

Informationsförlaget

100% Ekologiskt

Laga näringsriktig, god och ekologisk mat i skolan och hemma!

Riksdagen har antagit ett nationellt mål att 25 procent av livsmedlen i offentlig verksamhet ska vara ekologiskt producerade senast år 2010. Varje år serveras cirka 260 miljoner måltider i de svenska skolrestaurangerna. Att servera god och näringsriktig mat borde vara ett minst lika viktigt mål hemma som i skolan. Med bra mat ökar hälsan och elevernas prestationer i skolan stärks. Nu finns en ny bok som visar på möjligheterna att laga ekologisk mat både i skolan och hemma.

100% Ekologiskt är en recept- och inspirationsbok som vänder sig till både elever, föräldrar och skolpersonal. Boken innehåller 20 populära rätter presenterade i en månadsmeny, anpassad för såväl familjen (4 portioner) som den ekologiska skolrestaurangen (100 portioner).

Boken ger även svar på varför ekologisk mat är ett miljörätt val. Det går att servera ekologisk mat utan att det blir dyrare, men det kräver kunskap. Den kunskapen vill boken förmedla. Dessutom finns här handfasta tips om hur man med planering, storkok och rätt köksredskap kan spara både tid och pengar och bli en matsmart kock både hemma och i skolan.

Boken 100% Ekologiskt har sitt ursprung i ett projekt inom Malmö stad som redan 1999 tog ett beslut om att införa ekologiska livsmedel i skolrestaurangerna. Hur kunde man ställa om från konventionell storhushållsmatlagning till mat tillagad från grunden och med ekologiska råvaror? Svaret fick man genom ett projekt på Djupadalsskolan, där man utbildade personalen i ekologisk matlagning. Idag serveras där näst intill 100 % ekologisk mat till nöjda elever och personal. Man använder ytterst få halvfabrikat, i stället lagas mat från grunden på plats och även brödet bakas där. Kunskaper och erfarenheter från det arbetet finns samlad i 100 % Ekologiskt.

Förordet är skrivet av den välkända inspiratören och kocken Paul Svensson, känd från tv-programmet Matakuten:

– Min förhoppning och önskan är att kommuner med den nya boken 100% Ekologiskt kan entusiasmera kockar och dietister i köken, övrig skolpersonal och inte minst barnen och deras föräldrar, till att bli passionerade skolmåltidsfrämjare.

För ytterligare information, bildmaterial m.m. kontakta Britt Engman, Informationsförlaget. Telefon direkt 0708-653625 eller britt.engman@informationsforlaget.se

TITEL 100% Ekologiskt
OMFÄNG 88 sidor, spiralbunden med skyddande plastpärm
FORMAT 210x240 mm
FÖRSÄLJNING Kommer i bokhandeln 15 oktober
UTGES AV Informationsförlaget
ISBN 978-91-7736-609-6

Vi skräddarsyr böcker för samhälls-, kultur- och näringsliv sedan 30 år

INFORMATIONSFÖRLAGET HEIMDAHLS AB – GRUNDAT MCMLXXIX
ADRESS Box 6884, 113 86 Stockholm BESÖK Sveavägen 61, Stockholm
TELEFON 08-545 560 50 FAX 08-31 39 03 BANKGIRO 456-6824 SEB
red@informationsforlaget.se www.informationsforlaget.se