

4.

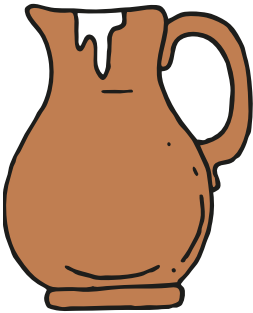
# MUZISCHE VORMING



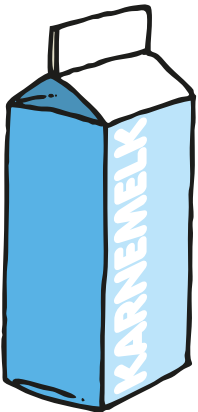
# VAN MELK MAAK JE BOTER

## Wat heb je nodig?

- 1 liter liefst verse melk van bij de boer (anders volle melk)



- 1 dl karnemelk



- verschillende shakers: bekers met deksel om mee te schudden



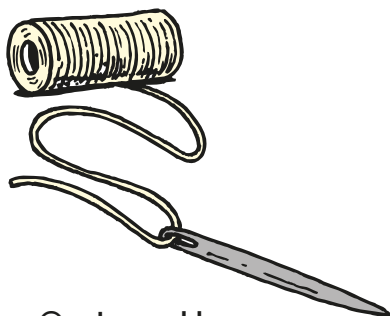
## Hoe ga je te werk?

- Giet de karnemelk bij de volle melk
- Laat mengsel minimaal 10 uur verzuren bij kamertemperatuur
- Verdeel volgende dag in verschillende bekers
- 10 minuten schudden zonder stoppen
- Als er boterkorrels en karnemelk overblijven is het zover
- De karnemelk afgieten
- Wassen van de boterkorrels met heel koud water tot het water helder blijft



# GEZONDE SNOEPKETING

## Wat heb je nodig?



- stopnaald
- snijmesjes
- snijplanken
- plastic bakjes
- visgaren
- stevige fruit- en groentestukjes: radijsjes, wortel, druiven (wit en rood), stukjes appel, aardbei, kers, kerstomaat, ...
- T-shirt dat vuil mag worden

## Hoe begin je er aan?

- De kinderen wassen eerst grondig hun handen
- Grote stukken gewassen fruit en groenten in blokjes snijden, kleine soorten worden in hun geheel gebruikt, zo verliezen ze ook minder sap (radijzen, aardbeien, kersen, kerstomaat). Verdelen over plastic bakjes.
- De blokjes worden doorprikt met een stopnaald met visgaren. Je kan ook tandenstokers of satéstokjes gebruiken maar dan wordt het moeilijk om de draad erdoor te krijgen.
- Zie dat de ketting groot genoeg is (en het garen lang genoeg) om over het hoofd van het kind te leggen.

**TIP:** de kinderen voorzien voor deze activiteit een T-shirt dat vuil mag worden. Vooral aardbeien en kersen laten vlekken achter.

HEERLIJK  
ZO'N GEZONDE  
SNOEPKETING!



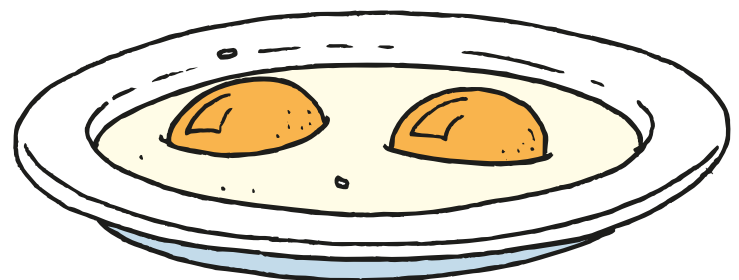
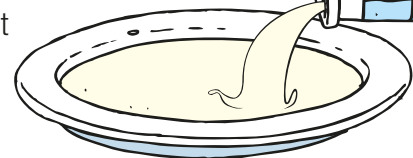
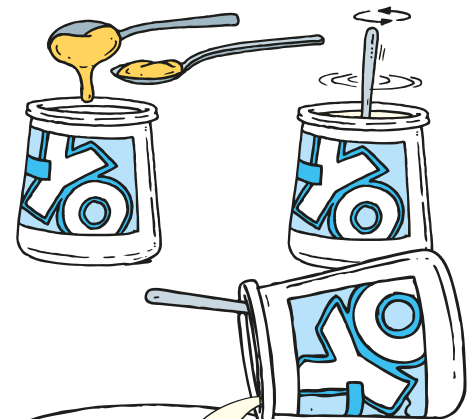
# EEN FOP-EI

## Wat heb je nodig?

- perziken uit blik
- yoghurtpotje van 20 dl
- 2 eetlepels vloeibare honing
- een blikopener
- een zeef
- een plat bord

## Hoe ga je te werk?

- Neem een blik met perziken. Open het blik.
- Neem een zeef en doe de perziken in de zeef. Laat uitlekken.
- Neem twee lepels honing. Doe die bij de yoghurt. Goed roeren.
- Neem een plat bord. Giet de yoghurt op het bord.
- Leg er 2 halve perziken in. Doe dit voorzichtig.



**NET EEN SPIEGELEI. WIE ZULLEN WE FOPPEN?**



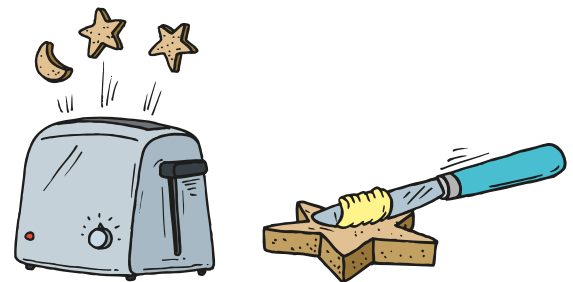
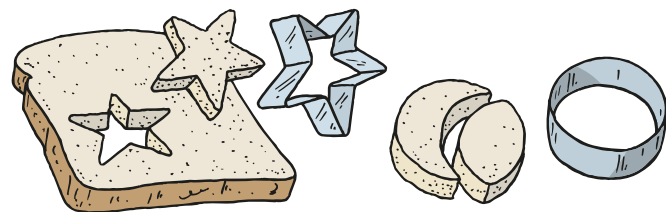
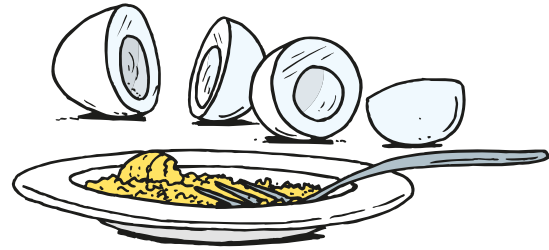
# MAAN- EN STERRENBROOD

## Wat heb je nodig?

- brood
- mes
- figuurtjes uit karton van sterren en maan (of vormpjes om bakvormpjes te maken)
- gekookte eieren
- vork
- boter of margarine
- broodrooster

## Hoe ga je te werk?

- Haal de dooier uit de hardgekookte eieren. Prak de dooier op een plat bord.
- Snij een ster of maan uit een sneetje brood.
- Brood toosten en daarna licht beboteren.
- In de geprakte dooier duwen.
- Serveren op donkerblauwe servetten.



# TOAST CHAMPIGNON

## Wat heb je nodig?

voor 4 personen:

- 500 g champignons
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 dl room
- 1 dl water
- groentebouillon (bouillonblokje)
- peterselie
- 4 dikke sneden brood
- 1 koffielepel maïszetmeel
- broodtoaster (of eventueel te bakken in beboterde pan)



## Hoe ga je te werk?

- Snij de champignons in mooie dikke gelijke stukken
- Neem een braadpan en doe er olijfolie in
- Laat deze goed heet worden
- Doe de champignons erin en schroei ze mooi toe
- Schud de pan een paar keer op
- Als de champignons mooi goudbruin gebakken zijn, blus je de pan met wat water
- Doe er een beetje groentebouillon bij en voeg er de room aan toe
- Laat het geheel 6 à 7 minuten inkoken
- Snij dikke sneden brood en steek deze in de toasters
- Kruid de saus nog wat bij met peper en zout en werk af met fijngesneden peterselie
- Los wat maïszetmeel op in water en voeg dit toe aan de saus
- Leg de toast op een bord en serveer de saus er mooi bovenop.

## Tips voor de leerkracht

- Voorzie misschien verschillende pannen en toasters om vlugger te werken
- Vraag aan ouders of grootouders hulp.
- Zorg voor een heldere werkverdeling: laat de kinderen de champignons proper maken (afborstelen en deel van steeltjes afsnijden), de champignons snijden, de peterselie schoonmaken en in stukjes knippen, eventueel roeren in de pan (indien veilige keukenopstelling), sneetjes in de toasters steken, eventueel bijhorend slaatje (tomaat en komkommer) schoonmaken, snijden en schikken, champignons schikken op de toast...
- Champignons bevatten veel fosfor en kalium, ook veel vit. B2, zijn rijk aan vezels en bevatten weinig calorieën. Ze worden beter niet rauw gegeten.
- Er bestaan kant- en klare teeltbakjes zodat je met de kinderen zelf champignons kunt kweken op een donker plekje in de school.
- Gaat u op bezoek bij de champignonkweker? Breng dan champignons mee en verwerk ze in de klas.

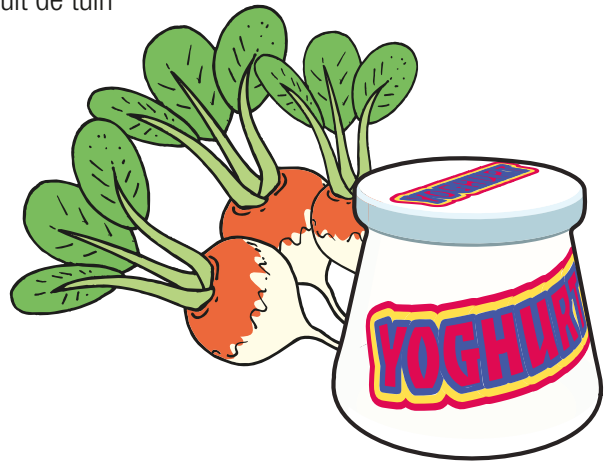
# SLAATJE GEZOND

## Wat heb je nodig?

- Rode biet
- Knolselder
- Tuinkers
- Radijsjes
- Aardappelen
- Eikenbladsla
- Kruiden voor in de yoghurtsaus (eventueel mierikswortel)
- Pijpajuin en bieslook voor in de plattekaas
- Yoghurt
- Mayonaise
- Plattekaas

## Hoe ga je te werk?

- Rasp de bieten en de knolselder.
- Schik alle groenten in een mooie kleurvariatie op een bord.
- Meng de plattekaas met de bieslook, pijpajuin en andere kruiden en zet mee op het bord.
- Maak een yoghurtsaus: mayonaise aanlengen met yoghurt en gebruik peterselie en andere kruiden uit de tuin



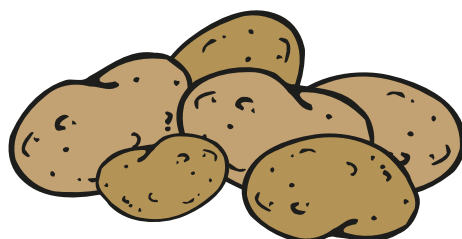
# TORTILLA DE PATATAS

## Wat heb je nodig?

- Aardappelen
- Tomaten
- Ui
- Eieren
- Broodjes
- Bakolie

## Hoe ga je te werk?

- Vul een pan met goed wat olie.
- Bak de in plakjes gesneden aardappelen en uien tot ze glazig worden.
- Giet nu het te veel aan olie in een porseleinen kop.
- Doe de tomaten mee in de pan en dan de geklutste eieren.
- Dien op met een gemengd slaatje en een broodje.



# GEVULDE JACKET POTATOES

## Wat heb je nodig?

- Aardappelen
- Kruiden
- Spinazie
- Tomaten
- Peper en zout
- Room, ...

## Hoe ga je te werk?

- Halfgare, vrij grote, vastkokende aardappelen (in de schil) laat je in de magnetron gaar worden.
- Maak een vulling naar keuze op: plattekaas en kruiden, roomsaus met spinazie, tomaat gestoofd met zalm, ...
- Dien op met gemengd slaatje



# SLASOEP

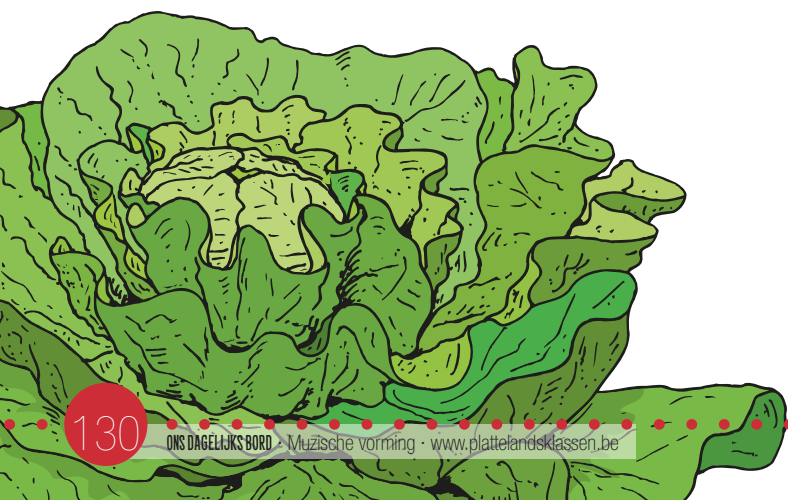
*De teelt van sla is meestal een succes. Als het goed lukt, heb je vaak teveel. En alle dagen verse sla op je bord, gaat vervelen, hoe lekker die ook is. Maar er zijn gelukkig heel wat recepten met sla. We testen een makkelijke versie uit.*

## Wat heb je nodig?

- 1 krop sla
- één klontje boter
- enkele fijngesneden pijpajntjes
- 6 dl water, een groente-bouillonblokje
- verse kaas met kruiden, type philadelphia of boursin
- een teentje knoflook
- broodkorstjes

## Hoe ga je te werk?

- Was de sla grondig.
- Smelt de boter en stooft daarin wat pijpajntjes, de look en de sla. Hou nog wat pijpajntje opzij.
- Voeg dan het water en het bouillonblokje toe.
- Laat zachtjes verder garen, ongeveer 30 min.
- Mix de soep.
- Voeg naar smaak enkele eetlepels van de verse kaas toe en mix nog heel even. Niet meer laten koken en warm opdienen met de rest van de fijngesneden pijpajntjes en de broodkorstjes.





# GRIEKSE SLA

## Wat heb je nodig?

- (Iceberg)sla
- Tomaten
- Komkommer
- Ui
- Kruiden
- Fetakaas
- Olijfolie
- Olijven

## Hoe ga je te werk?

- Schik de gesneden groentjes mooi op een bord.
- Gooi er de fetablokjes en de olijven over en overgiet met een kruidige vinaigrette.



# BROODJE MOKHTAR

## Wat heb je nodig?

- Tomaat
- Paprika
- Komkommer
- Appel
- Muntblaadjes
- Ui
- Tonijn
- Pikante saus (type andalouse)
- Olijven

## Hoe ga je te werk?

- Snijd de groenten in kleine blokjes en meng alles.
- Smeer een piccolo in met de saus.
- Schik de groentjes er op.
- Leg daar wat tonijnschilfers over samen met de, in stukjes gescheurde, muntblaadjes.



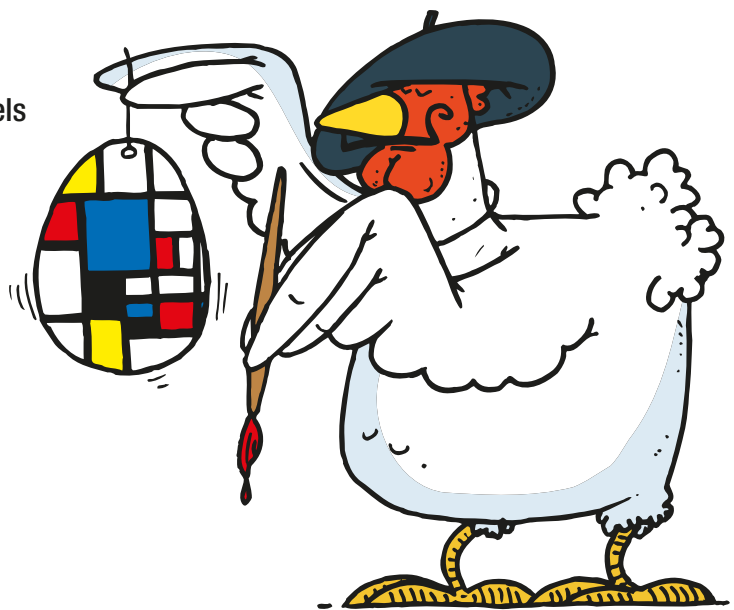
## REUZENEIEREN

### Wat heb je nodig?

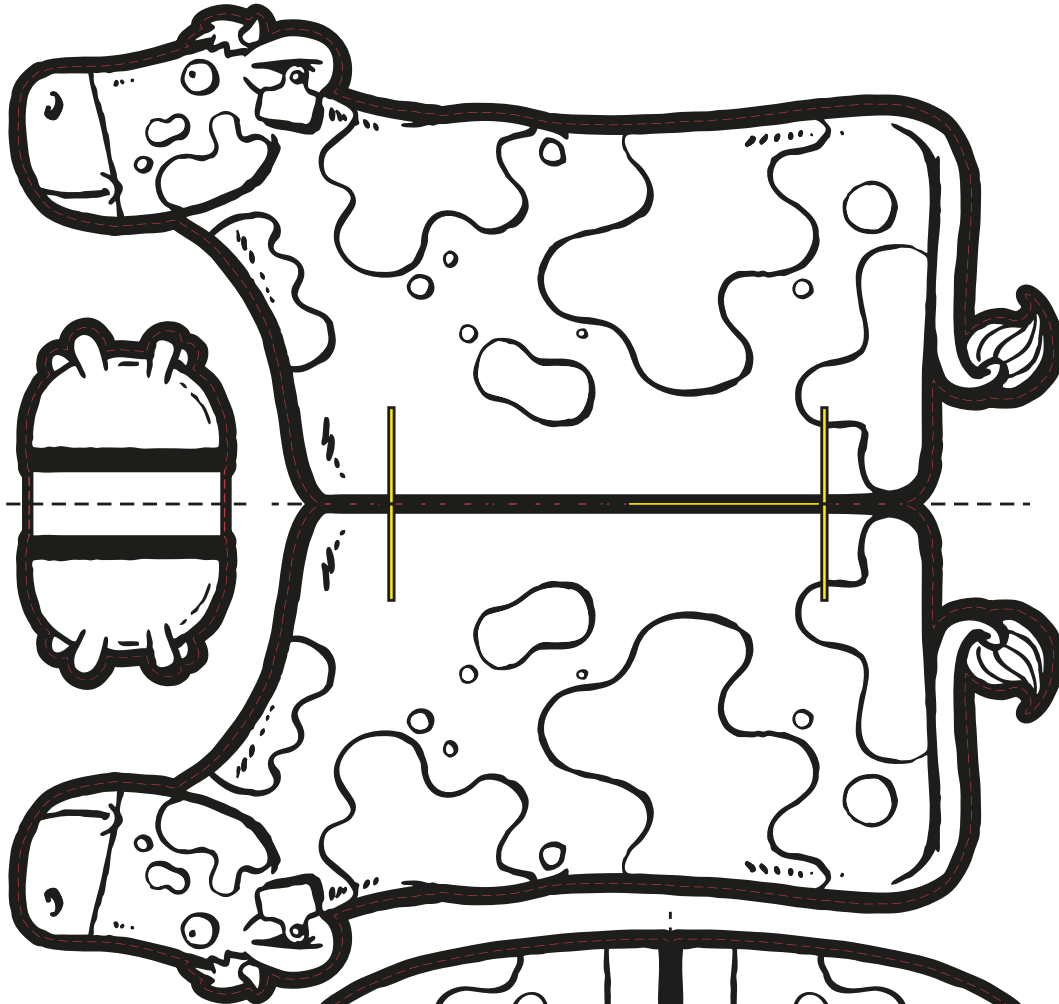
- groot gekleurd papier
- mal van reuzenei (maak een kopie van onderstaande tekening, vergroot of verkleind naargelang het tekenpapier dat je ter beschikking hebt. Leg ze op een stuk stevig karton en snij de eivorm uit in het karton. Gebruik dit stuk karton als mal.
- touw
- stift
- verf
- verfborstels
- ...

### Hoe ga je te werk?

- Leg het ei in karton op het papier. Met een dikke stift ga je errond.
- Nu staat er een ei op je blad. Versier met lijnen in alle soorten (boorden: zigzag, golvende lijn, ...).
- Nu verven in vele leuke kleuren.
- Kleef 2 tekeningen rug aan rug.
- Maak er een touwtje aan vast. Hang op aan de muur, balk of plafond.

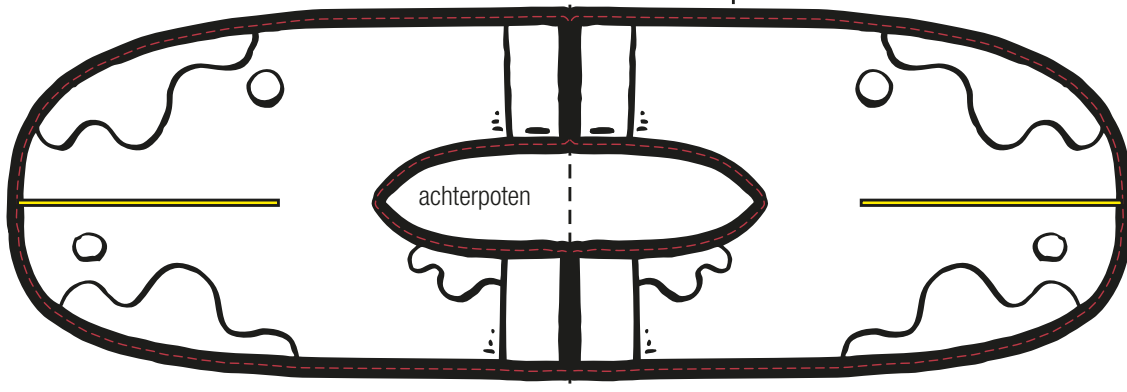
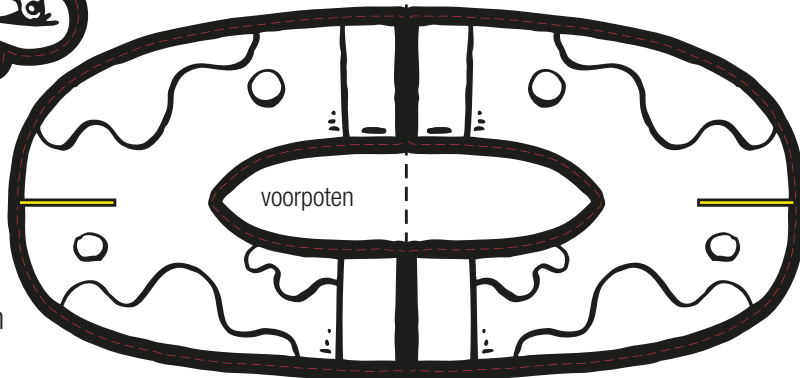


# KNIP- EN PLOOIVRIENDJE



## Tips

Kleur eerst de tekening in.  
Knip de vorm netjes uit.  
Plooi op de stippellijn.  
Uier vastkleven.  
Uitknippen op de gele lijn (= dikte van het papier/karton) en ineenschuiven.



## ROCKING CHICK

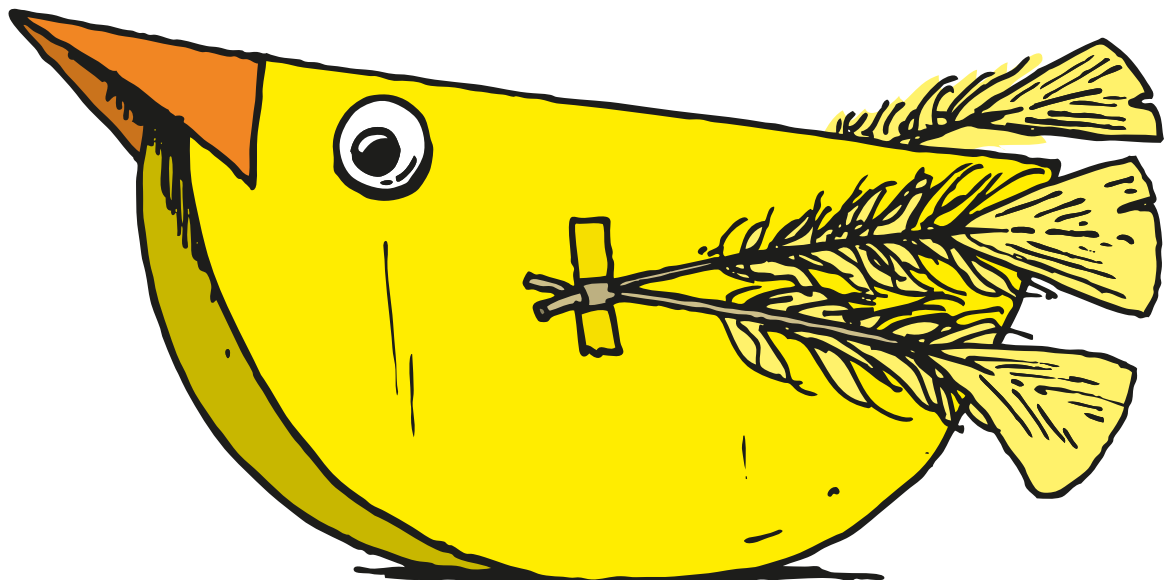
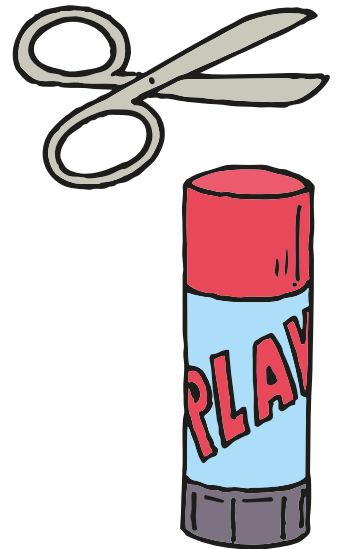
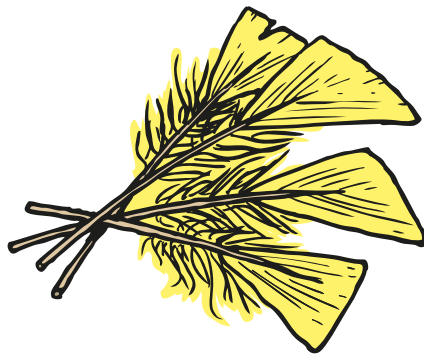
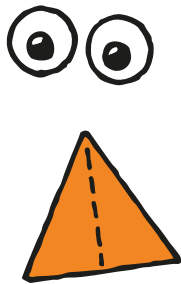
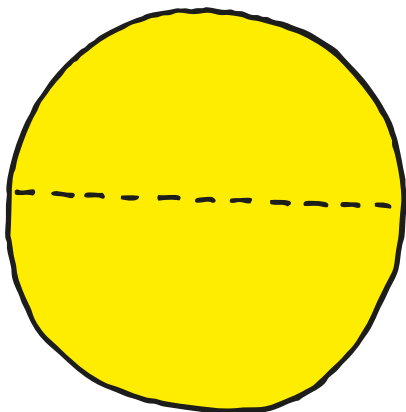
### Wat heb je nodig?

Per 'rocking chick':

- geel stevig papier (vooraf te knippen of aan te kopen in bolvorm van 12 à 15 cm)
- oranje papier (vooraf te knippen driehoekjes)
- 2 wiebeloogjes
- 3 tot 4 gele/witte pluimpjes
- lijm en plakband
- schaar

### Hoe ga je te werk?

- Vouw de gele bol langs de middellijn in twee. De bol kan nu wiebelen op de ronde kant maar ook stil blijven staan.
- Knip een kleine gelijkbenige driehoek in oranje of rood papier. Kleef dit als snavel aan een uiteinde van de bol aan de middellijn.
- Kleef een wiebeloogje op elke kant van de bol op de plaats waar het oog hoort te staan.
- Kleef een tweetal pluimpjes aan de andere kant van de bol als staart.

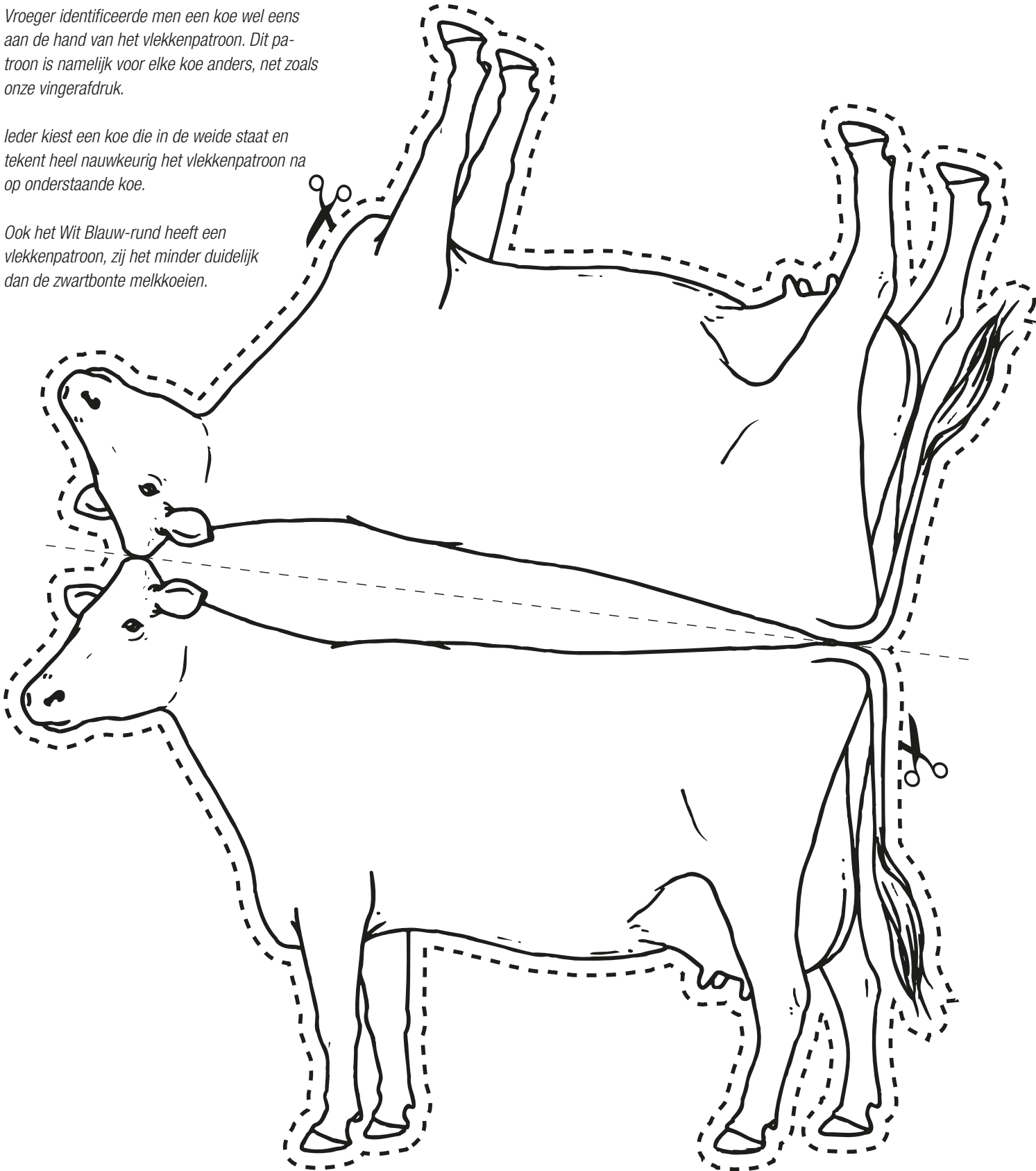


## DE VLEKKEN MAKEN DE KOE

Vroeger identificeerde men een koe wel eens aan de hand van het vlekkenpatroon. Dit patroon is namelijk voor elke koe anders, net zoals onze vingerafdruk.

Ieder kiest een koe die in de weide staat en tekent heel nauwkeurig het vlekkenpatroon na op onderstaande koe.

Ook het Wit Blauw-rund heeft een vlekkenpatroon, zij het minder duidelijk dan de zwartbonte melkkoeien.



# HOE GROEIT EEN PADDENSTOEL?

## Wat heb je nodig?

- Witte wol
- Mutsen die lijken op paddenstoelen (zie beschrijving), eventueel kunnen sombrero's, rieten hoeden of koksmutsen ook dienen.
- Een sessie - begeleider
- Een muziekinstallatie met een gepast muziekje dat het bos illustreert.

## Zo maak je een paddenstoelmuts

- Neem de maat van het hoofd van het kind
- Niet de uiteinden van de brede strook wit papier aan elkaar vast.
- Een vierkant stuk wit crêpepapier wordt bovenaan de koker met de punten gelijkmatig verdeeld aan de koker vastgeniet.
- Breng de hoed in paddenstoelmodel en niet verder vast.

## Hoe ga je te werk?

Iets tevoren kregen de kinderen de les over de delen van de paddenstoel. Zo weten ze wat sporen en wat de zwamvlok en de draden zijn (zie pagina 93 en 94). De kinderen dansen zich los op een leuk muziekje.

Na het losdansen geef je de kinderen een ontspanningsoefening zodat ze zich beter kunnen concentreren.

Ze krijgen elk een bolletje wol.

Op het aangeven van de begeleider beeldt de helft van de kinderen zich in dat ze paddenstoelen zijn. Er steekt een stevige bries op en de kinderen laten zich wiegen op deze wind. Ze laten hun sporen waaien en uit elk van de spore groeit een draad: elk kind legt een draad die begint van waar zij staan. Nu komt de zon op en de draden beginnen hard te groeien: de kinderen leggen de woldraad rondom zich zoals de zwamvlok rond de paddenstoel.

Het wordt herfst en op de draden verschijnen knoppen. De andere kinderen liggen nu ineengedoken op de draden en beelden zich in dat ze de knoppen of de nieuwe paddenstoelen in wording zijn. Dan gaat het regenen en de knoppen beginnen snel te groeien. De ineengedoken kinderen doen of ze groeien en komen stilaan rechtop te staan.

De kinderen die al groot zijn, hebben al hun sporen laten vliegen en stilaan verschrompelen ze en duiken in elkaar. De nieuwe paddenstoelen zijn nu groot, er steekt een wind op, ze laten hun sporen vliegen, ze leggen draden uit, er komen knoppen aan en .... Het verhaal begint opnieuw....



# GROENTERAADSELS

*Het is groen en het zingt ... een sla – lalaatje*

*Het is wit en het ontploft ... een boem!kool*

*Hoe noemde men een komkommer in het verleden ... een kwamkwammer*

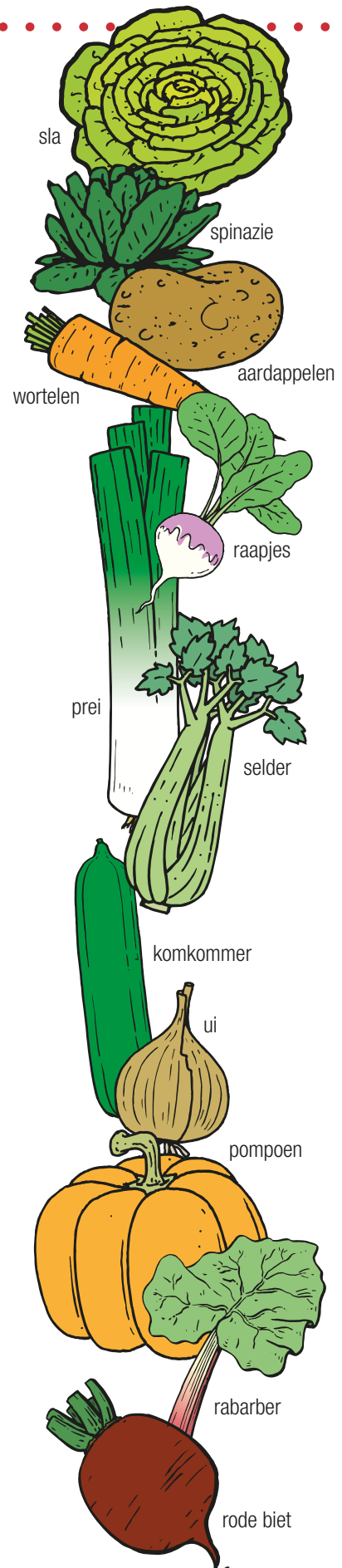
Je kent ze wel de mopjes waarin groenten de bron van inspiratie zijn.  
Kunnen jullie leerlingen zelf zo'n mopjes verzinnen?

## Wat heb je nodig?

- Een lijst vol namen van groenten
- Papier en pen

## Hoe ga je te werk?

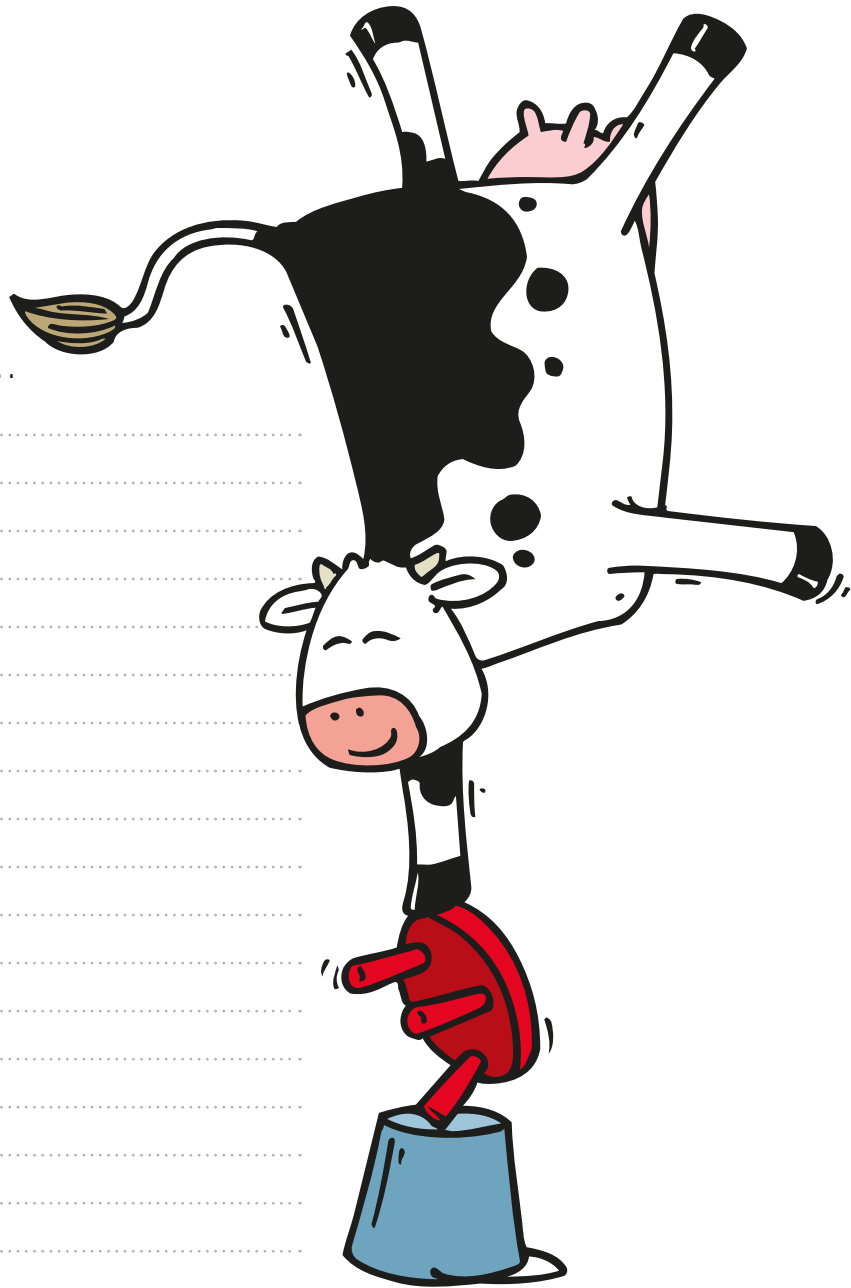
- Zet je leerlingen alleen, met twee of per drie of vier. Of eerst alleen en dan in groep
- Geef ze een lijst vol groentenamen en vraag ze om mopjes te verzinnen. Ze spelen met taal en maken (hopelijk) zotte associaties. Het zet hen aan tot vloeiend en flexibel denken, een onderdeel van creativiteit.
- Probeer te checken wie er best alleen creatief kan denken en wie best in groep. Welke combinatie geeft de beste resultaten? Een mooie manier om je leerlingen anders te leren kennen.
- Doe voor jezelf ook de oefening. Het kan zijn dat je sommige leerlingen(groepjes) moet helpen of in gang moet zetten.
- Geef ze de tijd dat je denkt dat ze zullen nodig hebben. Probeer aan te voelen wanneer het tijd is om te stoppen.
- Iedereen mag dan zijn mopjes voorlezen. Maak er eventueel een wedstrijd van. Het mopje waarbij het luidst gelachen wordt, is gewonnen.



# WAT EEN KOE

## VERVOLLEDIG HET GEDICHT

Je mag me gek verklaren  
maar een koe uit Haren  
doet kunstjes bij de vleet  
zonder dat de boer het weet.  
Elke dag geeft ze een show.  
Het is een echte super 'cow'.  
Haar stalgenoten loeien luid ...





# IEDER DIER HEEFT ZO ZIJN STAL

Zelfs in de winter mag het voor koeien open en ruim,  
Voor hun lekkere melk geven we ze graag een pluim.  
Ja, koeien die houden van lekker luchtig,  
... Maar wat houdt varkens nu zo heel erg rustig?

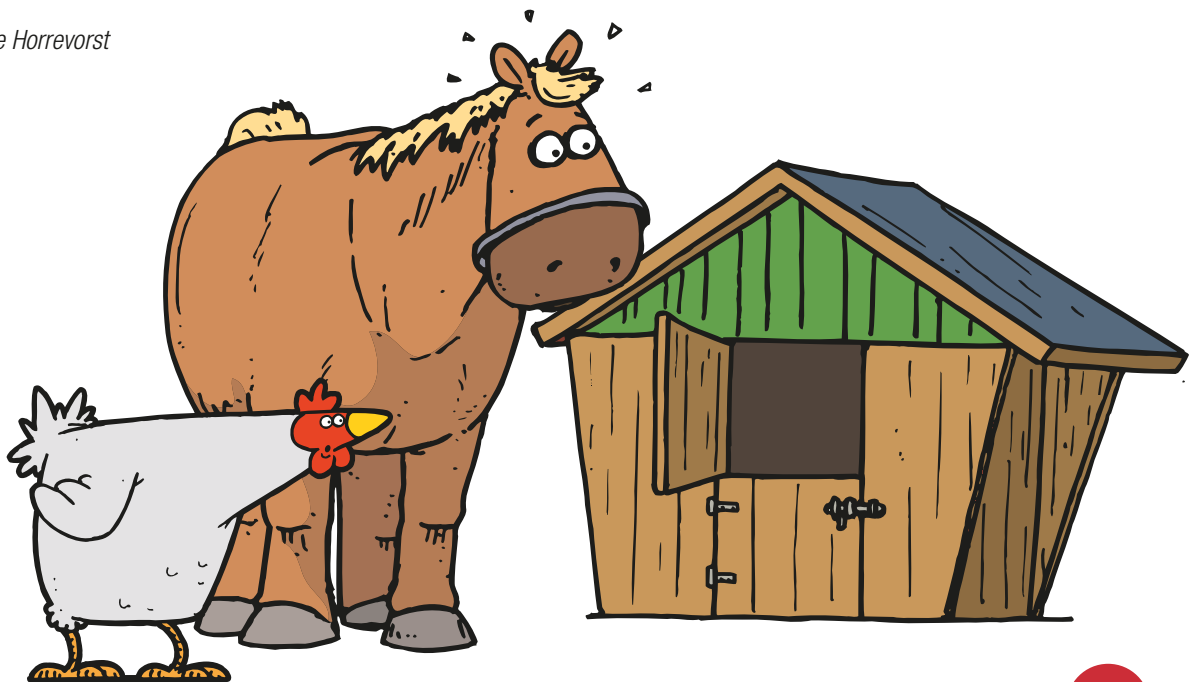
Al dat stro dat vinden varkens de max!  
't Betekent veel extra werk en kosten voor de boer straks...  
Varkens houden van niet te koud en niet te warm  
... En wanneer slaan onze kippen juist alarm?

In de stal vind je kippen met duizenden bij elkaar,  
De een pikt hier, de andere daar.  
Kippen hebben een hekel aan hitte.  
Kennen paarden ook een pikorde, bitte?

's Winters tonen paarden zich, net als de koeien, sterk.  
Geen verwarming nodig, juist als in de kerk...  
Toch verschillen paarden veel van koeien.  
Ze hinniken in plaats van dat ze loeien.

Elk dier heeft zo zijn eigen stal  
Maar dat wisten jullie waarschijnlijk al.  
Hoog of laag, open of gesloten, daar en niet hier...  
Een kuiken is geen big, een zeug is geen merrie  
en een haan dat is geen stier.

*Danie Horrevorst*



## WONDER

Mijn juf gaf ons een boon en zei:  
Dit schatje houdt van grond,  
geef hem maar een plek,  
wat licht, een eigen stek.

Ik groef een heel klein putje.  
De zomer kwam en ging  
en plots stond daar een struik  
met nieuwe boontjes in.

Ik had hem niet zien groeien.  
Ik had het niet gedaan  
maar sneller dan het licht  
was het vanzelf gegaan.

*Katia Van Cleynenbreugel*

## PREIGEDICHT

Toen men ooit de gel uitvond,  
ontdekte men ook de prei.

Haar groene haardos  
hing slapjes omlaag

waarop men toen heel blij  
aan het smeren en stileren ging

met als resultaat  
dat het kapsel van de prei  
voortaan  
fier rechtop staat

*Tijl Damen uit 'Aan tafel' 2009*

## KOMKOMMER- TIJD

Vandaag is het komkommertijd.  
Ik snijd hem snel aan stukken,  
blind haast als een keukenmeid  
bij wie niets kan mislukken

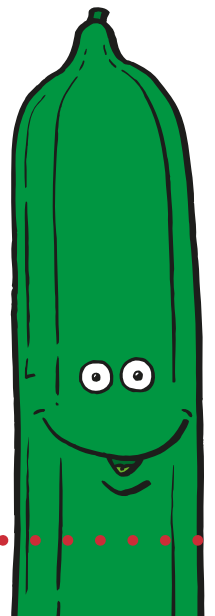
behalve dat gegil.  
Nu pak ik de tomaten,  
zo klein nog en zo pril...  
Ik kan het weer niet laten

en hak ze fijn en stil,  
zó stil moeten ze wachten  
totdat mijn mes ze vilt.  
En 't waren van die zachten.

Dan paprikaas, zo zuivel schoon,  
basilicum en bieslook -  
ik componeer een milde toon,  
van mirre haast, of wierook

Ik vlij er nog van alles bij:  
courgette, peen en uitjes,  
voor mijn part zelfs een partje prei -  
alles! (behalve spruitjes)

*gedicht.punt.nl*



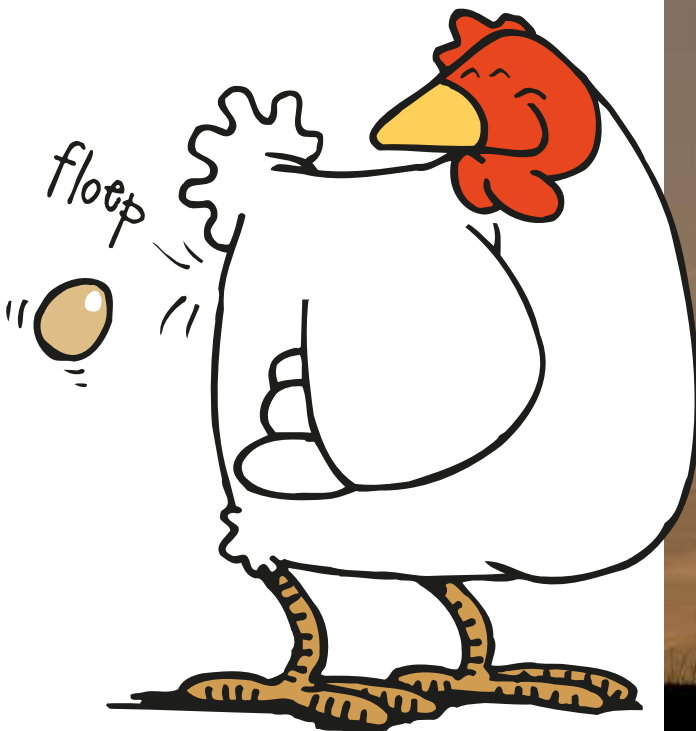
## HEEL EVEN

Kip die dacht 'ik leg een ei'  
en monter ging ze van start.  
Het duurde zowaar een hele dag  
tot ze iets voelde  
iets hard

Toen riep ze kot kot kedei  
mijn ei, mijn ei!

Floep deed het ei  
't Was zacht geland  
maar o wee ...  
haar protje stond in brand!

*Danie Horrevorst*



## JE WEET NIET MEER WAT ...

je ziet - het is misschien  
wat overblijft van een koe  
van een koe in de avond  
een donker vermoeden van  
de zwarte rug de zwarte kop  
de vlekken uit de rozerode hemel  
het einde van een dag  
van een koe

*Rutgard Kopland*



# FROMAGERIE

Uit Frankrijk en Zwitserland  
Hollands of lekker Belgisch  
Uit Rimini of Chestershire  
Kaas is er uit alle oorden

Brokkelig oude Stilton  
Beschimmelde Danish Blue  
Smeuïg tot etterende Camembert

Rond en in blokjes  
Hard of zacht  
Jong en oud  
Kaas is er in alle vormen

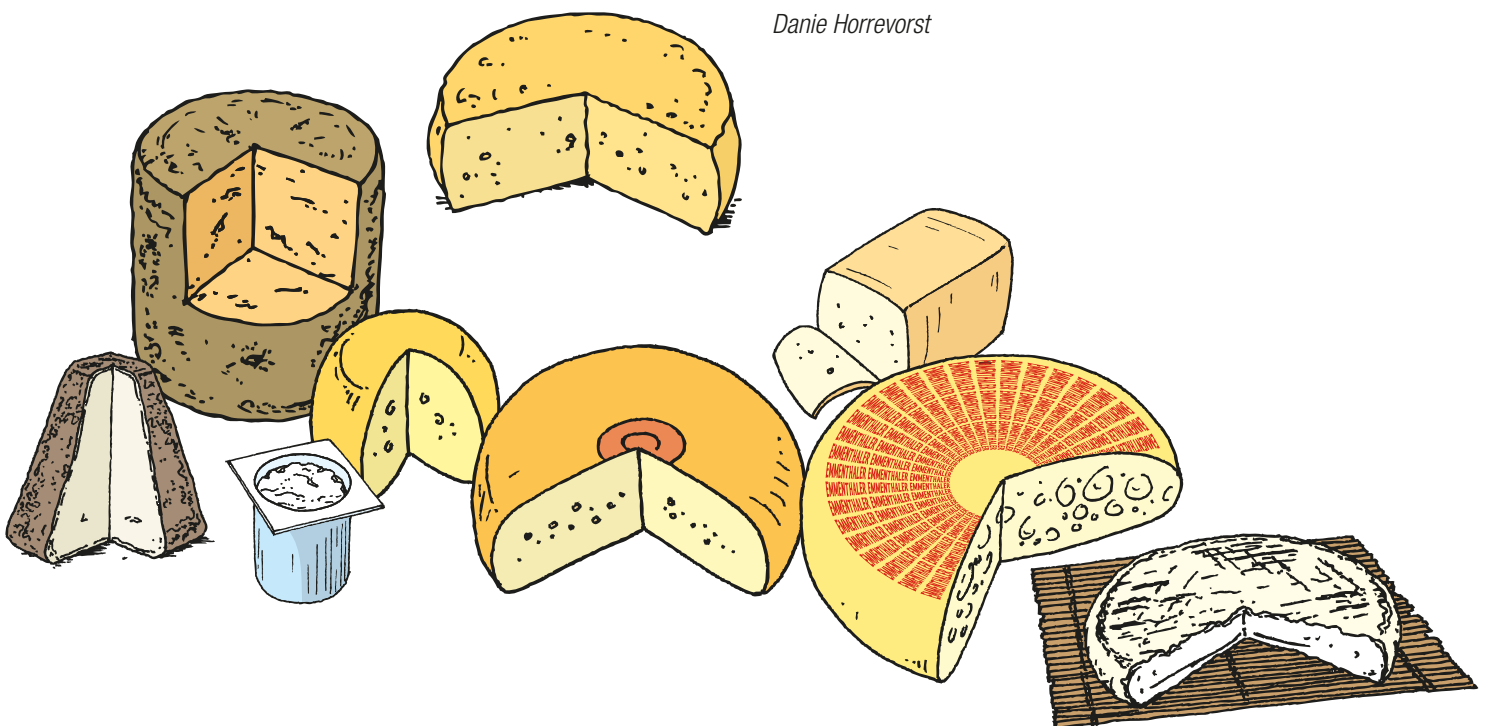
Bolle, blonde Damse mokke  
Stevige, gatenrijke Nazareth  
Pittige, stinkende Brusselse

Van koeienmelk of van de geit  
Van 't schaap of van de buffel  
Van een yak of zelfs van een kameel  
Kaas is er in alle soorten.

Romig rauwmelkse Neteling  
Gave, gele Grimbergen  
Malse blokjes Achelse feta

Kaas is eindeloos

*Danie Horrevorst*



# INTERESSANTE WEBSITES:

## Geschiedenis

<http://www.schoorbordportaal.nl/geschiedenis-filmpjes-op-tijdsvak.html>

<http://histoforum.net/getijdenboek/inleiding.htm>

<http://www.hetvirtueleland.be/exhibits/show/landbouwwetenschap/52/>

## Zuivel

<http://schooltv.ntr.nl/video/koeien-melken-werken-op-de-boerderij/>

<http://www.hetvirtueleland.be/exhibits/show/melkbrigade/>

[www.zuivelonline.nl](http://www.zuivelonline.nl)

~~Wat zit er in dat ei? (Egg Hatch) - de geboorte van een kuiken uit een ei~~



<https://www.youtube.com/watch?v=qs5nShDSkeU>

## Groenten

<http://www.hetvirtueleland.be/exhibits/show/groenten-bewaren-door-de-eeuwe/>

<http://www.hetvirtueleland.be/exhibits/show/geschiedenis-van-de-moestuin/>

<https://www.youtube.com/watch?v=870CDfhH1WA>: bedrijfspresentatie Scana Noliko

<http://www.veldverkenners.be/in-beeld-elke-maand-groenten-de-seizoenskalender> (toevoegen)

## Algemeen:

[www.boerinbeeld.be](http://www.boerinbeeld.be)

[www.watetenwemorgen.be](http://www.watetenwemorgen.be)

[www.linkeveld.be](http://www.linkeveld.be)

~~[www.nice.be](http://www.nice.be)~~



[www.lessenpakket.be](http://www.lessenpakket.be)

[www.hetkleineloop.be](http://www.hetkleineloop.be)



[www.grasspriet.be](http://www.grasspriet.be)

[www.plattelandsklassen.be](http://www.plattelandsklassen.be)



**Plattelandsklassen**  
altijd iets te beleven



Het Europees landbouwfonds  
voor Plattelandsontwikkeling:  
Europa investeert in zijn platteland!



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt



LEADER  
Lokaal Actief  
Ondersteuningsprogramma

provincie  
Limburg



**cera**

samen investeren  
in welvaart  
en welzijn