

DEN FANTASTISKE KAFFEGRUTEN

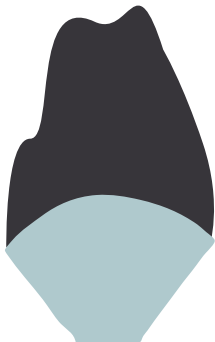


GRUTEN

HVORFOR KAFFEGRUT?



I Norge drikker vi **MYE** kaffe, rundt fire milliarder kopper i året.



Av dette blir det **MASSE** kaffegrut, bare i Oslo ti tonn per dag.



Mye av kaffegruten går i restavfallet og brennes. Det er veldig dumt, fordi grut inneholder næringsstoffer og verdifulle egenskaper, som kan nyttiggjøres av mennesker, dyr og planter.

Gruten bruker derfor kaffeavfallet til å skape nye verdier, og vi ønsker at så mange som mulig tar i bruk dette sorte gullet på kreative og nyttige måter. Enten det er i hagen, i kompostbingen, på kjøkkenet, i sykkelverkstedet eller i dusjen. Bli med på gruten.no!

NOEN TIPS OM BRUK AV KAFFEGRUT

- Bruk kaffegrut i **kompostbingen**. Gruten tilfører nitrogen og energi til komposteringsprosessen. Meitemarken elsker kaffegrut!
- Lag en deilig **kaffeskrubb** for kroppen – se oppskrift på baksiden.
- Dyrk **smakfull og supersunn østerssopp** – bli med på kurs hos Gruten.
- Bruk kaffegrut til å **fjerne lukt** på hender og i kjøleskapet.
- **Hold brunsneglen borte** fra hagebedet – snegler, insekter og uønskede krypdyr liker ikke kaffegrut.
- Inviter en venn på **kaffebeter** – vend rødbeter i kaffegrut, bak i ovnen på 180 C i ca 2 timer.
- Lag en effektiv og pleiende **kaffeskrubbsåpe** – bli med på kurs hos Gruten.
- **Vær kreativ med kaffegrut** – bruk den i trolleig og til å farge egg og papir.

Få flere tips på
[Pinterest @grutenoslo](#)



Gruten er en innovativ og
framtidrettet virksomhet som skaper
nye verdier av byens kaffeavfall.
Vi oppsirkulerer Oslos sorte gull til nye
produkter og bidrar til økt bevissthet
og kunnskap om den fantastiske
kaffegruten.

FØLG OSS PÅ



Gruten



grutenoslo

Mer informasjon og
inspirasjon finner du på

www.gruten.no

Kontakt oss gjerne

post@gruten.no

Gruten AS

Edvard Griegs allé 1

0479 OSLO