

MATEN PÅ JORDA VÅR

TA VARE PÅ MATEN

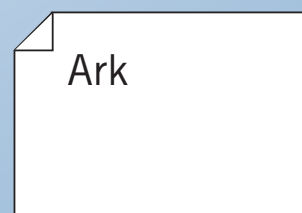
Maten vi kjøper har ulik holdbarhet og må oppbevares forskjellig. Noe mat må ligge i frysen, noe i kjøleskapet og noe i matskapet. Kanskje dere har en kjeller som er kald? Da kan det oppbevares matvarer der også.

SLIK GJØR DU

- 1) Samtale i klassen om hvordan maten holder seg best. Hvor matvaren på tallerken er dyrket og veien fra produksjon til det kommer på kjøkkenet vårt.
- 2) Samtale i klassen om holdbarhet av mat. Holdbarhet i forhold til bearbeidet eller og tørt mat. Noe kjøpes vakuumpakket, noe er røket, speket, rå osv.
- 3) Samtale om utvalget på tallerken. Hva bør spises først? Hva har lengst holdbarhet og hvorfor?
- 4) Samtale om uttrykket; best før, men ikke dårlig etter. Produksjonsdato og holdbarhetsdato. Mat som er utgått på dato kan fortsatt være like god.
- 5) Samtale om hva som er lurt å gjøre når vi er mette og ikke har spist opp.
- 6) Lag et fint skilt med teksten: **MÅ SPISES OPP.** Ta med skiltet og sett det i kjøleskapet på en hylle med matvarer som har blitt til overs. Vi bør unngå matsvinn.

DU TRENGER

En tallerken med ulike matvarer på. Det kan f.eks være ris (både tørt og kokt), potet, (rå og kokt), eplebit, kjeks, gulost, rosiner og tørre erter.



ALTERNATIV: Elevene kan få hver sin tallerken, gruppevis eller kun en som læreren viser frem.

