Hvad ved vi om naturens vilde planter - og hvordan smager de mon?

Forfattere: Majbritt Pless, Thomas Brahe
Redaktør: Cathrine Terkelsen
Info: Undervisningsforløbet er udviklet i samarbejde med Klavs Styrbæk og Pia Styrbæk.
Faglige temaer: Erindringer, Vilde planter
Kompetenceområder: Fødevarebevidsthed, Måltid og madkultur



Introduktion:
Start på DAG 1. I denne indledende aktivitet spores eleverne ind på tematikken "råvarer og madlavning i naturen". Det er typisk et tema, som eleverne har relativt forskellige forudsætninger for og erfaringer med, så derfor afdækkes og udvides deres forforståelser her. Dette sker med afsæt i deres personlige erfaringer med at spise i og af naturen. Målet er at skabe positive forventninger.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1 Aktiviteten her kan både foregå i et klasserum eller ude i naturen. Det skal bare være et sted, hvor der er gode forhold til at have en drøftelse på plenumniveau. Introducér eleverne for, at de skal ud i naturen og opdage og tilberede råvarer. Afdæk og uddyb deres forforståelse. Se nedenstående mulige dialogtemaer (under punkt 3 m.fl.) samt desuden afsnittet forberedelse. Dialogtemaer kan tones alt efter fagligt fokus inden for eksempelvis Madkundskab, Biologi og Natur/teknologi, men vi har her taget udgangspunkt i Madkundskab.

2 Allerførst ELLER efter punkt 3 og 4 gås en tur omkring skolen, hvor eleverne fx finder bellis, mælkebøtteskud eller skvalderkål. Lad gerne eleverne smage på dem. Hvis de i forvejen ved noget om de fem grundsmage, kan de bruge denne viden til at blive opmærksomme på smagsmæssige forhold, som kan inddrages aktivt i forbindelse med deres vurderinger af råvarernes tilsmagningspotentialer (er der fx noget, som mon vil kunne bruges til at salte maden eller gøre den stærkere?). Alternativt kan elevernes netop erhvervede erfaringer med de fundne vilde planter danne selve udgangspunktet for at lære om grundsmage.

3 Elevernes eksisterende oplevelser med at spise noget direkte fra naturen bringes i spil.

Inspiration til dialogforløb:

"Er der nogen af jer, som nogensinde har prøvet at spise blade eller andet hjemme fra haven?" -> "Ja, det kan man nemlig godt." -> "Tror I, at det er sundt at spise direkte fra naturen? Normalt kommer råvarerne jo gennem en masse processer på alle mulige fabrikker, før vi kan købe dem i fine pakker nede i supermarkedet…" -> "Ja, det kommer nemlig an på, hvad det er, man putter i munden" -> "Hvad, tror I, der er sundt at spise, og hvad er mon usundt at spise direkte fra naturen? Lad os lave to kolonner her på tavlen, hvor vi skriver jeres forslag ned." -> "Hvorfor tror du, at lige præcis græs er usundt at spise? Er det farven, konsistensen, regnormene?"

4 Der arbejdes med at overskride eventuelle mentale barrierer i forhold til dét at finde, tilberede og spise råvarer direkte i naturen. Dette kan bl.a. gøres, ved at eleverne aktivt forholder sig til, hvornår mad egentlig smager godt; kan man mon finde noget i naturen, som smager godt? Nedenstående dialogoplæg tager udgangspunkt i en plenum-drøftelse, men der kan også arbejdes eksempelvis parvis, eller den enkelte elev kan notere tanker ned til senere brug i plenum.

"Nå, nu vil jeg gerne høre jer, hvad I egentlig synes smager godt. Lad os skrive op på tavlen." -> "Ja, pommes fritter. Hvorfor det?" -> "Ja, de smager nemlig salt og har sådan knasende konsistens, hvis ellers de er tilberedt ordentligt." -> "Kan vi mon finde noget ude i naturen, som kunne erstatte pommes fritter, hvis ikke lige vi har en pose liggende, som vi kan tilberede i

ovnen?" -> "Ja, der er jo fx salt i havvand" -> "Hvordan kan man egentlig få saltet adskilt fra vandet?" -> "Og hvorfor kan vi mennesker egentlig godt lide salt?" (…) -> "Og så har vi jo også de andre grundsmage. Kan I huske, hvad grundsmagene er?" -> "Ja, det er nemlig rigtigt, og er der mon nogen steder derude i naturen, hvor vi kan lave os et lækkert måltid, som består af ALLE grundsmagene, som vi godt kan lide?" (…)

5 Snak med eleverne om måder, hvorpå råvarer kan tilberedes, når man er ude i naturen. Hvad kan man fx gøre for at varme noget op? Vis evt. billeder eller videoer af bål-tilberedning, efter eleverne har budt ind med forslag og erfaringer.

"Prøv at forestille jer, at I står ude i naturen. I har lige fanget en stor kronhjort – eller er der mon andre dyr, man kan fange?" -> "Ja, en ko kunne man helt sikkert også fange, selvom den ofte er indhegnet og ikke vildtlevende – eller en hare, ja, eller vildsvin" -> "Men hvis man nu er rigtig sulten, og man ikke lige bryder sig om bare at sætte tænderne direkte i den lådne pels og det rå kød – hvad kan man så gøre for at lave dyret om til lækker mad?" – "Kan det godt bare være helt koldt?" –> "Hvad gør vi derhjemme, når vi tilbereder kød?" -> "Ja, det er nemlig rigtigt; vi skal varme det op" -> "Hvordan kan man varme det op ude i naturen? Og hvad hedder det egentlig, når man varme noget op enten i ovnen eller på en pande? (bagning/stegning/grillning)" -> "Ja, man kan jo nemlig lave et bål! Det har I sikkert været med til før. Og så kan man nemlig stege/grille dyret over bålet – og hvad sker der så med kødet?" -> "Ja, det bliver nemlig stegt." -> "Kender I nogle retter, hvor man kan stege kød?" (kan lede hen mod en snak om burgere, som er den ret, der i forløbet lægges op til)

6 Snak med eleverne om måder, hvorpå mad normalt kan tilsmages hjemme i køkkenet, og hvordan man mon gør ude i naturen. Hvad er det, der giver smag? Skal lede frem mod, at eleverne skal ud at finde vilde urter.

7 Alt efter vurdering af motivation kan eleverne allerede fra starten forberedes på evt. leg eller konkurrence ifm. tilberedningsaktiviteterne. Leg-/konkurrenceelementet er ikke obligatorisk i forhold til forløbet, men er et muligt aspekt ift. motivation og drivkraft.

Inspiration til dialogforløb:

"Vi skal faktisk lave en lille leg derude i dag. Jeg vil ikke sige for meget allerede nu, men det er noget med, at I skal prøve at lave en ret, hvor I helt selv skal finde tre forskellige råvarer, som I så skal bruge til at lave en ret med – eller krydre en ret med. Jeg ved på forhånd ikke, hvad I vælger – det er helt op til jer. Og hvis I er rigtig seje, så kommer det til at smage rigtig godt, og alle er velkomne til at smage på løjerne." (Der kan evt. lægges op til konkurrence, hvor det bedste måltid udvælges, men det beror på vurdering af elevgruppen).

8 Vælg et sted i naturen. Det kan bl.a. være en strand, skov eller eng, hvor der findes vilde urter. Alt efter vurdering, ressourcer og konkrete muligheder kan eleverne inddrages i selve

udvælgelsen af sted i naturen. Se under uddybende en liste, som angiver, hvornår planterne er i sæson.

Forberedelser

Denne indledende aktivitet kræver ingen særlig praktisk forberedelse ud over en konkret tilpasning af og refleksion over valg af samtaletemaer.

Læringsmål

I denne indledende aktivitet spores eleverne ind på tematikken "råvarer og madlavning i naturen". Det er typisk et tema, som eleverne har relativt forskellige forudsætninger for og erfaringer med, så derfor afdækkes og udvides deres forforståelser her. Dette sker med afsæt i deres personlige erfaringer med at spise i og af naturen. Målet er at skabe positive forventninger.

Fra Fælles Mål sigtes mod i hvert fald følgende færdigheds- og vidensmål:

Madlavning (Smag og tilsmagning):

- Eleven kan skelne mellem forskellige grundsmage, konsistens og aroma - Eleven har viden om grundsmage, konsistens og aroma
- Eleven kan tilsmage og krydre maden - Eleven har viden om tilsmagning og krydring

Fødevarebevidsthed (Råvarekendskab, Bæredygtighed og miljø):

- Eleven kan redegøre for almindelige råvarers smag og anvendelse - Eleven har viden om råvaregruppers smag og anvendelse
- Eleven kan analysere fødevaregruppers vej fra jord til bord og til jord igen - Eleven har viden om fødevaregruppers bæredygtighed

Uddybende

NB! Det samlede forløb, som aktiviteten er en del af, strækker sig (gerne) over to dage og foregår udenfor i naturen. Forløbsoplægget her tager udgangspunkt i, at turen optimalt set lægges i maj/juni, men andre årstider

kan også anvendes alt efter toning af læringsmål og muligheder (se mere inspiration i kopiark 1). Den introducerende aktivitet kan evt. lægges forinden de to dage.

Der er en lang tradition i Danmark for, at naturen inddrages aktivt i undervisningen i både skoler og fritidsordninger. Og læringspotentialerne er mange, da aktiviteterne ofte er knyttet til æstetiske oplevelser, hvor sanserne kommer på arbejde. En af udfordringerne er omvendt, at eleverne kommer med forskellige baggrunde for at deltage i denne slags udflugter. Nogle kommer fra byerne, andre fra landområder. Idet målet er, at eleverne skal have positive oplevelser med sig og netop få *smag for naturen*, er det derfor vigtigt, at elevernes baggrunde indtænkes og medinddrages i forberedelserne til selve turen med henblik på at møde dem dér, hvor de er (nærmeste udviklingszone).

Der er i dette forløb tænkt ind, at der bl.a. skal laves burgere over bål. Men til inspiration og af hensyn til forskellige årstider samt elevernes videre opbygning af viden om naturens spisekammer er der i kopiark 1 – via Danmarks Naturfredningsforening – optegnet en række forslag til, hvilke planter og bær der kan inddrages i aktiviteterne.

For inspiration kan I også se Smag for Livets videoer om at tage på sanketure i byen, skoven eller på stranden her.

Kopiark

Kopiark:
Aktivitet 1. Kopiark 1_Naturens spisekammer aaret rundt.pdf

SMAG for LIVET

Kopiark 1 – Naturens spisekammer året rundt

– Uddrag fra pjecen "Smag på naturen", Frilufts Rådet og Danmarks Naturfredningsforening

Naturens spisekammer året rundt

De mest almindelige og let genkendelige spiselige planter og bær

Plante	Plantedel	Kan anvendes til	Årstid
Brombær	Bærrene	Kager, desserter, marmelade	August – September
Brændenælde	Blade, nye topskud	Suppe, brød, urtefrikadeller	Maj – oktober
Bøg og birk	Nyudsprungne blade	Salat, røgning, te	Maj
Birk	Saft, blade	Saftevand, te	Februar – maj
Fuglegræs	Plantens grønne del	Salat, brød, stuvning	Maj – oktober
Gedehams	Nye blade, blomsterne	I suppe og brød Blomsterne til pynt	Maj – oktober
Kløver	Blomsten	I desserter	Juni – oktober
Hindbær	Blade, bærrene	Blade til te	Maj – august
Kamille	Blomsten	I desserter, te	Juni-august
Mælkebøtte	Nye blade, blomsten	Salat, brød, urtefrikadeller, blomsten i desserter	April – oktober
Skvalderkål	Nye blade	Urtefrikadeller, salat	April – oktober
Hyld	Blomster og bær	Saft, suppe	Blomst: juni/juli Bær: sept/okt
Røllike	Blade, blomsten	Blade til frikadeller, supper, brød. Blomsten i dessert og te	Juni – oktober
Døvnælde, Vild Rose	Blomsten	I desserter, te	Maj – oktober
Tusindfryd, oksetunge, cikorie, slangehoved	Blomsten	I desserter eller til pynt	April – oktober

Kilde: Skoveniskolen.dk