

SMØRREBRØD

NEMT OG LÆKKERT

Introduktion af
kogebogen



Kogebogen



Kogebog - Smørrebrød
på 50 forskellige
måder

Indhold
Rådgivning
Formidling
Grafik og opsætning
Video og fotos

Dorte Langgaard
Jens Kåre Rasmussen
Mia Langgaard
Annemette Kinch Dalgaard
Peter Hartley

Velkommen til præsentation af kogebogen.

I har også til dette modul mulighed for at tage egne notater til projektmappen.



Her ser I dem, som har hjulpet med, at fremstille kokebogen.

Det er de samme personer, som tidligere er blevet præsenteret.

Derfor springer jeg præsentationen over og går direkte til præsentation af kokebogen.

Smørrebrød – nemt og lækkert



Nu er det tavlegennemgang.

I kommer gennem de to næste moduler til, at arbejde ved jeres egen skærm igen.

På billedet her (**peg på skærmen**), kan I se hvad det er vi skal gennemgå i dag.

Vi skal tale om:

- Smørrebrød til hverdag (**peg på skærmen**).
- Blød mad (**peg på skærmen**).
- Udsåret mad (**peg på skærmen**).
- Lune retter (**peg på skærmen**).
- Smørrebrød til den mere festlige lejlighed (**peg på skærmen**).

Vi bliver også præsenteret for smørrebrød med modificeret konsistens. Det betyder andre konsistenser end det almindelige smørrebrød. Det vi kommer til at se på i dag kaldes for blød mad, gratinkost og cremet konsistens. Det er de 3 konsistenser, som kan tilbydes vores borgere med dysfagi.

Borgere med dysfagi har tygge og synkebesvær.

Pynt skal vi også tale om.

Dyrlægens natmad



Det pyntede og højt belagte smørrebrød opstod i København i slutningen af 1800-tallet og er det første fra det danske køkken, der blev kendt udenfor Danmark. Små smørrebrødsrestauranter dukker op i København. Det ældste, kendte menukort med smørrebrød er fra restaurant Nimb i Tivoli fra 1883. Dengang var Kong Christian den 9. konge i Danmark. Forvandlingen på Nimb bestod blandt andet i at de fik de tykke skiver flæsketeg fra middagsretten forvandlet til tynde skiver og fik dem anrettet på brødet til det vi i dag kender som smørrebrød. Nimb har serveret smørrebrød siden 1883 og gøre det stadig i dag.

Visiterede borgere i Hjemmeplejen skal have pænt anrettet og velsmagende smørrebrød



Visiterede borgere i Hjemmeplejen skal have pænt anrettet og velsmagende smørrebrød

Et måltid er mere, end de kalorier man indtager.

Et måltid er også det man kan se, dufte og smage.

Det er måden, maden serveres på og omgivelserne maden nydes i.

Formålet med kokebogen som I introduceres til er, at vise hvordan pålæg og pynt sættes sammen, så frokosten bliver god og indbydende.

Vi har valgt at lade billeder være den bærende del af kokebogen.

Lad os komme i gang.

Gode råd – smørrebrød til hverdag

Kødpålæg, fiskepålæg, vegetar og ost

- Brødsken smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødsken.
- Det er i pålægget (kød, fisk og æg), at proteinerne findes, så dæk gerne hele brødsken med pålæg.
- Når brødet er dækket med pålæg og brødet ikke kan ses, giver det et flot stykke smørrebrød.
- Når der anrettes smørrebrød med våde elementer som sild og rævesovs/dildsovs, så kom det i små skåle for at undgå brødet bliver vådt.
- Skålene som anvendes i dette materiale, er stabelbare glasskåle med indvendige mål på henholdsvis 7 og 8½ cm.



Hvert afsnit indledes med nogle gode råd.

Her får du 5 gode råd til hverdagssmørrebrød:

- Brødsken smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødsken.
- Det er i pålægget (kød, fisk og æg), at proteinerne findes, så dæk gerne hele brødsken med pålæg.
- Når brødet er dækket med pålæg og brødet ikke kan ses, giver det et flot stykke smørrebrød.
- Når der anrettes smørrebrød med våde elementer som sild og rævesovs/dildsovs, så kom det i små skåle for at undgå brødet bliver vådt.
- Skålene som anvendes i dette materiale, er stabelbare glasskåle med indvendige mål på henholdsvis 7 og 8½ cm.

Kødpålæg



Dyrlægens natmad

Leverpostej og saltkød

Pynt:

Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky + karse

Rå løg, (hakket eller i ringe)

Karse

Sky

Ekstra pynt:

Tomat



Leverpostej

Pynt:

Surt: Rødbede, asie, syltet agurk el. agurkesalat

Sky + surt

Sky + frisk agurk

Ekstra pynt:

Bacon, smørstegte champignons



Paté

Pynt:

Cornichoner

Ekstra pynt:

Rød peberfrugt i tynde strimler



Her kan I se et eksempel på, hvordan kokebogen er bygget op (**forklar opbygningen**).

1: Der er et billede af maden. Eksempelvis Dyrlægens Natmad (**peg på billedet**).

2: Der står navn på den type af pålæg som er anvendt, her leverpostej og saltkød (**peg på skærmen**). De andre stykker i kokebogen har typen af pålæg som navn, som I ser her f.eks.: Leverpostej og paté (**peg på skærmen**).

3: Der er vist forskellige forslag til måder stykket af mad kan pyntes på.

Se på dyrlægens natmad: Her ses 4 linjer under pynt (**peg på skærmen**). Det er 4 forskellige måder at pynte på, som vil kunne anvendes. Der kan bruges rå løg, sky og karse, som I ser i første linje og som I ser på billedet. Det er nok den måde, at mange foretrækker dyrlægens natmad serveret på. Den kan også serveres med rå løg som pynt, med karse eller med sky.

De sidste løsninger vælges nok oftest, hvis man ikke har alle ingredienser til rådighed.

4: Nederst ved Dyrlægens natmad er angivet ekstra pynt (**peg på skærmen**) hvis det skal pyntes lidt ekstra op.

Ved Dyrlægens er angivet "tomat".

5: Dyrlægens natmad er altså et stykke brød med leverpostej,

der på lægges en skive saltkød,

der ovenpå lægges sky, rå løg og karse.

Det er sådan en lag på lag mad.

3 eksempler på kødpålæg



Kyllingepålæg

Pynt:
Karrymayonnaise + ekstra pynt
Alm. mayonnaise + ekstra pynt
Peberrodssalat

Ekstra pynt:
Bacon, tomat, agurk, karse, rød peberfrugt



Spegepølse

Pynt:
Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky
Rå løg, (hakket eller i ringe)
Remoulade + ristede løg

Ekstra pynt:
Karse, agurk



Rullepølse

Pynt:
Rå løg, (hakket eller i ringe) + sky
Rå løg, (hakket eller i ringe)
Sky

Ekstra pynt:
Karse, tomat, agurk



Her er vist 3 forskellige stykker mad med kødpålæg.

Forklar de enkelte stykker – hvad ser vi?

Spørger om de kender pålægstypen.

Forklar at spegepølse findes i mange varianter. De fås også hele og skiveskåret.

(Det er vigtigt at spørge borgeren hvad de synes bedst om)

Flere typer kødpålæg



Roastbeef

Pynt:
Remoulade + ristede løg
Remoulade + agurkesalat
Remoulade + revet peberrod
Remoulade

Ekstra pynt:
Karse, tomat



Frikadelle

Pynt:
Rødkål
Ekstra pynt:
Agurkesalat



Sprængt oksebryst

Pynt:
Pickles
Peberrodssalat

Ekstra pynt:
Tomat, agurk, karse



Flæskesteg

Pynt:
Rødkål
Agurkesalat
Rødkål + agurkesalat

Ekstra pynt:
1 skive appelsin, sveske, mandarin



Skinke

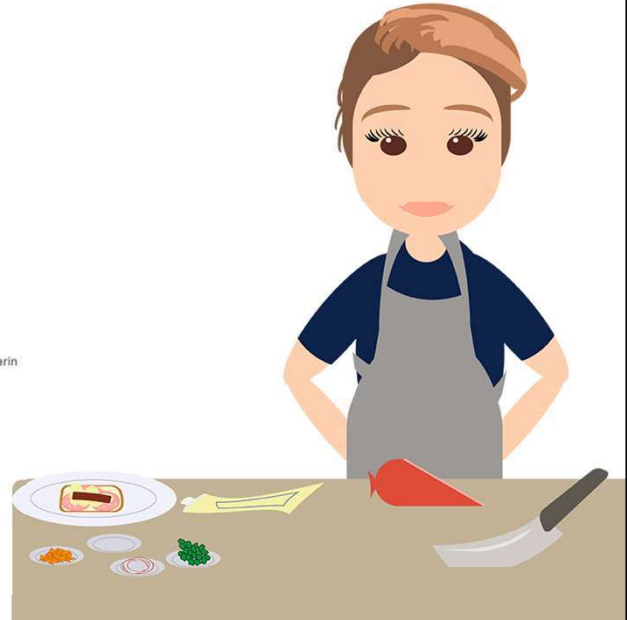
Pynt:
Italiensk salat
Æggestand/røræg
Mayonnaise

Ekstra pynt:
Karse, tomat, agurk



Sylte

Pynt:
Rødbede + sennep



Her ser I de andre typer af kødpålæg som er vist i kokebogen (**peg på dem og læs op**):

Roastbeef, sprængt oksebryst, skinke, frikadelle, flæskesteg og sylte.

(Sprængt oksebryst er kogt oksekød, der har været i salt/sukkerlage før kogningen.)

Kender I alle de typer af pålæg som I ser her?

Er der noget her imellem I ikke kender?

Skab plads til dialog her mellem underviser og deltagere.

Fiskepålæg



Marinerede sild

Pynt:
Karrysalat
Rå løg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:
Dild, tomat, karse



Karrysild

Pynt:
Dild
Rødløg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:
Tomat, karse



Røget laks

Pynt:
Rævesovs/dilldsovs
Æggestand/røræg

Ekstra pynt:
Dild, tomat



Så er vi kommet til fiskepålæg.

Her ses marinerede sild, karrysild og røget laks **(peg på skærmen)**.

I kan se eksempler her, hvor der er brugt glasskåle til de våde elementer som sild og rævesovs.

Det er for at undgå, at brødet bliver vådt.

Kender I de tre typer af pålæg her?

(Giv plads til dialog)

Ved I hvad jeres borgere foretrækker?

(Nævnes rævesovsen ikke i dialogen, så spørg ind til om alle ved hvad rævesovs er for noget)

Fiskepålæg



Rejer

Pynt:
Mayonnaise
Citron

Ekstra pynt:
Tomat, karse, dild



Fiskefrikadelle

Pynt:
Remoulade

Ekstra pynt:
Tomat, dild, karse, agurk



Makrel i tomat

Pynt:
Mayonnaise

Ekstra pynt:
Citron, dild, karse



Fiskesalat

Pynt:
Tomat
Dild

Ekstra pynt:
Citron, dild



Her ser I en rejemad, et stykke med fiskefrikadelle, et stykke med fiskesalat og stykke som er klart til, at blive serveret med makrel i tomat.

Stykket med rejer er anrettet på brødet. Det er stykket med fiskesalat ikke.

Hvornår tænker I, at der skal anrettes på brødet og hvornår skal der anrettes i skåle?

Kan I give nogen eksempler på, hvornår I gør hvad?

(Plads til dialog)

(Hvis ingen svarer:)

Våde elementer, som serveres straks kan kommes på brødet. Det kommes i skåle hvis det ikke serveres straks.



Ser du detaljen?



Der er en lille detalje på det billede her af Henning og James som faktisk ikke er vist eller beskrevet nærmere i kokebogen. Så det er godt, at det bliver vist her.

Er der nogen der kan se hvad det er, James viser Henning?

SVAR: Det er en tomatbåd. Sådan kalder vi denne udskæring af tomat.

Tomater udskæres i skiver eller i både, når vi bruger dem som pynt på smørrebrød.

Vegetar/ost



Kartoffel

Pynt:
Mayonnaise + rå løg i ringe eller hakket
Mayonnaise + ristede løg
Mayonnaise + purløg
Ekstra pynt:
Tomat, karse, purløg



Skæreost

Pynt:
Peberfrugt
Druer
Ekstra pynt:
Radisse



Æg

Pynt:
Mayonnaise + tomat
Mayonnaise + rejer
Mayonnaise
Ekstra pynt:
Purløg, dild, karse, kaviar, agurk



Brie

Pynt:
Peberfrugt
Druer



Frugtsalat

Pynt:
Frisk frugt
Ekstra pynt:
Hakket chokolade



Danablu ost

Pynt:
Vindruer



Her vises afsnittet vegetar/ost.

Her er vist eksempler på mad helt uden kød og fisk.

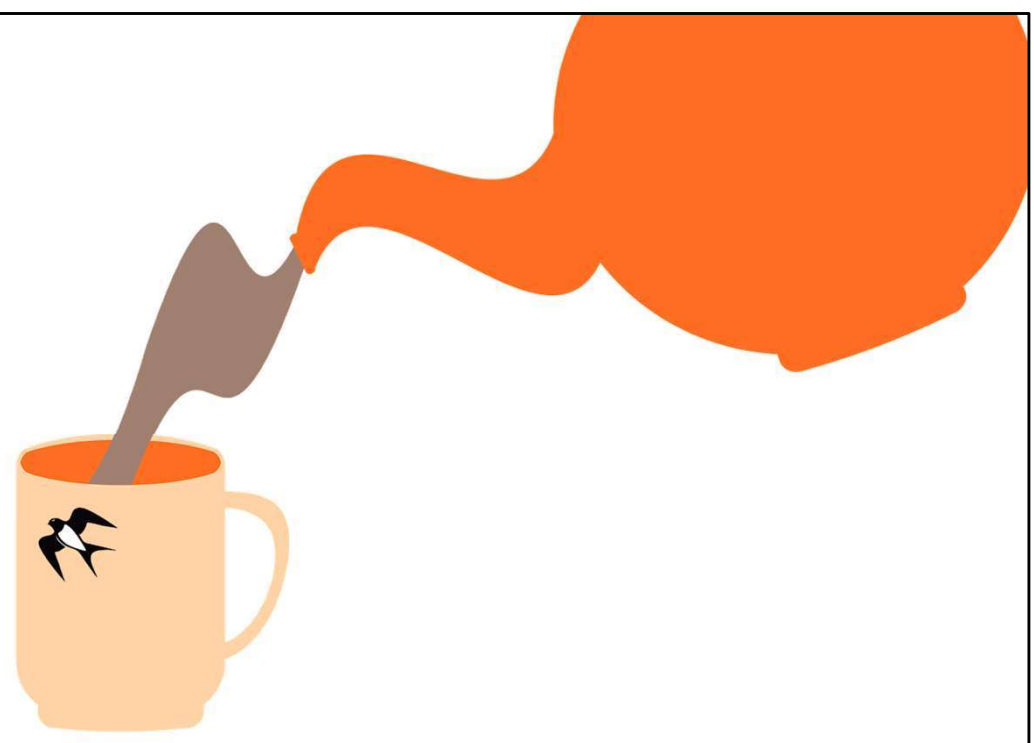
Hvis en borger ønsker vegetarmad, skal I sikre jer en rigtig god samtale omkring hvad det betyder for den enkelte. Der kan være forskelle på, hvad den enkelte ønsker, at udelukke fra sin kost.

Har nogen af jer haft ernæringsbesøg hos en borger, som havde specielle ønsker om, at udelukke nogle fødevarer fra kosten?

SVAR: Det kan fx være minus kød, minus fisk, minus, æg, minus mejeriprodukter eller en kombination af de nævnte fødevarer.

Det kan også være fødevarer som borgeren ikke tåler/har allergi over for.

Pause



Vi mødes igen kl. ?

Udskåret smørrebrød

- Brødet smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødsken.
- Udskåret smørrebrød kan være med og uden skorpe. Spørg, hvad borgeren foretrækker.
- Skær brødet ud i den størrelse, borgeren foretrækker.
- Skær pålægget ud, så det passer i størrelsen og læg det pænt på hvert stykke af det udskårne brød.
- Pynten anrettes til sidst, så det står flot på hvert stykke.
- Alle slags smørrebrød kan anrettes udskåret. De efterfølgende billeder er eksempler til inspiration.
- Små indbydende stykker smørrebrød, skal nok give borgeren appetit til at spise.



Her kommer et afsnit om udskåret smørrebrød.

Jeg læser de 7 gode råd op:

- Brødet smøres med smør, helt ud til kanten på hele brødsken.
- Udskåret smørrebrød kan være med og uden skorpe. Spørg, hvad borgeren foretrækker.
- Skær brødet ud i den størrelse, borgeren foretrækker.
- Skær pålægget ud, så det passer i størrelsen og læg det pænt på hvert stykke af det udskårne brød.
- Pynten anrettes til sidst, så det står flot på hvert stykke.
- Alle slags smørrebrød kan anrettes udskåret. De efterfølgende billeder er eksempler til inspiration.
- Små indbydende stykker smørrebrød, skal nok give borgeren appetit til at spise.

Udskåret smørrebrød



Roastbeef

Pynt:
Remoulade + ristede løg
Remoulade + agurkesalat
Remoulade + revet peberrod
Remoulade

Ekstra pynt:
Karse, tomat



Marinerede sild

Pynt:
Karrysalat
Rå løg i ringe eller hakket

Ekstra pynt:
Dild, tomat, karse



Danablu ost

Pynt:
Halve vindruer



Her ser I 3 eksempler på udskåret smørrebrød, som er tilberedt og anrette pænt og appetitligt.

Først ser I et stykke med roastbeef **(peg på skærmen)**.

Det er pyntet med remoulade, peberrod, ristede løg og karse. Hvert stykke er fremstillet ens, så alle smage er med i hver bid.

Kan I forestille jer at få et stykke mad, som er skåret ud efter det er tilberedt?

SVAR: Det kan give bidder som fx kun er pyntet med peberrod, eller en bid fx uden pynt.

Her ser I også et stykke udskåret med marinerede sild og et stykke med danablu.

(Peg på skærmen)

Har I været hos borgere som får maden skåret ud?

Hvad synes I om det mad I ser på skærmen?

Hvor kommer ergoterapeuten ind i billedet?

Få hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til mad med blød konsistens. Blød kost er til borgeren med lette udfordringer til at tygge og synke maden.

Det kan være borgeren er svækket og ikke har kræfter til at spise mad med almindelig konsistens. Det kan være en borger med dårlig tandstatus.

Blød kost må ikke indeholde kerner, frø, nødder og hårde skorper, og skal være uden skind og stegeskorper. Alle ingredienser skal være naturligt bløde eller tilberedt, så de får en blød konsistens.



Så er vi kommet til det afsnit, som handler om blød mad.

Jeg læser siden her højt for jer.

Få hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til mad med blød konsistens. Blød kost er til borgeren med lette udfordringer til at tygge og synke maden. Det kan være borgeren er svækket og ikke har kræfter til at spise mad med almindelig konsistens. Det kan være en borger med dårlig tandstatus. Blød kost må ikke indeholde kerner, frø, nødder og hårde skorper, og skal være uden skind og stegeskorper. Alle ingredienser skal være naturligt bløde eller tilberedt, så de får en blød konsistens.

Er der noget I bliver i tvivl om eller som I gerne vil spørge om?

Inspiration til borgere på blød kost



- **Brød** uden kerner og skorpe.
- **Grød** som fx havregrød, risengrød eller øllebrød.
- **Frukt og grønt** som kan moses med en gaffel, eller som er meget finthakket. Det yderste lag skal være uden skind og skræl.
- **Mælkeprodukter og bløde oste** som smøreost, hytteost og fx mozzarella.
- **Kød, fisk og æg.** Blødt kødpålæg i skiver, pølser uden skind, fars uden stegeskorper og pålægssalater. Blød fisk, rejer, dåsetun rørt med mayonnaise, æg som er kogte eller som røræg/æggestand.
- **Dessert** skal være blød som fromage, is, mousse og frugtgrød med bløde stykker af frugt. Kager skal være ensartet i konsistensen som muffins eller mazarinkage.
- **Supper og ernæringsdrikke** uden hårdt eller trevlet fyld.
- De efterfølgende billeder er til inspiration. Der kan anrettes andre stykker, blot ovenstående råd følges.

Her kommer lidt inspiration i forhold til blød kost.

Der kan serveres:

- Brød uden kerner og skorpe.
- Grød som fx havregrød, risengrød eller øllebrød.
- Frukt og grønt som kan moses med en gaffel, eller som er meget finthakket.
- Det yderste lag skal være uden skind og skræl.
- Mælkeprodukter og bløde oste som smøreost, hytteost og fx mozzarella.
- Kød, fisk og æg. Blødt kødpålæg i skiver, pølser uden skind, fars uden stegeskorper og pålægssalater. Blød fisk, rejer, dåsetun rørt med mayonnaise, æg som er kogte eller som røræg/æggestand.
- Dessert skal være blød som fromage, is, mousse og frugtgrød med bløde stykker af frugt. Kager skal være ensartet i konsistensen som muffins eller mazarinkage.
- Supper og ernæringsdrikke uden hårdt eller trevlet fyld.
- De efterfølgende billeder er til inspiration. Der kan anrettes andre stykker, blot ovenstående råd følges.

Er der noget af det jeg har læst højt, som I ikke forstår eller som I undrer jer over?

Blød mad



Røget laks

Pynt:
Rævesovs/dildsovs
Æggestand/røræg



Fiskefrikadelle

Pynt:
Remoulade
Ekstra pynt:
Karse uden stilk



Kartoffel

Pynt:
Mayonnaise
Ekstra pynt:
Karse uden stilk



Finthakket skinkesalat

Pynt:
Meget finthakket purøg



Leverpostej

Pynt:
Sky



Røget medister

Pynt:
Sennep + meget finthakket rødbe



Her ser I 6 eksempler på smørrebrød som er tilberedt til borgeren med behov for, at få serveret blød mad.

I ser et stykke med røget laks **(peg på skærmen, mens du læser):**

Ét med kartoffel, med leverpostej, fiskefrikadelle, finthakket skinkesalat og røget medister.

Er der nogen af jer, som har været hos en borger med behov for blød mad?

(Plads til dialog).

Kan I bruge de billeder her til noget, når I er hos en borger?

(SVAR Til inspiration og dialog: F.eks. i forhold til indkøb og planlægning til næste uges frokost)(Plads til dialog).

Er det nogen spørgsmål omkring blød mad, noget I undrer jer over?

(Plads til dialog).

Gratin-smørrebrød

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til gratinkost.
- Gratinkost er til borgeren med nedsat tygge og synkefunktion, som har begrænset evne til at bearbejde maden i munden og med risiko for fejlsynkning.
- Gratinkostskal have en fin, blød, pureret og ensartet konsistens, som ikke må klistre i munden.
- Gratinsmørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på gratinsmørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

TIL INSPIRATION

- Der kan suppleres med mayonnaiser.
- En helt glat sky, uden fyld, kan også anvendes.



Nogle borgere vil have behov for smørrebrød i en konsistens som kaldes for gratinkost.

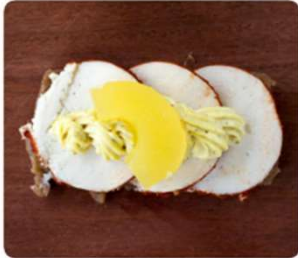
Jeg læser punkterne højt, som står i indledningen til afsnittet om Gratinkost.

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden I ændrer til gratinkost.
- Gratinkost er til borgeren med nedsat tygge og synkefunktion, som har begrænset evne til at bearbejde maden i munden og med risiko for fejlsynkning.
- Gratinkostskal have en fin, blød, pureret og ensartet konsistens, som ikke må klistre i munden.
- Gratinsmørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på gratinsmørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

Det er altså IKKE en kosttype I selv skal fremstille. Gratinkost **skal** altid bestilles hos en af vores leverandører af mad.

Denne type af mad kan suppleres med mayonnaise eller en glat sky uden fyld. Med en glat sky mener jeg, at der ikke må være fx skiver af champignon deri.

Gratin-smørrebrød



Kylling med
karrymayonnaise

Pynt:
Ananas



Leverpostej med rødbeder



De to billeder her er venligt udlånt fra Københavns madservice i Københavns Kommune.

Her ser I 2 eksempler på, hvordan gratin smørrebrød kan se ud.

Det ligner jo ret meget almindeligt smørrebrød.

I ser her et stykke med kyllingepålæg (**peg på skærmen**), som er pyntet med karrymayonnaise og ananas samt et stykke med leverpostej (**peg på skærmen**), som er pyntet med rødbede.

Hvis I kommer hos en borger, som er anbefalet gratinkost efter udredning hos en ergoterapeut, tænker I så, at I kan bruge disse billeder til noget i forhold til borgeren?

(Giv plads til dialog)

SVAR: I kan vise billederne til borgeren, så de kan se hvordan den kosttype ser ud. Det kan faktisk laves rigtig flot, som I ser på skærmen.

Cremet smørrebrød

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden der ændres til kost med cremet konsistens.
- Smørrebrød med cremet konsistens er til borgere, som ikke kan bearbejde maden i munden. Kosten skal have en ensartet, tyk og cremet konsistens, som gør det muligt at suge maden i sig.
- Cremet kost skal være pureret uden noget som klumper eller trevler, og maden skal være fugtig og sammenhængende.
- Cremet smørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på cremet smørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

TIL INSPIRATION

- Der kan suppleres med mayonnaiser.



Så er vi nået til cremet smørrebrød.

Jeg læser informationspunkterne højt:

- Få altid hjælp fra en ergoterapeut til vurdering af borgerens tygge/synkefunktion inden der ændres til kost med cremet konsistens.
- Smørrebrød med cremet konsistens er til borgere, som ikke kan bearbejde maden i munden. Kosten skal have en ensartet, tyk og cremet konsistens, som gør det muligt at suge maden i sig.
- Cremet kost skal være pureret uden noget som klumper eller trevler, og maden skal være fugtig og sammenhængende.
- Cremet smørrebrød skal altid bestilles hos en leverandør af mad, hvor de har personale som er uddannet til at fremstille denne diættype.
- På de følgende billeder kan I se eksempler på cremet smørrebrød. Billederne kan bruges som udgangspunkt til samtaler med borgere, som måtte have brug for denne konsistens i deres måltider.

Her det igen muligt, at supplere med mayonnaise. Sky går ikke denne gang, da den ændrer konsistens i munden. Som der står i punkt 2 skal kosten have en ensartet, tyk og cremet konsistens.

Cremet smørrebrød



Rugbrød med leverpostej
og rødbeder



Rugbrød med kylling
og ananas



De to billeder her er også venligt udlånt fra Københavns madservice i Københavns Kommune.

Her ser I to eksempler på smørrebrød med cremet konsistens.

I ser:

Rugbrød med leverpostej og rødbeder **(peg på skærmen)**.

og rugbrød med kylling og ananas **(peg på skærmen)**.

Det er ikke det mest spændende at se på, men det smager af det, som det skal.

Det gør det fordi, at cremet kost (som også gælder for gratinkosten), er fremstillet af rugbrød, rødbeder, ananas og så videre.

Lune retter

- Et frokostmåltid kan være en lun ret i stedet for smørrebrød.
- Et frokostmåltid kan også være smørrebrød suppleret med en lun ret.
- Der er på de følgende billeder vist eksempler på lune retter, som kan serveres til borgerne på et frokostbesøg.
- Alle de viste eksempler er komponenter, som kan købes færdige og derfor kun kræver et minimum af tilberedningstid.



Her kommer et afsnit om lune retter.

Jeg læser de 4 punkter højt.

- Et frokostmåltid kan være en lun ret i stedet for smørrebrød.
- Et frokostmåltid kan også være smørrebrød suppleret med en lun ret.
- Der er på de følgende billeder vist eksempler på lune retter, som kan serveres til borgerne på et frokostbesøg.
- Alle de viste eksempler er komponenter, som kan købes færdige og derfor kun kræver et minimum af tilberedningstid.

Har nogen af jer, serveret noget lunt ved jeres frokostbesøg?

Hvad har I serveret og synes I det tager længere tid at servere en lun ret, fremfor at smøre mad?

(Plads til dialog)

Lune retter



Frikadelle m. kartoffelsalat

Pynt:
Tomat + purlæg
Tomat
Purlæg
Tilbehør:
Syltet agurk, brød



Karrysuppe

Pynt:
Hakket persille
Tilbehør:
Stegte kyllingestrimler, lyst brød



Pølser + kartoffelsalat

Pynt:
Tomat + purlæg
Tomat
Purlæg
Tilbehør:
Sennep, ketchup



Kartoffel-porresuppe

Pynt:
Hakket purlæg
Hakket forårslæg
Tilbehør:
Lyst brød, stegt bacon



Tarteletter med tarteletfyld

Pynt:
Hakket persille
Hakket purlæg



Tomatsuppe

Pynt:
Finthakket persille
Tilbehør:
Lyst brød



Her ser I 6 eksempler på lune retter som I kan servere og som I kan nå, at tilberede på et frokostbesøg.

I ser her frikadeller med kartoffelsalat (**peg på skærmen , læs og peg på alle 6 billeder**), pølser og kartoffelsalat, tarteletter med fyld, karrysuppe, kartoffel-porresuppe og tomatsuppe.

Alt I ser på disse billeder er tilberedt og skal kun varmes.

Hvad tænker I, når I ser disse billeder og kan I bruge billederne til en snak med borgerne?

Hvad synes jeres borgere – hvad er bedst for borgeren?

Pynt - forvandler en mad til et stykke smørrebrød

- På de næste sider kan du se billeder af de typer pynt, som er mest brugt når der fremstilles smørrebrød.
- Surt er en samlet betegnelse af de syltede ting, vi kan bruge, når smørrebrød skal pyntes. Det er f.eks. rødbeder, rødkål, asier, syltede agurker, agurkesalat, græskar og cornichoner.
- Når der pyntes med surt kan det med fordel lægges i en lille glasskål, hvis maden først skal serveres senere.
- Surt kan lægges på et stykke køkkenrulle for at dryppe af for syltelage inden det lægges på maden. Dette gøres for at undgå at maden bliver våd og misfarvet.
- Når der pyntes med flere slags surt på et stykke mad, f.eks. rødkål og agurkesalat på en frikadellemad, så læg det flot helt tæt på hinanden og ikke oven på hinanden.
- Når du skærer eller klipper karse til pynt, så lav stilkene korte. Sæt karsen ned på maden så det ser ud til, at "de er vokset op der". Den skal ikke ligge på siden, så stilke er synlige. Det er den flotte grønne top, som skal ses.
- Når du pynter med karse, tomat og agurk oven på mayonnaise eller på en mayonnaisesalat, så sæt pynten oven på mayonnaisen/salaten - og igen – tæt sammen.
- Se billederne igennem og lad jer inspirere.



Her kommer der råd og inspiration til emnet pynt.

Jeg læser dem højt:

- På de næste sider kan du se billeder af de typer pynt, som er mest brugt når der fremstilles smørrebrød.
- Surt er en samlet betegnelse af de syltede ting, vi kan bruge, når smørrebrød skal pyntes. Det er f.eks. rødbeder, rødkål, asier, syltede agurker, agurkesalat, græskar og cornichoner.
- Når der pyntes med surt kan det med fordel lægges i en lille glasskål, hvis maden først skal serveres senere.
- Surt kan lægges på et stykke køkkenrulle for at dryppe af for syltelage inden det lægges på maden. Dette gøres for at undgå at maden bliver våd og misfarvet.
- Når der pyntes med flere slags surt på et stykke mad, f.eks. rødkål og agurkesalat på en frikadellemad, så læg det flot helt tæt på hinanden og ikke oven på hinanden.
- Når du skærer eller klipper karse til pynt, så lav stilkene korte. Sæt karsen ned på maden så det ser ud til, at "de er vokset op der". Den skal ikke ligge på siden, så stilke er synlige. Det er den flotte grønne top, som skal ses.
- Når du pynter med karse, tomat og agurk oven på mayonnaise eller på en mayonnaisesalat, så sæt pynten oven på mayonnaisen/salaten - og igen – tæt sammen.
- Se billederne igennem og lad jer inspirere.

Pynt skal der til



Peg på brædderne og gennemgå dem i stedet for at læse teksten højt.

Her har vi forsøgt, at samle nogle af de mest benyttede typer af pynt.

Først er der peberfrugter i forskellige farver (**peg på billedet**), som er skåret ud i henholdsvis ringe eller strimler.

Så ser vi 4 slags salater (**peg på billedet**). Her er vist karrysalat, frugtsalat, italiensk salat og peberrodssalat. Der findes mange andre slags salat, som både kan spises ovenpå brødet eller som anvendes som pynt. Vindruer er også vist.

Så er der noget grønt (**peg på skærmen**): Purløg, karse og dild som nok er noget af det vi anvender mest. Der er andre også andre slags. For eksempel brøndkarse og forskellige slags af spirer.

Så er der citroner skåret på forskellige måder: Der er citron-både (**peg på skærmen**), springere og skiver. I hjørnet ser I karse som det ser ud, når det står i bakken.

Så er der et bræt med løg. Her ser I alm løg og rødløg. De er skåret ud i tern eller ringe.

Så kommer der et bræt med høvlet peberrod (**peg på skærmen**) og med surt.

Surt er en betegnelse vi bruger om forskellige syltede grønsager som vi både bruger til at pynte vores smørrebrød med og som vi også bruger som tilbehør til mange af vores varme middagsretter.

Her er vist (**peg på skærmen**): Pickles, syltede agurker, rødbeder, cornichoner, rødkål og agurkesalat.

Til sidst ser vi tomat (**peg på skærmen**), som her er i skiver. I husker nok, at James tidligere viste en tomatbåd, som også er en måde at skære tomaten på.

Der er sky som kan købes med og uden fyld som champignons.

I skålene ser I en rævesovs - også kaldet en dildsovs - og mayonnaise.

Fordi der ikke er vist emballage til mayonnaise og remoulade, så viser jeg dem her.

MEDBRING OG VIS SENNEP, MAYONNAISE OG REMOULADE I HENHOLDSVIS TUBER OG STORE PLASTIKEMBALLAGER.

(Plads til dialog om sennep, mayonnaise og remoulade).

Tuberne er en rigtig god ide, hvis det er til den lille husholdning.

James tryller for Ayse



James Price har givet os nogle rigtig lækre smørrebrøds opskrifter.

Her tryller han lidt for Ayse og viser hende forskellige måde, at skære og anvende pynt på.

Han fik de store smil frem.

Smørrebrød til fest



- Denne type smørrebrød er tidskrævende (ca. 10 min.) og forventes ikke at indgå i hverdagens frokostmåltider.
- Til festen eller den helt særlige dag, har vi fået hjælp fra James Price til at inspirere os, de pårørende og alle andre smørrebrødsentusiaster.
- James Price, som har stor passion for indbydende, smukt, velsmagende og ikke mindst veltilberedt smørrebrød, har givet os sin opskrift på 6 stykker smørrebrød til den helt særlige lejlighed.
- På de efterfølgende sider vil der, til hvert af de 6 stykker, vises et bræt med de anvendte ingredienser med en ingrediensliste under. Der vil være et billede af smørrebrødet med en beskrivelse til, hvordan man fremstiller hvert enkelt stykke.

Smørrebrød til den festlige lejlighed.

Jeg læser startteksten til sidste afsnit højt.

- Denne type smørrebrød er tidskrævende (ca. 10 min.) og forventes ikke at indgå i hverdagens frokostmåltider.
- Til festen eller den helt særlige dag, har vi fået hjælp fra James Price til at inspirere os, de pårørende og alle andre smørrebrødsentusiaster.
- James Price, som har stor passion for indbydende, smukt, velsmagende og ikke mindst veltilberedt smørrebrød, har givet os sin opskrift på 6 stykker smørrebrød til den helt særlige lejlighed.
- På de efterfølgende sider vil der, til hvert af de 6 stykker, vises et bræt med de anvendte ingredienser med en ingrediensliste under. Der vil være et billede af smørrebrødet med en beskrivelse til, hvordan man fremstiller hvert enkelt stykke.

Roastbeef med bearnaisemayo og sprøde løg

- 3-4 skiver roastbeef
 1 stor spsk. mayonnaise
 2 dråber bearnaise essens
 1 lille spsk. finthakket estragon salt og peber
Pynt: brøndkarse og ristede løg



1. Kom mayonnaisen i en lille skål. Smag til med bearnaise essens, estragon, salt og peber. Bearnaise-mayonnaisen må gerne have en frisk syre.
2. På et stykke smurt rugbrød lægges rigeligt med brøndkarse. Herefter skiver af roastbeef. En generøs brømme bearnaise-mayonnaise lægges på og der drysses med ristede løg.

Der er 6 af disse opskrifter fra James Price.

Fordi opskrifterne ikke er beregnet til vores hverdag, så viser jeg i dag kun en af dem.

Jeg har valgt at vise et stykke med roastbeef (**peg på billedet**).

Fordi dette stykke er lidt mere omstændigt, at fremstille, så viser vi også et bræt med de ingredienser som er anvendt (**peg på skærmen**).

Så er det lidt nemmere, at få en fornemmelse af, hvor meget der skal i sving for at fremstille det enkelte stykke mad.

Under billedet ser I en ingrediensliste (**peg på skærmen**) og derunder ser I fremgangsmåden.

James har lavet 6 opskrifter til os.

I kan se dem bagerst i kokebogen og de enkelte stykker er også vist på små videoer. Det kommer vi til at gennemgå senere.

De 6 stykker smørrebrød fra James er:

Røget skinke med aspargessalat, club-sandwich-mad, roastbeef med bearnaisemayo og sprøde løg, snapse-mad, røget torskerogn og frikadellemad.

Så nåede vi til vejs ende for introen af kgebogen



Så kom vi igennem kgebogen og det har været ren introduktion ved skærmen heroppe. Vi har ikke brugt hverken jeres egne skærme eller jeres egen kgebog.

Jeg håber, at I har kunnet følge med og har fået taget notater i jeres hæfte.

I vil blive undervist i 2 moduler mere:

- Ét hvor vi skal gennemgå videomaterialet
- Og ét hvor vi kommer i gang med at åbne for elektronikken, bladre og anvende det trykte materiale

Der vil også være nogle cases, som vi taler om og så bliver der rig mulighed for at stille spørgsmål, hvis noget dukker op. I kommer til at tale om, hvordan materialet kan bruges i jeres hverdag.

Er der spørgsmål her på falderebet?

Enten

TAK FOR I DAG, vi ses

Eller

så er der en velfortjent pause. Og vi ses igen kl...