



Til dig derhjemme

Det grønne bispor på BaneGaarden

Dit barn har i dag været vidt omkring i BaneGaardens grønne univers. Det har derfor ikke været en helt almindelig skoledag. Læring har der været masser af, om end i et lidt andet format. Hænderne har været i mulden og i maden, og det har forhåbentlig skabt indsigt og ikke mindst glæde, over det grønne og naturen, som vi håber der vil blive fortalt om ved middagsbordet.

Her kan du selv få lidt indsigt i, hvad dagen på BaneGaarden har bestået af.

- 1** En rundrejse på "Det Vilde Bispor", hvor fortællingen om hvordan de små ting i naturen hænger sammen med en større forståelse for vores klode.

Gode spørgsmål:

Hvorfor er bier vigtige for naturen og derfor også mennesker?

Hvordan har høns en rolle som kompost-maskine og hvad får vi igen?

Hvad er kompost for en størrelse?

- 2** En fælles læringsproces omkring grøn tilberedning, hvor krydderier, umami og teksturer har banet vejen for et vegetarisk måltid med sæsonens grønt.

Gode spørgsmål:

Hvorfor er det godt at spise grønt?

Hvilke andre grundsmage er der udover umami?

Hvor findes umami?

- 3** Dit barn har et glas fermenteret kål med i tasken. Det skal fermentere 16-21 dage ved stuetemperatur. Stil det på en tallerken på køkkenbordet. Åbn det kort hver dag, de første dage, indtil det ikke bobler mere. Efter 16-21 dage stilles det på køl og kan herefter spises.

Brug det på frokostbordet, til grillede sager, til jul eller bare når du lige får lyst til sprødt og surt.

SÅDAN PASSER DU KRAUTEN (SURKÅLEN).

Lad glasset stå ved en 18-20°C de næste 16-21 dage.

Husk at åbne glasset de første 3-6 dage, indtil det ikke "fiser" mere.

Sørg for at kålen er dækket af væsken. (Top det evt. med lidt vand og salt).

På BaneGaarden.com hylder vi grøn læring.

Vi forsøger at give alle besøgende lidt jord i hovedet og et grønt smil på læben.