

MAD & SUNDHED

Noter fra madfagligt forum 4

+ plantebaseret, % animalsk

Tørrede bælgfrugter mm.

KOSTPYRAMIDEN (ernæringsbehov)

Mængder + anretning - små portioner

Opskrifter der
højner lysten
til grøn omstilling

LIDT, MEN
GODT

- elevinddragelse, så retter/opskrifter er spændende

- målgrupper

MADLAVNING

Noter fra madfagligt forum 4

- Kylling på tre måder
 - planlægning og opskrifter
 - - Planlægning af opskrifter + indkøb
 - Temaer på tværs af årgange
 - - Anvendelsesmuligheder
 - Portionsstørrelser
 - Smagsprøver
 - Forbrug
 - - Koordination underviserne imellem
-

MAD & KULTUR

Noter fra madfagligt forum 4

- Madmod i forhold til madkulturer
 - Opbygning af måltidet → kødets rolle
 - Inddragelse af elever i planlægningen
 - PORTIONSSTØRRELSER
 - Danske "madtraditioner" fx jul - alternativer? Mængder?
 - Forventninger og taknemmelighed
 - KOSTPYRAMIDEN
 - Mængder og anretning (Hvor meget kan jeg spise?)
 - Fermentering - At snuse til andre madkulture, umami kan fremmes i grøntsager som erstatning for kød
 - Madkulture (SÆSON)
-

FØDEVAREBEVIDSTHED

Noter fra madfagligt forum 4

Økologisk / konventionelt

Sæson

Kendskab til holdbarhed

Vareudnyttelse

Planlægning

Budget

Ernæring

Lokalt / transport

Emballage

Struktur / koordination ift. planlægning af indkøb (så man ikke smider ud)



JA TAK!

Udvidelse af den enkelte råvares repertoire, kig til andre kulturer og forarbejdningsmetoder

Bæredygtighed, CO₂ aftryk, fra jord til bord