

# Tevling i Smørbrødskjæring



Hefte er revidert av  
Norges Bygdeungdomslag.

# VELKOMMEN TIL TEVLING I SMØRBRØDSKJÆRING

Brød og pålegg er noe av det mest jordnære og dagligdagse vi kan tenke oss. Hver dag smører tusenvis av nordmenn sin nistepakke, og smørbrød blir også brukt av de aller fleste til frokost, aftensmat og til selskap. Nistepakka og frokostskiva er grei og real kost, og legger vi litt mer arbeid i det, blir det den rene festmat.

Kostholdseksperter anbefaler økt bruk av brød, og da særlig de grove sortene. Med tanke på at mange barn og unge i dag ikke er flinke til å ta med seg en ordentlig nistepakke på skole/jobb, bør smørbrødskjæringstevlinga absolutt være en mulighet til å bygge opp under viktigheten av å spise mer brød.

En smørbrødskjæringstevling er dessuten et ypperlig utgangspunkt for medlemskvelder o.l. Man kan da gjøre bruk av forskjellige motto, alt fra hverdagssmørbrød til selskapssnitter. Her er det ingenting i veien for at deltakerne kan prøve seg to og to sammen, eller på lag (3-4 stk.). Bruk fantasien, og la smørbrødskjæring bli en skapende og morsom aktivitet rundt om i lokallaga!

## HVORFOR TEVLING I SMØRBRØDSKJÆRING

Smørbrødskjæring:

- ligger nær opp til dagliglivet
- bygger opp under viktigheten av nistepakke/skolemat
- fremmer brødets plass i kostholdet
- fremmer et ernæringsmessig og ressursmessig riktig kosthold
- stimulerer til økonomisk sans og bedre utnyttelse av råvarene
- oppøver praktisk ferdighet

## ARRANGØRENS OPPGAVER

Arrangøren har ansvaret for at arbeidsplassene er i orden og at alle deltakerne har de råvarer som skal til. Arbeidsplassene skal være nummerert og oppmålt. Hver tevler bør minimum, få 80 cm. plass, men gjerne mer hvis plassen tillater det. Ved hver plass skal det ligge startnummer som festes til forkleet. Selvklebende etiketter egner seg godt til merking av anretningsfat. Når tevlingsplassen skal det være anledning til å vaske hendene, samt til å fukte medbrakte kluter. Stoler settes frem, da det ansees som en fordel at deltakerne sitter mens de arbeider..

Arrangøren sørger for at dømmeskjemaer til dommerne er utfyllt. (Bruk gjerne et brett eller en papplate til underlag). Det må også være i orden med tidtakere. Så sant plassen tillater det, må publikum få adgang til tevlinga, men sørg for at de ikke forstyrrer eller går i veien for dommere og deltakere. Arrangøren gir en orientering om arrangementet før tevlinga starter. Deltakerne må her få anledning til å spørre om noe er uklart. Tidtakinga starter når alle har forsynt seg med råvarer.

Arrangøren skaffer:

- Brød (2-3 slag): grovbrød, loff og evt. halvgroft brød. Brødet er lettest å skjære når det er 2-3 dager gammelt.
- Variert pålegg: kjøttpålegg, fisk, leverpostei, eggprodukter (kokte egg, eggerøre, o.s.v.), ost, grønnsaker og frukt.
- Meierismør: Smøret bør deles opp og legges på skåler. Skålene settes ut på tevlernes plasser.

Anretningsfat bør være like for alle tevlere i samme klasse. Bruk ikke for små anretningsfat.

Felles på råvarebordet:

- Forskjærkniver/brødkniver
- Eggedeler for båter og skiver - Ostehøvel
- Matpapir
- Papirhåndkle
- Arbeidstallerken eller brett

## DOMMERE

Til tevlinga trengs 2-3 dommere pr. ca. 10 deltakere. Her kan brukes husstellærere eller tidligere tevlere. Send tevlingsregelen til dommerne på forhånd, slik at de får satt seg inn i fremgangsmåten ved dømninga. Det dømmes på nummer, og etter at poengsummene er innført og skjemaene underskrevet av dommerne, skal deltakernes navn føres inn.

Dommerne bør etter at tevlinga er avviklet, gå gjennom resultatene og gi konstruktiv vurdering av arbeidet som er utført. Da kan tevlerne gå hjem med ny lærdom og gode råd som de kan gjøre seg nytte av siden.

Vær oppmerksomme mot dommerne, gi dem et eget rom hvor de kan sitte uforstyrret, litt servering, og gjerne en liten hilsen som takk for hjelpen.

## TEVLERNES OPPGAVER

Deltakerne skal, individuelt, lage et innbydende smørbrødfat, med variert bruk av pålegg. Antall snitter bør være fleksibelt. En må her ta hensyn til anretningsfatets størrelse. 6-7 brødsiver (12–14 snitter) kan være et ca. antall. Brødskorpa skal ikke avskjæres.

Tevlerne bør tenke gjennom arbeidsgangen slik at de arbeider rasjonelt og ikke klusser for mye med matvarene. Godt planlagt arbeid er halve jobben. Vi sparer tid ved å ta mest mulig like arbeidsoppgaver under ett. Smørbrødene anrettes på utlevert fat.

Redskaper tevlerne skal ta med:

- Spekefjøl
- Arbeidskniv, evt. saks
- Smørekniv
- Arbeidstallerken
- Råvarebrett - Klut
- Forkle og hette
- Gjerne egen eggedeler

## FORSLAG TIL SAMMENSETNING AV BRØD, PÅLEGG OG PYNT

| <b>BRØD</b>     | <b>PÅLEGG</b>  | <b>PYNT</b>   |
|-----------------|--|---|
| Alle typer brød | Skinke<br>Kalverull  | Agurk, tomat, persille, svsker<br>Tomat, agurk, paprika, grønt, aspargestopper  |
| Grovt brød      | Servelat   |   |
| Loff            | Okserull<br>Sardiner<br>Torskerogn<br>Kokt fisk<br>Røkt makrell<br>Kokte poteter<br>Spekemat<br>Leverpostei<br>Kokte egg<br>Fiskepudding<br>Frukt Ost<br>Smørbrødsalater | Sitroner, dill<br>Agurk, sitron, persille, majones<br>Eggerøre, gressløk, tomater, agurk<br>Sild, spekemat, kaviar, agurk, tomat<br>Agurk, tomat, persille, eggerøre, kokt egg, rømme, gressløk<br>Agurk, rødbeter, kokte egg, paprika<br>Tomater, kruspersille, agurk, sild, spekemat, kaviar, majones<br>Sitron, reker, dill, majones, crabsticks<br>Druer, gele, majones<br>Frukt, reddiker, agurk, paprika, persille<br>Pynt med samme ingredienser som i salaten |

Salatblader passer til alle slags brød og pålegg.

## DØMMING

### 1) ARBEIDSSTILLING

Arbeidet skal utføres med ledige bevegelser og i mest mulig god og riktig arbeidsstilling. Mest mulig arbeid bør utføres sittende.

### 2) ARBEIDSMÅTE, ORDEN OG UTFØRELSE

Her tas hensyn til at deltakerne har planlagt sitt arbeid og innretter seg praktisk. Arbeidsoperasjoner samles mest mulig, og det skal være orden på arbeidsplassen. Renslighet, sortering av rester og avfall, og opprydding er viktig. Det er lov å forsyne seg l gang under tevlinga uten at det trekkes for det. Det skal trekkes for upassende arbeidsantrekk. En bør ha med seg det arbeidsutstyr som er praktisk for tevlinga. Ta med deg bare det du får bruk for.

### 3) ARBEIDSRESULTAT

- a. Brød og smør: Brødet skal skjæres jevnt i passe tykke skiver. Smøret skal smøres jevnt utover hele skiva, og på skivens største flate. (Det bør være et rimelig forhold mellom grove og fine brødsorter).
- b. Pålegg og pynt: Velg pålegg som passer til brødtypene. Bruk fantasien, og la pålegg og pynt sammen gi et delikat inntrykk uten at snittene virker overpyntet. Både pynt og pålegg bør passe både smaksmessig, ernæringsmessig og estetisk. Varier i pålegg og pynt, men del ikke opp for mye. Dekk hele skiva med pålegg.
- c. Helhetsinntrykk: Smørbrødene skal anrettes pent på et fat. Tenk på hvilke farger som passer sammen, samt på smørbrødernes plassering på fatet. Fatet skal se innbydende ut!

### 4) ØKONOMI

Deltakerne får fritt velge av det arrangøren skaffer til veie av råvarer. Minst mulig rester og avfall teller i bedømmelsen. Matnyttige rester skal ikke blandes med avfall. Tydelig overlessede smørbrød skal ikke premieres.

### 5) TID

Maksimaltid for tilbereding av smørbrød, anretning og ryddig er 30 min. Etter maksimaltidens utgang trekkes 1/4 poeng for hvert påbegynt minutt. Ved tevlinger kan arrangøren fastsette tid til å forsyne seg.

#### Poengskala

|                                    |             |
|------------------------------------|-------------|
| 1. Arbeidsstilling                 | 10 x 1 = 10 |
| 2. Arbeidsmåte, orden og utførelse | 10 x 2 = 20 |
| 3. Arbeidsresultat:                |             |
| a. Brød og smør                    | 10 x 1 = 10 |
| b. Pålegg og pynt                  | 10 x 1 = 10 |
| c. Helhetsinntrykk                 | 10 x 2 = 10 |
| 4. Økonomi                         | 10 x 2 = 20 |
| 5. Tid                             | 10 x 1 = 10 |
| 6. Totalt                          | 100 poeng   |

