

10 UTILISATIONS DES PEAUX DE BANANES

ce

En France, chaque ménage consomme **12 kg/an de bananes**

Ça fait **500 000 tonnes par an !**

12%

La peau représente **12%** de son poids

ÇA FAIT **60 000 TONNES D'ÉPLUCHURES** QUI FINISSENT À LA DÉCHARGE !

La plupart des bananes poussent autour de l'équateur.

Cueillies encore vertes, elles parcourent de longues distances dans des camions réfrigérés.

Elles sont ensuite exposées à de l'éthylène dans des chambres de maturation.



25% d'entre elles finissent à la décharge et émettent du méthylène, un gaz effet à de serre.

Et enfin, jusqu'à nos maisons.

Puis elles sont transportées jusqu'aux magasins.

QUE FAIRE AVEC LES PEAUX DE BANANE ?

ce

1. Fertiliser les plants de tomates

Mettez des épluchures de bananes autour des pieds de tomate. Ils pourront ainsi absorber les nutriments tout au long de la saison.



2. Nourrir les plantes intérieures

Faites tremper une peau de banane dans un récipient d'eau. Mélangez 1 vol. de cette eau avec 5 vol. d'eau dans un arrosoir. Arrosez vos plantes avec pour les fertiliser.



3. Enrichir le compost

Les épluchures de banane se décomposent rapidement et apportent de nombreux nutriments à la terre pour faire pousser les fleurs et les légumes.



4. Soulager les démangeaisons

Frottez l'intérieur de la peau de banane sur les piqûres d'insectes et les plaques de psoriasis pour soulager les démangeaisons et accélérer la guérison.



5. Nourrir les animaux

Ajoutez des peaux de banane séchées et coupées en morceaux pour nourrir les poules, les cochons, les lapins et le bétail.



6. Faire du vinaigre

La saveur aigre-douce du vinaigre à la banane permet d'assaisonner les salades, aromatiser l'eau ou le thé. Vous pouvez l'utiliser dans toutes les recettes qui nécessitent du vinaigre.



7. Attendrir la viande

Ajoutez une peau de banane mure dans la poêle quand vous faites rôtir une viande désossée et sans peau. Cela évite que la viande s'assèche pendant la cuisson.



8. Cuisiner la peau

Profitez de tous les nutriments, fibres et antioxydants des bananes bio en faisant bouillir la peau pendant 10 min. Passez la peau au blender seule ou mélangée avec d'autres fruits.



9. Attirer oiseaux et papillons

Déposez des pelures de bananes trop mûres sur un support en hauteur. Et regardez les oiseaux et les papillons se précipiter dessus. Attention car les abeilles et guêpes seront aussi attirées.



10. Lustrer le cuir et l'argent

Frottez l'intérieur d'une peau de banane sur des chaussures ou vestes en cuir et essuyez avec un chiffon. Mixez une peau de banane avec de l'eau et utilisez ce mélange pour faire briller l'argent.



Ne jetez plus vos bananes trop mûres !

Les bananes trop mûres sont l'ingrédient idéal pour faire du banana bread, des muffins et bien d'autres choses encore. Congelez les bananes trop mûres dans un sac de congélation, jusqu'à ce que vous en ayez l'utilité.



Comment conserver les bananes ?

Retirez les bananes de leur sac pour qu'elles mûrissent à température ambiante. Séparez-les les unes des autres et enveloppez la tige d'un film alimentaire pour ralentir le processus de maturation.

Vous pouvez aussi les conserver plus longtemps en les mettant au frigo. La peau va noircir mais la banane sera toujours bonne à manger pendant plusieurs jours.

Chaque année, près de 10 millions de tonnes de produits alimentaires sont gaspillés en France. Sur ces 10 millions de tonnes, plus de 1,2 concerne de la nourriture encore consommable. Cela représente à peu près 20 kg par Français chaque année.

ce

+ de P'tits Trucs : comment-economiser.fr