

BARNAS EGNE KREMOSTER

Har dere prøvd å lage deres egen ost før? Det er faktisk ganske enkelt. Ta med barna og eksperimenter dere frem til mange ulike smaker. Gjennom å røre, luke, smake og prøve kan dere sammen oppdage nye favoritter og øve på matmot.

1-6 år*

Formål

Gjennom matlagingsaktiviteter skal dere legge til rette for at barna opplever matglede og matkultur, hvor barna er deltakende i aktiviteten og samtalene. Og på den måten får barna dyrket følelsen av fellesskap.

Formålet med aktiviteten er at barna skal sanse, oppleve, leke og lære om ulike råvarer – hvordan de smaker og hvordan finne frem til smaker de liker.

Utstyr:

Bolle

Tynt klede eller kaffefilter

Sleiv

Kniv

Skjærebrett

Yoghurt naturell

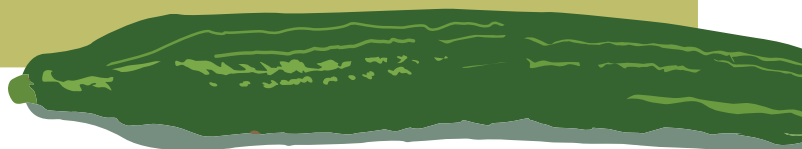
Krydder, appelsin, sitron, solbær e.l.

Forberedelse

Før dere stater med å lage kremost må yoghurten settes til avrenning:

- Sett et dørslag over en bolle og legget et tynt klede/kjøkkenhåndkle/kaffefilter i selve dørsalget. Hell så yoghurten oppi.
- La yoghurten stå å renne av seg i 2-12 timer. Kremosten blir fastere ved lenge avrenningstid.

Ta barna med inn i hele forberedelsen fra start til slutt.



Gjennomføring

Først finner dere frem den avrente yoghurten. Vis barna hvordan yoghurten er nå, og hvor mye vann det er i bol-len. Barna som ønsker får kjenne, lukte og smake på yoghurten og den avrente væsken. Sammen med barna finner dere råvarene dere ønsker å bruke som smakstilsetning i kremosten. Barna hjelper med å skrelle, kutte, rive og presse råvarene før dere setter i gang med selve smakstilsetningen:

- Start med å dele ut en liten kremostmasse til hvert barn
- Barna bestemmer selv hvilke råvarer de vil ha i kremosten. Her kan barna være nysgjerrig, eksperimentere og bruke fantasien

Oppfordre barna til å kjenne, smake og lukte på kremosten og råvarene, før dere rører råvarene inn i kremosten. På denne måten gir vi barna erfaringer på hvordan smaker kan endres når de kombineres.

Samtale med barna

Det er gode muligheter for å ha reflekterende samtaler med barna underveis i prosessen. Dere kan snakke om smakssansene og hvor spennende det er å utforske nye smaker.

Sammen kan dere undre dere over smakene på de ulike kremostene som er laget:

- Hvilken kremost liker dere best? Og hvorfor?
- Hva smaker kremostene? Og hvilke råvarer tror dere det er i dem?

Variasjon og videreføring

Varier gjerne hva dere smaksetter kremosten med. Hvilke forslag har barna til råvarer? Eventuelt dyrk og plukk deres egne råvarer, som bær, urter og grønnsaker. Bruk fantasien.

Dere kan også lage smør av kremfløte. Enten visper dere den, eller har den over i et Norgesglass og rister den. Her kan barna riste glasset på rundgang, for dette tar tid. Smøret er ferdig når kremfløten har skilt ut kjernemelken og blitt en fastmasse. Husk å sil av kjernemelken.



TIPS

- Bruk den ferdige kremosten på brødsnivene til lunsjmåltidet
- Dere kan for eksempel prøve kremost med solbær på wraps neste gang dere skal på tur?