

# ROAF-POSTEN

Informasjon fra Romerike Avfallsforedling IKS

## ROMERIKES VIKTIGSTE SJÅFØRER

De er faktisk innom deg hver uke, men det er ikke sikkert at du har sett eller møtt dem. Hva vet du egentlig om de som tømmer avfallsbeholderne dine?

Nr. 2 2017

+ Åpningstider og henting av avfall i julen // Flere resirkulerende romerikinger // Slik håndterer du juleavfallet // En litt grønnere julefeiring



# VELKOMMEN TIL OSS I JULA

På grunn av helligdagene i forbindelse med jul og nyttår vil henting av avfall avvike noe. Avfall vil ikke bli hentet på helligdagene, men alle beholdere/containere vil bli tømt i løpet av uka. **For mer informasjon, se [roaf.no](http://roaf.no).**

## ÅPNINGSTIDER PÅ VÅRE GJENVINNINGSTASJONER I UKE 52

| GJENVINNINGSTASJON | ÅPNINGSTIDER                                                          |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Skedsmo            | Onsdag - fredag: 07.00 - 15.00 / Lørdag 23/12 og 30/12: 10.00 - 15.00 |
| Aurskog-Høland     | Onsdag og torsdag: 08.00 - 15.00                                      |
| Enebakk            | Torsdag: 13.00 - 19.00                                                |
| Fet                | Stengt (gjelder også lørdag 23/12)                                    |
| Gjerdrum           | Stengt                                                                |
| Lørenskog          | Onsdag og torsdag: 10.00 - 20.00 / Fredag: 10.00 - 16.00              |
| Nittedal           | Fredag: 10.00 - 16.00                                                 |
| Sørum              | Stengt                                                                |
| Julestengt         | 24., 25., 26. og 31. desember, samt 1. januar 2018                    |

Resten av året har vi nye og utvidede åpningstider på mange av våre gjenvinningsstasjoner. Se [roaf.no](http://roaf.no) for fullstendig oversikt.

Velkommen!



## TAKK FOR JULEMATEN

Kaffegrut om morgenen, eggesskall etter omeletten til lunsj og kyllingbein til middag. Vi produserer matavfall flere ganger om dagen, hele året gjennom.

I jula samles vi gjerne med familie og venner rundt et dekket bord med masse, deilig julemat. Når alle har spist seg gode og mette, og til og med fått plass til litt dessert, ønsker vi i ROAF at det som er igjen av matavfall, kastes i grønn pose. Spiselige rester bør selvsagt fryses ned til en senere anledning, eller nytes til lunsj dagen etter.

Det er flere og flere som kildesorterer matavfallet sitt, og de gjør en svært viktig innsats for miljøet ved kjøkkenbenken sin. Men vi ønsker at alle skal bruke de grønne posene, for det kastes fremdeles alt for mye mat i restavfallet.

Matavfall ser ofte ikke så mye ut hver for seg – litt nøtteskall, beinrester etter ribba og potetskrell – det er jo nesten ingenting! Men alt matavfallet du produserer har stor verdi. For når du sorterer matavfallet ditt, lager ROAF miljøvennlig biogass og biogjødsel. Faktisk kjører renovasjonsbilene som henter avfallet ditt på biogass laget av deg! Jo mer matavfall som kastes i grønn pose istedenfor i restavfallet, jo bedre er det for miljøet vårt.

Vi vet det er mye å tenke på i julestria. Gaver som skal pakkes inn, store selskaper med mat til mange og huset fullt av spente barn og voksne. Vårt juleønske er at du likevel bruker de syv sekundene det tar å sortere matavfall i grønn pose, og bidrar til en mer miljøvennlig julefeiring. Du kan lese mer om matavfall og hvordan du kildesorterer hjemme på [roaf.no](http://roaf.no).

*«Vårt juleønske er at du bruker de syv sekundene det tar å sortere matavfall i grønn pose, og bidrar til en mer miljøvennlig julefeiring.»*

I tillegg til mer informasjon om matavfall og grønn pose, får du i denne utgaven av ROAF-posten inspirasjon til å lage en mer miljøvennlig julefeiring. Det er mye fint man kan gjøre med gaveinnpakkingen og med gårsdagens matrester, som også er bra for miljøet! I portrettet møter du Stanislaw Piotr Paprocha som hver uke gjør en av de viktigste jobbene på Nedre Romerike: Han henter avfallet ditt. Du finner også informasjon om hentetider hjemme hos deg, åpningstider på våre gjenvinningsstasjoner i jula, og hva du skal gjøre med juleavfallet og juletreet ditt når feiringen er over.

Men, før den tid ønsker vi å takke for året som har gått og ønske deg en riktig god jul og et godt nytt år!

Hilsen alle i ROAF

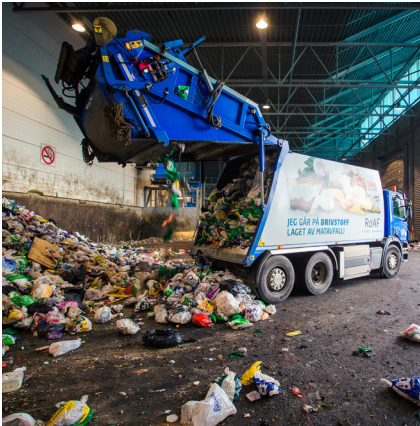


FOTO: GEIR ANDERS RYBAKKENØRSLJEN

Hvert år samler ROAF inn nesten et halvt tonn avfall per innbygger på Nedre Romerike.

### ROAF-POSTEN NR. 2 2017

#### ANSVARLIG UTGIVER

Romerike Avfallsforedling IKS

#### REDAKTØR

Line Malmö

#### TEKST OG DESIGN

Dinamo

#### TRYKK

Rolf Ottesen AS

#### KONTAKT

Tlf: 40 00 29 79

[firmapost@roaf.no](mailto:firmapost@roaf.no)

[www.roaf.no](http://www.roaf.no)



KLIMAKOMPENSERT  
PAPIR







## RENOVATØRER PÅ TYNN IS - MÅK OG STRØ RUNDT AVFALLS- BEHOLDEREN DIN!

I løpet av vinterhalvåret med snø, sludd og kuldegrader kan det fort bli holke og glatt på veien. Dette blir fort en ekstra utfordring for renovatørene våre som henter avfall uansett vær. Hvis det ikke er gruset, kan det i enkelte tilfeller være nesten umulig å komme seg bort til avfallsbeholderen. Vi vil derfor minne alle om å huske å måke og strø rundt avfallsbeholderen, så lover vi at avfallet ditt blir hentet!

I tillegg vil vi minne om at avfallsbeholderen skal være plassert inntil fem meter fra kjørbare vei. Og husk at grønn pose og restavfall inkl. plast skal i beholder for mat- og restavfall, mens papp, papir og kartong skal i egen beholder for dette. Glass- og metallemballasje og tekstiler, klær og sko skal i egne returpunkter. Finn ditt nærmeste returpunkt i appen «Min Renovasjon» eller på [www.roaf.no](http://www.roaf.no).



## DET TAR BARE SJU SEKUNDER Å SORTERE MATAV FALL

Likevel kildesorterer vi Romerikinger bare halvparten av matavfallet. Slik går store verdier rett i søpla. For når du sorterer, lager ROAF miljøvennlig biogass og biogjødsel. Med andre ord er det viktig at du alltid bruker sju sekunder når du kaster. Så lover vi å gjøre resten.

## VARSEL OM HENTING AV DITT AVFALL PÅ APP!

ROAF arbeider hele tiden med å redusere avfallsmengden i arbeidet vi gjør. Et viktig tiltak for oss er derfor å digitalisere informasjonen til kundene våre. Med appen «Min Renovasjon» finner du det meste du trenger å vite, blant annet:

- Tømmekalender for hele året
- Åpningstider og hva du kan levere på hvilke gjenvinningsstasjoner
- Sorteringsguide - hva skal kastes hvor?
- Ditt nærmeste returpunkt for glass- og metallemballasje og klær og tekstiler

Ønsker du å komme i kontakt med oss kan du sende en melding direkte i appen.

### Slik laster du ned appen:

1. Søk på «Min Renovasjon» på Google Play eller i App Store og installer appen på din mobil
2. Velg kommune
3. Skriv inn din adresse (det er mulig å lagre flere adresser)
4. Velg varsling, og du er i gang!

Du kan også finne informasjon om dine hentetider på [www.roaf.no](http://www.roaf.no).



FOTO: GETTY IMAGES

## ET GRØNT ØNSKE



FOTO: GETTY IMAGES

Alt starter på kjøkkenbenken din. Når du lager mat, vil det alltid være noe til overs. Noen ganger er det kun skallet på løken eller innmaten i paprikaen, andre ganger har du kanskje beinet ut en hel stek. Dessverre ser vi at 50 prosent av alt matavfallet vi får inn, havner i restavfallet og ikke i den grønne posen. Det vil si at halvparten går til forbrenning og ikke blir omgjort til verdifulle ressurser. Hvert gram med matavfall kan nemlig brukes! Av matavfall lager vi miljøvennlig biogass som kan erstatte bensin og biogjødsel som kan erstatte kunstgjødsel i landbruket.

Derfor er vårt ønske at du lar matavfallet ditt, både stort og smått, bidra til et bedre miljø for oss alle. **Matavfall skal i grønn pose - alltid!**

### Tom for grønne poser?

Du får tak i flere grønne poser helt gratis her:

- På alle våre gjenvinningsstasjoner
- På servicetorget i din kommune
- Hos Miljøbilen (vår og høst)
- Knyt en grønn pose (evt. en vanlig bærepote hvis du er tom for grønne) på mat- og restavfallsbeholderen din ute. Dette er et tegn til renovatørene våre om at de skal legge igjen en ny rull med poser ved neste tømming av restavfallet. (Gjelder de som har beholdere med to hjul.)
- De som bor i borettslag/sameie får utdelt nye ruller på døra to ganger pr. år

### Dette skal i grønn pose:

- Skrell
- Skrotter
- Kaffegrut med filter
- Teposer
- Eggeskall, rekeskall, nøtteskall
- Brukte servietter og husholdningspapir
- Bein og skinn

### Dette skal ikke i grønn pose:

- Avskårne blomster
- Potteplanter
- Hageavfall
- Grus, sand, jord
- Kattesand
- Bleier
- Snus og sneiper

## MER RESTAVFALL ENN VANLIG? EKSTRASEKK TIL RESTAVFALL

Etter store selskaper i julen og ved spesielle anledninger har man ofte mer avfall enn vanlig. Hos alle ROAFs gjenvinningsstasjoner og på flere lokale utsalgssteder kan du kjøpe ekstrasekk til restavfallet ditt for 50 kr. Ekstrasekken fyller du med restavfallsposer og settes ved siden av mat- og restavfallsbeholderen din på vanlig tømmedag.

**Husk:** Grønne poser med matavfall skal ikke i ekstrasekken, men i avfallsbeholderen din. Sorteringsanlegget klarer ikke gjenkjenne grønne poser inni andre poser og sekker.



FOTO: GETTY IMAGES

## FARLIG AVFALLS- MOTTAKET ER FLYTTET

Mottaket for farlig avfall er flyttet fra eget bygg til selve gjenvinningsstasjonen på Skedsmo. Da får vi alt på ett sted slik at det blir enklere for både deg og oss. Vi kan avsløre at det tidligere bygget for farlig avfall skal bygges om til en spennende ombruksbutikk. Ombruksbutikken RE åpner i 2018, det gleder vi oss veldig til!

I tillegg vil det bli en utvidelse av gjenvinningsstasjonen med større skråstilte containere for at du skal få en enda mer brukervennlig opplevelse hos oss.





# ROMERIKES VIKTIGSTE SJÅFØRER

Med en ni meter lang og 20 tonns tung bil, kjører de gjennom smale gater og opp bratte bakker for å hente avfallet ditt. De er faktisk innom deg hver uke, men det er ikke sikkert at du har sett eller møtt dem. Hva vet du egentlig om de som tømmer avfallsbeholderne dine?

TEKST: HANNAH HAGTVET HJELTNES/DINAMO // FOTO: GEIR ANDERS RYBAKKEN ØRSLIEN

Stanislaw Paprocha (29) kommer fra den lille byen Turzynie sørøst i Polen, men kjenner Nittedal bedre enn de fleste lokalfødte. Hver uke kjører han fire forskjellige ruter der han er innom rundt 600 husstander hver dag. Stanislaw og de andre renovatørene fra ROAF henter mat- og restavfall inkl. plast og papp, papir og kartong i ti kommuner på nedre Romerike hver uke, året rundt.

## Sikkerhet først, så alt annet

– Vi begynner klokken seks om morgenen. Da går vi over hele bilen og sjekker lys, bremses, hjul og maskineri. Det er et stort ansvar med en så stor bil,

så vi må passe på at alt er i orden før vi begynner å kjøre.

Han er en erfaren sjåfør, men Stanislaw er like forsiktig hver morgen. For selv om de kjører store, blå biler med blinkende, oransje varselslys, så virker det ikke alltid som folk ser renovasjonsbilene. De fleste ser ikke opp fra telefonene sine, sier Stanislaw. I rushet er det mye å tenke på. Folk skal på jobb med bil og sykkel, barn skal på skolen og i barnehagen og midt oppi dette skal vi hente avfallet deres, forteller han.

Mange tror kanskje det er enkelt for en renovasjonsbil å svinge unna, men

»





Alle som er ute og kjører renovasjonsbilene samarbeider godt. Her er Stanislaw og kollega Kristof.

» det er ikke det for en fullastet bil på 20 tonn. Derfor sjekker og dobbeltsjekker Stanislaw i speil og ryggekamera, før han kjører noe sted. Når det er lyst om sommeren er det lettere å ha oversikt. Nå som det er vinter og mørkt, må vi rett og slett være ekstra forsiktige, sier Stanislaw. Han forteller om folk som trår rett ut i gata foran dem, og at mange parkerer bilen slik at de ikke kommer til. Noen ganger får de ikke tømt en gate, fordi en bil blokkerer innkjørselen og de må kjøre videre.

#### Ni kilometer hver dag

Når Stanislaw og kollegaene hans først har kommet dit de skal, så går det unna: De stopper bilen og ser seg for, så tre trinn ned ut døra, eller et lite hopp ned fra ståbrettet bak. Inn porten, opp innkjørselen, rundt hjørnet, trille frem

beholderen, bikke den førtifem grader og hekte den på krokene bakpå bilen. Beholderen heises i været og innholdet tømmes oppi renovasjonsbilen. Beholderen senkes ned, hektes av, rulles tilbake inn porten, opp innkjørselen, og rundt hjørnet igjen. Deretter til neste hus og neste hus til ruta er ferdig. Vi går over ni kilometer hver dag, forteller Stanislaw. Han brukte skritteller i starten, men sluttet med det etterhvert. Jeg trenger ikke noe treningssenter i hvert fall, sier han.

Stanislaw forteller at alle som er ute og kjører renovasjonsbilene, samarbeider. Er det noen som blir syke, har problemer ute på ruta, eller henger etter, så stiller de andre renovatørene opp. Vi hjelper hverandre. Det er kanskje det jeg liker best med jobben. At vi gjør dette sammen, sier Stanislaw.

#### Feil avfall i feil beholder

Jobber du med avfall, får du et annet syn på det enn mange andre. Stanislaw og kollegaene ser og merker verdien av blant annet matavfall hver dag. Matavfallet fra grønne poser gjøres nemlig om til biogass som er drivstoffet til ROAFs renovasjonsbiler. Så når innbyggerne på Nedre Romerike kaster matavfall i grønn pose, så bidrar de rett og slett til at sitt eget avfall blir hentet.

– Det som overrasker meg mest, er at folk kaster panteflasker. Det er bokstavelig talt som å kaste vekk penger.

ROAF finner enorme mengder panteflasker i avfallsbeholderne. Basert på hva folk kaster, kan man trekke noen slutninger om menneskene som bor i ROAF-kommunene. Men på tross av mye pant i avfallsbeholderne, har folk blitt flinkere til å sortere avfallet sitt.



Renovasjonsbilene kjører på biogass laget av matavfallet fra grønne poser.

*«Det som overrasker meg mest, er at folk kaster panteflasker. Det er bokstavelig talt som å kaste vekk penger»*

Vi ser flere grønne matavfallsposer i beholderne, og papp, papir og kartong blir oftere kastet i riktig beholder. Men likevel ser Stanislaw også mye feilsortering. Når avfall sorteres feil, må renovatørene dokumentere det og rapportere tilbake til ROAF sentralt. Oppdages ikke feilsorteringen ute på ruta og det feilsorterte avfallet blir med tilbake til anlegget, kan det skape problemer og i verste fall stanse hele ettersorteringsanlegget.

Folk prøver seg, sier Stanislaw og forteller at blant annet stoler og bord,

tepper, byggavfall, farlig avfall og elektrisk avfall blir forsøkt kastet i avfallsbeholderen. Ser vi avfall som åpenbart er kastet feil, så setter vi det igjen ved siden av beholderen, fortsetter han. Når de kommer tilbake neste uke har de fleste tatt hintet, men noen gir seg ikke og kaster det samme avfallet tilbake i beholderen igjen. Men vi tar det ikke med oss da heller, sier Stanislaw.

#### Ekte superhelter

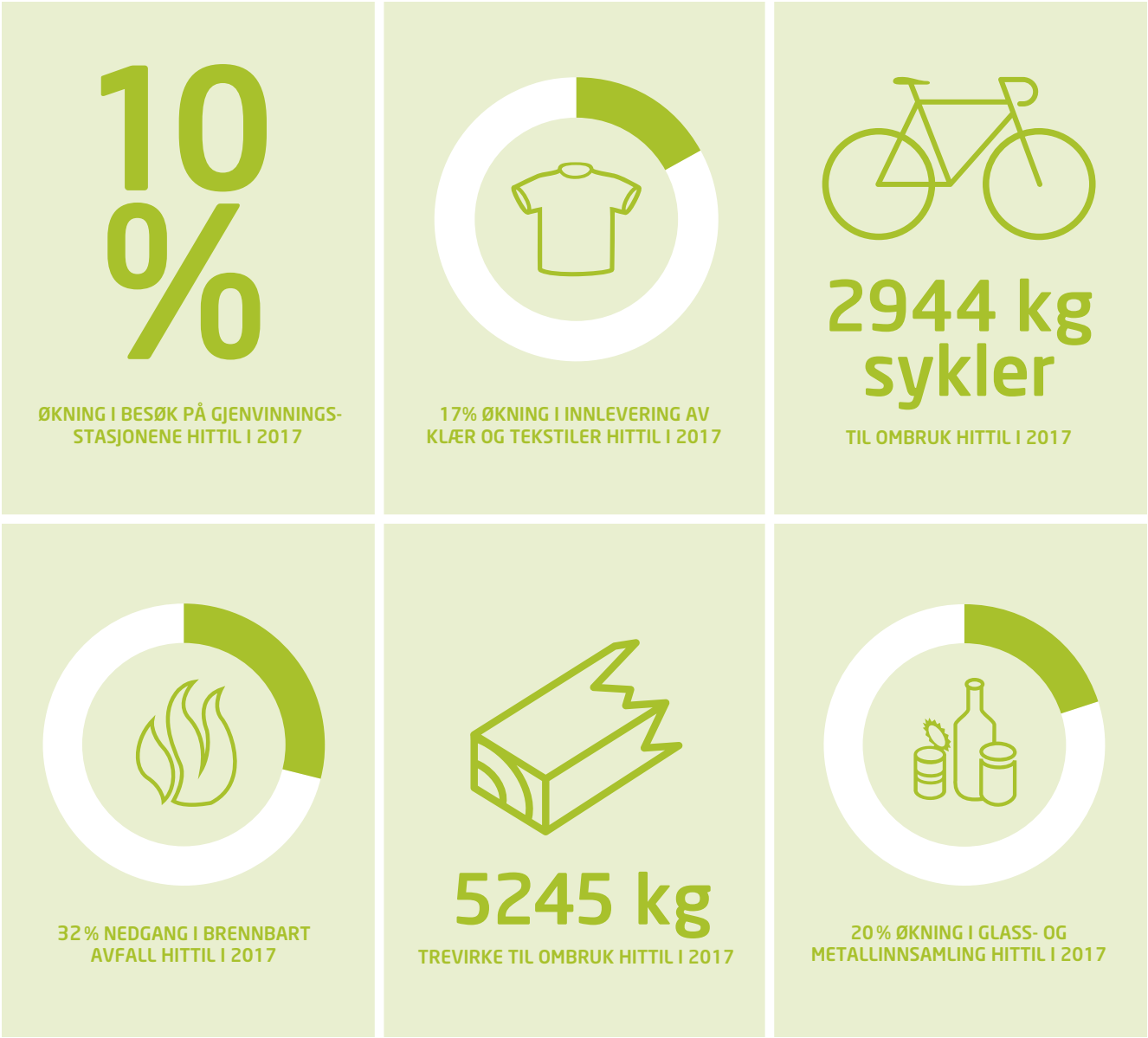
Renovatørene møter mye hyggelige folk når de er ute på rutene sine. De

fleste er takknemlige, noen lurer på om det blir hentet avfall på helligdager, og andre lurer på hvordan de klarer å manøvrere en så stor bil inn den smale gata deres. Det er spesielt stor stas når ROAFs renovasjonsbiler stanser foran en barnehage, forteller Stanislaw. Da føler vi oss som superhelter! Barna vil vite hva vi heter og gjør store øyne når avfallscontainerne tømmes. Det er like gøy hver gang, sier han.

På spørsmålet om han har en oppfordring til Romerikes innbyggere, så svarer Stanislaw slik:

– Det er viktig at vi alle prøver å tenke og handle mer miljøbevisst. Vi må alle sortere avfallet vårt – det er bedre for oss alle, og for planeten vår. Vi er på lag sammen. ●





# STADIG FLERE RESIRKULERENDE ROMERIKINGER

Innbyggerne i ROAF-kommunene blir stadig flinkere til å sortere avfall. Hvert år leveres til sammen 40 000 tonn avfall, og vi ser en økning på ti prosent i besøk på gjenvinningsstasjonene. Det er veldig hyggelig!

Vi er også glade for å se at glass- og metallinnsamlingen har økt med 20 prosent så langt i år. I Aurskog-Høland-kommune har vi sett gode resultater ved å innføre en tredje avfallsbeholder for glass- og metallemballasje hos husstandene. Vi ønsker å innføre dette i alle ROAFs kommuner.

Målet vårt er hele tiden å gjenvinne mer og øke ombruket av avfall som kommer inn. Det leveres generelt mindre avfall per person, men det er dessverre svært mye

feilsortert avfall. Blant annet ser vi at farlig avfall og elektrisk og elektronisk avfall ofte blir sortert feil og havner i containerne for brennbart avfall.

## GJENNOMSIKTIGE SEKKER

Det er gratis å levere farlig avfall og elektrisk og elektronisk avfall på alle ROAFs gjenvinningsstasjoner. Slikt avfall er skadelig for miljøet når det feilsorteres, så her trengtes det tiltak. I juni innførte vi derfor at alt avfall som leveres til våre gjenvinningsstasjoner skal leveres i gjennomsiktige sekker. Det gjør det lettere for våre ansatte å kontrollere avfallet som kommer inn, og vi reduserer graden av feilsortering. Hageavfallet ditt skal også leveres i gjennomsiktige sekker selv

om sekken skal tømmes på hageavfalls-mottaket. Du kan fremdeles levere løst avfall, så lenge det er godt synlig på tilhengeren din.

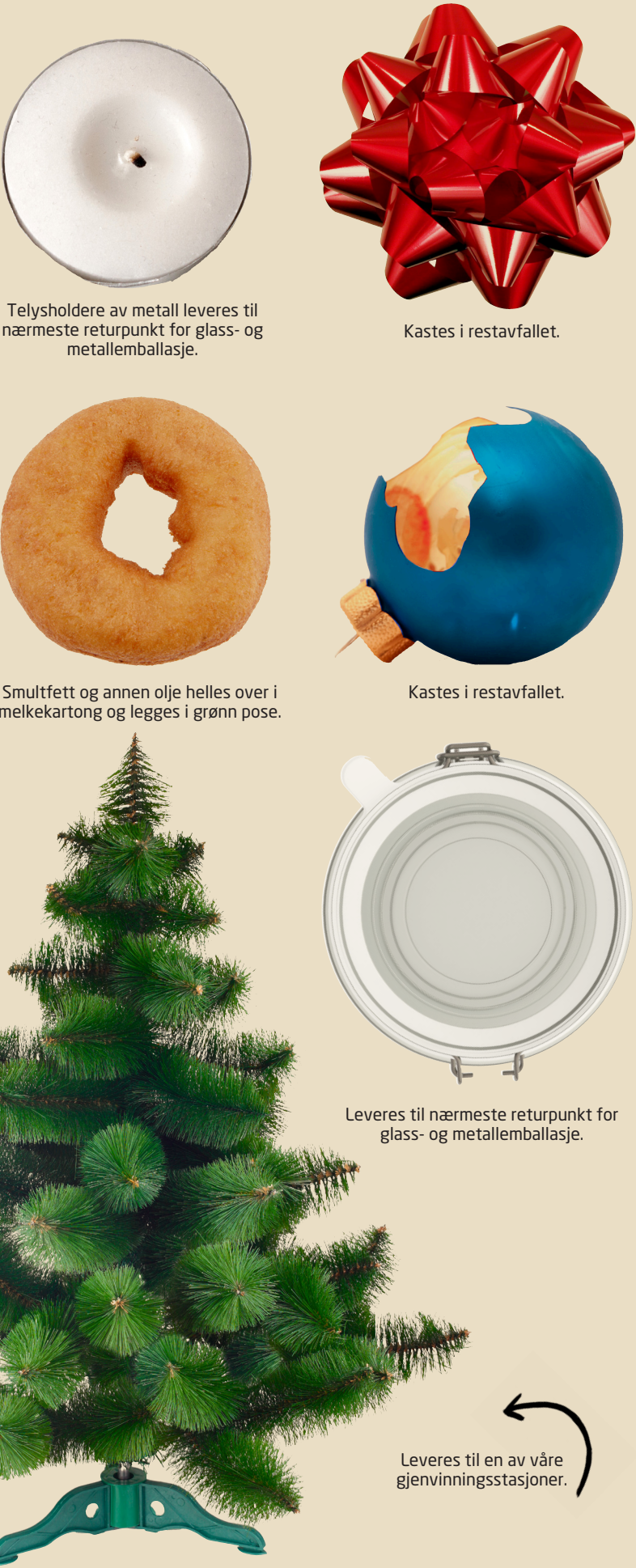
Etter at vi begynte med gjennom-siktige sekker har vi sett en nedgang på 32 prosent brennbart avfall på alle gjenvinningsstasjonene våre. Mindre brennbart avfall, betyr mindre utslipp og renere luft for oss alle. Vi selger gjennomsiktige sekker for 50 kr for to ruller på alle våre gjenvinningsstasjoner, samt at man får kjøpt det på en rekke byggevarehus og butikkjeder. Det fine med sekkene er at de kan brukes flere ganger. Takk for ditt bidrag til en grønnere hverdag! ●

# HVORDAN SKAL TYPISK «JULEAVFALL» HÅNTERES?

Er du flink til å sortere, er det meste gratis å levere på ROAFs gjenvinningsstasjoner.

- **Gavepapir og gavebånd:** Kastes i restavfallet. Du kan også levere inntil to sekker med gavepapir og bånd gratis til en av våre gjenvinningsstasjoner.
- **Snø- og glitterspray:** Leveres til farlig avfall-mottaket på gjenvinningsstasjonen eller til Miljøbilen (vår og høst).
- **Elektriske eller elektroniske produkter:** Leveres til en av våre gjenvinningsstasjoner (EE-avfall) eller til Miljøbilen (vår og høst).
- **Juletre:** Er hageavfall og leveres gratis på våre gjenvinningsstasjoner (med unntak av Lørenskog).
- **Juletre i plast:** Leveres gratis til en av våre gjenvinningsstasjoner.
- **Juletrenett:** Leveres gratis til en av våre gjenvinningsstasjoner.
- **Julekuler av plast og glass:** Kastes i restavfallet.
- **Pappesker, merkelapper/julekort av papir, blader og magasiner (også med glanset papir):** Kastes i beholder/ container for papp, papir og kartong.
- **Vedsekk:** Leveres gratis til en av våre gjenvinningsstasjoner.
- **Stearinlysstumper:** Kastes i restavfallet eller leveres til Skedsmo gjenvinningsstasjon for ombruk.
- **Telysholdere av plast:** Kastes i restavfallet.
- **Telysholdere av metall:** Leveres til nærmeste returpunkt for glass- og metallemballasje. (Eller egen beholder for de som har det)
- **Tomme glass:** Leveres til nærmeste returpunkt for glass- og metallemballasje. (Eller egen beholder for de som har det)
- **Ribbefett/smult:** Helles over i melkekartong, tapes godt igjen og legges i grønn matavfallspose. Stivnet fett fjernes med tørkepapir og kastes i grønn pose.

FOTO: GETTY IMAGES





# EN LITT GRØNNERE JULEFEIRING

Vi i ROAF er opptatt av at en miljøvennlig julefeiring ikke skal gå på bekostning av kosen. Det gjelder bare å tenke litt nytt. Derfor vil vi dele tips til hvordan du kan gjøre høytiden enda litt grønnere, men samtidig bevare både stil, tid og kos.

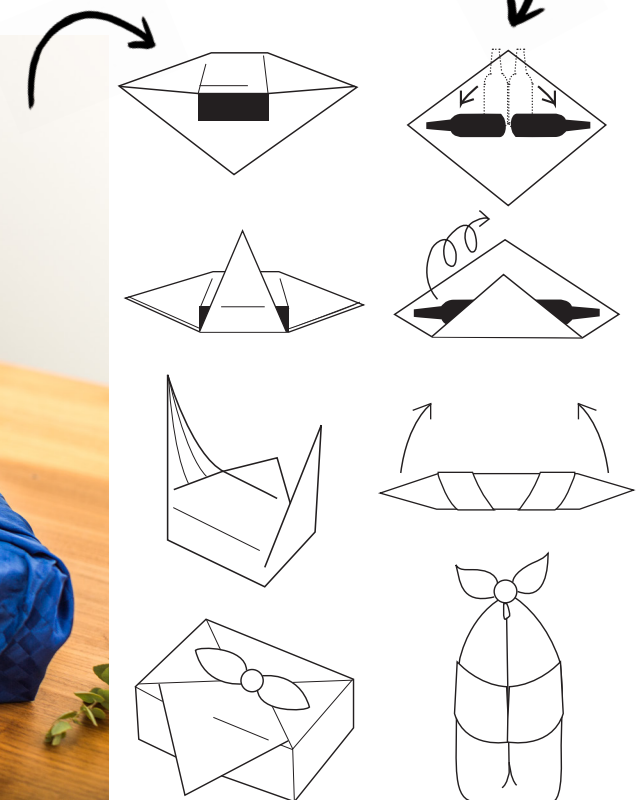
TEKST OG FOTO: DINAMO

## ALTERNATIV GAVEINNPAKKING

Hver jul bruker nordmenn 60 000 km med gavepapir. Vanlig gavepapir er dessverre ofte vanskelig å resirkulere fordi det inneholder mange fargestoffer. Når du er ute og handler bør du se etter kraftpapir eller papir som er merket med at det kan resirkuleres.

Furoshiki er en gammel japansk tradisjon for å pakke inn ting med tøyestykker. Alt fra gaver, mat, klær og blomster. Siden tøyestykket kan brukes om igjen mange flere ganger enn selv et sterkt gavepapir kan, er dette et veldig godt alternativ for miljøet. Dessuten ser det også veldig stilig og forseggjort ut.

Har du noen gamle klær, sengetøy eller gardiner du skulle blitt kvitt? Da er dette perfekt furoshiki-materiale! Om du ikke har det, kan du kjøpe inn nytt stoff, det vil uansett være mer miljøvennlig enn å kjøpe gavepapir.







## GI STEARINRESTENE NYTT LIV

I desember liker mange av oss dempet belysning og levende lys. Det er ikke bare koselig, men også miljøvennlig om du velger stearinlys laget av 100 prosent stearin. Styr unna lys som består av parafin, palmeolje og fossile stoffer. Hos for eksempel Clas Ohlson selger de kun miljøvennlige stearinlys.

Når vi tenner mye lys blir det også dessverre mye stearinrester igjen, spesielt når det kommer til kubbelys og kronelys. Spar på restene og smelt det om til nye lys, så sparer du både penger og miljøet. Du kan også levere stearinlysrester til Skedsmo gjenvinningsstasjon. Da kan skoler og barnehager bruke disse når de skal støpe nye lys.

### DU TRENGER:

- Rester av stearin, helst i samme farge
- En kjele
- Hermetikkboks
- Veke
- Blyanter eller lignende
- Litt teip
- Et syltetøyglass eller noe annet du vil ha det nye stearinlyset ditt i som tåler varme.

### STEG 1:

Fyll kjelen med 1/3 med vann, og kok opp. Putt stearinrestene i hermetikkboksen og plasser den i kjelen med det oppkokte vannet. Sett ned temperaturen til middels varme og la stearinen sakte smelte til flytende form.

### STEG 2:

Dekk arbeidsflaten din med aluminiumsfolie eller avispapir i tilfelle du skulle søle. Hell litt flytende stearin i midten av bunnen i syltetøyglasset, og fest deretter veken i stearinen. Du kan bruke en grytevott hvis hermetikkboksen er for varm. Vent til det har delvis stivnet.

### STEG 3:

Legg blyantene på hver sin side av veken slik at veken står loddrett. Det kan være lurt å bruke litt teip for å feste blyantene til syltetøyglasset. Hell så den flytende stearinen i syltetøyglasset. Pass på at veken får nok støtte. La stearinen kjøle seg ned i 6–8 timer. Nå gjenstår det bare å klippe veken til passe lengde, og ditt nye stearinlys er klart for bruk!

## LA GÅRDS DAGENS SURKÅL, POTETER OG RISKREM FÅ EN NY SJANSE!

I julen koser vi oss med mye god mat. Rause som vi er, lager vi ofte litt mer enn vi trenger så man er sikker på at alle blir mette. Derfor blir det ofte mye rester, spesielt når det kommer til tilbehør som surkål og poteter. Vi må heller ikke glemme riskremen som ingen egentlig har plass til! Matavfall kan jo heldigvis kildesorteres og gjøres om til biogass og biogjødsel, men det aller beste er jo om denne maten heller kan gjøre nytte for seg der den er ment – i kroppen din. Her er et par enkle oppskrifter på hva du kan lage av julematrestene.

### KOKTE POTETER BLIR TIL DEILIGE, OVNSBAKTE POTETER I EN FEI

#### DU TRENGER:

- Kokte poteter
- Olivenolje
- Ønsket krydder og eventuelt litt vårløk

#### SLIK GJØR DU:

Plassér de kokte potene i en ildfast form. Bruk hånden til å presse ned én og én potet så de åpner seg og delvis knuses. Hell over en god olivenolje og ønsket krydder. Sett inn i ovnen på 200 grader i 20 minutter. Dryss gjerne over litt oppkuttet vårløk eller noe annet du har i husholdningen.

De ovnsbakte potene kan nytes alene, kanskje med en klatt rømme, eller som tilbehør.



### COLESLAW AV SURKÅL

#### DU TRENGER:

- Surkål
- 2 epler
- 2 dl majones
- Salt og pepper

#### SLIK GJØR DU:

Sil av eventuell veske fra surkålrestene. Finhakk eplene. Bland surkålen og majonesen i en bolle. Tilsett så eplebitene, og smak til med salt og pepper. Bland godt.

Coleslaw av surkål er godt til hamburger, pølser eller bare på brødiskiva.



### RISGRØT BLIR TIL GODE FROKOSTLAPPER

#### DU TRENGER:

- 5 dl riskrem
- 1 dl hvetemel
- 0,5 ts natron
- 3 egg
- 1 klype salt
- 1 klype kardemomme
- Smør til steking

#### SLIK GJØR DU:

Bland hvetemel, natron, kardemomme og salt i en bolle. Rør inn egg. Vend forsiktig inn riskremen i røren. Stek lappene på middels varme i en stekepanne med smør.

Legg lappene til avkjøling på en rist. Serveres med rød saus, syltetøy, friske bær eller noe annet godt du liker.

**God appetitt!**



FOTO DENNE SIDEN: GETTY IMAGES





FOTO DENNE SIDEN: GETTY IMAGES

## DU GRØNNE GLITRENDE TRE, FARVEL

Få barnålene ut av stua! I hele januar kan du levere juletreet ditt gratis til alle våre gjenvinningsstasjoner (med unntak av Lørenskog). Når du leverer juletreet ditt, kan du samtidig levere

et lass avfall – også dette helt gratis! Vi foretrekker at nylonnett til juletre/ved/poteter etc. leveres til gjenvinningsstasjonen, fremfor at det kastes i restavfallet.

Skal du rydde litt i romjula? Se våre åpningstider på side 4 og på [roaf.no](http://roaf.no). ●

Kontakt oss på tlf: 40 00 29 79 | [firmapost@roaf.no](mailto:firmapost@roaf.no) | [www.roaf.no](http://www.roaf.no)

**RoAF**  
Romerike Avfallsforedling IKS