



Plocka och tillaga svamp

Beräknad tidsåtgång: Cirka en timme utomhus, beroende på avstånd till svampskogen och tillgång på svamp.

Material: Svampkorgar eller papperspåsar, svampböcker, spritkök, matfett och kryddor om svampen ska tillagas i ute. Eventuellt färdigkokt ris och grönsaker.

Genomförande

Börja med att gå igenom de vanligaste svamparna så att eleverna kan skilja på soppar och skivlingar. Ta om möjligt med några vanliga matsvampar som inte kan förväxlas med farliga svampar. Exempel Karl Johansopp, sandsopp, smörsopp, tegelkremla, kantarell, rynkad tofsskivling och om man är ute senare på hösten trattkantarell. Tala om att man i detta läge ska låta bli skivlingar med vita skivor och spindel-skivlingar (unga exemplar har spindelvävs liknande trådar mellan hattkant och fot).

Ta med klassen ut i lämplig svampskog och låt eleverna i mindre grupper plocka de svampar som läraren har tipsat om. När väl svamparna är identifierade och rensade kan det vara trevligt att laga till den ute i skogen om skolan har tillgång till spritkök. Finns inte spritkök tar man med svampen till skolan och tillreder den där.

Skär den rensade svampen i mindre bitar och lägg den i en kastrull utan vätska och upphetta den med måttlig värme. Detta brukar ta 15 – 20 minuter. Snart kommer vätska att tränga ut ur svamparna och fortsätt uppvärmningen tills denna vätska har kokat bort. Då lägger man i matfett, even-

tuellt hackad purjolök, kryddor och låter alltsammans fräsa en stund.

Servera svampen på smörgås eller blanda den med redan färdigkokt ris och hackade grönsaker, till exempel tomater och gurka.

Eleverna kan välja om de vill ha risotto eller svampen som smörgåspålägg.

Tipsa eleverna om att det på hösten ofta ordnas svampexkursioner med kunniga ledare. Under sådana exkursioner kan ta eleverna ta med sina föräldrar och lära sig många fler svamparter.