



International Pandekagedag

International Pandekagedag fejres, fordi i "gamle dage" begyndte man her en 40 dages faste frem til påske. I fasten var alle "hvide" ingredienser totalt forbudt, så derfor lavede man pandekager for at få tømt ud i de hvide varer som mel, æg og mælk – lige netop de ingredienser, der bliver brugt i en pandekage. Dagen ligger fast hver år, som den første tirsdag efter fastelavn, og i folkemunde blev den ofte kaldt "Hvide tirsdag".

Selvom vi ikke længere faster alle dage frem til påske, så er det stadig en måde at starte nedtællingen, ligesom vi fra første søndag i advent starter nedtællingen til jul.

I vores familie har vi ikke tidligere fejret International Pandekagedag, men det skal vi da i år, for helt ærligt: Pandekager på en tirsdag, så bliver det da ikke meget bedre 😊 Så tirsdag står den på pandekager til aftensmad og lidt leg og en snak om faste.

Idé til leg "Pust, pust, pust–legen".

Alle får en ballon og en plastikkop. Bordet skal være ryddet, så I kan spille. I stiller jer i den ene ende af bordet, hvor I placerer koppen foran jer på bordet. Nu gælder det om - alene ved brug af ballon - at få jeres kop pustet ned i den anden ende. Den kop, der først falder ud over kanten i den modsatte ende, har vundet. I må kun flytte koppen ved at puste ballonen op og lukke luft ud, men når der ikke er mere luft i ballonen, må I gerne puste den op igen. Falder ens kop ud over siden på bordet, starter man forfra.

Hvis man har små børn, kan det noget af en kraftanstrengelse at puste ballon op, men her kan I i stedet bruge en lille vatkugle, som pustes til ved brug af munden eller gennem et sugerør. Ryk evt. ned på gulvet og lav en start- og en slutlinje.

Faste

I Esajas bog 58, 6-7 står der: "Nej, den slags faste jeg ønsker, er, at I sætter de uretfærdigt anklaget fri, at I fjerner slavernes tunge byrder, at I løser de undertrykte fra deres lænker, at I deler jeres mad med de sultne, at I giver husly til de hjemløse, at I sørger for tøj til dem, som intet har og i det hele taget gør, hvad I kan for at hjælpe de behov, der findes lige omkring jer."

Spørgsmål til snak hjemme i familierne:

- Har du prøvet at faste fra- eller for noget, så del din historie og dine erfaringer med din familie i et sprog, omfang og dybde, der matcher børnenes alder og udvikling.
- Hvorfor tror I, at Gud så brændende ønsker, at vi skal være gode ved hinanden og vise hinanden kærlighed og omsorg?
- Hvilke behov kan I se omkring jer i jeres hverdag? Måske I som familie har lyst til at gøre noget sammen som markering af fasten... (find evt. inspiration i bibelverset ovenfor).

Find opskrift på klassiske tynde pandekager her <https://www.valdemarsro.dk/pandekager/> eller sunde bananpandekager her <https://mumum.dk/bananpandekager-nemme-og-sunde-pandekager/> eller køb dem færdige - hurtigt og nemt i dit supermarked.

God fornøjelse 😊