

"Tag en kødfri dag og forlæng dine kødretter de øvrige dage med masser af grønt – så er der mere luft i budgettet til økologisk kød".

Kilde:

<http://koedskolen.taenk.dk/Menu/Uge+5>

"Der bliver produceret omkring 146 kilo kød per dansker om året, og vi er et af verdens mest kødglade folk".

Kilde:

<http://samvirke.dk/forbrug/artikler/danskerne-spiser-koed.html>

"En dansk gennemsnitsfamilie smider årligt god, spiselig mad ud for ca. 10.000 kr."

Kilde: Landbrug & Fødevarer – tal fra 2010

"Vinder økonomien over økologien, når du skal vælge kød i køledisken – hvis du nu skal være HELT ærlig?"

Kilde:

<http://koedskolen.taenk.dk/Menu/Uge+5>

"At købe økologisk mad er en investering i fremtiden. Du er med til at sikre, at dine børn kan drikke rent vand fra hanen, at de kan blive behandlet med penicillin, hvis de bliver syge, at de kan spise fisk fra et rent vandmiljø, og at de undgår potentielt skadelige og hormonforstyrrende stoffer i deres dagligdag".

Kilde: www.okologi.dk



Økonomi & økologi – Til eleven

1. Økologi og økonomi – hvordan kan det hænge sammen?

Produkt	Økologisk pris	Vægt	Konventionel pris	Vægt
Mini mælk	7,95	1 l	7,50	1 l
Smør	15,95	200 g	20,10	250 g
A 38	13,95	1 l	14,95	1 l
Klementiner	12,00	750 g	12,00	1 kg
Gulerødder	8,00	1 kg	8,00	2 kg
Løg	7,50	750 g	9,00	1,5 kg
Agurk	10,00	1 stk.	5,00	1 stk.
Kartofler	16,00	2 kg	18,00	3 kg
Hvedemel	21,95	2 kg	16,95	2 kg
Rugmel	22,95	2 kg	17,50	2 kg
Havregryn, fine	13,95	1 kg	12,95	1 kg

Kilde: Priserne er indhentet i henholdsvis Netto og Kvickly - December 2011.

Ensret alle enhederne i fx gram, liter og stk. så I kan sammenligne priserne.

Kom med bud på nedenstående spørgsmål:

- Giv forslag til hvordan man får råd til økologisk mad, så budgettet stadig hænger sammen?
- Find 5 gode grunde til hvorfor det er en god ide, at producere økologisk mad?

2. Introduktion til køkkenøvelsen – Økologisk mad

Ud fra listen over råvarekurvens indhold og indkøbspriser skal I lave en økologisk udgave af spaghetti bolognese ud fra et fastlagt budget. I kan tage udgangspunkt i den traditionelle opskrift på spaghetti bolognese. (Bilag 3 og 4)

Der skal være fokus på madspild, sæson, kød, vegetabiliske produkter, madpyramiden, smag og udseende. (Bilag 1 og 2)

Dernæst skal I lave en beregning af, hvor meget der skal bruges pr. person af fx spaghetti til jeres ret.

Lav ligeledes en kalkulation/prisudregning af jeres økologiske spaghetti bolognese beregnet pr. person. Holder budgettet? Eller skal I lave ændringer i opskriften?

Inden timens afslutning skal I aflevere en varebestilling på jeres ret, samt en arbejdsplan for køkkenøvelsen. (Bilag 5 og 6)



3. Køkkenøvelse - Tillberedning og anretning af spaghetti bolognese

Tilbered jeres økologiske spaghetti bolognese m. tilbehør.

Anret retten efter Y-tallerkenen, og så den fremstår indbydende. (Bilag 7)

4. Opsamling og bedømmelse

Smage og vurdere hinandens retter gruppevis ud fra følgende kriterier: (Bilag 8)

- Sanserne (Grundsmage, konsistens, farve, duft, udseende)
- Pris – holder budgettet?
- Sæson råvarer
- Madspild
- Anretning efter Y-tallerken. Fordeling og sammensætning mellem animalske og vegetabiliske råvarer.
- Samlet vurdering

