



SMAG PÅ NATUREN - SPILOP

INTRODUKTION TIL MÆRKET

Smag på naturen består af to møder: Kan jeg spise det? og Fiskeduserne.

FORMÅL MED MÆRKET

Mærkets formål er, at spejderne udfordres i naturen, og at de oplever, hvad der findes i naturen, og hvad man kan fange i havet.

FOKUSPUNKTER

- Naturen og havet som spisekammer.
- At der er meget i naturen, som kan spises uden det er farligt.
- Spejderne opdager og oplever deres egne kompetencer ved selv at have fingrene i det, eller ved at være til stede, når det foregår.
- At spejderne kan fortælle, hvad de har oplevet derhjemme og i skolen, når/hvis de oplever det igen.

MÅLGRUPPE

Spilop.

FORUDSÆTNINGER FOR SPEJDERNE

Spejderne skal kunne udvise nysgerrighed og mod.

FORUDSÆTNINGER FOR LEDERNE

Lederne skal have en almen viden om planter i naturen eller være i stand til at anvende et opslagsværk, således der ikke kommer giftige planter med hjem ved en fejl.

Derudover skal lederne have mod på at give sig i kast med nye madoplevelser med sin flok. Det er op til de enkelte ledere om maden tilberedes over bål eller i køkkenet. Kig i opskrifterne for at se, hvordan maden tilberedes.

OPBYGNING AF MÆRKET

Møde 1: Kan jeg spise det?

Møde 2: Fiskeduserne



MØDE 1:

KAN JEG SPISE DET?

INTRODUKTION TIL MÆRKET

Til dette møde skal spejderne på jagt i naturens eget spisekammer. Det betyder, at der skal ud og indsamles f.eks. mælkebøtter, brændenælder, tappes birkesaft eller noget helt tredje. Bagefter skal der laves mad, hvor de indsamlede ingredienser indgår.

PROGRAM FOR MØDET

- Velkomst
- Båltænding
- Kan det virkelig spises?
- Afrunding med refleksion

VELKOMST

Start med jeres eget startritual. Herefter fortæller lederne om, hvad der skal ske på mødet. Brug introduktionen som guide.



BÅLTÆNDING

INTRODUKTION TIL MÆRKET

I dag skal spejderne lære at tænde et bål. Bålet skal bruges, når der skal tilberedes mad i den næste aktivitet.

TRIN FOR TRIN

FORBEREDELSE

- Find tændstikker, tændstål og aviser.

AKTIVITET

- Send spejderne og deres forældre ud for at finde kviste og pinde i forskellige størrelser.
- Spejderne får lov til at prøve at tænde bålet med tændstål og tændstikker.
- Hvis der er mulighed for det, så lad spejderne forsøge at kløve brænde på en brændekløver.
- Fodr løbende bålet med brænde, så det er tilpasset den ret, der skal tilberedes.

MATERIALER

- Brænde
- Tændstikker
- Aviser
- Tændstål
- Evt. brændekløver



Tidsforbrug:
20 min.





KAN DET VIRKELIG SPISES?

INTRODUKTION TIL MÆRKET

I dag skal spejderne prøve at lave mad med det, der kan findes i nærheden i naturen. Få inspiration fra opskriftsforslagene i bilaget eller gå på opdagelse i naturen. Hvis lederne har en god idé til, hvad der kan tilberedes, er det også ok.

UDDYBENDE INFORMATION

Lederne har på forhånd tjekket, hvad der er muligt at finde og lave i naturen. Alternativt har lederne noget med hjemmefra, som kan bruges. Det er muligt at få inspiration i opskrifterne i bilaget. De er inddelt efter årstid og planter. Der skal minimum laves én af opskrifterne. I kan med fordel hente appen "Vild Mad" for at se om de planter, der findes, er sikre at spise. Findes planten ikke i appen, er den ikke sikker at spise.

TRIN FOR TRIN

FORBEREDELSE

- Gå en tur i lokalområdet for at få en idé om, hvilke planter, der kan findes.
- Udvælg en eller flere opskrifter. Det kan enten være lederne, der beslutter, hvad der skal tilberedes, ellers kan spejderne være med til dette. Se bilag med opskrifter.
- Køb ingredienser til den opskrift, der skal laves.

AKTIVITET

- Vælg et område med mange planter. Det kan være omkring spejderhytten, på en eng, i en skov, grøftekant osv.
- Bed forældrene om at hente appen Vild Mad, som kan bruges til at bestemme spiselige planter. Fortæl hvilke planter de skal finde.
- Området gennemgås af spejderne og deres forældre, efter de specifikke planter, der skal bruges til den valgte ret.
- Rens planterne og tilbered retten efter opskriften i bilaget.
- Under ventetid, hvis noget skal koge eller trække, kan der leges en leg eller findes flere spiselige planter. Ideer til leg og aktivitet:

1. VILD MAD

Gå på opdagelse efter flere spiselige planter i området. Brug appen **Vild Mad** til at bestemme, hvilken plante I har fundet og om den er spiselig.



MATERIALER

- Et område med mange planter
- De ingredienser og materialer som hver opskrift kræver
- Måtter, kegler eller lignende til at markere pladser i legen Frugtsalat med et twist



Afhænger af hvilken opskrift der vælges samt hvilke spiselige planter, der er til rådighed i nærmiljøet.



2. FRUGTSALAT MED ET TWIST

Alle spejderne deles ind i tre til fem planter i stedet for frugter. Det kan f.eks. være brændenælde, bellis, mælkebøtter, skvalderkål osv. Spejderne stilles i en rundkreds med en person i midten. Personen i midten råber en navnet på en plante, og alle, der er denne plante, skal nu bytte plads. Personen i midten forsøger at få en af de ledige pladser. Den person, der ikke fik en plads, er nu i midten og skal råbe. Hvis alle skal bytte plads, skal personen i midten råbe **"Naturens spisekammer"**. Vær opmærksom på at markere pladserne, da det ellers kan være svært at finde tilbage til pladserne, når der råbes "Naturens spisekammer".

AFRUNDING MED REFLEKSION

Dagen rundes af med refleksionsspørgsmål og en opsamling på, hvad spejderne har lært.

REFLEKSIONSSPØRGSMÅL

- Hvad har I smagt i dag, som I kunne lide?
- Hvad har I prøvet i dag, som I ikke har prøvet før?
- Hvad vil I fortælle jeres familie eller kammerater, at vi har lavet?

REFLEKSION OVER LÆRING

- I har lært, at meget af det, der vokser vildt i naturen kan bruges og spises.
- I har været nysgerrige og modige, og vil måske gerne prøve noget lignende igen.
- I har lært, at der er noget man godt kan spise, og noget man ikke kan spise.



MØDE 2: **FISKEDUSERNE**

INTRODUKTION TIL MÆRKET

Til dette møde skal spejderne fange, rense og tilberede deres egen fisk over bål. De skal ikke fange en fisk rigtigt, men derimod lege legen "Fisker, fisker, hvor dybt er vandet?" Formålet med aktiviteterne er, at spejderne prøver noget, som de ikke har prøvet før eller at de overskrider nogle grænser, og finder ud af, at de sagtens kan klare aktiviteterne. Eksempelvis kan det at rense en fisk være grænseoverskridende. Nogle børn bryder sig ikke om fisk, men ved at blive involveret i processen, er der større incitament for at smage på retten - måske det ovenikøbet smager godt.

PROGRAM FOR MØDET

- Velkomst
- Båltænding
- Fisker, fisker, hvor dybt er vandet?
- Lav jeres egen fisk
- Afrunding med refleksion

VELKOMST

Start med jeres eget startritual. Herefter fortæller lederne om, hvad der skal ske på mødet. Brug introduktionen som guide. Spørg ind til, om nogle af spejderne har prøvet at fiske, om hvilke fisk de kender og om de har prøvet at rense en fisk før.



BÅLTÆNDING

INTRODUKTION TIL AKTIVITETEN

Tænd et bål sammen med spejdere og voksne, så det er stort og fyldt med gløder, når fiskene skal steges.

TRIN FOR TRIN

FORBEREDELSE

MATERIALER

- Brænde
- Tændstikker
- Aviser
- Tændstål
- Evt. brændekløver

- Find tændstikker, tændstål og aviser.
- Aktivitet
- Send spejderne og deres voksne ud for at finde kviste og pinde i forskellige størrelser.
- Spejderne får lov til at prøve at tænde bålet med tændstål og tændstikker.
- Hvis der er mulighed for det, så lad spejderne forsøge at kløve brænde på en brændekløver.
- Fodr løbende bålet med brænde, så det er tilpasset den ret, der skal tilberedes.



Tidsforbrug:
20 min.





FISKER, FISKER, HVOR DYBT ER VANDET?

INTRODUKTION TIL MÆRKET

I dag skal spejderne lege en leg, hvor der er masser af bevægelse. Der er mulighed for at få brændt noget krudt af, når der simuleres, at der fanges fisk.

MATERIALER

- Reb, kegler eller lignende til at markere banen.

UDDYBENDE INFORMATION

Spejderne skal få indblik i hele processen omkring fiskens vej fra vandet til bordet.

TRIN FOR TRIN

FORBEREDELSE

- Lav en bane på cirka 10 – 20 meter med reb, kegler eller lignende. Banen skal ligne den fra "Alle mine kyllinger kom hjem".

AKTIVITET

- Vælg to spejdere til at være fiskere. De stiller sig i den ene ende af banen. De resterende spejdere er fisk. De stiller sig i den anden ende af banen.
- Fiskene råber til fiskerne: "Fisker, fisker, hvor dybt er vandet?"
- Fiskerne svarer: "Vandet er x meter!", hvor x er et vilkårligt tal, som spejderne selv vælger.
- Fiskene råber tilbage "Hvordan skal vi så komme over til dig?"
- Fiskerne vælger en metode til at komme over vandet. Det kan f.eks. være ved at hoppe, kravle, løbe, gå baglæns osv.
- Fiskene skal krydse banen via den valgte metode. Samtidig skal fiskerne forsøge at fange en fisk hver, mens de også bevæger sig via den valgte metode.
- Variationsmuligheder: Forældre mod spejdere, løb i par der holder i hånd.





LAV JERES EGEN FISK

INTRODUKTION TIL AKTIVITETEN

Spejderne skal prøve at rense og tilberede en fisk.

UDDYBENDE INFORMATION

Det er vigtigt, at spejderne bliver engageret i aktiviteten. Det betyder, at de selv er ansvarlige for at rense og tilberede fisken. Forældrenes rolle er at guide spejderne. Det er vigtigt, at hver enkelt spejder føler et ejerskab i aktiviteten. Det kan f.eks. understøttes ved, at hver spejder har ansvaret for hver sin fisk. Det er op til lederne, hvilken slags fisk, der skal anvendes i aktiviteten. Hvis fiskene skal leveres fra den lokale fiskehandler, er det en god idé at aftale det med vedkommende i god tid, for at sikre leveringen. Fiskehandleren har muligvis også nogle gode idéer til, hvordan rensningen af fisk kan foregå.

TRIN FOR TRIN

FORBEREDELSE

- Øv dig evt. i at partere en fisk hjemmefra.
- Gør klar til rensning af fisk. Her kan I f.eks. opstille et bord med skæbrætter, knive/dolke, affaldsspande og baljer med vand. Sidstnævnte til at skylle fiskene i.
- Undersøg om nogle i forældregruppen har viden om eller kompetencer inden for fisk og fiskepartering.

AKTIVITET

- Introducer aktiviteten til spejderne og deres forældre. Det kan være en fin idé at spørge ind til deres erfaring og kendskab til fisk, f.eks. hvilke fisk de kender, hvilke de har smagt osv.
- Rens fiskene. Inden spejderne går i gang med deres egne fisk, kan lederen vise hvordan man gør.
- Start med at fjerne slimlaget på ydersiden af fisken. Dette gøres ved at køre kniven hen over fisken i retning med fiskens skæl. Klip evt. også finnerne af fisken.
- Find fiskens gat (endetarmsåbning) tæt ved fiskens hale. Sæt kniven en cm ind (afhængig af fiskens størrelse) og skær op til ½ - 1 cm før gællerne.
- Fjern alle indvoldene med hænderne. Det er en god idé at komme det direkte i en skraldespand. Fjern også blodet ved rygsøjlen med en finger.
- Hvis hovedet skal blive på, skyldes fisken nu, og så er fisken klar.

MATERIALER

- Fisk
- Skæbrætter
- Knive til rensning af fisk (brug evt. nyvaskede dolke)
- Baljer med vand til at skylle fisken
- Skraldespande til indvolde
- Fyld til fiskende, som f.eks. krydderurter, skvalderkål, brændenælde, salt, peber, citron og smør
- Pander eller bålplade
- Paletknive
- Tallerkner og gaffler





- Hvis hovedet skal fjernes, skæres hovedet af ved at skære rygraden over ved nakken lige bag gællerne. Når rygraden og det tykkeste af fisken er skåret over, kan hovedet rives af.
- Skyl fisken.
- Klargør fisken til stegning ved at fylde den med krydderurter, skvalderkål, brændenælde eller andre spiselige grønne blade, samt salt, peber og skiver af citron. Der kan også lægges et par skiver smør i fisken. Tilpas dette trin til flokkens ønsker.
- Steg fiskene i cirka 10 minutter på hver side over bålet. Husk at bruge rigeligt med fedtstof. Hvis ikke der er pander nok, kan spejderne deles om en bålpande.
- Lad fiskene køle af og smag på dem.

AFRUNDING MED REFLEKSION

REFLEKSIONSSPØRGSMÅL

- Hvad har I prøvet i dag, som I ikke troede I kunne?
- Kunne I finde på at lave en fisk derhjemme med jeres forældre?

REFLEKSION OVER LÆRING

- I har lært at rense en fisk og tilberede den over bål.
- I har måske overskredet grænser, og prøvet noget, som I syntes var ulækkert.