

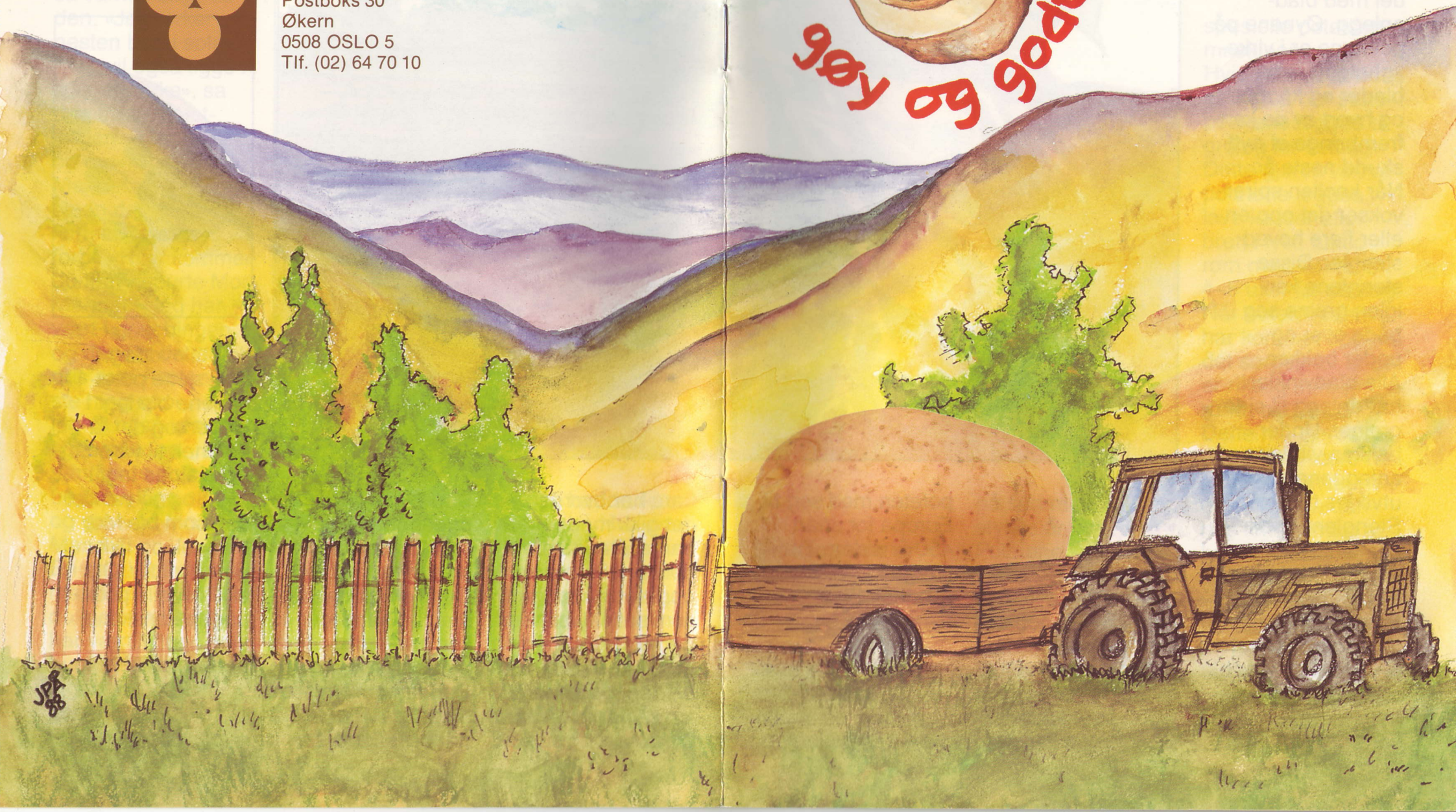
Markedskontoret for poteter

Postboks 30
Økern
0508 OSLO 5
Tlf. (02) 64 70 10

Falch Fargertrykk

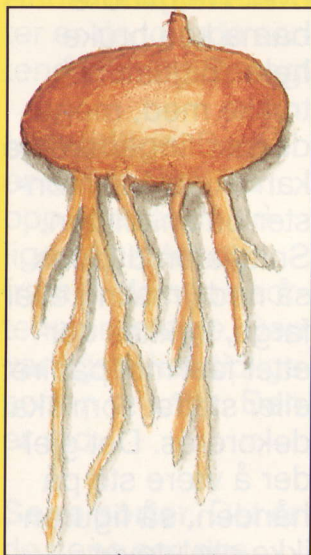


SPESIALHEFTE FOR BARNEHAGEN OG SMÅSKOLEN.



Forslag til potetoppgaver.

- 1) Spa opp et lite stykke i barnehagen og sett noen poteter sammen med barna. Følg med i utviklingen framover til høsting.
- 2) Kjøp inn noen poteter slik at barna har en knoll de kan sitte med mens det blir snakket om poteten. For barn er det viktig med



- 3) Lag noen potetretter i barnehagen sammen med barna. Her er noen forslag til slike potetretter:

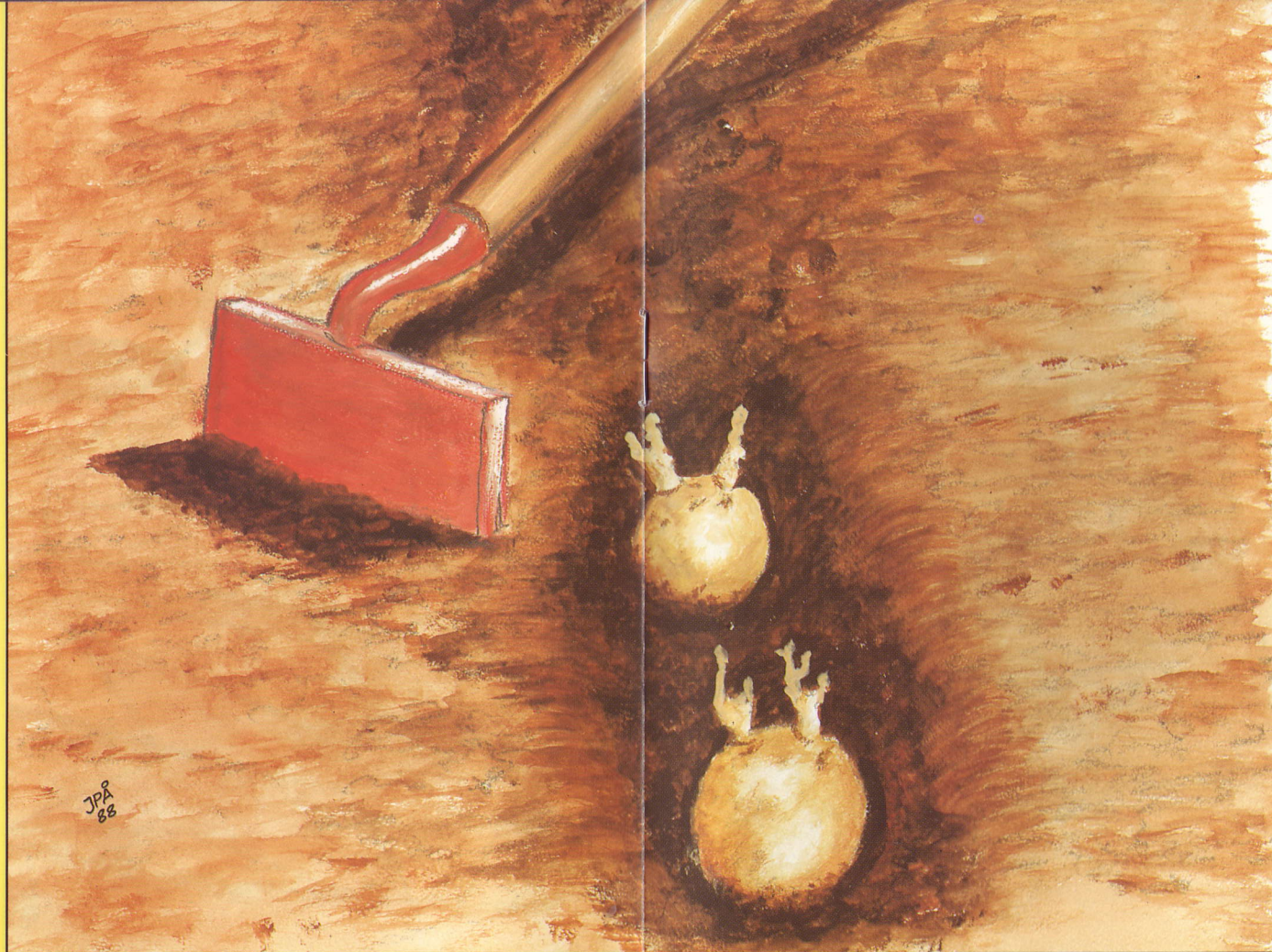
konkrete sanseerfaringer for å huske det som blir fortalt.

Potetretter

Potetsuppe (4 pers.)

4 rå poteter
1 gulrot
1 purre
1 løk
3 dl melk
1 dl vann
2 buljongterninger
persille

Poteter, løk, gulrot og purre skjæres i tynne skiver. Kok opp melk, vann og buljongterninger. Tilsett grønnsakene, la suppen koke i 15 minutter. Dryss hakket persille over og server.



Bakt potet

Du trenger 1 stor potet pr. person. Først vasker du poteten riktig godt – skallet skal nemlig spises. Så skjærer du et kryss i den – og legger den over i en langpanne – deretter setter du langpannen inn i varm ovn, 225°C – midterste rille. Steketiden er 3/4 – 1 time.

Nå er poteten ferdig bakt. Klem litt på den og dryss litt salt ned i krysset. Legg den over på tallerkenen – ta en spiseskje med rømme, 2 ss sprøstekte baconbiter og litt baconfett over – og til slutt et dryss med dill.

Hasselbackpoteter

8–12 jevnstore, helst ovale poteter

2 ss smør

salt

paprikapulver

Skrell potetene og

skjær dem i tynne

skiver, men ikke

tvers igjennom.

Potetene skal henge sammen i bunnen.

Pensle potetene

med smør og strø

salt og paprika på.

Stek dem ved ca.

225°C i ca. 45 min.

Hasselbackpoteter

serveres til stekte

kjøttretter, stekt fugl

eller som tilbehør til

grønnsaker.



stappen med en potetmoser. Spe på med kokevannet til stappen blir passe tykk.

Smak til med salt og pepper – men vær forsiktig – dette er varmt. Er du glad i gressløk, drysser du over litt finklippet til slutt.

Vafler m/poteter

500 g kokte, kalde

poteter

250 g hvetemel, ev.

litt potetmel

2 ss smør

Potetstappe

(2 pers.)

8 poteter

vann

salt

1 ss smør

2 dl melk

salt

pepper

litt gressløk (men

det er ikke nød-

vendig).

Først må du skrelle

potetene, deretter

kan du dele dem i

skiver. Da kokes de

raskere. Potetene

må kokes helt møre.

Hell av kokevannet,

men ta vare på det.

Ta i melken og smør-

ret og mos potet-



1 egg
 1/2 l melk
 1 ts bakepulver
 1 ts salt
 1 ss sukker
 Mal potetene og elt inn melet tilsatt bakepulver. Smelt smør og ha i massen. Visp egg og melk, og bland i deigen til en passe vafelrøre. Ha i salt og sukker. Smør jernet godt. Spises med smør og ost, sukker eller syltetøy.

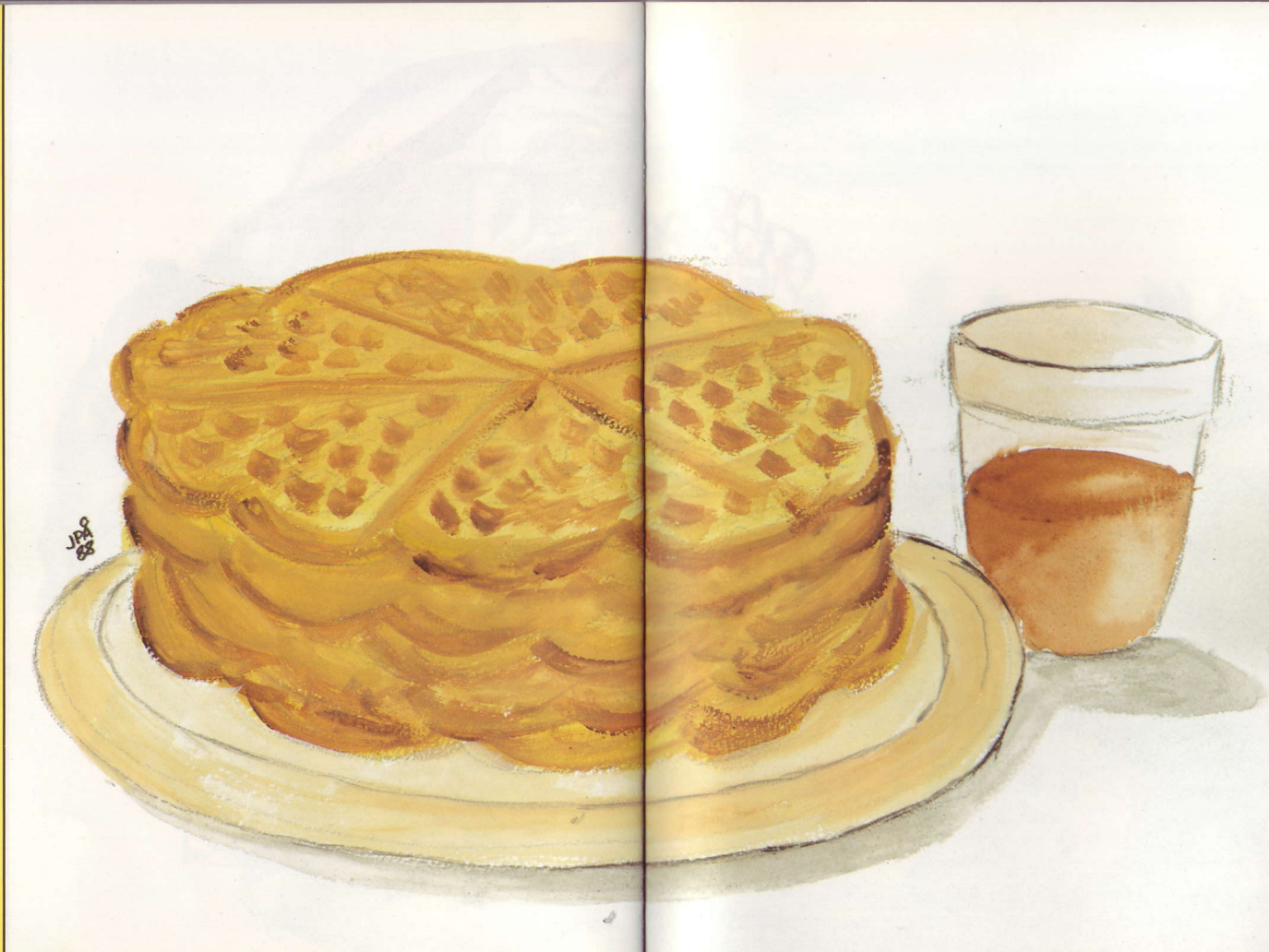
Rundstykker

200 g kokte poteter
 300 g hvetemel
 25 g gjær
 1 ts salt
 Mos potetene og smuldre gjæren i. Tilsett hvetemel og salt og elt deigen godt. Form rundstykker som settes på smurt plate, pensles med melk eller egg og får heve ca. 30 min. Stekes ved 250°C i ca. 12



minutter på midterste rille. Smaker best nystekt, men kan fryses.

Oppskriftene er hentet fra «Den store potetboka» og «Små kokker, kokebok for barn» av Britt Kåsin.



Eventyret om Mor Mandel

Det var en gang en potet som het Mor Mandel. Hun bodde i en potetåker og hadde mange barn som hang fast i tråder. En dag fikk de

besøk av en meitemark. «God dag, hvor har du vært?» spurte Mor Mandel. «Å, jeg har vært helt ved enden av åkeren og der var det en gutt som tok meg opp i hånda og ville leke med meg», sa meitemarken.



«Å, jeg vil også at en liten gutt skal leke med meg», sa den første potetungen. «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel.

Dagen etter hørte de noen som surra så svært – tro hva det kunne være? Jo, det var en flue som kom trippende. «God dag, hvor kommer du ifra?» spurte Mor Mandel. «Jeg er så mett, så mett, for jeg har vært på kjøkkenet og er nesten helt tilklinet av smør og sukker», svarte fluen. «Jeg vil også bli tilkrint av smør og sukker», sa den andre potetungen. «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel. En dag hørte potetungen noen som spilte så fint. Det var

en gresshoppe som kom forbi. «Å, det er så varmt i dag» sa den. «Jeg tørker nesten bort i sola». «Jeg vil også ligge i sola og tørke», sa den tredje potetungen. «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel.

Noen dager senere kom en tordivel forbi. «Hvor kommer du ifra?» spurte Mor Mandel. «Jeg har vært i grisebingen og der var det en gris som nesten spiste meg opp». «Å, jeg vil også komme i grisebingen», sa den fjerde potetungen. «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel.

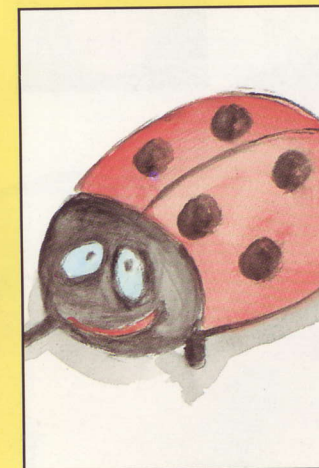
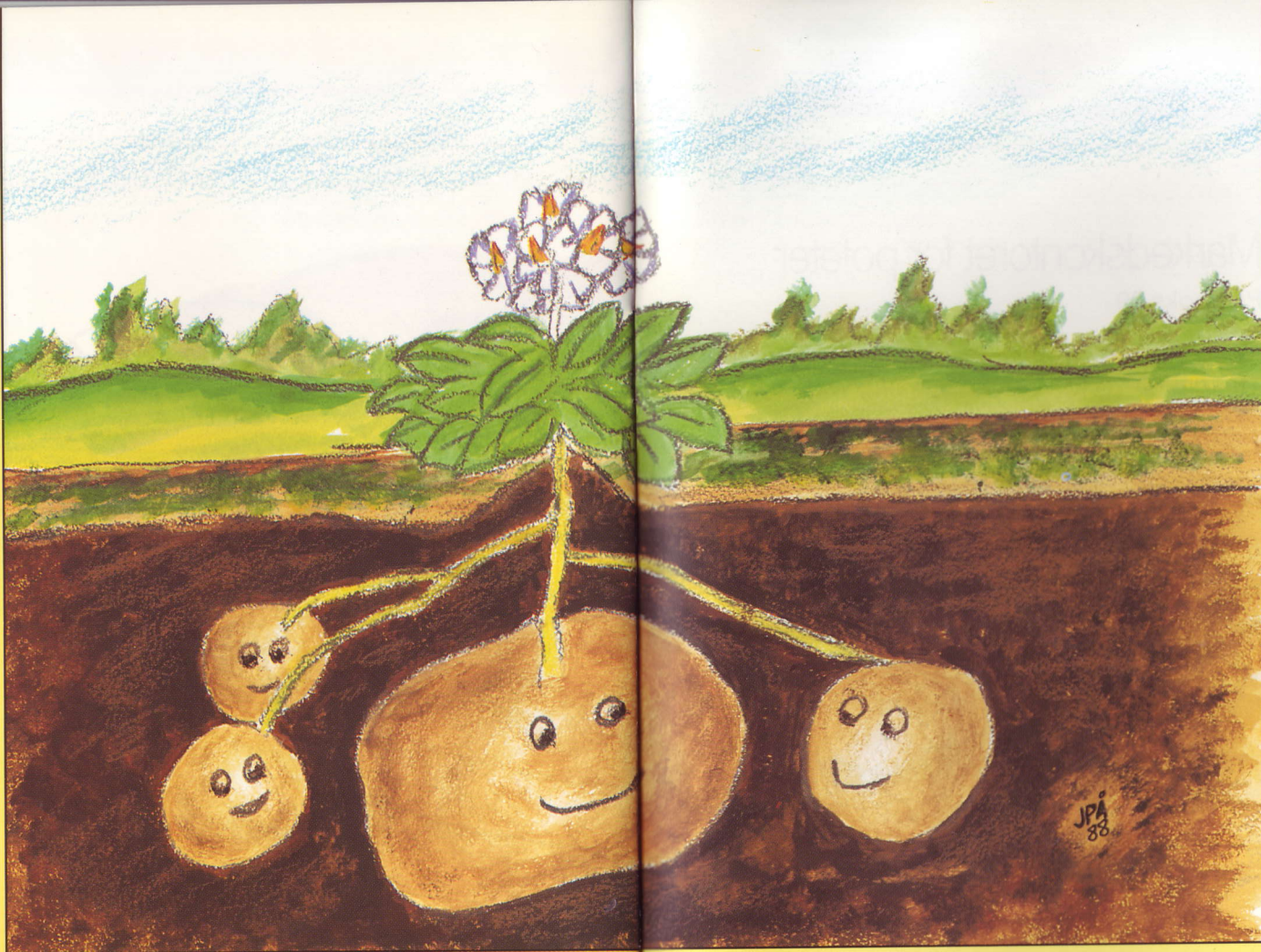
En dag kom det en marihøne forbi. «Kan du gjette hvor jeg har vært?», spurte hun. Men det kunne ingen av potetungene. «Jo, jeg har vært på slottet og

der fikk jeg krype på tallerkenen til den vesle prinsessen». «Å, jeg vil også ligge på tallerkenen til prinsessen», sa den femte potetungen. «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel. Men Mor Mandel hadde en unge til

og den hadde ikke sagt noe. «Hva ønsker du deg da, ungen min?», spurte Mor Mandel. «Jeg ønsker å bli som deg og få mange barn i tråder». «Ligg stille og gro», sa Mor Mandel. Så kom høsten og

bare hør hvordan det gikk med potetbarna. Den første potetungen ble tatt opp av en liten gutt som satte fyrstikker i den og lekte med den. Den andre ble det laget potetkake av, så den ble tilklint med smør og sukker.

Den tredje potetungen fikk ligge i sola for den ble det laget potetmel av. Den fjerde ble grise-mat, så han fikk komme i grisebingen. Den femte kom på slottet der den vesle prinsessen spiste



den til middag. Den sjette potetungen ble lagt i bingen og der lå den helt til våren. Da ble den lagt i jorda og så var det den som ble Mor Mandel, og fikk barn i tråder. Og slik fikk alle potetungene ønskene sine oppfylt.