

Maddag 2021

DIPLOM

Jeg har spist sild!

Mit navn er: _____

Og jeg har været med til Maddag 2021,
hvor vi spiste sild til frokost.
Her er en sild, jeg har lavet:



* Opskrift på bagsiden

Maddag 2021

Sammen om maden

Kære forældre

I dag 16. september, har dit barn, som tusindvis af andre børn i landets daginstitutioner, fejret Maddag 2021.

Børnene har sammen med personalet fra køkkenet og stuen leget med og tilberedt spændende retter med sild.

Vi fejrer Maddag 2021, fordi det fælles måltid er betydningsfuldt i forhold til dit barns trivsel og nysgerrighed på varierende madoplevelser.

Har I lyst til at prøve en lækker ret med sild derhjemme? Se opskriften ved siden af på en nem og velsmagende sildepostej.

Vil du vide mere om hvad vi har lavet på Maddag eller om arbejdet med mad i institutionen, så kig endelig forbi køkkenet.

Mange hilsner

Den madprofessionelle/madansvarlige
i dit barns daginstitution

Opskrift på sildepostej

100 g røget sild eller stegte sild
100 g kogte kartofler
0,5 dl. yoghurt
2 tsk. mayonnaise
Salt, peber og citronsaft

1. Blend sild og kartoflerne – fjern de små ben
2. Rør de blendede sild og kartofler sammen med yoghurt og mayonnaise
3. Juster smagen med salt, peber og citronsaft

Tip:

Du kan eksperimentere med at tilsætte kogte kikærter (evt. fra dåse) i stedet for kartoffel.

Serveringsforslag

Server sildepostej på rugbrød med gnavegrønt til, fx radise, agurk, dampet broccoli, dampet eller rå gulerod.

Bag initiativet Maddag 2021 - Sammen om maden står en række organisationer

Vi har det tilfælles, at vi alle ønsker at sætte fokus på medarbejderne i køkkenets vigtige arbejde med børnenes maddannelse samt på det velsmagende, sundhedsfremmende fælles måltid i daginstitutionerne. Dette med inddragelse af et legende pædagogisk perspektiv.

