

## Mad og madpakker - gode ideer



Børn oplever glæde og stolthed ved at være med til at lave mad, der smager godt. Og når fællesskabet omkring madlavningen fungerer, giver det intense oplevelser børn og voksne imellem. Samtidig får børnene efterhånden fortrolighed og erfaring med råvarer og arbejdsprocesser. Erfaringer, der ellers let kan gå i glemmebogen, når hverdagen er travl og effektiv. Børn nyder også at "læse" opskrifter med billeder - og lyst til mad giver lyst til at "hjælpe" de voksne i køkkenet.

De mindste børn kan fx starte med at skylle grønsager, hælde mælk i målebæger og trække pasta op af gryden med en pasta-ske. Og de kan med stor succes bruge en saks i stedet for en kniv til såvel at klippe krydderurter i en kop og fiskefileter i mindre stykker. Når der piskes og røres er det en god ide at lægge en opvredet karklud i bunden af køkkenvasken og stille skålen på den. Så er det nemmere for børnene at håndtere fx en dej. Som altid er det en god ide at læse opskrifterne helt igennem, inden madlavningen går i gang. Og det er ekstra vigtigt her, hvor du arbejder sammen med børn.

Der er mange gode kogebøger - med og for børn. Vi kan blandt andet anbefale: