

Program 2016 - Spis Sorø – Vildt og lokalt

Køerne springer på græs Søndag den 17. april kl. 10

Bondegårdens Økologi lukker denne dag deres køer ud på marken efter en lang vinter i stalden. SPIS SORØ – vildt og lokalt, skal stå for "grillen". Kødet på grillen er selvfølgelig fra gården og vi vil som altid bruge råvare fra naturen og de lokale avler. Kom og få en sjov oplevelse og mød os fra Spis Sorø gruppen i mad teltet.



Mødested: Vådagervej 13, 4250 Fuglebjerg

Pris: gratis

Mad og drikke kan købes

Ansvarlige: Gitte(29 27 50 89) og Rene

Arrangeret i samarbejde med: [Bondegårdens Økologi](#) og

[Hørhavegård](#)



Pluk ramsløg og spis Masterchef menu på Cafe Tre Konger

Mandag den 18. april kl. 17 – kl. 18

I samarbejde med Cafe Tre Konger inviterer "SPIS SORØ – vildt og lokalt" til en aften med gåtur på Flommen, hvor vi plukker ramsløg og brændenælder til aftensmaden.

Derefter serverer vi det måltid, som FruGrøn har fremstillet i konkurrencen om at blive årets Masterchef (TV3). Kokken på Tre Konger fremstiller menuen af vores lokale og vilde råvarer.

Under spisningen vil der være sanseoplevelser, konkurrencer og diskussion af, hvordan vi kan nyde vores dejlige lokale råvarer.



Gåturen starter kl. 17 ved Flommen.

Spisning og sanseoplevelser på Cafe Tre Konger kl. 18:30

Pris: 220kr For guidet tur, aftensmad og sanseoplevelser.

Børn ½ pris. Køb billet på [Billette](#). eller kontakt mig

Anne Grete Rasmussen, idemager@gmail.com, 20652065

Arrangeret i samarbejde med: [Café Tre Konger](#), [FruGrøn](#)



Forår på Sorø Station – Det spirer

Lørdag den 30. april kl.10 – 14

Spis Sorø deltager i ”Forår på stationen -Det spirer” forårsmarked hos Skotte og Stentoft.

Vi griller en hel gris og serverer den med vildt og lokalt grønt.

Grisene fra Katrinelunden er velfærdsdelikatesser og har levet hele deres liv på friland, hvor de fodres med lige dele korn og grovfoder. Kødet er mørkt og smagfuldt og minder lidt om vildsvin.



Mødested: Sorø Station, Frederiksberg

Pris: Gratis (køb af mad og drikke)

Tilmelding senest: ingen tilmelding

Betaling: Kontant/mobilpay

Ansvarlige: Rikke Haug, Gitte Torp, René

Arrangeret i samarbejde med: [Skotte og Stentoft](#)

[Katrinelunden](#) og [Velfærdsdelikatesser](#)



Dyrk egne økologiske fødevarer

Besøg FruGrøn den 10.maj og 14. september kl. 17 - 21

Vil du i gang med at dyrke egne grønsager og frugter i haven, så kom og få tips og ideer og smag FruGrøn's Masterchef måltid.

Vi tager en rundtur i FruGrøn's have, og får inspiration til at dyrke egne fødevarer på en nem, sund og økologisk måde. Det vil sige uden for meget ukrudt, uden brug af gift og uden for mange skadedyr

Tomater i drivhuset, beskæring af æbletræer, og hvordan laver en god kompost.

Efter rundvisning starter vi grillen og spiser en vild og lokal Masterchef menu.



Mødested: Søskovvej 10, Sorø,

Pris: 100kr for vild og lokal aftensmad, rundvisning, foredrag og lækre smagsprøver. Børn halv pris.

Tilmeld dig dagen før kl. 12

Anne Grete Rasmussen, Mail: idemager@gmail.com

telefon/sms 20.65.20.65., eller køb billetter på

Billetto.com. I samarbejde med www.giftfri-have.dk og

www.merelivihaven.dk



Fælleshaven i Sorø med Vegetarmad

Søndag den 14. august kl. 15 – 20

Sidste år gik en gruppe haveglade soranere sammen om at lave en Fælleshave. Vi har et stykke jord på Katrinelunden, som vi er godt i gang med at kultivere og lave til en økologisk nyttehave. Første år har vi haft travlt med spade og kultivator, vi har fået nogle af alle vores ideer realiseret og nogle tegnet ind i haveplanen til realisering i denne og kommende sæsoner. Haven er åben for nye medlemmer, og vi vil gerne give et indblik i, hvad og hvordan vi dyrker både haven og fællesskabet. Kom og vær med til at høste og tilberede grønt fra haven til en vegetarisk menu.



Mødested: [Katrinelunden](#), St. Ladegårdsvej 8, Sorø

Pris: 50 kr + drikkevarer

Tilmelding senest: d. 12 august på
skovgrisen@gmail.com/ tlf 29223766

Betaling: Kontant ved ankomst eller mobilpay

Ansvarlige: Rikke Haugaard

Arrangeret i samarbejde med: Fælleshaven



Fisk i Jordovn

Tirsdag den 13. September kl. 16 – 21

Vi skal denne gang udfordre os selv ved at lave mad i jordovn. Vi får fra vores lokale fisker nogle fisk og skaldyr fra søerne. De skal renses og gøres klar til ovnen. Der skal samles årstidens grønt til tilbehør der sluttet af med kaffe og måske noget dessert. Tag gerne grønt med fra haven.

Mødested: Hørhavevej 1, 4250 Fuglebjerg

Pris: 150,- Drikkevarer og Is kan købes

Tilmelding senest: 9.9 på gto@hoerhavegaard.dk

Betaling: Kontant ved ankomst /mobilpay

Ansvarlige: Gitte Torp (29 27 50 89) og Rene

Arrangeret i samarbejde med: [KøkkenChefen](#), [Hotel Postgården](#) og [Hørhavegård](#)



Syltetid og Masterchefmenu på Cafe Tre Konger

Mandag den 26. September

I efteråret bugner det med gode fødevarer både i haverne og i naturen. Hvis du har overskud af friske råvarer eller syltede sager så tag dem med på Cafe Tre Konger. Bytte, sælge, smage

Derefter tilbereder kokken på Tre Konger det måltid, som FruGrøn har fremstillet i konkurrencen om at blive årets Masterchef (TV3). Menuen er komponeret af årstidens lokale og vilde råvarer.

I forbindelse med spisningen er der smagsprøver og oplæg og erfaringsudveksling om opbevaring og syltning af efterårets lækre fødevarer.

For dem, der har lyst er der en gåtur på Flommen, hvor vi samler urter og ser de kødfyldte Galloway, der græsser lige ude på vores marker. Tillykke til [Sorø Kodriverlaug](#), der fejrer 10 års jubilæum i år.

Mødested Kl. 17 ved Cafeen

Kl 18:30 Spisning og vilde smagsprøver Cafe Tre Konger

Pris: 220kr - Børn ½ pris

Køb billet på: [Billette](#), eller mail/SMS/mobilpay senest 25/9

Anne Grete Rasmussen, idemager@gmail.com, 20652065

Arrangeret i samarbejde med: [Café Tre Konger](#), [FruGrøn](#)



Venligst

SPIS SORØ – vildt og lokalt gruppen



Læs mere på vores blog: Spissorø.dk eller følg med i vores Facebook gruppe af samme navn

Kontakt os hvis du har ideer til andre arrangementer

Vi mangler sponsorer til at trykke vores program!

På Gruppens vegne

Anne Grete Rasmussen

Sorø den 4.april 2016