

## **Cómo elaborar un portabocadillos casero**

### **¿Qué es un portabocadillos y por qué utilizarlo?**

No es necesaria una gran explicación a este respecto puesto que su mismo nombre lo indica.

En mayor o menor medida, todos y, especialmente los más pequeños, transportamos diariamente un bocata, sandwich, fruta o algo similar para el almuerzo.

Como con tanta otras cosas, desde que los productos de un sólo uso se instalaron en nuestras vidas, hemos hecho buen uso de ellos en los que refiere al envoltorio de productos alimenticios. En concreto, en el almuerzo del cole o la merienda, la "bolita" de **papel de aluminio** ha sido una constante por su ligereza y facilidad para aislar el



[www.hogares-verdes.blogspot.com.es](http://www.hogares-verdes.blogspot.com.es)

contenido. No obstante, si nos paramos a observarlo una vez utilizado, ¿cuántas veces este envoltorio está en un estado tal que impide volver a usarlo? Si no lo rompemos, en la mayor parte de los casos no hay residuos destacables y esto es porque transportar un bocadillo es una actividad que perfectamente podría hacerse en un envase reutilizable.

Partiendo de la máxima de que el mejor residuo es aquel que no llega a producirse, os proponemos **reducir** considerablemente el volumen de papel de aluminio producido como consecuencia de los envoltorios de sandwiches y bocadillos. Como alternativa a éstos podemos optar por la tartera de toda la vida (no tan ligeras y a veces engorrosas para el almuerzo del recreo) y algunos portabocadillos que se comercializan ya elaborados. Aquí os facilitamos un tutorial para elaborar vuestro propio diseño con el que obtendremos una herramienta económica, duradera y además bonita para transportar el almuerzo diario de pequeños y mayores.

### **¿Qué materiales necesito?**

- ✓ **Tela** ( 2 colores a ser posible)
- ✓ **Huele transparente** (lo venden en ferreterías)
- ✓ **Velcro** para coser
- ✓ **Tijeras**
- ✓ **Regla o cinta métrica**
- ✓ **Aguja e hilo**, o si sabe utilizar y se dispone de una máquina de coser

## Pasos para diseñar y elaborar nuestro portabocadillos

1. Lo primero sería elegir las telas, el formato y el tamaño que queremos darle. En este aspecto es interesante pensar si queremos darle un formato más versátil o ceñirnos a unas medidas tipo sandwich o bocata.
2. Una vez tenemos el formato, decidimos las medidas y hacemos el patrón para cortar la tela. Aquí te proponemos **dos tipos de patrones**.



www. <http://mardemenorca.blogspot.com.es>



www. <http://hastaelinfitoyymasalla.blogspot.com.es>

3. El primer modelo es el que se utiliza generalmente para bocadillo y el segundo por ser más recogido y cuadrado es más útil para sandwich. Ambos sirven también para transportar una fruta , frutos secos o similar.
4. A continuación marcamos el patrón en el envés de la tela y recortamos el excedente.
5. Cortamos una tira del velcro de la parte suave, y la colocamos hacia la mitad de la tela. Para ver todos los pasos con más detalle podéis consultar [el tutorial del blog MardeMenorca](#)
6. Una vez cosido el velcro, cosemos también la tela interior y el hule. Conviene también seguir los pasos y consejos que nos dan en el blog. Una vez hecho esto, se corta el excedente de tela y hule.
7. Damos la vuelta por el hueco que ha quedado sin coser. Colocamos la parte de velcro que tiene las púas y hacemos un pespunte alrededor de todo el portabocadillos. ¡Listo para usar!



www. <http://mardemenorca.blogspot.com.es>

## Educar hoy por un Madrid más sostenible

Si queremos optar por el diseño para sandwich [en este tutorial del blog Hasta el infinito y más allá](#) tenemos todos los pasos y además nos facilitan el patrón descargable.



www. <http://hastaelinfinitoyymasalla.blogspot.com.es>

Para una versión animada también os recomendamos echarle un vistazo a [este vídeo](#) que os ayudará con la parte de la confección por si os surgen posibles dudas.

### Para que te animes a hacer el tuyo...

- ✓ Utilizando un portabocadillos para transportar el almuerzo conseguimos reducir considerablemente los residuos de papel de aluminio generados en los patios escolares que, en caso de producirse, deberán ir siempre al contenedor amarillo.
- ✓ Nos permite usar un envase perfectamente higiénico para envolver los alimentos ya que es lavable y reutilizable.
- ✓ Se trata de un sistema resistente y versátil que permite fomentar formas de almuerzo saludables y más variadas.
- ✓ Su diseño y elaboración puede ser un ejercicio interesante para realizar en familia y en la escuela, fomentando y practicando distintas destrezas al servicio de la sostenibilidad y consiguiendo la corresponsabilidad del alumnado en la gestión de los desayunos escolares.