

Program SPIS SORØ

– Vildt & lokalt – efterår 2014_(rev.10. september)

Tilmelding på www.spissorø.dk eller ring til 20652065/ 40537925/31664121/2927 5089

Kongskildemarked

Lørdag og søndag den 20 – 21. september

Svampene i skovbunden – kan de spises?

Lørdag d. 27. september 2014, kl.10-12, i Grydebjerg Skov

I efteråret bugner skoven de fleste år med svampe, og mange af dem kan blive til dejlig mad. Mette Herget fra Haveapoteket og naturvejleder Kirsten Blicher Friis fra Kongskilde Friluftsgård Naturcenter giver et indblik i svampenes liv, viser hvordan man kan kende de forskellige svampe fra hinanden og fortælle hvilke svampe, der er chance for at finde i Grydebjerg Skov.

Vi går en tur i Grydebjerg Skov og samler svampe, og bagefter ser vi på de svampe, vi har fundet og sorterer dem i spiselige og ikke-spiselige svampe. Vi giver nogle ideer til, hvordan svampene kan tilberedes og spises.

Mødested: parkeringspladsen ved siden af Parnasvej nr.2

Gratis arrangement

Husk at medbringe en lille kurv og kniv. De svampe, du plukker, får du selvfølgelig med hjem.

Oplev naturen og spis vildt

Søndag den 5. oktober kl. 14 – 19 på Kongskilde Friluftsgård

Udendørs oplevelser med naturvejleder, svampeekspert og ernæringseksperter. Masser af oplevelser med urter i naturen og fra haver og fra lokale producenter. Fisk i søerne, dyr i skovene og lidt chokolade til dessert. Måske vil I også se et rådyr, opskærer, tilbereder og spiser det. Eller vi laver lækre retter af vildænder og fasaner på bålpladsen. Dyreragout, køller, urter og et godt "grønt" brød tilbereder vi i fællesskab over bål eller i en nybygget ovn på Kongskilde. Det dufter! Program kommer! www.spissorø.dk

Fisk fra Tuel Sø – tilberedt over bål

Mandag den 6. oktober 16.00 til ca. 21.00

v. René de la Cruz/Kongskilde Friluftsgård på bålplads.

Vi renser og klargøre Aborre, Gedde og Sandart, som er friske fra Tuel Sø. Vi vil udelukkende arbejde med lokale råvarer. Der laves bål i bålhytten, hvor fiskene tilberedes over åben ild på planker etc. Indpakket over gløder eller noget helt tredje. Hvis vejrforhold tillader det vil der være mulighed for bål udendørs også. Vi koncentrerer os specielt om fisk, og laver lidt forskellige tilbehør også. Der vil være mulighed for at bage brød i grillbageovn, eller snobrød over gløderne. Mulighed for, at arrangementet udvides med madoplevelser omkring Gastronomi med

fjerkræ på grill.

Pris inkl. måltid: 100,- /voksen og 50,-/ barn under 12 år.

Tilmelding: www.spissorø.dk

SPIS NATUREN I SORØ

Tirsdag den 21. oktober på Værkerne i Sorø, Frederiksvej 27 kl. 19

Sæt kryds i kalenderen. Er under forberedelse af DN- Sorø, SPISSORØ.dk, [Sorø Kodriverlaug](#) og andre mulige partnere

Flere arrangementer kan komme til, så følg med på www.spissorø.dk og vores Facebook gruppe: SPIS SORØ

- ✿ [Blå Flag arrangementer](#), som er gratis. Bl.a. svampetur den 15. oktober!
- ✿ Æblefestival på torvet i Sorø uge 39 – 40 - dato kommer.
- ✿ Vi planter æbletræer, og ser og smager på danske æblesorter. Konkurrence om bedste Sorø-æblekage.
- ✿ Fisketur på søerne
- ✿ Opbevaring og tilberedning af efterårets fødevarer, herunder kreative anvendelser og koldsyltning

Følg med på Hvem er vi?

Spis Sorø er en lille gruppe af lokale entusiaster der elsker gastronomi og natur. Vi arbejder ud fra et koncept, hvor kvalitet og lokal natur går hånd i hånd. Det handler om oplevelser der skal være sjove og lærerige, bl.a. fordi alt ikke er planlagt og poleret.

Vi henvender os til dem som vil naturen, og kan se det spændende i ny viden. Eller måske kender naturens spisekammer i forvejen, men gerne vil få nye bekendte med samme interesse.

Alle arrangementer er med en eller anden form for spisning, enten hele måltider eller bare smagsprøver på det vi har lavet. Priserne er sat til at dække omkostningerne, og hvis vi har overskud bruger vi dette på indkøb af udstyr, annoncering og brochurer. Spis Sorø - det er vildt, bæredygtigt, lærerigt og fyldt med nye oplevelser.

Initiativtagere:

René de la Cruz, Køkkenchef, 40537925/31664121 og naturvejleder Tonie Bjørneskov Kongskilde Friluftsgaard

Gitte Torp, Hørhavigårds Landboturisme/B&B, og Støtteforeningen for KongskildeFriluft, 2927 5089

Jørgen Gornitzka, Chokoman.dk, Rustkammervej 81, 2164 3257

Mette Herget, Cand.phram, Herget.dk, Ellepindevej 1, 5144 2213

Anne Grete Rasmussen, FruGrøn.dk, Søskovvej 10, 4180 Sorø, 2065 2065

På gruppens vegne Anne Grete Rasmussen, tovholder, idemager@gmail.com,

Vi optager løbende nye aktører i gruppen, således at vi hele tiden prøver noget nyt;0)

På gruppens vegne, Projektkoordinator

Anne Grete Rasmussen

Søskovvej 10, 4180, telefon 5783 5046/2065 2065

Mail idemager@gmail.com www.FruGrøn.dk