

# Naturvejlederens Nyhedsbrev



Kerteminde  
Kommune

Januar 2022



## Kære Børnehuse, dagplejere og indskoling

Et nyt år er begyndt og fra nu af, går vi mod længere dage. Det er vådt på legepladsen, og lige nu er det varmt i vejret, med masser af mudder og pløre som resultat ☺. Men det kan hurtigt vende, og mon ikke vi får frost og sne igen inden vinteren er omme? Prøv kulsvierpandekagerne, de er en favorit hjemme hos mig på de kolde dage...

## Kulsvierpandekager

I gamle dage fandtes der kulsviere. De arbejdede og boede i skoven, når der skulle svides kul. Det var hårdt arbejde. Træet skulle fældes, siden stables og dækkes med jord. Og så skulle det svides. Det er en proces hvor træet brændes ved en ufuldstændig forbrænding og kul er tilbage. Ved at kun tillade ganske lidt ilt til forbrændingen, omdannes kulbrinterne i træet til frit kulstof (tegnekul) og CO<sub>2</sub>, som damper af. Sådan en proces tog lang tid, og derfor var det vigtigt at kunne lave nem og solid mad på et bål i skoven. Kulsvierpandekager smager også godt, på en kold og våd legeplads i januar ☺

Steg flæsket på en tør bålpande og hæld fedtet fra flæsket i dejen, som er rørt af de andre ingredienser. Drys lidt flæsk på panden, hæld pandekagedej over og steg til pandekagen er færdig. Spis med tyttébærsyltetøj.

Materialer: 2 dl. Mel, 1 dl. Grahamsmel, 1-2 æg, flæsk eller røget kød i tern (alternativt skinkestrimler), olie til at stege i, vand til dejen er passende, tyttébærsyltetøj og bålpande + paletkniv.

## Leg – ”Høste gulerødder”

Børnene har sået gulerødder - og nu skal de høstes.

Der vælges en som skal være ”bondemanden”, der høster de dejlige gulerødder. Resten lægger sig på maven i en cirkel og holder hinanden i hånden. Bondemanden trækker nu gulerødderne i fødderne, så de



Det ser næsten ud som om haven sover, her i januar. Men der er stadig gang i den, under overfladen.

Det er nu I kan genbruge juletræet i jeres vilde have – start en grenbunke eller brug grenene til at dække jorden hvor den er bar.

Gem evt. stammen med grenstubbe på, og brug den som stativ for klatrebønner i køkkenhaven senere på året.

Ligger der mange blade på plænen? Blade, afklip og mos, kan bruges som afdækning i køkkenhaven.

**SKIBHUSGÅRDEN**  
Natur - og friluftscener

Naturvejleder Rikke Molin, rikm@odense.dk,  
Skibhusgården Natur og Friluftscener, UngOdense.

# Naturvejlederens Nyhedsbrev



kommer fri af cirklen – gulerødderne forsøger selvfølgelig at holde så godt fast i hinanden som overhovedet mulig.

Hvis en gulerod trækkes fri, skal den hjælpe bondemanden med at høste....

Kan leges ude i regnvejr med regntøj på, på en presenning eller i snevejr med glatte flyverdragter på.

## Styrker

Ase-mase leg, kropsstabilitet, samarbejde og kropsfornemmelse.

## Grejbankfyn.dk

I Grejbanken kan I låne pandekagepander og bålgrøder, så I kan servere bålmad for hele flokken.

Der findes også gigantiske piskeris, grydeskeer og opøsere, som vil passe fremragende til enhver gullachkanon – hvis I har sådan en i baghånden.

Når det er koldt, er der intet så godt som varm solbærsaft. I Sverige og Norge har man stor tradition for varm saft, når man går på fjældet. Desværre er det ikke så brugt her til lands. Men prøv det – det kan noget.

## Vild Mad

Strandkokleare er bedst om vinteren. I gamle dage kaldtes den for skørbugsurt, fordi planten var let at finde på stranden, og var kendt af søfolk som en god kilde til C-vitamin.

De grønne saftige blade står på stranden i små rosetter, og de smager skønt af peberrod.

Prøv dem til kartofler, fisk og rødbede. Perfekt på en æggemad, og som topping på fed fisk.

Planten er bedst frisk, og klasker sammen hvis den tilberedes i længere tid.

Find den på strandenge og langs veje ved stranden. Den står gerne i opskyllet tang og i strandvolde. Under tiden findes den også langs større veje, hvor den hygger sig i rabatten og nyder godt af vejsalten... (det er dog ikke her, I skal sanke den...)

