA UNA NAVEGACIÓN FÁCIL Y RÁPIDA

Tipo: Restaurante
País: Donostia/San Sebastián, España

¿Por qué es una buena práctica?

Este es un proyecto de innovación de la industria hotelera. Se trata de la creación de una aplicación que suministre a empresas y consumidores información sobre los ingredientes, valor nutricional y posibles alérgenos. La información se proporciona mediante códigos QR, que al escanarlos con un dispositivo electrónico, proporcionan información que permite a los restauradores implementar mejoras en todas las etapas de preparación, así como durante la adquisición del producto, almacenamiento, uso, gestión de residuos y la presentación del producto terminado. También proporciona a los consumidores información que no aparece en el menú.

Problema

El procesamiento de alimentos es la acción de realizar una serie de operaciones mecánicas o químicas en los alimentos con el fin de cambiarlos o conservarlos. Ahora bien, si bien esto suele ser necesario, para prolongar la vida útil de los alimentos y, por lo tanto, reducir el desperdicio de alimentos, también pueden existir inconvenientes asociados con algunos procesos. A veces, especialmente las operaciones químicas pueden dejar al consumidor con un producto diferente al esperado debido a los volúmenes de conservantes y aditivos. Otras cuestiones son la falta de conocimiento por parte del usuario final, en cuanto a la composición de los alimentos y si son aptos o no para su consumo personal. (por ejemplo, ¿contiene alérgenos o niveles altos de azúcar o gluten, etc.)

Resultado

Esta innovadora aplicación otorga conocimientos tanto a los proveedores / chefs de cocinas de restaurantes como al consumidor final. A partir de la información obtenida, pueden decidir por sí mismos si quieren utilizar o consumir estos productos. Ahora comprenden la composición, los beneficios nutricionales y cómo se adaptará a ellos y a sus necesidades.

Saludable

La aplicación permite a los restaurantes proporcionar a los comensales información complementaria, como el valor nutricional y energético de los productos, la composición química de los ingredientes y la información sobre alérgenos. Esto permite a los consumidores elegir alternativas más saludables y las que mejor se adapten a sus necesidades. Los consumidores pueden elegir productos, por ejemplo, que sean bajos en azúcar o grasas saturadas, sin grasa, sin ingredientes genéticamente modificados o aditivos artificiales.

Sostenible

La información proporcionada por los códigos QR facilita la gestión adecuada de los productos, lo que reduce las posibilidades de contaminación cruzada, caducidad o uso indebido general, y contribuye a la reducción del desperdicio de alimentos en todos los ámbitos.

Ética

La aplicación implica un compromiso con los consumidores y les ayuda a tomar decisiones. Empodera tanto a los restauradores como al usuario final a través del conocimiento y la educación.

Requerimientos dietéticos

Los códigos QR también proporcionan información dietética. Esto permite a los restaurantes servir platos aptos para comensales con determinadas afecciones o aquellos que tienen restricciones nutricionales como diabéticos o clientes que padecen afecciones relacionadas con la dieta, alergias o aquellos que son veganos o vegetarianos.

Tipo: Comida callejera/Para llevar
País: UK



¿Por qué es una buena práctica?

Baked in Brick es un excelente ejemplo de cómo una empresa innovó y se adaptó para hacer frente a la pandemia. El propietario y chef Lee cambió completamente su modelo de negocio para adaptarse a las circunstancias, ayudando a las comunidades locales y vulnerables a proporcionar comidas nutritivas y rentables. Mediante cajas de frutas y verduras, asegura comidas saludables fácilmente disponibles. Al negociar de más de una forma, Lee hizo su negocio más sostenible y probablemente saliera de la crisis.

Acción

Lee y su equipo tuvieron que cambiar la forma en que comerciaban rápidamente y pasaron a entregas a domicilio y recogida en establecimiento. Además de esto, Lee comenzó a trabajar con comida para el Sistema de Salud y el Consejo de Warwickshire. Crearon una serie de ofertas para el ayuntamiento que se planificaron y cocinaron de acuerdo con sus necesidades. Cambiaron sus operaciones para asegurarse de poder proporcionar comidas a los vulnerables y crear cajas de frutas y verduras.

Resultado

Trabajar para alimentar a los grupos vulnerables durante la crisis de Covid-19 significó que tuvieron que diseñar un menú que fuera asequible para el ayuntamiento y que fuera saludable en un momento en que la nutrición era clave para luchar contra la Covid-19. Las cajas de frutas y verduras se han convertido en un proyecto que ha permitido a las comunidades acceder a alimentos saludables. Sus cajas de comida ahora también se están entregando en todo el país. Cuando se levanten las restricciones de la Covid, Baked in Brick invitará a los huéspedes a regresar a su restaurante con distanciamiento físico y un nuevo menú que considere su seguridad y bienestar.

Acerca de

Baked In Brick comenzó con un horno de pizza de leña y un cobertizo en el jardín del propietario y chef, Lee Desanges. Convirtió un mini auto clásico y lo combinó con un horno de leña en la parte trasera y una barbacoa debajo del capó. La comida de Lee se basa principalmente en cocinar con fuego real, su amor por las especias y los ingredientes frescos y sabrosos de temporada. Su pequeño negocio de comida callejera ha ido viento en popa, con múltiples configuraciones de comida callejera basadas en vehículos clásicos y en 2018 abrió su primera pizzería / restaurante de comida callejera en Digbeth, Birmingham. En 2016, Baked in Brick ganó el premio "Mejor comida callejera y pop-up" en West Midlands. Luego ganó el premio "Mejor plato" y "Mejor de lo mejor" en los premios British Street Food Awards. En 2017, Lee viajó a Berlín en su VW LT28 recién reformado y ganó el premio "Mejor plato principal" y "Mejor comida callejera de Europa" en los European Street Food Awards.

El reto

La Covid-19 golpeó cuando el restaurante estaba creciendo, se habían hecho reservas en los mercados de comida callejera en todo el País y se estaban preparando para un verano ajetreado en festivales y eventos.

Sigue la historia de Baked in Brick



47 CAFÉ SOCIAL BAR & KITCHEN

Tipo: Para llevar/online/ reparto
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?

Los innovadores chefs de Social Bar & Café utilizan recetas locales, manteniendo la herencia culinaria de Bulgaria y también sirven cocina mundial, ofreciendo gran variedad de opciones a sus clientes. Todos los platos se preparan con cuidado y se pueden adaptar a las necesidades individuales, con la nutrición y el sabor como objetivos principales. Para garantizar una cadena de suministro corta, trabajan con los proveedores locales para obtener ingredientes frescos, esenciales para que sus platos tengan sabores reales. Ser social es lo que se esconde detrás de su concepto y la comida es una parte importante de esto. Son vistos como un restaurante familiar donde se puede confiar en su cocina. No comprometen la calidad.

Acerca de

Los fundadores creen que Social Cafe Bar & Kitchen es el lugar ideal para una gran experiencia social en el corazón de Sofía. Es un restaurante, bar y cafetería donde turistas y lugareños eligen relajarse después del trabajo, reunirse con amigos o simplemente tomar una copa. Dependiendo de la situación, la compañía y el estado de ánimo, hay muchas opciones en este lugar de temática mediterránea / italiana. Sirven pizza y pasta, ensaladas frescas, bruschettas, platos de carne, risotto y mariscos. Su selección para vegetarianos, veganos y niños es una prioridad, enfatizando la naturaleza inclusiva del restaurante Social Cafe Bar & Kitchen y cómo es adecuado para todo un grupo. El menú se selecciona con precisión, por lo que cada comida que sale de la cocina es una creación refinada. Su equipo de profesionales atiende a sus huéspedes desde el momento en que ingresan por la puerta hasta su partida.

“Todos necesitamos socializar. encontrarnos y compartir nuestras vidas y sentimientos mientras disfrutamos de una buena comida y bebida”. Dado que la pandemia de Covid ha golpeado a las personas, les resulta más difícil hacer esto, pero el Café Social hace

su parte al entregar alimentos de alta calidad listos para el consumo, a hogares, oficinas o donde quiera que un cliente lo desee en Sofía, cinco días a la semana. Han sido galardonados con el premio de la cámara italiana de comercio en Bulgaria.

Saludable

En la cocina mediterránea del Social Cafe Bar, su misión y objetivos son la cocina saludable. Quieren que sus comensales disfruten de una comida nutritiva y saludable y se dediquen más tiempo a otras actividades y así fomentar el bienestar de sus consumidores. Su menú se destaca por su actitud saludable y creaciones irresistibles que realzan su "cuerpo y alma". Ofrecen planes de nutrición y dietética saludable individuales que se adaptan completamente a las necesidades, objetivos y preferencias de sabor.

Sostenible

Todos los aspectos del negocio consideran su impacto ambiental. Siguen una planificación estricta del menú para reducir el desperdicio de alimentos y están utilizando soluciones ecológicas en todos sus envases.

Ética

El Social Café & bar practica el abastecimiento ético de sus productos y la nutrición ecológica. Se esfuerzan por hacer llegar el mensaje saludable a sus clientes a través del marketing, la información para el consumidor y el etiquetado de productos. Se han asociado con bancos de alimentos para donar sobras que no se pueden usar dentro del negocio. Utilizan métodos de cocción más saludables y transparencia en los ingredientes; frutas, verduras y variedades de comidas integrales. No comprometen la calidad. Siempre pagan lo que se requiere por ingredientes de calidad, para poder servir platos de calidad. El enfoque personal está garantizado.

Uso de la tecnología

Entrega a demanda. Servicios sin efectivo. Opción de elegir un menú en su sitio web y pedir online o por teléfono.

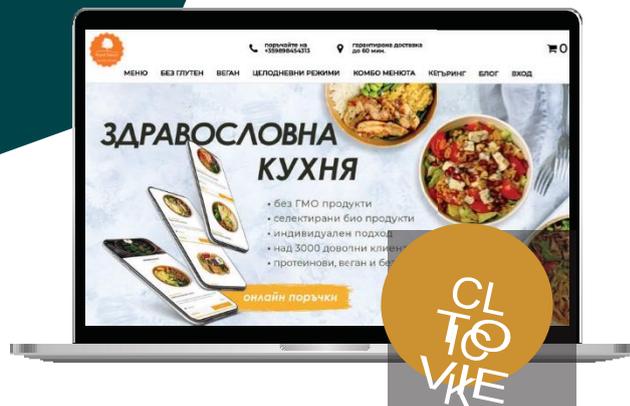
Haz click para ver

[VIDEO 1](#) [VIDEO 2](#) [VIDEO 3](#) [VIDEO 4](#) [VIDEO 5](#)
[VIDEO 6](#) [VIDEO 7](#)

Sigue la historia de Social Café



Tipo: Para llevar/online/ Reparto
País: Sofía, Bulgaria



¿Por qué es una buena práctica?
Royal Nature – Cocina Saludable es una empresa de catering que ayuda a las personas en el camino hacia una vida saludable y equilibrada. La empresa trabaja en el desarrollo de regímenes nutricionales saludables para particulares, corporaciones privadas y catering convencional. Su misión es mostrar que una forma de vida saludable puede ser buena y que el gusto es fundamental durante este viaje. Al inicio de la pandemia, ofrecieron pagar el 50% del costo, con entrega incluida, para alentar a las personas a regalar un almuerzo a un extraño. "¡Juntos del lado del BIEN!"

Acerca de
Royal Nature es una empresa de catering saludable que ayuda a empezar a vivir una vida equilibrada. Su misión es mostrar que un estilo de vida saludable puede ser fácil, sabroso y es una elección que cada uno debe tomar. Se dirigen a las personas con estilos de vida ocupados, cuya salud se ve afectada por no tomarse el tiempo para nutrir sus cuerpos con buena comida. Se ocupan de las necesidades y la salud de sus clientes preparando alimentos de alta calidad a partir de productos orgánicos cuidadosamente seleccionados. Entregan todo listo para el consumo, con menaje, a hogares, oficinas o donde se necesite, en Sofía. Así, sus clientes ahorran tiempo; comprar, cocinar, calcular calorías, buscar productos de calidad, solo tienen que hacer pedidos online. Podrán disfrutar de un almuerzo o cena saludable, o de un plan individual de todo el día, elaborado según las recetas de algunos de los nutricionistas más famosos del País.

Saludable
Se atienden todos los requerimientos dietéticos - Vegano, Sin Gluten, Vegetariano. Ofrecen porciones calculadas para adherirse a los planes de alimentación saludable y su sitio web está orientado a proporcionar información sobre la alimentación y los hábitos de alimentación saludable a través del uso de su blog, que detalla excelentes recetas y consejos útiles.

No utilizan colorantes, conservantes, edulcorantes y otros aditivos químicos. Los procesos de pretratamiento / tratamiento térmico de productos alimenticios están adaptados para adecuarse a la preparación de alimentos saludables. El camino hacia la salud y la felicidad ahora es posible y fácil con sus programas. Los productos de Royal Nature crean buenos hábitos y son muy convenientes.

Sostenible
Royal Nature es consciente de su impacto medioambiental y hace esfuerzos para reducir sus residuos y utilizar soluciones ecológicas en sus envases de alimentos. Utilizan métodos de cocción más saludables y creen en la transparencia de los ingredientes. Se revisan periódicamente los menús para garantizar que se incluyan frutas, verduras y variedades integrales.

Ética
Royal Nature es una PYME que promueve la nutrición saludable, el uso de cadenas alimentarias responsables y el abastecimiento ético. Capacitan a sus clientes con información y tienen como objetivo marcar una diferencia en la salud pública a través de sus servicios y ofertas.

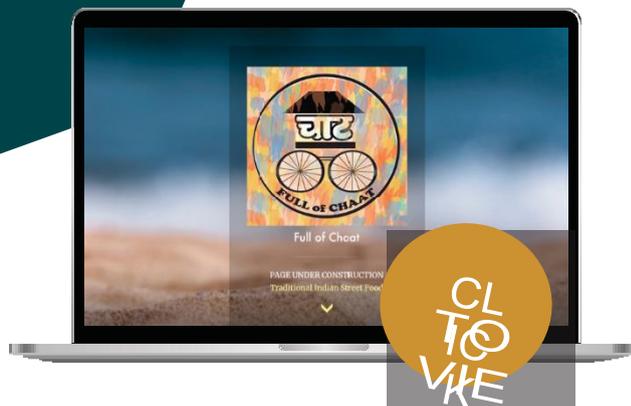
Uso de la tecnología
Su negocio se gestiona predominantemente a través del sitio web de la empresa y su página de Facebook, donde sus clientes reciben información y pueden solicitar que sus opciones se envíen a la ubicación seleccionada dentro de la ciudad de Sofía. También utilizan la plataforma de entrega FoodPanda para ampliar su alcance. Ofrecen transacciones sin efectivo y permiten pedidos telefónicos.

Sigue la historia de Royal Nature



49 FULL OF CHAAT

Tipo: Callejera/Para llevar
País: Berminham, UK



¿Por qué es una buena práctica?

Full of Chaat, originalmente establecido como un proyecto de Street Food en 2017, debía tener su verano más ajetreado hasta la fecha, ya que se le había seleccionado para los premios European Street Food y tenía mucho trabajo en festivales. Cuando se implementaron las restricciones de COVID-19 y se ordenó el cierre de todos los negocios, los comerciantes ambulantes de alimentos se vieron obligados a cerrar sin apoyo financiero. La propietaria Sarah Ventre, encontró una manera de superar la crisis repartiendo alimentos a los clientes habituales y participando en las comidas para los trabajadores sanitarios, sirviendo a la comunidad y asegurándose de poder mantener a los miembros clave del personal empleados.

i Acerca de

Sarah Ventre fundó Full of Chaat en febrero de 2017. Ya trabajaba en catering privado, pero tomó la decisión de centrarse en lanzar un proyecto de comida callejera como algo paralelo. Después de asegurarse un lugar en el galardonado Digbeth Dining Club en Birmingham, el negocio estaba en auge y Full of Chaat se convirtió rápidamente en un nombre familiar en la ciudad. Después del confinamiento, Sarah pasó tres semanas planificando formas en las que podría adaptar su negocio para servir a la comunidad. Inicialmente, Sarah y el equipo comenzaron a atender a los clientes habituales conduciendo hasta sus hogares y dejando comidas calientes en la puerta de su casa una vez a la semana. Cuando se creó la iniciativa "Comidas para NHS (Sistema de Salud Pública de UK)" con el objetivo de entregar comidas calientes gratuitas a los trabajadores de primera línea, Sarah participó en el programa. Así fue como se involucró con la organización benéfica y, a menudo, proporcionaba hasta 200 comidas calientes al día a los trabajadores del NHS.

Las primeras semanas fueron muy emotivas para el equipo de Full of Chaat porque el personal de Cuidados Intensivos salía de su turno exhausto pero con muchas ganas de disfrutar de una deliciosa comida caliente. Sarah y su equipo realizaban visitas periódicas a hospitales locales y establecieron una buena relación con muchos miembros del personal. No solo se pudo mantener empleado al equipo de Full of Chaat y mantener el negocio en funcionamiento, sino que también se les dio el propósito de levantarse cada día sabiendo que estaban brindando una fuente de consuelo muy necesaria e impulso de energía a los trabajadores de primera línea



Saludable

Cuando Sarah tuvo la oportunidad de trabajar con Comidas para el NHS, su preocupación inicial fue si querían Chaat o algo completamente diferente como salchichas y puré tradicionales, por ejemplo. De hecho, querían el menú Chaat porque era lo último en comida reconfortante: saludable, hogareña y nutritiva, que combina carne con muchas verduras. El objetivo era evitar que los trabajadores clave tuvieran que visitar las máquinas expendedoras mientras estaban de servicio y asegurarse de que no tuvieran que ir a casa después de un turno largo de 16 horas para cocinar su propia comida en un momento en el que muchos no tenían tiempo para ir a comprar alimentos.



Ética

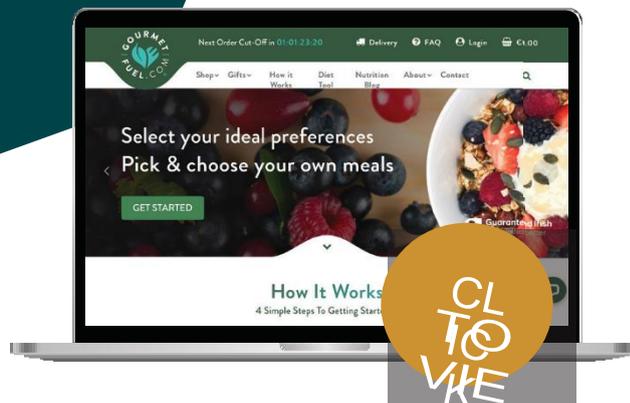
A través del éxito Full of Chaat, Sarah apoyó a la comunidad local de varias formas;

- Asegurándose de que los trabajadores esenciales reciban una comida nutritiva al día.
- Manteniendo a los trabajadores empleados y dándoles un propósito durante tiempos difíciles.
- Apoyando a los miembros de la comunidad proporcionándoles comidas nutritivas.

Sigue la historia de Full of Chaat



Tipo: Catering /Reparto
País: Irlanda



¿Por qué es una buena práctica?

Gourmet Fuel proporciona a las personas que se preocupan por su salud comidas frescas y nutricionalmente equilibradas en su hogar. Este servicio es perfecto para personas ocupadas que desean comer de manera saludable pero sin tiempo para cocinar. Los clientes pueden aprovechar los consejos nutricionales y disfrutar de la deliciosa comida saludable, que les ayudará a lograr sus objetivos. Este producto saludable se comercializa de manera innovadora. La necesidad está ahí y esta empresa la está satisfaciendo además de promover la salud y la nutrición a través de Internet.

i Acerca de

Gourmet Fuel fue fundada en 2014 por los hermanos Emma y Rob Buckley. Emma es la Directora de Nutrición y ha desarrollado una gama completa de alimentos para favorecer una vida saludable. Emma también es una oradora internacional sobre nutrición y salud. Su conocimiento de cómo funcionan los alimentos en el cuerpo la ayuda a diseñar las comidas y los planes de alimentación más saludables posibles. Se han asociado con Andy Dowling, quien es el director del negocio y el jefe de cocina. Andy tiene una vasta experiencia en proporcionar comidas saludables y equilibradas, ya que trabajó anteriormente en Avoca y en el Hospital Privado de St. Vincent. Andy y su equipo crean cada comida desde cero, utilizando ingredientes de origen local.

“Nos encanta la comida, pero siempre nos ha gustado comer sano. Antes de que comenzara Gourmet Fuel en 2014, encontramos que la única manera de conseguir comida realmente sana que también supiera bien, era cocinarla nosotros mismos. Eso significaba comprar, picar y cocinar comidas desde cero. Nos encanta cocinar, pero eso lleva tiempo y, muchas veces, la vida se interpone y tomamos malas decisiones a la hora del almuerzo o después de un largo día de trabajo. Entonces, pensamos, debe haber una manera de que todos puedan disfrutar de la deliciosa comida saludable todos los días, sin tener que pasar horas en el supermercado y la cocina ... ¡y así nació Gourmet Fuel!”

Sigue la historia de Gourmet Fuel



🍌 Saludable

Entras en el sitio web y agregas tu información física, incluida la altura, el peso, la actividad física, etc. Luego, eliges tu objetivo de salud, eligiendo entre pérdida de peso, aumento de peso o simplemente querer comer de manera saludable. El equipo calculará cuántas calorías necesita por día y elaborará un plan de alimentación para usted. Gourmet Fuel es una de las únicas empresas de reparto de alimentos en Irlanda que cuenta con un equipo de nutricionistas cualificados para asesorar y guiar a sus clientes. Para facilitar la alimentación de saludable, el plan no solo cubre la cena, sino también el desayuno, el almuerzo y los refrigerios. Puede personalizar su suscripción a su medida. Las comidas se entregan en todo el país semanalmente y usted se suscribe semanalmente. Este sistema asegura resultados y promueve la salud y el bienestar de su comunidad.

🍴 Requerimientos dietéticos

Todos los planes están hechos a medida, por lo que se satisfacen todas las preferencias alimentarias.

♻️ Sostenible

Se utilizan bandejas de plástico PET1, el embalaje con menor huella de carbono para alimentos, que son aptas tanto para horno como para microondas y están fabricadas con material reciclado y son 100% reciclables.

📱 Use of technology

Su sitio web utiliza la tecnología pionera FuelWizard, que proporciona una imagen completa de los nutrientes que está comiendo. Tienes todos los macro y micronutrientes, cuáles son sus beneficios y sabes si estás alcanzando tus objetivos diarios. Todos los pedidos se realizan online a través del sitio web de la empresa y la entrega se organiza en consecuencia. Huerto orgánico roghan y Huerto orgánico Knockvicar.



INNOVATION FOR THE
FOOD SERVICE SECTOR

www.foodinnovation.how

Nuestros socios:

