



## MELLIS TEMA GRÖNSAKER

# Grönsaksdipp

### Det här behövs:

Blandade grönsaker som tex gurka, blomkål, champinjoner, morot, ärtskidor, selleri.

Gräddfil

Valfria kryddor (tex vitlök, salladskrydda, persillade)

### Gör så här:

1. Tvätta (och skala ev) grönsakerna, samt skär dem i avlånga bitar som passar att dippa.
- 2, Blanda gräddfil med valfri mängd kryddor.
- 3, Häll i skålar och låt barnen dippa!

### Att prata om när ni äter:

- Vad kan man dippa mer än det vi dippar idag?
- Vilka kryddor tror du passar i en dipsås?
- Vilken är din favoritgrönsak?