

## Middelaldermenu

I kan tilberede maden hjemmefra og det kan være en god ide at gøre det til en del af et samlet projekt om middelalderen.



### Forslag til middelaldermenu:

- Fladbrød – bag selv – eller køb runde knækbrød
- Frikadeller på pind
- Skinke til at skære ud i skiver
- Rosiner serveret i trækrug
- Gulerødder – æbler – løg – porre
- En hel spegepølse, der skæres ud i skiver
- Rugbrød – boller – (ikke af hvidt mel men groft brød)
- Tørrede æbler – skiveskåret æbler – tørret i ovn
- Fisk – klipfisk - man spiste fisk 132 dage om året i middelalderen
- Maden pakkes i hørklæde ned i en kurv.
- Det er vigtigt at give børnene en totaloplevelse af middelalderetiden - også når det gælder mad, så undlad at benytte moderne hjælpemidler som fx staniol.