

Matsvinnssrim

Här är några ramsor och rim skrivna av Zuni Aurora Vargas Catalan. Dessa kan användas för att lära ut om matsvinn eller som inspiration när eleverna ska skriva sina egna ramsor, rim och dikter under lektionen om matsvinnssrim.

Bäst före

Kort version

Vissa varor har en bäst före-dag, men detta datum ska inte följas som en lag. Mat som yogurt, mjölk och bröd, håller längre om de förvaras rätt, och nu ska ni få lära er ett nytt sätt. Titta inte bara på datumet, utan titta, lukta och smaka!

Lång version

Vissa varor har en bäst före-dag, men detta datum ska inte följas som en lag. Mat som yoghurt, mjölk och bröd, håller längre om de förvaras rätt, och nu ska ni lära er ett till sätt, så släng dem inte i onödan, helt lätt! Titta inte bara på datumet, utan använd dina sinnen smart, så lär du dig något underbart! Lukta och smaka en liten bit, är det bra så är det ingen nit. På så vis minskar vi matsvinn idag, och sparar mat i ett enkelt drag!

Titta lukta smaka

Titta, lukta, smaka, det är vårt sätt, att se om maten är fräsch och rätt. Om den luktar illa eller ser konstig ut, då är det dags att säga "hejdå" och slänga ut!

Version 2: fokus på lukt och smak

Titta, lukta, smaka, det är vårt sätt, att se om maten är fräsch och rätt. Om den luktar illa eller smakar prutt, då är maten kaputt.



Näringsfullt och gott i magen

Morot 1

Även om morötterna är lite slaka, har de fortfarande massor med smak-a! Bananen är mosad men ändå fin, den ger oss näring, det är en win-win!

Morot 2

Även om moroten är lite slak, så är den fortfarande full av smak! Koka dem till en soppa eller en gryta, då kan du om maten skryta!

Banan

En mosad banan kan tyckas trist, men den kan bli till en smaskig pannkaks-twist! Mosa den i smeten, stek och njut, till att sista pannkakan tagit slut.

Kål

Kål som blivit lite brun i kanten, kan fortfarande användas i maten. Strimla den till en sallad eller woka på, gott och kan förgylla faten!

Tomat

En tomat som börjar bli lite skrynklig och mjuk. Är fortfarande full av smak och kan tas i bruk. Använd den i en sås eller en pastarätt, en soppa, eller grönsaksrätt!

Kortare slagord

Släng inte skvätten, ha den i rätten!
Luktar det bra? Smaka och ta!
Matens bäst-före-dag, behöver inte följas som lag.
Torrt bröd i gryta – blir gott att bryta!