

Fyll kurven og inviter til piknik!

Sommeren er høysesong for å nyte måltider utendørs. Enten vi skal i parken, på stranden eller på festival. Piknik er en sosial og uhøytidelig måltidsform med lange tradisjoner, og det finnes utallige variasjoner og muligheter til et godt måltid ute i det fri.

Ordet piknik oppsto sannsynligvis i Frankrike på slutten av 1600-tallet. Ordet har trolig en sammenheng med verbet *piquer* som betyr å plukke med seg, og ble brukt om spleisemåltider som ble inntatt ute i naturen, gjerne på et pledd eller et medbrakt bord. Piknikkulturen er fortsatt populær i Frankrike, og den franske nasjonaldagen markeres gjerne med en stor piknik i parkene.

- I dagens trangbodde byer er piknik en ideell måltidsform, og en fin mulighet til å komme seg ut i naturen. Det kan være en romantisk piknik for to, eller en kjempepiknik for venner og familie. Piknik rommer et hav av muligheter til et måltid ute i det fri, sier Torunn Nordbø, daglig leder i Opplysningskontoret for brød og korn.

- Det er behov for et alternativ til grillmaten. Bakeriene tilbyr mye godt som passer til et piknikmåltid. Man trenger ikke nødvendigvis å stå i timevis ved kjøkkenbenken, sier Nordbø. – Fyll en kurv med ditt favorittbrød, søt bakst og sesongens bær, og nyt din egenkomponerte piknik eller la deg inspirere av Opplysningskontoret for brød og korns piknikmenyer:

ROMANTISK PIKNIK <http://www.brodogkorn.no/piknik/romantikk/> Hva er vel mer romantisk enn en piknik på et rutete teppe med en du er glad i? Vi har satt sammen en franskinspirert piknikmeny som passer ypperlig for en romantisk “pique-nique” for to.

FESTIVALPIKNIK <http://www.brodogkorn.no/piknik/festival/> Festivaler er blitt mer og mer populært i de siste årene. Brød og kornprodukter egner seg godt til festivalmat. I fjor samarbeidet vi derfor med to bachelorstudenter innen samfunnsernæring om å utvikle denne piknikmenyen rettet mot festivalpublikum.

FAMILIEPIKNIK <http://www.brodogkorn.no/piknik/familie/> Med ferdiglaget mat og noen aktiviteter for barna ligger alt til rette for å samle familien til et måltid ute. Til hverdagspikniken foreslår vi retter som inneholder bygg fordi bygg har viktige fiberstoffer og er rikt på antioksidanter som er gunstig for helsen.

KRYDDERPIKNIK <http://www.brodogkorn.no/piknik/krydder/> Innvandrere fra mange land har tatt med seg spennende retter og nye tradisjoner til Norge, og slik har nordmenn fått sansen for nye smaker og mer krydret mat. Vi har satt sammen en spennende piknikmeny inspirert av det marokkanske, pakistanske og indiske kjøkkenet.

For flere pikniktips, aktiviteter, inspirasjon og oppskrifter, se www.brodogkorn.no/piknik

Opplysningskontoret for brød og korn ønsker alle strålende pikniksommer!

Opplysningskontoret for brød og korn er ett av fem opplysningskontor i landbruket som jobber med merkenøytral opplysningsvirksomhet. Formålet er å bidra til økt kunnskap om og interesse for å bruke korn- og brødvarer hos norske forbrukere.

For mer informasjon kontakt daglig leder Torunn Nordbø i Opplysningskontoret for brød og korn, tlf. 952 89 666, e-post torunn@brodogkorn.no

Bilder som legges ved:

<http://www.brodogkorn.no/presse/bilder/festivalpiknika-0/>

<http://www.brodogkorn.no/presse/bilder/piknikbarn/>

<http://www.brodogkorn.no/presse/bilder/piknikromantikk2/>

<http://www.brodogkorn.no/presse/bilder/sommerblings-av-havrebriks/>

Flere piknikbilder kan lastes ned fra vårt bildearkiv:

<http://www.brodogkorn.no/presse/bilder/maltider/piknik/>