

MER OM MATEN

VAR KOMMER MATEN IFRÅN?

Blodpudding kommer traditionellt från grisen. Grisarna bor på bondgården och bönderna ser till att de har det bra. Sveriges bönder är bland de bästa i världen på att ta hand om sina djur. Grisarna är familjekära. De är också riktiga matsvinnehjältar eftersom de gärna äter matrester.

BRA MAT

Att äta kött från Sverige är bra av flera anledningar. Visste du exempelvis att...

- I Sverige har vi ett djurskydd i världsklass
- Sverige har den lägsta användningen av antibiotika inom djurhållningen i hela EU
- Svenskt kött ger en ökad biologisk mångfald och har lägre klimatpåverkan än det globala genomsnittet
- Svenskt kött är ett näringsrikt och säkert livsmedel

DIN FAVORIT?

Vilken är din favoritmaträtt från grisen?

Fråga din bordskompis- har ni samma favorit?



VISSTE DU ATT...

- Blodpudding är en historisk maträtt som har ätits i över tusen år.
- Järn är ett av de näringsämnen som kroppen behöver för att fungera.
- Kött innehåller mycket järn.
- Blodpudding är känt för att innehålla extra mycket järn.
- 75 gram blodpudding innehåller lika mycket järn som 750 gram spenat.



MER OM JÄRN

Järn är viktigt för att blodet ska kunna transportera syre, så du orkar lära dig saker i skolan och leka på rasten. Om man inte äter tillräckligt med järn kan man:

- Bli trött
- Tappa aptit
- Ha svårt att koncentrera sig
- Bli frusen och få huvudvärk

DAGENS FRÅGA

Vad heter grisens mamma och pappa?

KÄTT SVAR: SUGGÅ OCH GÅLLT

MER OM MATEN



BLODPUDDING

BONDEN
I SKOLAN