El pacto de la nevera compartida

Para casas compartidas: rellenadlo juntos antes de la primera compra y pegadlo en la puerta de la nevera.

Nuestras normas

1. **Habla con tu gente antes de la compra, no después.** Qué menú, quién compra qué y cómo se reparte el gasto. Una app de gastos compartidos o una nota en el grupo de la casa bastan.
2. **Respeta las dietas de cada uno.** Si alguien es vegano, celíaco o alérgico, la regla es sencilla: su versión se prepara primero, con utensilios limpios, y se guarda aparte. Todas las recetas del libro traen su alternativa.
3. **Etiquetas con nombre.** El táper sin etiqueta es de todos; el táper etiquetado es sagrado.
4. **Quien cocina no lava los platos** (o lava solo lo que ensucie). El reparto justo evita que alguien acabe odiando el día de la sesión.
5. **Un estante común para lo compartido:** salsas, huevos, la despensa básica. Y estantes individuales para lo de cada uno.
6. **Limpieza de nevera semanal por turnos,** justo antes de la sesión de cocina.

Así nos organizamos

- ☐ Cada uno lo suyo, pero el mismo día
- ☐ Por turnos: cada semana cocina una persona
- ☐ Sesión en equipo: horno, fuegos y cortar/lavar

Cuadrante

SEMANA	COCINA	COMPRA	LAVA	LIMPIA LA NEVERA

Dietas y alergias de la casa

Firmado