

# ALBERTSLUNDS GRØNNE GRYDER

Et nyhedsbrev om bæredygtig køkkendrift

APRILS FRUGT OG GRØNT: Blæretang, brændenælde, citronmelisse, forårsløg, jordskok, kørvel, kvan, løg, løvstikke, mynte, pastinak, persille, persillerod, purløg, rabarber, radise, ramsløg, rucola, ræddike

## Nyheder

- **VIDENSPORTAL FOR KØKKENFAG-FOLK** Københavns Madhus har lanceret ny spændende portal, der skal give inspiration til alle, der arbejder med mad. Madværk, som siden hedder, har samlet opskrifter, blogindlæg og videoer, der alt sammen skal give inspiration og ny viden til personalet i det professionelle køkken. Derudover har Københavns Madhus samlet nyttige materialer, links og dogmer indenfor det økologiske køkken. Det skriver [Københavns Madhus](#). Besøg Madværk og få inspiration [her](#).
- **ENDNU GRØNNERE GRYDER** Vi er så heldige, at vi igen i år får mulighed for at invitere kommunens køkkenpersonale på kursus. Kurserne vil blive afholdt hos Københavns Madhus. Udover et fokus på at få endnu mere økologi og sæson i gryderne vil temaerne være 'pålæg til børn' og 'kød som tilbehør'. Der er også blevet sat penge af til madkurser for skoleklasser samt kommunens madkundskabslærere. I vil høre nærmere fra os ang. kurserne.
- **VERDENSMESTRE – IGEN** En ny undersøgelse viser, at danskerne er dem der globalt set køber mest økologi. Med en økologiprocent på 13,3 lægger Danmark sig igen i år på førstepladsen. Efterfulgt af Sverige, der har en økoprocent på 9,1 %. Det skriver [Økologisk Landsforening](#)

## Historier fra køkkenet

**I RÅDHUSETS KANTINE** er der tre medarbejdere. De serverer frokostbuffet til 110-120 gæster hver dag. Derudover laver de morgenmad hver morgen og mødeforplejning til de mange møder på rådhuset. Rådhuskantine har en økologiprocent på 72 % og Det Økologiske Spisemærke i sølv.

**FOKUS PÅ MADSPILD** har for personalet i kantine været et vigtigt skridt på vejen til mere økologi. Mindre spild giver er større råderum og dermed råd til mere økologi. I kantine går intet til spilde. Skrællen fra de løg, der bliver brugt i kantine, bliver knust og blandet med salt til lækkert løgsalt. Peberfrugterne bliver delt i to for at få det hele med og appelsinskrællen bliver blendet med sukker og gemt til kagebagning. Dermed har personalet i kantine stort fokus på at bruge råvarerne til fulde. Derudover er det også besluttet, at kantine gæster kun må tage én gang ved buffeten og mindre tallerkener er blevet indført for at mindske madspild fra buffeten.

**AT LAVE TINGENE FRA BUNDEN** går hånd i hånd med kantine fokus på madspild. Det gør det blandet andet, når de i rådhusets kantine sylter blomkålstokkene og bruge dem i deres hjemmerørte remulade. Mayonaisen er også hjemmerørt på hele æg, fremfor kun på æggeblommer. Dermed er spildet mindsket og pengepungen sparet.

### UGENS MENU – UGE 12

**MANDAG** Thai kylling med ris / forårsløg / rullepølse og Alaska salat / Thai salat **TIRSDAG** Sej filet med sennep sauce og kartofler / grøntsagsbøffer / tarteletter med kylling og roastbeef / spinat med blomkål **ONSDAG** Brændende kærlighed / vegetar brændende kærlighed / fiskeanretning og wiener salat / gulerod med ingefær **TORS DAG** Nakkekam med sauce og kartofler / maskeret blomkål / Æg og tomat og oksespegepølse / bulgur salat **FREDAG** Græske frikadeller med sauce og kartofler / Æggekage med kartofler / Fiskefrikadeller og nakkekam / rucola med melon – til buffeten serveres der desuden dagens suppe



Albertslund Kommune