

Madpakke TIPS

En stykke kold tærte eller pizza er en god afveksling til madpakken.



I stedet for rugbrødsmadder kan frokosten laves som burgere. Smør en god bolle med fx friskost og læg den sammen med pålæg, kolde kartofler, hakkebøf eller lignende.

Prøv at bage en hytteostpostej (Spisetid s. 11) og kom den på rugbrød sammen med salat og karse.



Et hårdkogt æg med skal er en klassiker i madpakken. Prøv at skrive en lille hilsen på skallen eller tegn noget som barnet kan lide. Brug evt. ægget som huskeseddel.

Pitabrød kan fyldes med ærter, revet gulerod, tomater og en rest kødsauce eller frikadeller i skiver.

En rest æggekage kan bruges i en sandwich evt. sammen med purløg og tomat-skiver.

Lav evt. små spyd med frikadeller, gulerodsskiver, ostetern og cherrytomater. Spises sammen med et stykke rugbrød.



Prøv at lave små frikadeller eller hakkebøffer som kan ligge parat i fryseren. Så er der altid noget til madpakken.

En god madkasse evt. med køleelement er vigtig at have så maden ikke bliver klemt i tasken.

Har du prøvet at komme en rest kartoffelmos i en sandwich sammen med osteskiver, krydret spegepølse og salatblade, det er meget lækkert og mætter godt.

Husk en lille sød serviet.

Koldt farsbrød eller forloren hare i skiver smager godt på rugbrød, evt. sammen med rødbeder.

Frosne ærter og majs holder pastasalaten / rissalaten kold indtil den skal spises.

Opskrifter og mange flere tips finder du på arla.dk