

PUTKEETTUMAA – POTETLAND

ARBEIDSHETTE





Produsert og utgitt i 2025
av Kainun institutti – Kvensk institutt

Alle fotografier: Riinakaisa Laitila

Layout og trykk: Trykkeriservice AS

ISBN 978-82-998271-6-4

Hefte er finansiert av



Utdannings-
direktoratet

Sisällys / innhold

Alkusanat / Forord	4
Formål	5
Kompetansemål for prosjektet fra UDIRs gjeldende læreplan	5
Gjennomføring av prosjektet	10
Orientering	12
Ko puteetti tuli Norjhaan / Da poteten kom til Norge	13
Vanhaasseen aikhaan / I gamle dager	16
Fase 1	20
Fase 2	24
Fase 3	28
Fase 4	31
Fase 5	35
Fase 6	36
Fase 7	38
Fase 8	39
Kväänin reseptii / Kvenske oppskrifter	44
Uusii reseptii / Nye oppskrifter	46
Dokumentasuuni / Dokumentasjon	50

Alkusanat

Puteetti ja sen viljely oon ollu tärkeä osa kvääniin ruokakulttuuri monnii sattoi vuosii. Kväänit olthiin ensimmäiset puteetin viljelijät monissa paikoissa Pohjais-Norjassa. Kvääniksi puteetin saatethaan käskeet kans *putaatiiksi* ja *potuksi*. Kainun institutti oon kehittäny tämän työkirjan. Kirja oon puteetin kylvämisestä kvääniksi. Se opastaa, ohjaa ja antaa ideet ja sanavarat siihen kuinka perinteistä ruokkaa saattaa kylvää kantamavoimaisesti.

Puteettiprojektin mooli oon se ette oppilhaat oppiivat puteetin historiasta Pohjais-Norjassa, missä kväänit, saamelaiset ja norjalaiset oon asuneet samoila aloila. Projekti antaa tietto puteetin kylvämisestä, viljelemisestä ja nostamisesta. Ko oppilhaat työtelevät, het oppiivat samala kvääninkielissii sanno ja termii puteetin viljelemisestä. Projektin pohjana oon *learning by doing*-metuudi.

Kainun institutti toivoo ette työkirja saattaa antaa illo ja hyötty oppilhaile ja opettaajile jotka halluuvat oppiit kväänii samala ko het viljelevät puteettii ja muita syötävii kasvui. Materiaalin saattaa pittää kväänin kielen opettamisessa kaikila tasoila, mutta se passaa parhaimitten nuortenkoulhuun.

Kirjan oon luotu, pietty ja testattu yhdessä Pyssyjoen kasutussentterin kans piluttiprojektissa vuona 2022. Puteettiprojekti oon poikkifaakilinen projekti jossa oon kaheksen eri jakso. Pyssyjoen kasutussentterin oppilhaat oon vienheet läpi kaikki jaksot Pyssyjoen koulussa ja Kainun institutissa. Se antoi hyvät resultaattit, ja projektin jatkethiin etheenkäsin vuosina 2023 ja 2024. Oppilhaat nostethiin suuret saot puteettii vuosina 2022-2024. Samala het opithiin enämen kväänin kieltä. Rektori Kirstin Eliassen ja koulun opettaajat oon olleet myötä evalueeraamassa sitä kuinka projektin ja sen materiaalin saattaa sovittaa oppiplaanen faakimooliin jälkhiin. Kainun institutti oon kehittäny materiaalin etheenkäsin ja laittanu tämän kirjan.

Institutti oon saanu rahoitusta UDIR'in rahoitusoorningista oppimateriaalille jonka oon meinattu pienile faakialoile. Tämä kaksikielinen työkirja «Puteettimaa - potetland» oon tehty näilä rahoila, ja se oon saantheila kaikile.

Forord

Poteter og potetdyrking har vært en viktig del av kvensk matkultur i mange hundre år, og i noen deler av Nord-Norge var kvener de første som dyrket poteter. På kvensk har potet tre ulike navn, *puteetti*, *putaatti* og *pottu*. Kainun institutti - Kvensk institutt har utviklet denne arbeidsboken for dyrking av poteter på kvensk. Boken gir veiledning, instruksjon, ideer og ordforråd om bærekraftig dyrking av tradisjonsrik mat.

Formålet med Potetprosjektet er å gi kunnskaper om potetens historie i Nord-Norge, der kvener, samer og nordmenn har bodd i de samme områdene. Elevene lærer om prosessen rundt dyrking og høsting av poteter. Gjennom praktisk arbeid tilegner de seg kvenske ord og begreper knyttet til prosjektet, som er basert på metoden *learning by doing*.

Kainun institutti - Kvensk institutt håper at arbeidsboken kan være til glede og nytte for elever og lærere som vil lære seg kvensk gjennom dyrking av poteter og andre spiselige planter. Materialet kan brukes i kvensk språkundervisning på alle nivåer, men er spesielt tilpasset ungdomsskolen.

Boken er skapt, brukt og testet i samarbeid med Børselv oppvekstsenter i et pilotprosjekt i 2022. Potetprosjektet var et tverrfaglig prosjekt som besto av åtte ulike faser, som elevene gjennomførte både i klasserommet på Børselv oppvekstsenter og ved Kvensk institutt. Prosjektet ga gode resultater og har blitt videreført både i 2023 og 2024. Elevene ved Børselv oppvekstsenter kunne høste store avlinger av poteter i 2022-24. Gjennom prosjektet har de også fått bedre språkkunnskaper. Rektor Kirstin Eliassen og lærerstaben har vært med på å evaluere hvordan prosjektet og dets materiale kan tilpasses til læreplanens pedagogiske fagmålsettinger. Kvensk institutt har utviklet materialet videre til denne arbeidsboken.

Instituttet har fått midler fra UDIRs tilskuddsordning til læremidler i kategorien smale fagområder. Denne tospråklige arbeidsboken *Puteettimaa - potetland*, er produsert ved hjelp av disse midlene og skal være tilgjengelig for alle.

Formål

Formålet med Potetprosjektet er at elever skal tilegne seg kunnskap om historie og om hvordan poteter dyrkes og høstes. De lærer også om hvor viktig poteten har vært i den kvenske matkulturen i Nord-Norge gjennom århundrer.

Elevene skal kunne lære seg ord og terminologi knyttet til dyrking av poteter og bærekraftig matproduksjon. Oppgavene i arbeidsboken gir elever gjentakelse av ordene slik at de blir trygge i sin språkbruk på kvensk. Gjennom praktisk arbeid økes dessuten elevenes tilhørighet til og kulturelle bevissthet om den kvenske kulturhistorien i Nord-Norge.

Potetdyrking skal la elever oppleve skaperglede, engasjement, utforskertrang og mestring. Å gjennomgå hele prosessen vil gi dem erfaring med å se muligheter og omsette ideer til handling.

Kompetansemål for prosjektet fra UDIRs gjeldende læreplan

Kvensk eller finsk som andrespråk (KEF0101)

Kompetansemål etter 7. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- delta i spontane og planlagte muntlige og skriftlige situasjoner
- bruke relevante ordbøyinger og setningsstrukturer i egen produksjon
- utforske og reflektere over flerspråklighet og språkmøter
- bli kjent med kvener/norskfinner som en nasjonal minoritet og utforske og beskrive likheter med andre minoriteter

Kompetansemål etter 10. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- delta i spontane og planlagte samtaler om ulike emner
- finne informasjon om kjente temaer, og bruke den i egen produksjon
- bruke modelltekster i egen produksjon
- bruke kunnskap om språk og tekststruktur i egen tekstskaping
- undersøke og reflektere over ulike sider ved kvensk/norskfinsk kultur og historie og ulike sider ved «tre stammers møte»

Gjennom Potetprosjektet skal elever lære ord og uttrykk knyttet til dyrking, kvensk historie og mattradisjon. De lærer å lese og lytte til fortellinger, eventyr og andre kvenske teksttyper som handler om potet. Elevene øves i å fortelle om sine erfaringer gjennom samtaler som gjennomføres parallelt med praktiske oppgaver. De kan også reflektere sammen med voksne over hva tekster, fortellinger og praktiske oppgaver betyr for dem. Det inngår i prosjektet å gjennomgå ordlister til alle faser på kvensk og norsk. Dette forsterker elevenes ferdigheter til å beskrive, fortelle og argumentere muntlig og skriftlig omkring det de erfarer samt bruke språket på kreative måter, for eksempel ved å produsere skilt, loggføre vekster og gjøre mål, utforme potetland eller dramatisere historier.

Elevene lærer å lytte, forstå, lese og bruke innøvde ord og fraser i nye situasjoner. Gjennom prosjektet repeteres ord og uttrykk knyttet til temaene innenfor dyrking av poteter, grønnsaker

og spiselige vekster. Elevene får mulighet til å kommunisere i lek og bruke praktiske situasjoner og oppgaver til å lære og bruke språk med hverandre og lærer. De skal delta i samtaler om temaet og fortelle om opplevelser eller erfaringer gjennom kreative og estetiske uttrykk. De historiske tekstene i delen *Orientering* gir anledning til å undersøke og reflektere over ulike sider ved den kvenske/norskfinske kulturen og historien og ved «de tre stammers møte».

Naturfag (NAT0104)

Kompetansemål etter 7. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- gi eksempler på hvordan tradisjonell kunnskap har bidratt og bidrar til naturvitenskapelig kunnskap
- gjøre rede for betydningen av biologisk mangfold og gjennomføre tiltak for å bevare det biologiske mangfoldet i nærmiljøet
- foreslå tiltak for å bevare det biologiske mangfoldet i nordområdene og gi eksempler på betydningen av tradisjonell kunnskap i naturforvaltning
- utforske og beskrive ulike næringsnett og bruke dette til å diskutere samspill i naturen
- beskrive og visualisere hvordan døgn, månefaser og årstider oppstår, og samtale om hvordan dette påvirker livet på jorda

Kompetansemål etter 10. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- gi eksempler på og drøfte aktuelle dilemmaer knyttet til utnyttelse av naturressurser og tap av biologisk mangfold
- gi eksempler på samers tradisjonelle kunnskap om naturen og diskutere hvordan denne kunnskapen kan bidra til bærekraftig forvaltning av naturen

Gjennomføring av oppgaver i prosjektet med potetland er tett knyttet til naturvitenskapelige praksiser og tenkemåter. Elevene skal oppleve naturfag som et praktisk og utforskende fag gjennom prosjektets ulike faser. Praktiske oppgaver med dyrking av poteter gir økt forståelse av naturen og miljøet. I naturfag handler det tverrfaglige temaet om bærekraftig utvikling. Elevene får oppgaver der de skal samtale om hvordan vi kan ta miljøbevisste valg ved å dyrke mat og bruke lokale miljøtiltak som forbedring av matjord med gjødsel fra naturen. Kveners nære forhold til natur og lokale naturressurser kan bidra til å finne løsninger for å begrense klimautfordringene og bevare og forvalte jordens naturressurser og biologiske mangfold på en bærekraftig måte. Økt kompetanse på matproduksjon gir elever kunnskap som setter dem i stand til å foreta miljøbevisste valg og handlinger i hverdagen og se disse i sammenheng med lokale og globale miljø- og klimautfordringer.

Kunnskap om dyrking av spiselige grønnsaker og vekster er nødvendig for å forstå hvordan vi mennesker påvirker naturen, hvordan naturen endrer seg gjennom årstidene og hvordan skikker og merkedager er knyttet til høsting og bruk av naturen lokalt.



Mat og helse (MHE0102)

Kompetansemål etter 7. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- bruke redskaper, grunnleggende teknikker og matlagingsmetoder til å lage trygg og bærekraftig mat som gir grunnlag for god helse
- bruke oppskrifter i matlaging og regne ut og vurdere mengden i porsjonene både med og uten bruk av digitale ressurser
- vise sammenhenger mellom matvaregrupper og næringsstoffer som er viktige for god helse
- utnytte matvarer og rester fra matlaging og reflektere over eget matforbruk

Kompetansemål etter 10. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- planlegge og bruke egnede redskaper, teknikker og matlagingsmetoder til å lage trygg og bærekraftig mat som gir grunnlag for god helse
- bruke sansene til å vurdere kvaliteten på matvarer, utforske og kombinere smaker i matlagingen og forbedre oppskrifter, menyer og anretning av mat
- kritisk vurdere informasjon om matproduksjon og drøfte hvordan forbrukermakt kan påvirke lokal og global matproduksjon
- utforske klimaavtrykket til matvarer og gjøre rede for hvordan matvalg og matforbruk kan påvirke miljøet, klimaet og matsikkerheten
- vise gjennom matlaging og måltider hvordan identitet og fellesskap blir formidlet i ulike kulturer



En målsetting med *Potetland* er å presentere leddene i produksjonskjeden fra råvare til mat - høsting og bruken av matvarer i matlaging. På slutten av prosjektet, etter høsting, skal elevene lage forskjellige matretter av råvarene. Da må de i praktiske situasjoner bruke teknikker, redskaper og rom- og vekt mål når de tilbereder retter med poteter som råvare.

I denne boken presenterer vi ulike tradisjonelle kvenske oppskrifter, som gir elevene mulighet til å skape og prøve ut nye retter med bruk av lokale matressurser. De skal også kombinere tradisjonelle smaker i matlagingen og forbedre oppskrifter, menyer og anretning av mat. Samtidig får de oppgaver der de på en kritisk måte skal vurdere informasjon om matproduksjon og drøfte hvordan forbrukermakt kan påvirke lokal og global matproduksjon. Det er viktig å vurdere potetens klimaavtrykk og hvordan matretter med lokalproduserte poteter påvirker miljøet, klimaet og matsikkerheten.



Duodji / håndverk (KHV0202)

Kompetansemål etter 7. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- undersøke og eksperimentere med overskuddsmaterialer
- undersøke materialene i ulike gjenstander og vurdere funksjon, holdbarhet og muligheter for reparasjon og gjenbruk
- presentere et mangfold av kles- og duodji-/duodje-/duedtietradisjoner i Sápmi/Sábme/Saepmie, og lage et produkt med inspirasjon fra egen kultur

Kompetansemål etter 10. trinn: mål for opplæringen er at eleven skal kunne

- sanke og bearbeide naturmaterialer, vite hvor og når materialene kan hentes, og bruke materialene hensiktsmessig
- vurdere materials holdbarhet og muligheter for reparasjon, redesign og gjenbruk, og bruke ulike verktøy og materialer på en hensiktsmessig og miljøbevisst måte



Potetprosjektet kan gi skaperglede og rom for kreativitet og mestring i käsityö/duodji/håndverk. Arbeidsboken inneholder oppgaver der man får prøve seg på ulike teknikker og håndverktøy i arbeid med harde og myke materialer på en miljøbevisst og trygg måte. Oppgavene gir muligheter til å prøve ut ulike ideer ved bruk av natur- og gjenbruksmaterialer samt formidle til andre hvordan man i egen hverdag kan bidra til å ivareta natur og miljø ved å resirkulere ulike materialer i potetdyrking (s. 28).

Skilting av potetland skal øve opp elevenes evne til å gjennomføre kunst- og designprosesser ved å søke inspirasjon, utforske muligheter, skrive på kvensk og norsk, ta bevisste valg og lage egne produkter. På skiltene kan det også brukes resirkulerte materialer (s. 29).

Oppgaven med dramapedagogikk gir mulighet til å presentere et mangfold av käsityö-/duodji-/håndverkstradisjoner i Nord-Norge. Teaterstykket krever kreativitet og evne til å designe kostymer og rekvisita med inspirasjon fra egen kultur. Her kan man utforske lokale trekulturelle klestradisjoner og vurdere materials holdbarhet og muligheter for reparasjon, redesign og gjenbruk, samt bruke ulike verktøy og materialer på en hensiktsmessig og miljøbevisst måte (s. 19).

Gjennomføring av prosjektet

Potetprosjektet er et tverrfaglig prosjekt som består av åtte faser som skal gjennomføres vår, sommer og høst i klasserommet og ute ved potetlandet. De mest sentrale aktivitetene i prosjektet er klargjøring av poteter og jord til dyrking, setting av poteter, vanning, hypping, innhøsting og matlaging.

Hver fase innledes med en presentasjon av temaet og etterfølges av arbeidsoppgaver.

Bonusoppgaver som beskrives i dette heftet, kan gjennomføres uavhengig av de mest sentrale aktivitetene.

På slutten av arbeidsboken er det satt av sider til dokumentasjon av alle fasene. Det er viktig å dokumentere prosjektet med ord og bilder underveis. Elevene kan ta bilder eller lage tegninger som illustrerer prosessen. Skriv korte setninger på kvensk om hva du/dere har gjort. Dokumentasjonen kan brukes i presentasjoner om potetland, og elevene kan lage en utstilling om hele prosjektet til skolen.

Kevät/vår

Følgende gjennomføres: orientering og fase 1-2

Orientering

Potetprosjektet starter opp om våren, i god tid før potetene skal settes i jord. For å forberede setting av poteter blir elevene først kjent med potetplanten og hvordan man bruker poteter som mat. I denne fasen av prosjektet lærer elevene om dyrking, matproduksjon, potetens historie og hvordan den har vært brukt i lokal kontekst. Deretter begynner de å forberede poteter til setting, og de lærer hvordan man tar vare på planten når den har begynt å vokse.

Fase 1

Introduksjon til dyrking og forkultivering av planter

Introduksjon til prosjektet: Hvorfor? Når? Hva? Hvem?

Ukeplan lages i samarbeid med elevene.

Man skal også vurdere om det er mulig å dyrke andre spiselige planter sammen med poteter: erter, spiselige blomster eller urter.

Fase 2

Klargjøring av potetland - hva må vi gjøre med jorden først?

Poteter kan dyrkes i bed eller åker ute. Da må man først klargjøre matjord til såing av poteter i juni.

Alternativt kan potetene dyrkes i veksthus, potte, sekk eller lignende. Ha vekstjorden over i det du ønsker å dyrke poteten i. Sørg for å ha nok jord til å kunne grave poteten omtrent 7-10 cm ned i jorden og i tillegg legge rundt 6-8 cm jord oppå potetene etter såing. Her er det viktig å unngå å få grønne poteter. Pass også på at det poteten gror i, er minst 30 cm i diameter, slik at potetplantene får vokse seg store.

Kesä / sommer

Følgende gjennomføres: fase 3-6

Fase 3: Pynting av potetlandet

I denne fasen kan elevene ta kreativiteten i bruk og prøve seg på ulike teknikker i arbeid med harde og myke materialer på en miljøbevisst og trygg måte. Oppgavene gir muligheter til å prøve ut ulike ideer ved bruk av natur- og gjenbruksmaterialer samt formidle til andre hvordan man i egen hverdag kan bidra til å ivareta natur og miljø ved å resirkulere ulike materialer i potetdyrking.

Fase 4: Såing

Når potetene har fått groer, er de klare til å settes i jorden. I Finnmark er det gjerne fint å sette poteter en gang mellom 1. juni og Sankthans. Det viktigste er at jorden er tilstrekkelig oppvarmet.

Fase 5: Vanning

Mens vi venter på at potetene våre skal bli større, må vi også passe på at de får nok vann. Her må vi være særlig påpasselige rundt 2-3 uker etter at de har spiret, og frem til de kan høstes.

Fase 6: Hypping

Grunnen til at vi hypper, er for at potetplanten skal kunne lage flere poteter, og for å passe ekstra godt på at potetene våre ikke blir grønne fordi de ligger for høyt opp i jorden. Grønne poteter kan ikke spises. Når potetriset spirer og er blitt omtrent 15-20 cm høyt, er det på tide å hyppe i åker eller bed. Hvis du dyrker i bønne, sekk eller lignende, fyller du bare på med mer jord i stedet for å hyppe.

Syksy / høst

Følgende gjennomføres: fase 7-8

Potetprosjektet fortsetter når elevene kommer tilbake til skolen etter sommerferien. De kan observere hvordan potetplantene har vokst, og kan begynne å planlegge høsting av poteter. Fokuset vil etter hvert dreies fra selve planten og over mot poteter som matvare.

Fase 7: Høsting

Potetene skal tas opp og oppbevares til vinteren. Elevene lærer om lokale mattradisjoner og hvordan de selv kan benytte poteten som en del av kostholdet.

Fase 8: Bruk av poteter i matlaging

Elever lærer å lage mat med poteter som råvare.

Arranger gjerne en høsttakkefest der dere serverer forskjellige smakebiter laget av potet. Fremfør et teaterstykke og inviter også foreldre og besteforeldre med!

Orientering

April

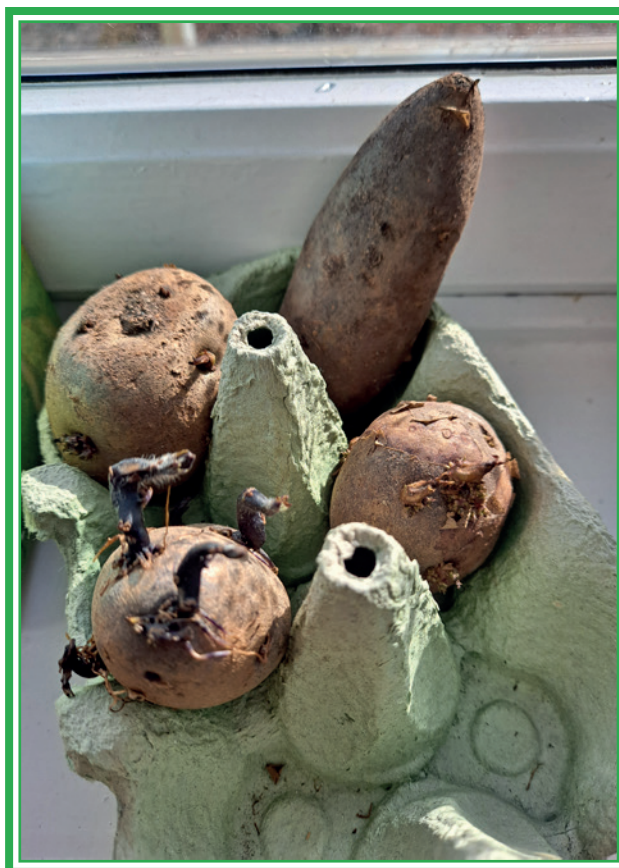
Det hele starter med en orientering om hvordan poteten kom til Norge og Finnmark.

Ta dere god tid til å lese tekstene grundig og bli kjent med ordlistene på slutten.

Les gjerne tekstene høyt flere ganger, slik at du lærer å uttale alle ordene riktig.

- Svar på spørsmålene og diskuter i par eller i små grupper om temaene.
- Disse oppgavene kan man starte med allerede i april måned.

HUSK DOKUMENTASJON!



Ko puteetti tuli Norjhaan

Monet luulevat ette puteetti oon ollu Norjassa aina, mutta se tuli tänne vasta keskelä 1700-lukkuu (seittemensattaa lukkuu). Alusta monet norjalaiset eppäilthiin tätä uutta tuntematonta kasvu ja sen viljely. Puteetthiin liittyi niin paljon taikauskoo. Se uskothiin ette puteetti saattais olla myrkylinen ja ette siitä saattoi tulla sairhaaksi. Monet puunat ei perustanheet puteetin haijusta eikä mavusta. Siihen aikaan nähthiin monet ihmiset nälkkää ja kärsithiin huonosta ravinosta. Papit meinathiin ette puteetti olis ratkaisu tähän. Het ymmärrethiin sen ette puteetti kestää huonoo säätä, sen saattaa laakrata pitkäksi aijaksi ja siinä oon paljo c-vitamiinii. Monet papit opetethiin norjalaisile puteetin viljely, laakrausta ja valmistusta. Het piethiin tähän opetuksheen paljon aikkaa. Semmoissii pappii käskethiin usseesti «puteettipapiiksi». «Puteettipappiin» työn myötä tuli puteetista tärkkee osa norjalaisten ruokkaa. Ensisti puteettii piethiin viljan sijasta. Sen kuivathiin ja siitä jauhethiin jauhoo jota laitethiin laakkeeseen leiphään ja sujutetthiin puurhoon. Hiljemin tuli puteetista ja suolasillistä norjalaisten tärkkee ruokavara. Se ei ollu tyhä hyvää ravinttoo, mutta kans halppaa!

Tääpänä jokhainen norjalainen syöpi 16 killoo puteettii joka vuosi. Se oon tyhä puolet siitä kuinka paljon puteettii syöthiin 20 vuotta takapäin. Syynä oon se ette pasta ja riisi oon ottanheet puteetin fastan paikan keskipäivätalriikilta. Sie saatat hunteerata itteki mitä ruokkaa sie syöt. Syötkö enniimiitten riisii, pastaa vai puteettii?

Da poteten kom til Norge

Poteten har ikke alltid vært i Norge, den kom hit først på midten av 1700-tallet. Skepsisen mot å dyrke denne ukjente rotfrukten var stor fordi det var knyttet mye overtro til den. Ifølge overtroen var poteten giftig, og man ble syk av å spise den. Mange syntes at den luktet dårlig og smakte vondt. I Norge var det på denne tiden mange som sultet og led av feilernæring, og prester så at poteten kunne være en løsning på nøden. Dette fordi poteter tåler dårlig vær og ganske kaldt klima, kan lagres over lang tid og er en god kilde til C-vitamin. Prestene brukte derfor mye tid på å lære nordmenn å dyrke, oppbevare og tilberede poteter. Disse prestene ble kalt «potetprester», og arbeidet de la ned, gjorde at poteten etter hvert ble en viktig del av det norske kostholdet. Til å begynne med ble poteten brukt som erstatning for korn. Den ble tørket og malt slik at den kunne brukes i blant annet i flatbrødbakst og grøt. Etter hvert ble det veldig vanlig i Norge å spise poteter og sild, en matrett som er både billig og næringsrik.

I dag spiser vi ca. 16 kilo poteter hver i året. Det er omtrent halvparten av det vi spiste for 20 år siden. Årsaken til nedgangen er at vi har erstattet poteten med matvarer som pasta og ris. Bare tenk på hva du selv spiser, spiser du mest ris og pasta, eller potet?

Kilde: <https://dengronneskolen.no/temaartikkel/da-poteten-kom-til-norge/>

Sanalista kvääni	ordliste norsk
aina	ennå, fremdeles, alltid
enimästi	for det meste
ensisti	først
eppäilä (v.)	tvile (v.)
haiju	lukt, duft
halpa	billig
huono	dårlig
ihminen	menneske
jauhaat (v.)	male (v.)
jälkhiin	etter, etterpå
kauvoin	lenge
kestää	holde ut, holde
kuivattaat (v.)	tørke (v.)
kuttuut (v.)	invitere, be om å komme (v.)
kärssiit (v.)	lide (v.)
liittyyt	slutte seg til
luula (v.)	anta, tenke, tro (v.)
laakkeeipä	flatbrød
laakrata (v.)	lagre (v.)
maku	smak
moni	mange
murkina, keskipäivä	middag
myrkylinen	giftig
möykky	klump
maa	jord, land
nälkä	hunger, sult
opettaat (v.)	lære, undervise (v.)
ottaat (v.)	ta (v.)

Sanalista kvääni	ordliste norsk
outo	ukjent, uvanlig, fremmed
paikka	plass
paljon	mye
pappi	prest
pittäät	skulle, holde (v.)
puolet	halvdel
puoliväli	halvveien, halvdel
puuna	bonde
puuro	grøt
ratkaisu	løsning
ravinto	næring
ravintorikas	næringsrik
ruokatavara	matvare
semmoinen	sådan, sånn, slik
sijasta	i stedet for
suolasilli	saltsild
suunile	omtrent
syöä (v.)	spise (v.)
sää	vær
saattaat (v.)	kunne (v.)
taikausko	overtro
tulla (v.)	komme (v.)
uskoot (v.)	tro (v.)
usseesti	ofte
vasta	ikke før
vilja	korn
viljelä	dyrke
väärä	feil

Arbeidsoppgave 1

Luje muistelus «Ko puteetti tuli Norjhaan» ja kirjoita vastaukset.

Les fortellingen «Da poteten kom til Norge» og skive ned svarene.

1. Hvorfor var mange skeptiske til poteten i starten?

2. Hvorfor ville prester at nordmenn skulle spise potet?

3. Hva gjorde prester for å få folk til å spise potet?

4. Hvordan var det vanlig å bruke poteten før?

Arbeidsoppgave 2

Praattaa parin kans ja kirjoita vastaukset/Diskuter i par og skrive ned svarene.

Hva hadde du tenkt om poteten dersom du aldri hadde sett den før?

Ville du vært skeptisk?

Hvor viktig er poteten for kostholdet ditt?

Vanhaaseen aikhaan/I gamle dager

Samuli Paulaharju muisteli Ruijan kvääniistä vuona 1928:

Ruijan kväänit oon jo vanhoista päivistä saakka laittanheet kotikentthään puteettimaan. Het oon olheet sepät tässä työssä ja monissa paikoissa kans ensimmäiset kukka kylvethiin puteettiita Pohjais-Norjassa. Vesisaarella muistelhaan ette kauppamies Brodtkorb toi ensimmäiset puteetit peskin sisässä ko hän tuli porola Alattiosta 1840-luvula.

Mutta toinen tarina muistelee, ette se oliko Kammi-muori kuka oli Vesisaaren puteettimaitten alkumuori. Muori oli vaihettannu kissanpojan muutamphaan siemenputeetthiin Arpelan Mikon kans. Arpela oli noutanu puteetit Muoniosta. Toiset taas muistelhaan ette Kammi-muorin äijä toi puteetit Sodankylästä ja laakras net huolela kevhäasseen asti, ja kylväs net sitte sulanheesseen turpheesseen. Muori ei perustannu siitä ko krannit naurethiin ette eihän se puteetti Jäämeren rannala kassuu. Mutta muorin puteetit tyhä kasuthiin, ja niistä tuli iso kasa siemenputeettiita jotka muori laakras yli seuraavan talven Brodtkorbin kellarissa. Sitte hän pani net turpheesseen oottamhaan taas uutta sattoo.

Kolmas muistelus nostaa framile kraatarimestari Petteri Karvon Vesisaaren puteetin isänä. Hän oli ollu työreisussa Alattiossa ja oli tuonu sieltä ensimmäiset siemenputeetit peskin sisälä. Hän kylväs net ittensä maahan, sai sattoo ja antoi syksylä siemenputeettiita krannile, Kammi-muorile.

Karvon ja Kammi-muorin turpheesta levis puteetit sitte kvääniin kotikentthiin, ja norjalaisetki alethiin niitä sitte kylväämhään.

Pienenlaiset olthiin kyllä Jäämeren rantalaisten pellot. Net olthiin tyhä aīdatut maanpalaset fiervan laassa, siljon vieressä tahi niityn reunala aurinkoisessa rintheessä. Hyvinä vuosina oon puteettimaan kuitenki antanheet sen mitä kotona oon tarvittu, mutta huonoina kesinä oon koko kylvö saattanu tärvääntyty. Muutamisti kesä tullee niin hithaasti, ette puteetit saatethaan kylvää vasta juunikuun viimi päivinä. Mutta jos oon hyvä syksy, niin silloinki saahaan syömistä, ko puteetti kassuu justhiin syksyöinä pimmeissä onsissa.

(Kainun institutti - Kvensk institutt oon kääntäny tekstin kvääniksi).

Samuli Paulaharju har skrevet om kvener i Ruija i 1928:

Finnene i Ruija har helt fra gamle dager brukt av sin egen mark til potetåker. Også her har de vært de fremste, og mange steder de første, til å sette poteter. I Vadsø blir det riktignok fortalt at det var kjøpmann Brodtkorb som alt på 1840-tallet hadde med seg de første potetene, skjult i kofte da han kom kjørende med rein fra Alta.

Men en annen kilde sier at det var Kammi-mor som ga opphav til potetavlingen i Vadsø. Kona hadde i bytte mot en kattunge fått noen knoller av Mikko Arpela, som hadde hentet dem fra Muonio. Så er det andre igjen som mener at det var mannen til Kammi-mor, gubben Poikela, som hadde brakt potetene fra Sodankylä, oppbevart dem til våren og satt dem i torva. Kona hadde ikke brydd seg om at naboene lo og sa at poteten ikke vokser ved Ishavet, og potetene hennes hadde grodd og laget en hel mengde knoller. Disse lagret hun i kjelleren til Brodtkorb over vinteren, og satte dem så i torva i påvente av ny høst. En tredje kilde peker ut skreddermester Petteri Karvo som vadsøpotetens far. Han skal på tjenestereise ha tatt med seg noen poteter fra Alta i vinterpelsen sin, satt dem i sin egen jord, fått avling til høsten og gitt noen settepoteter til naboen, Kammi-mor. Fra torva til Karvo og Kammi-mor spredde poteten seg til andre kvengårder, og med tid og stunder begynte til og med noen nordmenn å dyrke den.

Fortsatt er ishavsboernes potetåkrer bare noen små innhegninger inntil fjæra, ved siden av tunet eller i kanten av solvendte jorder. I gode år har de likevel gitt det som trengtes i husholdningen, mens dårlige somre har ført til at avlingen slo feil. Noen ganger lar sommeren vente på seg så lenge at knollene først settes i slutten av juni, men hvis høstværret er godt, får en mat likevel, da det nettopp er i høstnettene at poteten vokser i den mørke hulen sin.

(Kilde: Norsk oversettelse fra boka: Kvenene - et folk ved ishavet, skrevet av Samuli Paulaharju.)

Sanalista kvääni	ordliste norsk
aidata (v.)	gjerde inn (v.)
Alattio	Alta
alkumuori	stammor
anttaat (v.)	gi (v.)
fierva	fjære
framila	framme
faari	far
hithaasti	langsomt
huono	dårlig
hyvä	bra, god
Jyykeä	Skibotn
jäämerenranta	Ishavskysten
kaivata (v.)	savne (v.)
kauppamies	kjøpmann
kesä	sommer
kevät	vår
kissanpoika	kattunge
kotikenttä	hjemme, gårdsplass
kranni	nabo
kraatarimestari	skreddermester
kuva	bilde
kylvöputeetti	settepotet
laita	side
laittaat	lage, gjøre (v.)
laakrata	lagre
markkina	markeds plass
muistela (v.)	fortelle (v.)
muistelus	kilde, fortelling
muori	mor
muutamisti	av og til

Sanalista kvääni	ordliste norsk
maapala	jordstykke
nauraat (v.)	flire (v.)
niitty	slått, eng
nostaat (v.)	løfte (v.)
nouttaat (v.)	hente (v.)
nähdä (v.)	se (v.)
onsi	hule
pelto	åker
perustaat (v.)	starte (v.)
peski	pesk av reinskinn
pimnee	mørk
poro	rein, reindyr
päivänpuoli	solsiden
Raisi, raisilainen	Reisafjorden, reisaværing
rinnet	skråning, bakke
Ruija	Norge
siljo	gårdsplass
syksy	høst
syysyö	høstnatt
syöminen	spising
tuoda (v.)	komme med, bringe (v.)
turvet	torv
työmatka, virkamatka	arbeidsreise, tjenestereise
tärvätä (v.)	skade, ødelegge (v.)
vaihettaat (v.)	bytte (v.)
Vesisaari, vesisaarelainen	Vadsø, vadsøværing
viimi	sist, forrige
vuosi	år

Arbeidsoppgave 1

Luje muistelus «Vanhaasseen aikhaan» ja kirjoita vastaukset.

Les fortellingen «I gamle dager» og skriv ned svarene.

Hvorfor kan det være så mange fortellinger om de første potetene?

Hvorfor ville kvener prøve å dyrke potet ved ishavet?

Hva gjorde at kvener klarte å lykkes med potetdyrking?

Arbeidsoppgave 2

Gå inn på <https://www.kulturminnesok.no/> og skriv inn ordet «potet» i søkefeltet. Zoom inn på din kommune.

Finnes det noen kulturminner i deres nærområde som har noe med potet å gjøre?

Hvorfor tror dere at det er/ikke er mange kulturminner om potet i deres nærområde?

Se på oversikten for hele landet. Hva forteller det oss at det finnes så mange kulturminner om potet i Norge?

Arbeidsoppgave 3

Gå inn på <https://www.digitaltmuseum.no/> og skriv inn ordene «potet» og «Finnmark» i søkefeltet. Se på søkeresultater.

1. Hva kan du se på bildene som er lagt ut?

2. Se på oversikten for hele landet. Hva forteller det oss at det finnes så mange bilder og gjenstander på DigitaltMuseum om potet i Norge?

Bonusoppgave: dramapedagogikk

- Velg én av tekstene og lag et skuespill på kvensk eller norsk basert på fortellingen. Dere kan fritt gjøre endringer i teksten og lage deres egen versjon av den.
- Les teksten nøye. Hvordan kan man begynne fortellingen, hva skjer, og hvordan kan man slutte? Skuespillet skal vare i 10-15 min.
- Hvor mange roller kan man få plass til ut fra teksten? Velg karakterer og fordel rollene i gruppen. Én kan være fortellerstemme.
- Skriv replikker til karakteren din på kvensk. Arbeid i gruppen for å skape en sammenhengende fortelling med alle replikkene. Hvem skal si hva?
- Sett sammen stykket og skriv det ned. Velg en tittel.
- Lag rekvisita og kostymer.
- Presenter teaterstykket på en høsttakkefest og inviter også foreldre og besteforeldre med!



Fase 1

Mai

Introduksjon til dyrking og forkultivering av planter.

Lag en tidsplan i samarbeid med elevene. Hva skal vi gjøre i mai og juni, og når?

Samle tomme melke- og eggekartonger hjemme og ta dem med til skolen i begynnelsen av mai.

Hvor kan man få tak i settepoteter? Begynn å lysgro settepoteter i vinduskarmen i klasserommet. Tomme eggekartonger er fine å bruke til dette. Potetene skal ligge i vinduskarmen i noen uker (3-4 uker). Dette gjør vi for at det skal vokse ut groer på dem, noe som gjør at potetene vokser raskere når de settes i jorden.



Hva mer kan vi dyrke? Elevene kan også forkultivere gulrøtter, sukkererter, spiselige blomster og urter i melkekartonger.

Så frø i tomme melkekartonger. La frøene gro i vinduskarmen og husk å vanne.

Vekstene kan plantes i pletter om noen uker, slik at de har plass til å vokse før man kan plante dem ute.



Vi trenger: melkekartonger, eggekartonger, lecauler, jord, vannkanne, vann, merkelapper, tusj og hansker.

HUSK DOKUMENTASJON!

Sanalista kvääni	ordliste norsk
hernet, hernheet	ert, erter
höystö	gjødsel
iättääät nävössä	lysgro
kastella	vanne
kastelukannu	vannkanne
kasuta (v.)	vokse (v)
kasvu, taimi (s.)	plante (s.)
kukka	blomst
kukkapeti	blomsterbed
kukkapotto	blomsterpotte
kukkii (v.)	blomstre (v.)
kylvätä (v.)	plante (v)

Sanalista kvääni	ordliste norsk
kylvöputeetti, siemenputeetti	settepotet
käänttääät maa	snu jord
maa	jord
näkö	lys
puteetti, putaatti, pottu	potet
puteettimaa	potetland, potetåker
potunpano	potetplanting
puteetinkaali, kaali	potetkål
siemen	frø
valmistaat	klargjøre



Arbeidsoppgave 1

Praattaa parin kans ja kirjoita vastaukset/Diskuter i par og skriv ned svarene.

Puteetin kylväminen - mitä tapattuu? Muistele mitä näjet kuvassa.

Såing av potet - Hva skjer? Fortell hva skjer på bildet.



Jakso 1: puteetit iätethään nävössä - miksi?

Fase 1: lysgro poteter - hvorfor?

Jakso 2: puteettimaan valmistethaan - mitä tehdä ensisti maan kans?

Fase 2: klargjøring av potetland - hva må vi gjøre først med jord?

Jakso 3: mitä saatama kassuuttaat yhdessä puteetiitten kans puteettimaala?

Fase 3: hva kan man dyrke i lag med poteter på potetland?

Jakso 4: pteetiitten pano maahan - mitä piämä miettiit ko kylvämä pteettii maahan?

Fase 4: såing av poteter i jord - hva bør man tenke på når man skal sette poteter?

Jakso 5: kastelu - miksi pteettii pittää kastela?

Fase 5: vanning - hvorfor må vi vanne potet?

Jakso 6: pteetin multtaaminen - miksi?

Fase 6: hypping av poteter - hvorfor?

Jakso 7: pteetin nosto maasta - mitä häytttyy tehä?

Fase 7: høsting av poteter - hva må gjøres?

Jakso 8: ruvan laittaminen pteetiista

Fase 8: bruk av poteter for matlaging

Arbeidsoppgave 2

Praattaa parin kans ja kirjoita vastaukset/Diskuter i par og skriv ned svarene.

Mitä saatethaan tehä ette pteetin viljelystä tullee kantamavoimasta?

Hva kan man gjøre for at dyrkingen av poteter blir så bærekraftig som mulig?

Mikä saattaa mennä väärin ko viljelhään pteettii?

Hva kan gå feil med dyrking av poteter?

Fase 2

Mai

Klargjøring av potetland - hva må vi gjøre først med jord?

I denne fasen bør dere finne ut hvor potetlandet skal være.

Velg hva slags metode dere skal bruke for å etablere potetland.

Skal det dyrkes på bakken eller i plantekarmer, sekker, bøtter eller gjenvunnede materialer?

Finn eller kjøp gjødsel. Se bonusoppgave!

Jordforbedring (matjord skal blandes med gjødsel og jord).

Vend jorden med hakke, spade og harv.

Her kan man godt bruke vekstjord som fås kjøpt på hagesentre o.l. Denne er ferdig gjødslet og kalket, og inneholder derfor mye av de næringsstoffene potetene trenger for å vokse. Alternativet er å bruke naturlig gjødslet jord eller blande jord selv med naturlig gjødsel.

Klargjøring av potetland (også grønnsaksbed, blomsterbed eller urtebed).

Vi trenger: grev, hakke, spade, harv, trillebår og bøtter.

HUSK DOKUMENTASJON!



Arbeidsoppgave 1

Etti sannoi kvääniksi tekstistä. Mikä sana tullee keskelle?

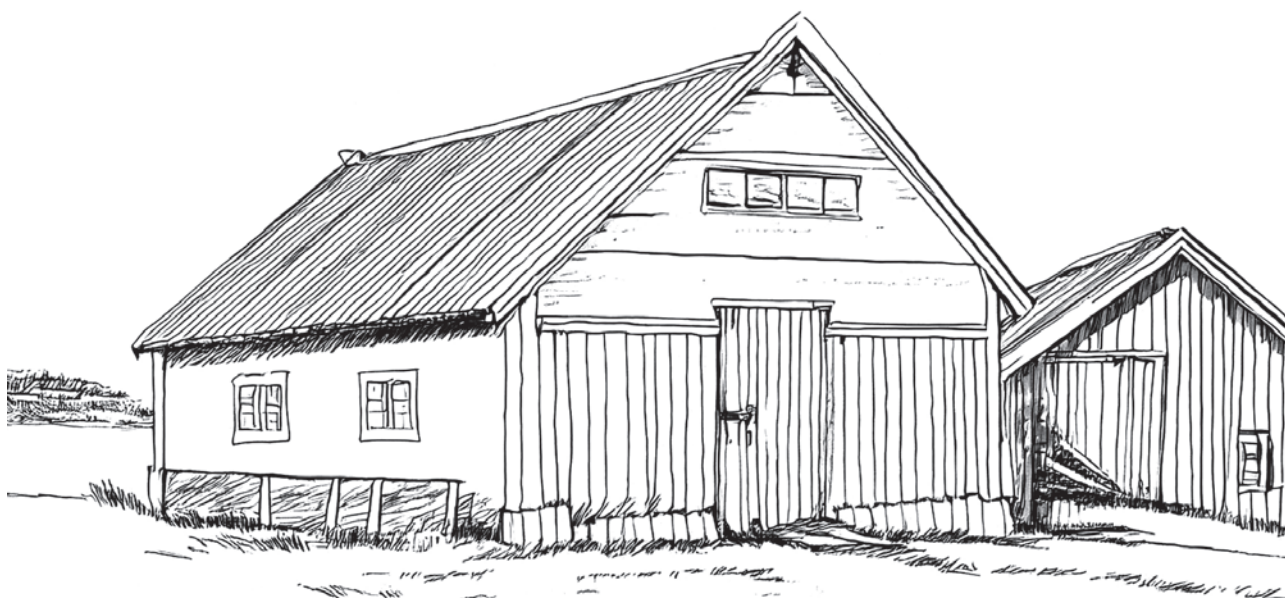
Finn kvenske ord i teksten. Hvilket ord blir det på midten?

Kasuta, kylvätä, lappii, kukkapeti, idättää, vesikannu, kuokka, kylrötteri, kastela, hernet

X	Y	L	A	P	P	I	I	B	C	D
Ä	Ö	W	V	K	U	O	K	K	A	C
K	Y	L	R	Ö	T	T	E	R	I	Y
F	K	U	K	H	E	R	N	E	T	W
Ö	K	A	S	T	E	L	A	A	Z	B
G	I	D	Ä	T	T	Ä	Ä	T	Ä	R
K	Y	L	V	Ä	T	Ä	A	T	Ö	Ä
Z	X	V	E	S	I	K	A	N	N	U
J	F	S	I	E	M	E	N	Q	Z	U
R	K	U	K	K	A	P	E	T	I	B
T	R	Ä	U	K	A	S	U	T	A	X

Arbeidsoppgave 2

Fargelegg og tegn potetlandet foran fjøset.



Bonusoppgave

Ta en tur til fjæra. Plukk opp tang og tare. Skyll bort salt og bland tangen og taren med jord.

Hent gjødsel fra en lokal bonde. Man kan bruke kumøkk, hestemøkk, sauemøkk og hønsemøkk som naturlig gjødsel.



Fase 3

Mai

Pynting av potetland.

Hvordan kan vi pynte potetlandet? Bruk håndverk!

Gjerde

Lag et seljegjerde eller lignende rundt potetlandet. Hent og klipp seljekvister, stikk dem i jorden rundt potetlandet og tvinn eller knytt dem sammen med hampetau.

Klatrestativ

Lag klatrestativ for erter eller blomster. Hent eller klipp trepinner fra naturen.

Bruk hampetau til å knytte pinnene sammen til et klatrestativ for planter.

Vi trenger: arbeidshansker, hagesaks, kniv, saks, hampetau og naturmaterialer.



Gjenvinning

Gjenvinning av gamle ting til blomsterpotter. Bruk kreativiteten!

Pynt pottene, bor hull og sett inn jord og plante.

Vi trenger: lecauler, filterduk, jord, bøtter og spann, hagespade, bor, hansker og små planter eller frø.

HUSK DOKUMENTASJON!

Arbeidsoppgave 1. Skilting av potetland

Design og mal skilt til alt som dyrkes på potetlandet. Bruk akrylmaling og pensler fra skolen eller hjemme, materiale til skiltplate, trepinne bak skiltet, skruer til å feste dem sammen.

Finn kvenske og norske ord i ordlistene i arbeidsboken. Du kan skrive/male begge ordene på skiltet!



Sanalista kvääni ordliste norsk

puteetti	potet
puteettimaa	potetland
siemenputeetti	settepotet
kylvätä (v.)	plante (v.)
ittäät (v.)	spire (v.)
kasuta (v.)	vokse (v.)
kasvu	plante
siemen	frø
hernet	erte
kukka	blomst

Sanalista kvääni ordliste norsk

kukkapeti	blomsterbed
kukkiit (v.)	blomstre (v.)
maa	jord
höystö	gjødsel
hilsku	ugress
lehmänsonta	kumøkk
päivänpuoli	solsiden
kesä	sommer
siljo	gårds plass

Arbeidsoppgave 2. Lag potettrykk

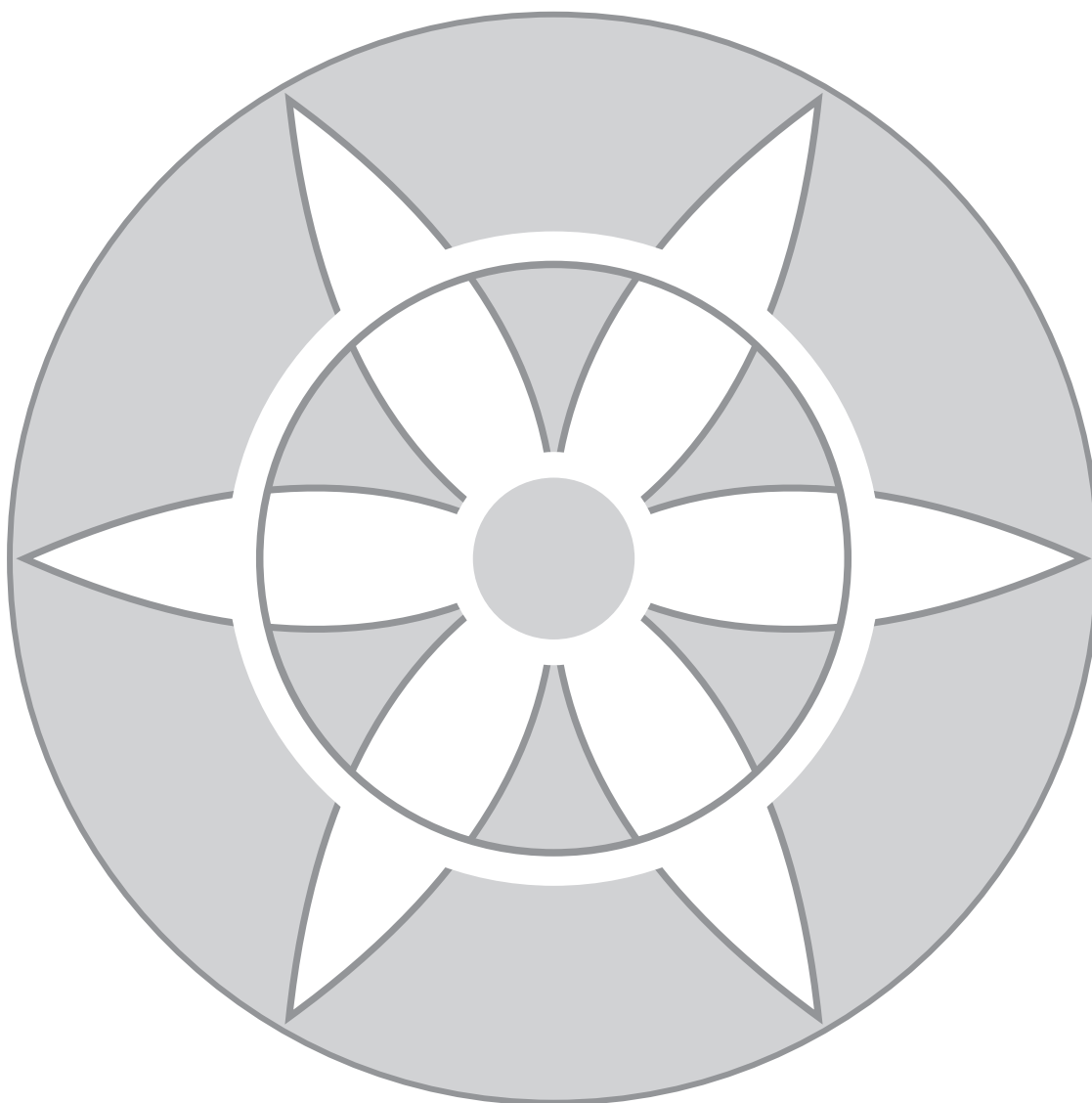
Vi trenger: store poteter, kniv, maling, en svamp og noe å trykke på.

Skjær poteten i to.

Tørk av snittflatene på poteten.

Skjær ut deler av potetens overflate for å lage et mønster.

Mønster kan være f.eks. kvenrosen fra det kvenske flagget.



Bland maling slik at du får den fargen du ønsker. Du kan bruke tekstilfarge hvis du trykker på stoff.

Dypp svampen i malingen og press svampen mot poteten.

Press poteten mot overflaten du ønsker å stemple.

Tips! Stempelet kan brukes om igjen. Bare tørk av overflaten og dypp det i en ny farge!

Tips! Du kan sy et redesignet handlenett fra gamle gardiner eller putetrekk og trykke et fint mønster på det!

Fase 4

Juni

Såing av potetene

Når det har vokst ut groer på potetene, er de klare til å settes i jorden. I Finnmark er det gjerne fint å sette poteter en gang mellom 1. juni og Sankthans. Det viktigste er at jorden er tilstrekkelig oppvarmet.

Vi trenger: lysgrodde poteter, arbeidshansker, grev, hakke, spade og harv.

I bed eller åker ute:

Sørg for at jorden er løs og luftig (ned til minst 20 cm), og at den er gjødslet med naturlig kompost og/eller husdyrgjødsel. Du kan også bruke tang og tare som gjødsel.

Pass på at stedet dere velger, får mye sol, for det trenger potetplantene for å trives. Hvor er øst, sør, vest og nord?

Grav en fure i jorden som er rundt 7-10 cm dyp. Sett så potetene ned i furen med 25-30 cm mellomrom. Hvis du skal ha flere furer bortover, pass på at det er 75-80 cm mellom hver fure. Til slutt lukker du furen ved å legge jorden oppå potetene du har lagt ned. Her er det viktig at det er nok jord oppå potetene (rundt 6-8 cm), sånn at vi ikke får grønne poteter. De kan vi nemlig ikke spise. Pass på at jorden ikke er for tørr. Er den det, må den vannes. Til vanning bruker man helst innsamlet regnvann, som er den naturligste og mest bærekraftige vanningsmetoden.



I veksthus, potte, sekk eller lignende:

Pass på at du setter pottene/sekkene/holderne et sted hvor det er mye sol, for det trenger potetplantene for å trives. Ha vekstjorden over i det du ønsker å dyrke poteten i. Grav så omtrent 7-10 cm ned i jorden og sett poteten ned i hullet du har gravd. Til slutt legger du jorden oppå poteten du har lagt ned. Her er det viktig at det er nok jord oppå potetene (rundt 6-8 cm), sånn at vi ikke får grønne poteter. De kan vi nemlig ikke spise. Pass også på at det du dyrker poteten i, er minst 30 cm i diameter, slik at potetplantene får vokse seg store. Hvis jorden er tørr, kan du godt vanne den.

Sanalista kvääni	ordliste norsk
harava	rive
haravan pii	rivetann
hilsku	ugress
hilskuut, ottaat hilskut, kiskoot hilskui	luke ugress
höystö	gjødsel
ittäät	spire
konstihöystö	kunstgjødsel
kuokka	grev
kylvätä	så
lappii	spade
lehmänsonta	kumøkk
maa	jord

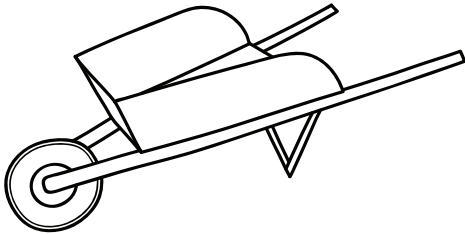
Sanalista kvääni	ordliste norsk
neuvot	redskaper
peittäät yli	dekke over (poteter med jord, hypping)
puuharava	trerive
rautaharava	jernrive
ränni	renne, fure, fordypning
silittäät	slette (med rive)
sonta	møkk
vesikannu	vannkanne
vikatet	ljå

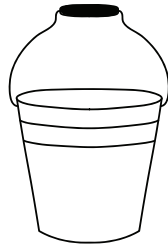


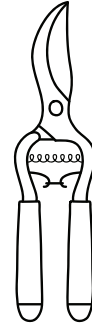
Arbeidsoppgave 1

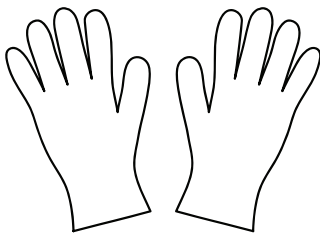
Työneuvvoi - kirjoita työneuvoin nimet kvääniksi.

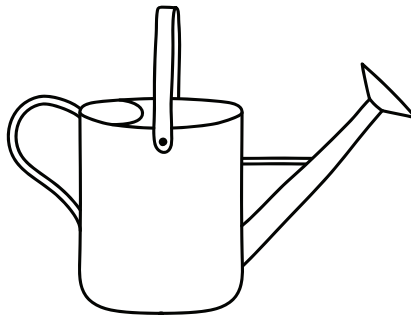
Redskaper - skriv inn navn på redskapene på kvensk.

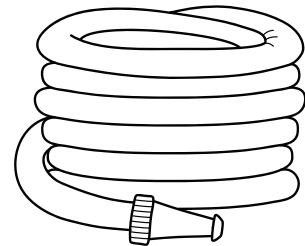


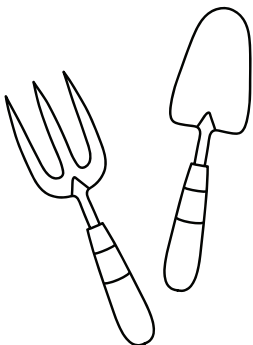


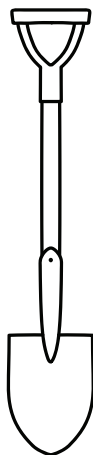


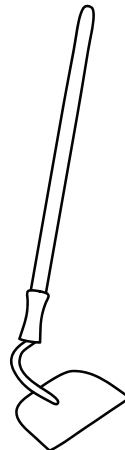


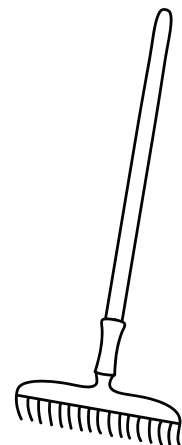












Arbeidsoppgave 2

Muistele toisile mitä näjet kuvassa. Mitkä kampheet hänelä oon päälä? Kirjoita ylös sanat.

Fortell til andre hva du ser på bildet. Hva har han på seg? Skrive ned ordene på norsk.



Hänelä oon _____

Saappaat _____

Lakki _____

Työhanskat _____

Housut _____

Paita _____

Fase 5

Juni

Vanning

Mens vi venter på at potetene våre skal bli større, må vi også passe på at de får nok vann. Her må vi være særlig påpasselige rundt 2-3 uker etter at de har spiret, og frem til de kan høstes. Ofte regner det nok til at vi ikke trenger å vanne, mens andre ganger er det lite regn om våren og sommeren. Er du usikker på om du bør vanne, kan du stikke fingeren 3-4 cm ned i jorden. Hvis det er tørt, bør det vannes.

Vi trenger: helst vann fra elva, bekken eller innsamlet regnvann.

Bruk vannkanner eller bøtter når du vanner. Bruk tønne eller balje til innsamling av vann.

HUSK DOKUMENTASJON!

Arbeidsoppgave 1

Samle inn regnvann et sted nær potetlandet.

Arbeidsoppgave 2

Diskuter i gruppen hvem som skal vanne potetlandet i sommerferien.

Arbeidsoppgave 3

Diskuter i gruppen hvem som skal ha ansvar for å fjerne ugress fra potetlandet i sommerferien.

*Vanhoi työneuvoi.
Gamle redskaper.*



Fase 6

Juli

Hypping av poteter

Når potetriset spirer og er blitt omtrent 15-20 cm høyt, er det på tide å hyppe. Det betyr at vi graver små grøfter mellom radene med poteter i åkeren eller bedet vi dyrker potetene i, og pakker denne jorden rundt potetriset som stikker opp av jorden. Da står planten i en liten haug med jord, og stikker altså bare litt opp av jorden.

Grunnen til at vi hypper, er for at potetplanten skal kunne lage flere poteter. Hvis potetene gror i bøtte, sekk eller lignende, fyller du bare på med mer jord i stedet for å hyppe når plantene dine blir omtrent 15-20 cm høye. Vi passer ekstra godt på at potetene våre ikke blir grønne fordi de ligger for høyt opp i jorden.

Vi trenger: arbeidshansker, grev, hakke, spade og harv.

HUSK DOKUMENTASJON!



Arbeidsoppgave 1

Tegn og fargelegg bildet med dyr som kan finnes seg i naturen eller i potetlandet, f.eks. fugler, sommerfugler og bier.



Fase 7

September

Høsting av poteter

Nå har tiden endelig kommet for å høste potetene! Avhengig av hva slags sort dere har plantet, hvor i landet dere bor og hvordan været har vært i sommer, bør potetene deres være klare en gang i slutten av august/september/helt i starten av oktober.

For å finne ut om potetene deres er ferdige og store nok, kan dere grave forsiktig rundt en potetplante for å sjekke hvor store potetene har blitt. Så er det bare å grave opp potetene en dag det er bra vær.

Gi gjerne potetene tid til å tørke litt på bakken før de plukkes og legges til lagring og bruk. Hvis potetene skal lagres en stund, er det alltid best å legge dem i luftige kasser.

Sånn! Nå har dere dyrket og høstet deres egne poteter som dere kan lage masse god mat med.

Vi trenger: arbeidshansker, grev, hakke, spade, harv, trillebår og bøtter eller kasser.

HUSK DOKUMENTASJON!



Fase 8

September

Bruk av poteter til matlaging

Formålet med opplegget er at elevene skal få kunnskap om potetens næringsinnhold og hvordan den enkelt kan brukes i matlaging.

Elevene må i praktiske situasjoner bruke teknikker, redskaper og rom- og vekt mål når de tilbereder retter med poteter og eventuelt andre spiselige vekster som råvarer.

I denne boken presenterer vi ulike tradisjonelle kvenske oppskrifter, som gir elevene mulighet til å skape og prøve ut nye retter med bruk av lokale matressurser. De skal også kombinere tradisjonelle smaker i matlagingen og forbedre oppskrifter, menyer og anretning av mat.

Samtidig får elevene oppgaver der de skal vurdere informasjon om matproduksjon på en kritisk måte og drøfte hvordan forbrukermakt kan påvirke lokal og global matproduksjon. Det er viktig å vurdere potetens klimaavtrykk og hvordan matretter med lokalproduserte poteter påvirker miljøet, klimaet og matsikkerheten.

HUSK DOKUMENTASJON!



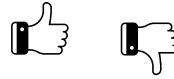
Arbeidsoppgave 1

Putaatiruokkii - mitä saatamma laittaa putaatista?
Potet som matvare - hva kan man lage av potet?

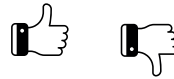
Oletko maistanu?
Har du smakt?

Tykkäätkö?
Liker du det?

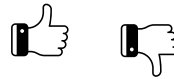
1. _____



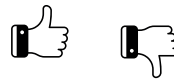
2. _____



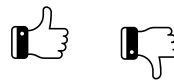
3. _____



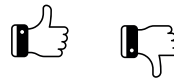
4. _____



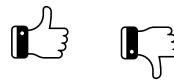
5. _____



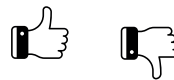
6. _____



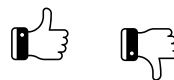
7. _____



8. _____



9. _____



Arbeidsoppgave 2

Krönsaakkerit/vihriset - saatatko muistella 10 eri krönsaakkerii? Oletko maistanu? Tykkäätkö?
Grønnsaker: - kan du huske 10 forskjellige grønnsaker? Har du smakt? Liker du det?

1. _____



2. _____



3. _____



4. _____



5. _____



6. _____



7. _____



8. _____



9. _____



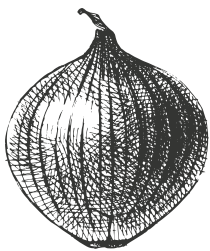
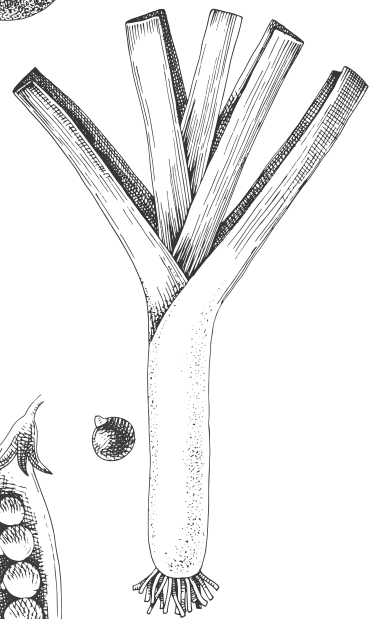
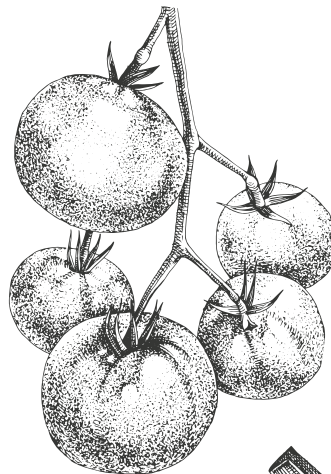
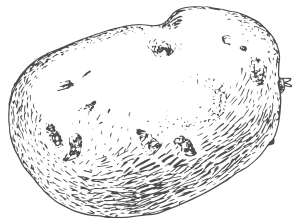
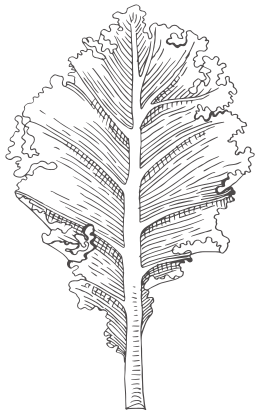
10. _____



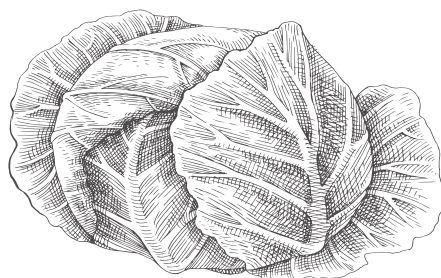
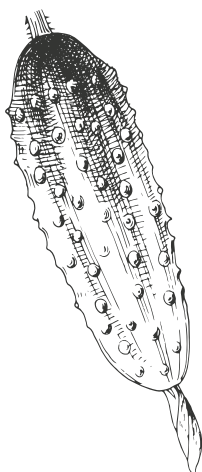
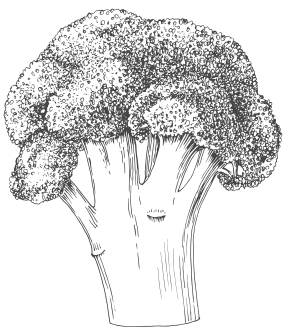
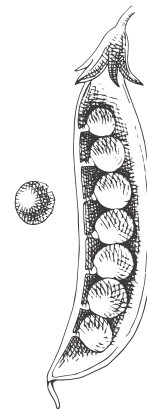
Arbeidsoppgave 3

Tägnää streekin oikkeen kivan ja sanan välile.

Tegn strek mellom bilde og ord.



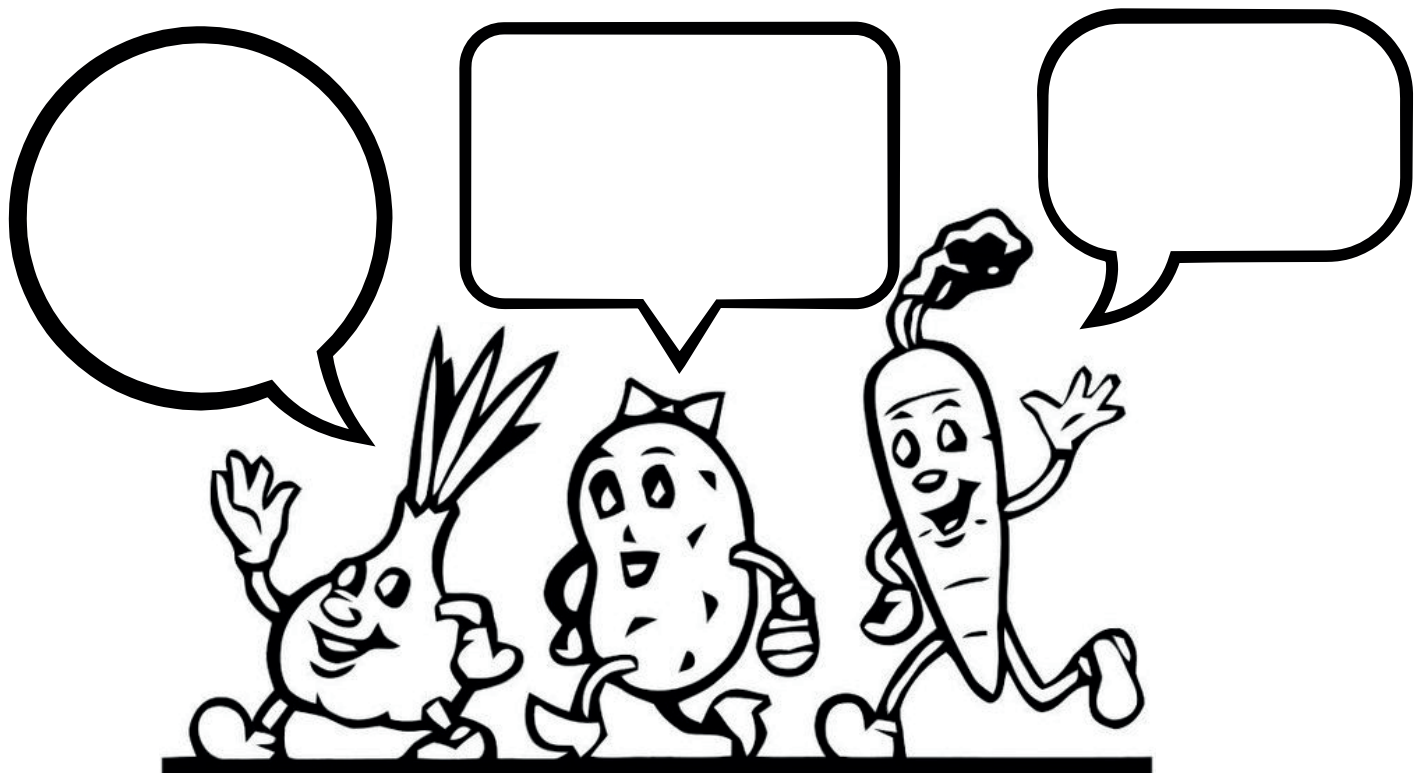
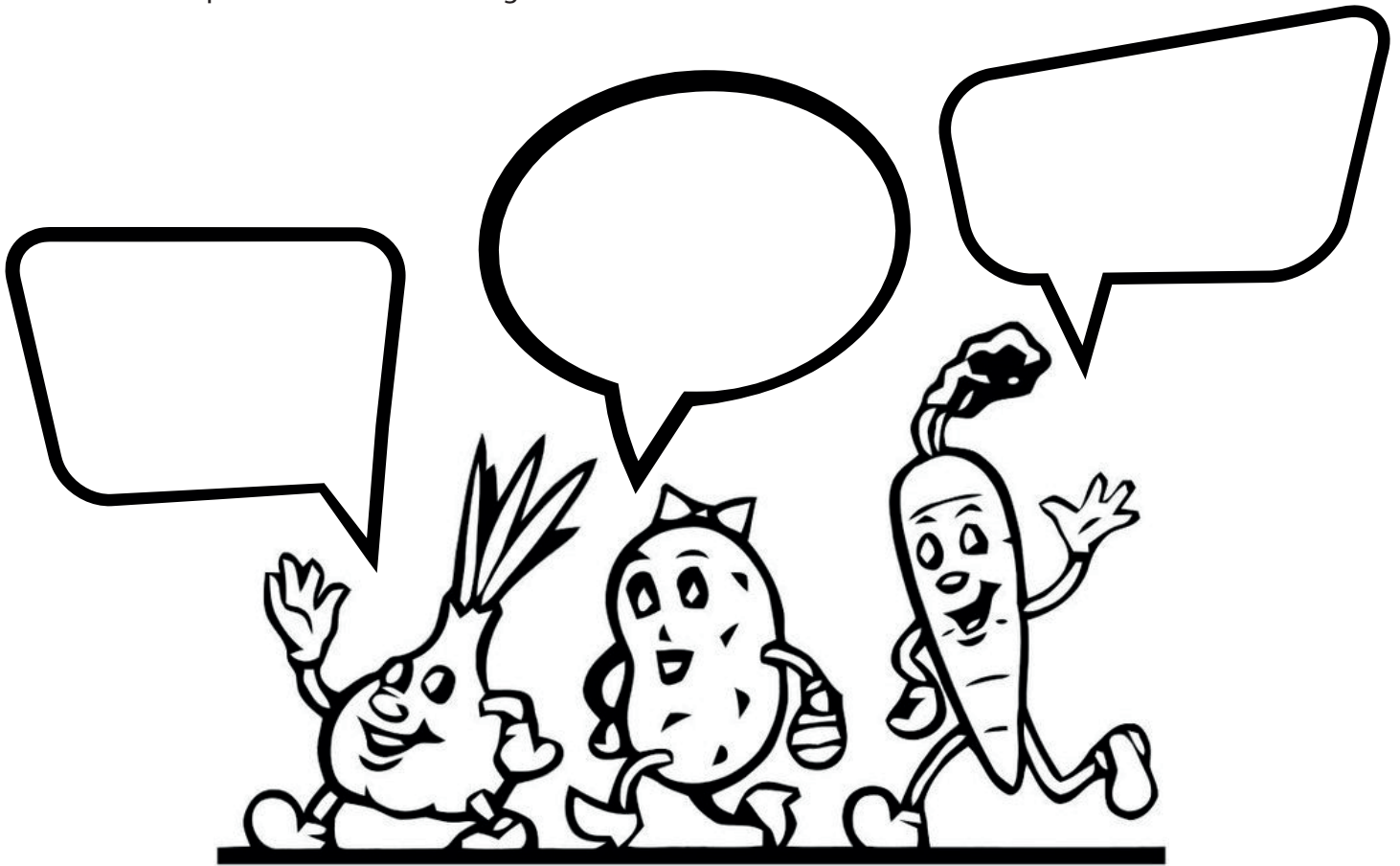
1. Puteetti - potet
2. Kylrötteri - gulrot
3. Kaali - kvitkål
4. Hernheet - erter
5. Kukkakaali - blomkål
6. Lööki - løk
7. Pyrrelööki - purreløk
8. Brokkoli - brokkoli
9. Tomaatti - tomat
10. Agurkki - agurk
11. Salaatti - salat



Arbeidsoppgave 4

Kirjoita tahi praattaa mitä net sanothaan meile/meistä.

Skriv eller prat om hva som blir sagt til oss/om oss.



Kväänin reseptii/Kvenske oppskrifter

Pannelapskaus	Pannulapsköysi
1 lammebog	1 lamphaanlapa
Gulrøtter	Kylrøtterii
Løk	Löökkii
Poteter	Puteettii
Skjær kjøttet, gulrøttene, løken og potetene i passende biter.	Leikkaa lihat, kylrøtterit, löökit ja puteetit passeliiksi palaisiksi.
Del beina og bland alt i en stor ovnspanne.	Pane kaikki nämät ishoon uunipannhuun. Jaja luut, ja pane netki pannhuun.
Stekes i stekeovn på 200 grader.	Paista paistiuunissa 200 graadissa.
Når alt er mørt og har fått fin farge, er det ferdig.	Ko kaikki oon murreeta ja saanu finin färin, niin silloin se oon valmis.
Spises med smurt brød eller flatbrød til.	Syö voileivän tahi näkkileivän kans.

Bærsuppe	Marjavelli
6 dl bær (blåbær, muldebær, tyttebær)	6 dl marjoi (mustikkaa, hillaa, puolaa)
1 liter vann	1 litra vettä
3-4 ss sukker	3-4 rkl sokkerii
2 ss potetmel	2 rkl puteettijauhoo
Litt kaldt vann	Vähäisen kylmää vettä
Kok opp vann.	Keitä veden.
Tilsett bær og sukker og kok til bæra er møre.	Lissää marjat ja sokkerin, ja keitä siksi ko marjat oon pehmeet.
Ta kasserollen av platen og tilsett blandingen av potetmel og kaldt vann.	Ota kasteroolin plaatalta ja lissää puteettijauhot jotka oon sekoitettu vetheen.
Serveres varm.	Tarjoile lämpimännä.
Pynt med spiselige blomster.	Korista syötävillä kukila.

Potetlelse / potetkake	Puteettikakot
1 kg poteter med skall	1 kg puteettii kuoriin kans
1 ts salt	1 tl suolaa
120 g hvetemel (til ønsket konsistens)	120 g nisujauhoo (passelisti)
3 ss hvetemel til utbaking	3 rkl nisujauhoo paistamista varten
Kok eller damp potetene møre med skallet på.	Keitä eli höyrytä puteetit pehmeeksi. Älä kuori niitä ensistä.
Fjern skallet mens potetene er varme.	Kuori puteetit ko net oon kypsyt ja ko net oon vielä lämpimät.
Mos potetene i to omganger.	Murskaa puteetit kahdessa joukossa.
Tilsett saltet og elt godt sammen med hendene.	Lissää suolaa ja sekoita hyvin yhtheen käsillä.
Fortsett å elte med hendene mens du tilsetter melet litt etter litt. Når deigen er klar, skal den være myk og smidig og ikke klistre seg til hendene.	Jatka sekoittamista käsillä ja lissää jauhoo vähän kerralla. Jatka siksi ko taikinasta tullee kirkasta, pehmeätä ja silleetä, ja ko se ei tartu enää käshiin.
Klapp kakene runde med hendene.	Taputa kakot ymmyräisiksi.
Stikk med gaffel så lefsene ikke blåser seg opp under steking.	Pistä kaffelilla reikkii kakkhoin niin ette net ei puhalu ylös paistamisen aikana.
Stek potetlefsene raskt på begge sider i en tørr stekepanne eller takke på middels til sterk varme. Avkjøl.	Paista puteettikakot hopusti molemilta puolilta kuivala paistipannula tahi keskikuumassa uunissa. Anna jähtyyt.
Smør lefsene med smør først og dryss sukker og kanel oppå smøret.	Voitele kakot voila ja varista sitte voin pääle sokkerii ja kanelii.

Uusii reseptii/Nye oppskrifter

Eksperimenter gjerne og finn dine egne oppskrifter! Bruk urter og spiselige blomster!

Hjemmelaget potetsalat	Kotitekoinen puteettisalaatti
1 kg nypotet	1 kg uusii puteettii
3 selleristenger	3 sellerin varrasta
1 paprika	1 paprika
2 vårløk	2 kevätlöökkii
En bunt frisk persille og andre urter	Yksi puntti persillii ja muita yrttii
Dressing:	Dressinki:
6 ss majones	6 rkl majoneesii
5 ss crème fraîche	5 rkl crème fraîche
1 ts hvitvinseddik	1 tl valkoviinietikkaa
½ ts salt og sort pepper	½ tl suolaa ja mustapippurii
2-3 ts revet sellerirot	2-3 tl revitty sellerin juurta
Kok nypotetene med skall og avkjøl dem lett.	Keitä uudet puteetit kuoriin kans, ja anna niitten jähtyyt.
Klargjør ingrediensene og bland dressing av majones og crème fraîche.	Nosta framile kaikki tarpheet. Sekoita majoneesin ja crème fraîche.
Smak til med eddik, salt og pepper.	Höystä etikalla, suolala ja pippurilla.
Tilsett revet sellerirot og de friske krydderurtene, men spar noen fine blader til pynt.	Lissää sellerin juuren ja vereket höystöyrtit, mutta säästä pikkuisen lehtii koristukseksi.
Bland nypotetene, ferske selleristenger, paprika og vårløk forsiktig med dressingen og la blandingen stå og trekke smak i god tid før servering.	Sekoita puteetit, sellerinvarthaat, paprikan ja kevätlöökin varovaisesti dressingin kans. Anna sekoituksen seissoot ja maustuut hyvän aikkaa ennen ko serveeraat sen.
Pynt med friske urter og spiselige blomster.	Korista vereksillä yrtilä ja syötävillä kukila.

Hjemmelaget potetgull	Kotitekoinen puteettilastu
Poteter	Puteettii
Olivenolje	Oliiviöljyy
Salt	Suolaa
Krydder	Höystheitä
Sett ovnen på 160 grader varmluft.	Pane uunin lämpenemhään, 160 graadhiin. Pane lämpöilman päälle.
Vask potetene godt (det er ikke nødvendig å skrelle dem).	Pese puteetit hyvin (mutta niitä ei tarvitse kuoriit).
Skjær dem i tynne skiver med en skarp kniv, mandolin eller østehøvel.	Leikkaa ne ohukaisiksi kiivuiksi terävällä veittellä, mandoliinila eli juustohöylälä.
La skivene ligge i rennende kaldt vann i ca. 15 minutter.	Anna kiivuin olla kylmässä ja huilaavassa vedessä nuoin 15 min.
Tørk potetskivene med papir.	Kuivaa puteettikiivut paperilla.
Ha potetene i en skål og hell over olivenolje (2 ss) og litt salt (0,5 ts) og gni godt inn.	Pane puteetit maljhaan ja kaaja päälle oliiviöljyy ja pikkusen suolaa, ja sekoita hyvin.
Legg potetene i ett lag på et bakebrett dekket med bakepapir.	Pane puteetit leipomapretale jolla oon leipomapaperi.
Bak i ovnen til at potetskivene blir sprø.	Paista uunissa siksi ko puteettikiivut oon höperät.
Etter steiking kan du tilsette også andre krydder. Eksperimenter med andre smaker - for eksempel litt paprika- eller chilipulver, eller hakket frisk rosmarin eller timian.	Lissää muut höystheet sitte paistamisen jälkhiin. Freistaa kans muita makkui - esimerkiksi paprika- eli chilipulverii, tahi hakkattuu verestä rosmariinii tahi timiamii.

Ovnsbakt potet	Uuniputeetit
Store poteter	Suurii puteettii
Aluminiumsfolie	Alumiinifolio
Kryddersmør:	Höystetvoi:
200 g smør	200 g voita
1 ss piffikrydder / grillkrydder	1 rlk piffihöystettä / grillihöystettä
1 ss paprikapulver	1 rkl paprikapulverii
½ ss løkpulver	½ rkl löökipulverii
1 fersk hakket hvitløksfedd	1 hakattu valkolöökin venet
1 ts estragon	1 tl estragonii
1 ts cayennepepper	1 tl cayennepippurii
Rømmedressing:	Syyryflööttidressinki:
1 beger lettrømme	1 pikari syyryflööttii
2 stk hvitløksfedd	2 valkolöökin venettä
½ ts salt	½ tl suolaa
¼ ts nykvernet pepper	¼ tl jauhettua pippurii
1 dl friske, finhakkede krydderurt (basilikum, oregano eller gressløk)	1 dl vereksii, hakattui höystetyrttii (basilikumii, oreganoo tahi ruuholöökkii)
Sett stekeovnen på 200-225 °C.	Lämmitä uunin 200-225 °C graadhiin.
Pakke potetene inn i aluminiumsfolie og steike på en stekerist eller et stekebrett ca. 60-80 minutter.	Pakkaa puteetit alumiinifolihoon ja paista net uunissa, n. 60-80 minuttii.
Lag eget kryddersmør eller rømmedressing som tilbehør til bakt potet.	Laita höystetvoin tahi syyryflööttidressingin tilpehööriksi putaatin kans.
Pynte med urter og spiselige blomster.	Korista vereksillä yrtiilä ja syötävillä kukila.

Potetbåter i stekeovnen	Paistetut puteettivenheet
Poteter	Puteettii
Rapstolje eller smør	Rapsiöljyy eli voita
Salt	Suolaa
Pepper	Pippurii
Paprikapulver	Paprikapulverii
Fersk timian	Verestä timiamii
Vask potetene og skjær dem i båter.	Pese puteetit ja leikkaa net venheiksi.
Forvarm ovnen til 250 grader.	Lämmitä uunin 250 astheeseen.
Smør bunnen av en ildfast form med olje eller smør.	Voitele uuniformun öljylä eli voila.
Fordel potetbåtene jevnt utover (slik at de ligger med skallsiden ned). Potetene bør ikke ligge i en stor haug. Dryss over godt med salt.	Levitä puteettivenheet tasaisesti formhuun (kuori alapuolela). Puteetit ei pidä olla isona kasana. Varista päälle suolaa.
La potetene stå midt i ovnen i ca. 10 minutter før du tar formen ut av ovnen. Den høye temperaturen og det faktum at vi ennå ikke har hatt olje eller smør på oversiden av potetene, gjør at fuktigheten blir presset ut av potetene (dekker du dem med olje før dette tidspunktet, slipper ikke fuktigheten ut) slik at de blir myke og fluffy inni og sprø og deilige utenpå.	Anna puteettiitten paistuut uunissa n. 10 minuuttii ennen ko otat net uunista ulos. Kosteus tullee puteetiista ulvos, ko paistama net kuumassa temperaturissa ja ko met emmä pane niitten päälle vielä öljyy eli voita. Puteetiista tullee näin pehmeet ja ilmaavat sisältä, ja höperät ulkopuolelta.
Senk temperaturen i ovnen til 200 grader. Krydre med salt og nykvernet pepper. Grovhakk noen håndfuller med fersk timian og bland den godt med potetene.	Alena temperaturin 200 graadhiin. Höystä suolala ja justhiinsa jauhetulla pippurilla. Hakkaa kouralisen timiamii. Sekoita höystheet hyvin puteetiitten kans.
Ha en god slump olje eller en klatt smør over potetene og bland godt. NB! Bruk en olje som tåler høye temperaturer.	Voitele hyvin öljylä tahi voila ja sekoita uuesti. Käytä öljyy joka kestää kuumaa temperatuuri.
Sett formen tilbake i ovnen og stek videre til potetbåtene er gylne. Ta ut formen et par ganger underveis og rot litt i potetene slik at krydder og olje/smør blander seg. Hvor lang tid det tar, er litt avhengig av ovnen og størrelsen på potetene.	Pane uuniformun takaisin uunhiin ja paista niin kauvoin ette puteettivenheet oon kullanfäriset. Ota formun pari kertaa ulvos ja liikuta puteettiita niin ette höystheet ja öljy/voi sekoittuuvat. Paistamisaika henkkaa uunista ja puteetiitten kovosta.

Dokumentasuuni/Dokumentasjon

Ta kopi av denne siden til alle elever og lag et dokumentasjonshefte!

Tegn et bilde om det du har gjort, og skriv to setninger på kvensk!

PÄIVÄ/DAG NR:

PÄIVÄ/DAG NR:

