Matlagning

- Ta fram receptet och läs igenom det.
- Tänk på att det tar tid att laga mat.
- Ta fram ingredienserna.
- Sätt på ugnen om den ska användas.
- Ta fram de redskap du behöver, t ex kastruller, bunke, visp, slev, måttsats eller andra saker.
- Se till så att det finns en ren arbetsyta t ex en bänk eller ett bord där du kan göra i ordning maten.
- Tvätta händerna.
- Läs receptet så att du vet vad du ska börja med.



- Duka till så många som ska äta.
- Ät maten när den är varm i lugn och ro.
- Plocka undan när alla har ätit klart.
- Skölj av disken.
- Ställ disken i diskmaskinen eller diska för hand.
- Gör rent spisen och arbetsbänk och torka av bordet.