

## Heuvelrugrecepten gevraagd voor FOOD- festival

**HEUVELRUG** Weten kinderen welke eetbare planten, vruchten en noten te vinden zijn in de natuur? En: dat brood van graan gemaakt wordt dat op een akker groeit? Of dat kippen eieren leggen en koeien melk produceren? Om kinderen hiervan bewust te maken, houdt stichting 100% Heuvelrug een receptenwedstrijd voor kinderen. De prijsuitreiking vindt plaats op het festival 'FOOD, smaken van de Heuvelrug' op zaterdag 6 en zondag 7 juni.

Tot zaterdag 30 mei kunnen kinderen van groep 6 tot en met 8 een zelfverzonnen recept insturen met ingrediënten uit de natuur of uit de streek. Dus: een recept voor een taart met beukenootjes uit het bos en meel van de molen. Een toetje met zelf geplukte bramen of een pizza met ingrediënten uit de moestuin. Het recept mag mooi versierd worden. De prijsuitreiking is op zondag 7 juni op Kasteel Amerongen. Zie voor meer informatie, het inleveradres en ideeën [www.100procentheuvelrug.nl](http://www.100procentheuvelrug.nl).

Het festival 'FOOD, smaken van de Heuvelrug' op zaterdag 6 en zondag 7 juni heeft diverse leuke kinderactiviteiten. Op Landgoed Zuylestein maakt Iwan Dam in de Mega-leuke-kookshow een gerecht met ingrediënten die kinderen uit het publiek mogen uitzoeken. Groenten

met jelly beans of een plumpudding-drama, de voorstelling is in elk geval verrassend en leuk. In een workshop van kunstenaar Onno Lolkema kunnen de kinderen een stilleven maken van bloemen, groenten fruit en takken. Kinderen en volwassenen kunnen een ganzenhoeder en een jager ontmoeten, een prachtige grote moestuin bezoeken en een wandeling door de natuur maken om te zien welke eetbare ingrediënten er

te vinden zijn. Op een vuurtje maakt de natuurkok een soep van ingrediënten uit de natuur. Op zondag 7 juni, is op Kasteel Amerongen de hilarische voorstelling 'de Gillende Keukenprins' te zien. Bram Graafland bewijst dat koken, bakken, drummen en orgel spelen prima samengaan op zijn 'keukenorgeldrumstel.' Deze voorstelling is ook voor volwassenen. Hoe leuk is spelen met eten? In een workshop van Jodie

Grift mogen kinderen speelklei maken van natuurlijke voedingsmiddelen. De klei geurt naar kruiden en kan door kinderen zelf gekleurd worden met natuurlijke kleurstoffen. En dan maar lekker kneden. Voor meer informatie en het volledige programma, zie [www.100procentheuvelrug.nl](http://www.100procentheuvelrug.nl). Toegang voor kinderen gratis en voor volwassenen 5 euro. Meer informatie via [www.100procentheuvelrug.nl](http://www.100procentheuvelrug.nl).

