

Sammen om maden

Maddag 2018

Forslag til aktiviteter

Vidste du at

- brug af rug kan spores 3.000 år tilbage til lande i Mellemøsten.
- i Norden har vi spist rugbrød siden vikingetiden.
- rugbrødsmadder eller smørrebrød er danskernes foretrukne aftensmåltid.

Forslag til aktiviteter

- Indkøb forskellige slags korn fx rug, hvede og havre og smag på dem – er der forskel?
- Indkøb forskellige slags rugbrød med og uden kerner og Pumpernickel – er der forskel i smagen?
- Lav kornbilleder ved at fordele lim på et stykke pap og drysse korn på – gerne rug.
- Leg møller – forsøg at male rug til mel mellem 2 sten.
- Mad i gamle dage – smør fedt på rugbrødsskiver. Det var engang hverdagsspise for børn.
- Smør på rugbrødet – kærn smør af piskefløde ved at piske det, til det klumper og si.
- Stik eller skær rugbrød ud i forskellige former – anvend til frokost og resterne til ymer-drys eller rugbrødschips.
- Under måltidet – hvor gemmer de forskellige grundsmage sig i smørrebrødet?
- Under måltidet – er der noget, der er sprødt og blødt i smørrebrødet?

Find flere aktiviteter i inspirationshæftet Madleg via maaltidspartnerskabet.dk/madleg
Find inspiration i guiden 'Rammer om det gode måltid' på altomkost.dk