

NY DVD

Økologisk Skolemad – 'Brød, frugt, grønt & sandwich'

Ny DVD fra Økologisk Landsforening. I en ny film viser omlægningsrådgiver og økonoma, Marianne Møllerup, hvordan man kan få mere økologi i skolemaden ved selv at bage brød og lave sandwich på skolen.

Filmen henvender sig til kantine- og køkkenpersonale med konkrete anvisninger på, hvordan en langtidshævet dej bliver til boller og bradepandebrød. Filmen viser, hvordan man kan lave lækre sandwich med grønt, æg, frikadeller eller kylling, der lever op til Fødevarestyrelsens krav til ernæring for et frokostmåltid for børn og unge.

- Prisen for råvarer til en økologisk sandwich med æggesalat er 6 kroner og 25 øre. Så det er ikke råvarer og økologi, der er barriere for mere økologi i kantinerne, udtaler Marianne Møllerup, Møllerups Selskab.

- Det afgørende er om ovn og røremaskine passer til de mængder, der skal produceres. Og så selvfølgelig, hvilke opskrifter du anvender, siger hun.

I filmen er der, foruden sandwich med fyld, også bud på 'Dagens salat' samt tilberedning af tzatziki og smoothies. Alle opskrifter kan downloades fra www.okologi.dk/skolemad, hvor der også er eksempler på beregning af energi og ernæring i de økologiske sandwich.

Sund mad fra bunden

- Med denne film vil vi vise, at det sagtens kan lade sig gøre at lave økologisk skolemad til en overkommelig pris. Vi har sat fokus på sandwich, fordi det er populært blandt skoleeleverne og enkelt at gå til for køkkenpersonalet, og de elever der skal deltage, fortæller Dorte Ruge, som er projektleder for 'Økologi i Skolen'.

- Økologisk mad fungerer bedst og billigst i et køkken, hvor sund mad laves fra bunden. Det er den vigtigste pointe, fortsætter hun.

Alle andre erfaringer fra skolemadsordninger viser, at når maden kommer fra ekstern leverandør bliver den ofte så dyr, at økologien ikke kommer med. Endvidere har flere undersøgelser dokumenteret, at de køkkener og kantiner, der bruger økologiske råvarer ofte er sundere i kraft af tillægsgevinster ved en økologisk menu: Flere fibre, mindre kød, mere grønt og færre søde sager.

DVD'en er gratis og kan bestilles ved at sende en e-mail til: dr@okologi.dk med navn og adresse. Projekt 'Økologi i Skolen' er støttet af Fødevarerministeriet.

Se også:

Økologi i Skolen: www.okologi.dk/skole

Enæringskrav til skolemad: www.altomkost.dk Fødevarestyrelsen.

Møllerups Selskab: www.mariannemollerup.dk

Filmen er optaget i produktionskøkkenet på den nye skole i Lisbjerg: www.lisbjergskole.dk

For yderlige oplysninger

Dorte Ruge, projektleder, Økologi i Skolen, 28 90 90 56

Joachim Plaetner Kjeldsen, pressechef, Økologisk Landsforening, 87 32 27 07 / 28 93 18 06