Oslo Kommunale skolehager

Eple og Rabarbragrøt

Tid satt av til aktiviteten: 60 min  
Denne aktiviteten kan gjøres med rabarbra og/eller epler

Utstyrsliste: Kjeler, skjærefjøl, kniver, sleiv, skåler, skjeer, sukker og kanel.

1. Elevene skal sanke inn epler/rabarba, vaske og kutte opp frukten, og så skal det kokes sammen til en grøt. Velg de som ligger på bakken først. Se etter så store epler som mulig, uten merker/hull eller de som er helt brune. Rabarbraen skal være så rød og lang som mulig.
2. Skyll frukten. Bladene skal kuttes av rabarbraen og kjernene må kuttes vekk på eplene. Demonstrer riktig bruk av kniv. Frukten kan kuttes i ca. terning-biter.
3. Frukten overføres til kjelene med vann, kanel og sukker. Kok det til det har en grøtaktig konsistens.

5-10 epler per elev

3-5 rabarbra per elev

Ca 3 dl per 25 epler

Litt kanel og søtning