



aardappels

WETEN

Aardappels zijn echte alleskunnners. Lekker gekookt of gebakken. Maar ook inzetbaar in de puree, stampot, soep, salade of zelfs als bindmiddel.

De Nederlandse bodem is ideaal voor het telen van aardappels. Niet gek dat deze knollen al sinds jaar en dag op ons menu staan. Aardappels zijn lang houdbaar op een donkere plaats. Ook als er al uitlopers aan zitten, zijn ze nog te gebruiken. Aardappels zijn familie van de tomaat en paprika. Maar ze groeien niet zoals tomaten aan een struik. Weet jij aan welke deel van de plant aardappels groeien? Aardappels groeien onder de grond. Boven de grond zit wel een plantje. Deze aardappelplant krijgt eerst bloemen en later bessen.



DOEN

Warme maaltijd

In 1885 schilderde Vincent van Gogh 'De aardappeleters'. Hij maakte het schilderij om te laten zien hoe het boerenleven er in die tijd uit zag, en hoe hard de mensen moesten werken voor hun bestaan. De boeren op het schilderij woonden in Nuenen, Noord-Brabant. Ze werkten hard, maar waren erg arm. Hun avondeten was eenvoudig, net als hun woning. De vreemde combinatie van aardappels en koffie stond zeer waarschijnlijk niet echt op tafel. Maar door de handelingen van aardappels eten en koffie inschenken af te beelden, heeft iedere persoon op het schilderij een actieve rol.

Maak een tekening van jouw favoriete warme maaltijd met aardappels. Teken:

- De kamer waar wordt gegeten;
- Wat er op tafel staat;
- Welke mensen aan tafel zitten.

Vertel over je schilderij.

Wist je dat?

In Nederland kan er in totaal bijna 1 miljoen kilo aardappels per week van de afvalbak worden gered. Per persoon is dat 1 kleine aardappel per week.

recept



AARDAPPELSALADE

Restje aardappels over? Gooi dat restje gekookte aardappels niet weg. Maak een heerlijke frisse aardappelsalade. Varieer er lekker op los en doe er in wat je lekker vindt.

Ingrediënten:

- restje gekookte aardappels
- ui
- appel
- verse kruiden uit je tuin (bieslook, dille, peterselie, kervel, basilicum)
- dressing met bijvoorbeeld mayonaise, yoghurt en een beetje mosterd
- naar smaak wat zout en peper

Laat de aardappels afkoelen en snijd de andere ingrediënten in blokjes. Hussel alles door elkaar in een kom en voeg de dressing toe. Variatie met vlees? Voeg wat uitgebakken spekjes toe. Eet smakelijk!

Wist je dat?

In aardappels zit zetmeel. Van zetmeel kun je niet alleen voedingsmiddelen en papier maken, maar ook lijm. Planten maken steeds opnieuw zetmeel aan, waardoor het nooit opraakt. Echt een alleskunner dus die aardappel!



Van alle recepten tegen voedselverspilling kun je ook een filmpje vinden. Scan de QR-code en ga aan de slag!

De stichting Samen Tegen Voedselverspilling wil Nederland steeds meer verspillingsvrij maken. Al ons eten en drinken is met aandacht en energie verbouwd, gekweekt, verwerkt, getransporteerd, gekoeld of juist verhit, en verpakt. Door goed met ons eten om te gaan en het niet te verspillen, leveren we een grote bijdrage aan het klimaat en onze leefwereld.

Jong Leren Eten Fryslân en IVN Noord zetten zich gezamenlijk in om een week minder voedsel te verspillen. Dit doen we door lesmateriaal beschikbaar te stellen aan Friese basisscholen. Er zijn vijf lesbrieven met daarin achtergrondinformatie, een leuke opdracht en een heerlijk recept. Elke lesbrief heeft zijn eigen thema: brood, zuivel, groenten, fruit en aardappels.

De lesbrieven zijn gemaakt in opdracht van de Gemeente Assen, het Duurzaamheidscentrum Assen en Jong Leren Eten Drenthe. De inhoud van lesbrieven is tot stand gekomen met de informatie van Samen Tegen Voedselverspilling, IVN Natuureducatie, Kromkommer, Voedingscentrum en Het Vincent van Gogh huis.

Meer informatie:

- IVN Regio Noord (Facebook)
- jonglereneten.nl

DAG #5 AARDAPPELS

 Gemeente Assen

 ivn natuur educatie

