

Uit eten

In de 'pre-school' (förskolan) van Skogstrollet in centraal-Zweden spelen de kinderen buiten tijdens de middagpauze. Wat is er immers meer natuurlijk dan buiten te blijven en te eten zonder te moeten stoppen met spelen? Zoals in vele andere pre-schools begonnen ze met buiten hotdogs te maken en brood te bakken. Maar nadat de leerkrachten een cursus in 'buitenpedagogie' hadden gevolgd, veranderde alles. Ze waren zodanig geïnspireerd door het buitenshuis koken dat ze besloten om dat op een dagdagelijkse basis te gaan proberen.

"Je mag niet ontgoocheld zijn wanneer je niet onmiddellijk slaagt in je opzet. We hebben veel fouten gemaakt", zegt pre-school leerkracht Elisabeth Ämting. Buitenshuis koken is een leerervaring voor zowel kinderen als volwassenen. "Nu weten we allemaal waarom een kookput er zo uitziet, en hebben we geleerd hoe je met vuur omgaat en hoe we het kunnen beheersen."

Buitenshuis koken vereist voorbereiding en geduld. Het vuur moet ruim op voorhand worden aangestoken omdat het voedsel trager gaar wordt dan op een fornuis. Het kan de hele ochtend in beslag nemen. "Eerst moeten we beslissen hoe we het vuur willen gebruiken, of we willen stoven of bakken, of we een kookput nodig hebben of dat we de murriska (een grote, zwarte gietijzeren pan) kunnen gebruiken. In ieder geval moeten we goed hout en berkenschors zoeken. Van zodra alle voorbereidingen achter de rug zijn, wordt het eten vanzelf gaar en is er tijd om te spelen en voor andere activiteiten."

Wanneer het eten klaar is, smaakt het heerlijk. "Alles smaakt zo veel beter wanneer je buiten bent. Misschien omdat alle zintuigen tegelijk worden ge-

Hoe maak je een kookput?

Zorg ervoor dat er niet te veel wortels in de grond zitten omdat de aarde erg heet wordt en wortels vuur kunnen vatten. Zand is beter: je kunt een permanente zandput maken en deze gebruiken als kookput. Graaf een gat van zo'n 50 tot 60 cm diepte.

Steek een vuur aan in de put en plaats 20 stenen, elk ongeveer een vuist groot, gedurende één uur in het vuur. Haal ze er met een grote spade weer uit en bedek de bodem van het gat met tien stenen. Leg er de etenspakketten in. Plaats daarover de tien andere stenen en bedek het geheel met een bed van mos.

Het gat moet goed bedekt zijn. Wanneer er rook uitkomt, leg er dan meer mos of stenen op. Als de etenspakketten gemaakt zijn van berkenschors, leg dan enkele braamtakjes tussen de stenen en de etenspakketten opdat ze geen vuur vatten.

prikkeld." In een waskuip kunnen de kinderen hun handen wassen zonder dat ze daarvoor weer naar binnen hoeven te gaan. Nadat ze de kåsa (een schepvormige drinkbus die de warmte beter vasthoudt) hadden ontdekt, zijn ze gestopt met het gebruiken van bordes. "Gietijzeren potten zijn uitstekend geschikt voor een open vuur. We kochten verschillende erg goedkope exemplaren op een tweedehandsmarkt."



Annica Grimlund is uitgeefster van Tidningen Förskolan. Forskolan@lararforbundet.se en elisabeth.amting@fcbu.ornskoldsvik.se



Zalm uit Skogstrollet in aluminiumfolie

(voor 15 personen)

2 kg zalmfilets · 30 aardappelen · 1 prei · verse room · 6 in plakjes gesneden tomaten · geraspte wortelen · 1 citroen · peper · zout · een klontje boter

Scheur een groot stuk aluminiumfolie af en leg er de vis op. Bestrooi met peper en zout.

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakjes.

Doe de gesneden aardappelen, tomaten en prei bij de vis en voeg de boter toe.

Sluit de aluminiumfolie.

Plaats de gesloten aluminiumfolie gedurende ca. 15 minuten in de kookput.

Weekmenu van de Förskolan Galaxen op Essingen, een klein eiland vlakbij Stockholm
Deze 'pre-school' telt 36 leerlingen tussen 1 en 6 jaar oud. Een chef-kok en zijn assistent bereiden de maaltijden voor Galaxen en twee naburige pre-schools.

Maandag: gepaneerde koolvis met Rhode Island saus
Dinsdag: pasta-symfonie
Woensdag: kipschnitzel met kaassaus
Donderdag: soep en sandwich
Vrijdag: gerookte varkenslende op Hawaïaanse wijze