

Madpakke med rugbrød

Det skal du bruge til madpakke med rugbrød:

- ♥ rugbrød skåret i halve eller kvarte, alt efter hvad barnet kan styre
- ♥ smør eller avocados til at smøre brødet med
- ♥ rester fra middagsmaden, fx fra fiskepakke, fiskefrikadelle, stegte grøntsager, kødboller eller æggekage
- ♥ hårdkogt æg, ost (brie/skæreost/mozzarella)
- ♥ fiskepålæg, hummus, avocados, ærtemos eller leverpostej

Tip:

- ♥ Du kan evt. pynte med små stykker rød eller grøn peber, stykker af tomat eller agurk, bær med farve eller halve vindruer.

Se hvordan du gør:

