

SE HVA DET KAN BLI - NØTTER

Vi har mange råvarer, og disse kan bli til mye forskjellig. Vet barna hva en rosin egentlig er, eller hvilken type kosemat poteten blir brukt til? Barna lærer seg dette ved at de får ta del i prosessen fra råvare til produkt. Utforsk nøttens egenskaper og la barna delta i prosessen når nøtter blir til smør.

1-6 år*

Formål

Barnehagen skal gi barna innsikt i hvordan mat blir til og hvordan veien fra råvare til måltid foregår. Personalet skal bidra med at barna tilegner seg kunnskap om mat og kost, ved å ta barna med inn i matlagingen.

Formålet med aktiviteten er å skape nysgjerrighet blant barna, og lære dem at det er kun fantasien som setter grenser. De skal også få økt kunnskap om, og en begynnende forståelse for hvordan de kan bruke, og best mulig utnytte, de råvarene vi har tilgjengelig.

Utstyr:

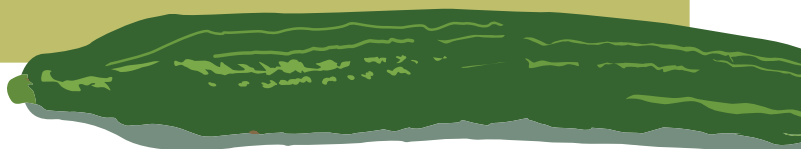
- ☐ Valgfrie nøtter (husk nøtteallergi)
- ☐ Skåler
- ☐ Foodprosessor eller en sterk blender maskin/smoothie maskin
- ☐ Slikkepott
- ☐ Skjærebrett og kniv

Forberedelse

Først må dere sjekke om dere har barn på avdelingen eller i barnehagen som har nøtteallergi – Hvilken nøtt gjelder det og hvor kraftig er den?

Noen barn hjelper til med å finne frem ingrediensene og utstyret dere trenger. De lager også i stand på bordet dere skal sitte rundt.

Dere gjennomfører aktiviteten i grupper eller i en samlingsstund. Ønsker dere å gi barna mer kunnskap om nøtter? Da går dere på tur og leiter etter spiselige nøtter som vokser i naturen her i Norge, som eksempel hasselnøtt.



Gjennomføring

Først viser dere barna de ingrediensene dere har og hvilket utstyr som skal brukes. Sammen utforsker dere hvordan nøtten kjennes ut, lukter og smaker som – del nøtten i to for å se hvordan den ser ut inni.

Om dere skal lage mel eller smør av nøttene bruker dere den samme fremgangsmåten:

- Legg nøttene oppi foodprosessoren/blenderen. Før dere setter den på kan det være lurt å forberede barna om at det kommer en høy lyd. Stopp foodprosessoren underveis slik at barna får se hvordan nøtten ser ut.
- Ønsker dere å lage mel av nøttene kjører dere det til det har fått mel konsistensen. Det er lurt å stoppe innimellom for å ha kontroll på nøttemassen.
- Vil dere lage nøttesmør så kjører dere nøttene lengre enn ved mel. Etter en stund vil dere se at nøttene skiller ut fettsyrer og blir til en klistrete masse. Underveis i prosessen må dere stoppe maskinen og skrape massen ned fra kantene.
- Nøttesmøret er ferdig når massen er myk og rennende. Tilsett smak om dere ønsker.

Samtale med barn

Reflekter sammen med barna om hva nøtter er, hvor de kommer fra og hvordan de vokser.

- Hvordan tror dere nøtter vokser? Har vi nøtter som vokser i Norge?
- Hva smaker nøtter? Snakk om smak, konsistens osv.
- Hva bruker vi nøtter til? Hva kan vi lage av det?

Snakk med barna om hva dere kan bruke nøttesmøret eller nøttemelet til. La de komme med ideer og støtt oppom deres forslag.

Variasjon og videreføring

I denne aktiviteten kan dere bruke de nøttene dere ønsker. Varier gjerne hvilke nøttesorter dere bruker, eventuelt bland to typer. Lager dere flere produkter med forskjellige nøttesorter kan dere sammenligne smak, konsistens, lukt og utseende på de ulike nøttesmørene/melet.

Dere kan også variere smaken ved å tilsette andre råvarer og krydder. Her får barna medvirke til hva dere skal teste ut. Blender dere inn sjokoladepulver blir det sjokoladepålegg – bare mer næringsrikt.

Utforsk om dere har andre råvarer som kan bli til noe helt annet. Her får barnas ideer og forslag ha medvirkning. Dere kan for eksempel lage grøt av rømme, tørke ulik frukt og lage chips av potet, søtpotet og andre rotgrønnsaker.

TIPS

- Frys epler i minst en dag, ta dem opp igjen og la dem tine på kjøkkenbenken. Når eplet har tint kan dere klemme det og juicen kommer ut – ny ferskpresset eplejuice!
- Kombiner denne aktiviteten med Matredding brød, Kremost og med Matens opprinnelse

