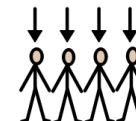


Instruktioner



TAKK-för-maten är en app som gör det lätt för alla att laga mat.



Appen är gratis och det finns 44 recept.



Det finns också en webbversion att använda

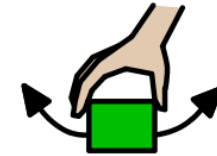


på din dator.

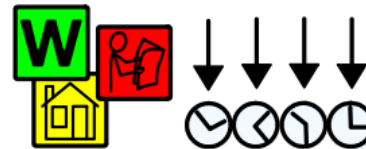


<https://matglad.nu/takk-for-maten/>

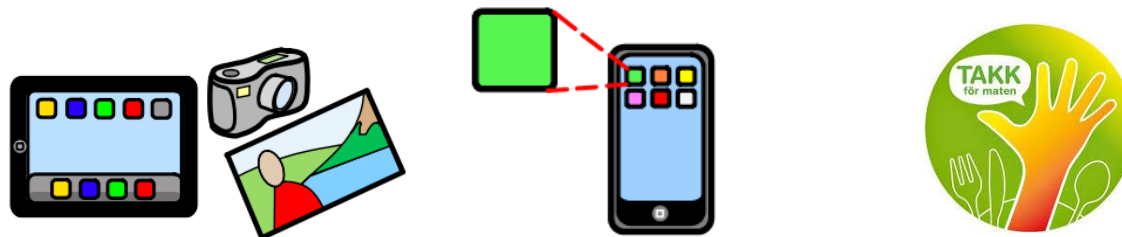




För tydliggörande instruktioner har följande använts:



Bildstöd från symbolbruket.



Skärmklipp från appen TAKK-för-maten.



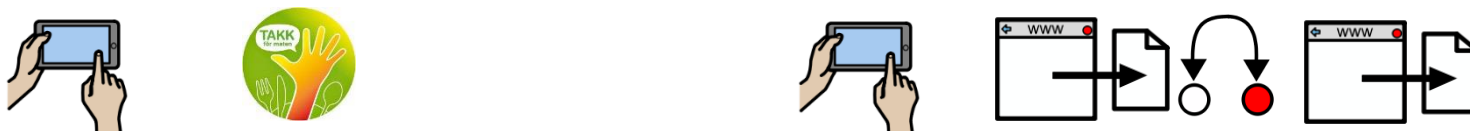
För att installera appen behöver du en surfplatta eller smartphone.



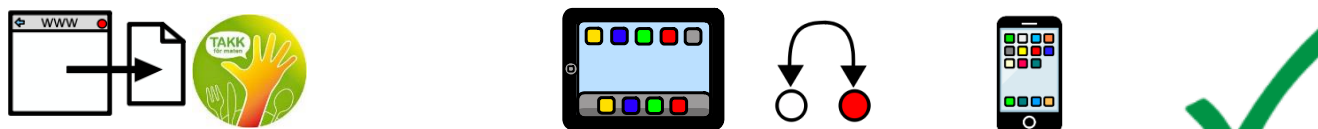
Öppna App-store eller Play Butik.



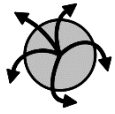
Klicka på sökfunktionen och skriv in TAKK för maten och klicka på sök.



Klicka på appen,  klicka på hämta eller installera.



Nu laddas appen ner i din surfplatta eller smartphone.



Överallt där du ser play-symbolen finns det information.



Informationen kan du både lyssna och titta på.



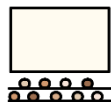
Klicka en gång till om du vill se informationen igen.



Öppna appen genom att klicka på TAKK-för-maten.



På startsidan kan du hitta information om TAKK-för-maten.



Klicka här för att titta på en demofilm om TAKK-för-maten.



Klicka på play så



börjar demofilmen.



Klicka här för att



komma till recepten.



Klicka på krysset för att gå



tillbaka till startsidan.

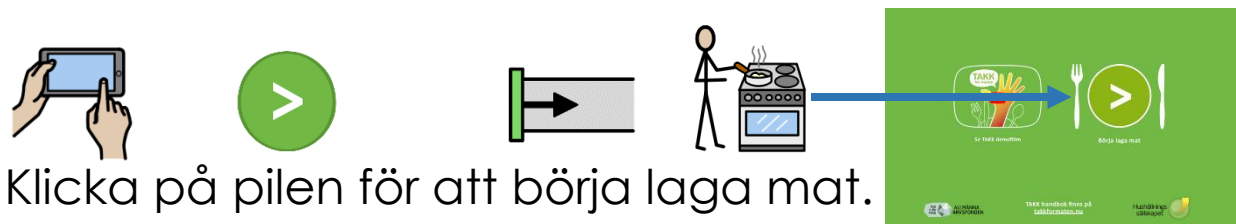
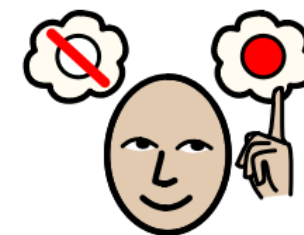


Här kommer du till takk-för-matens hemsida.



Här hittar du bland annat denna handbok.

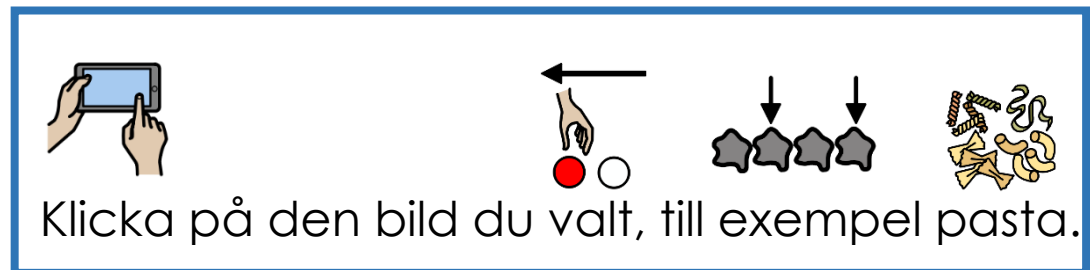




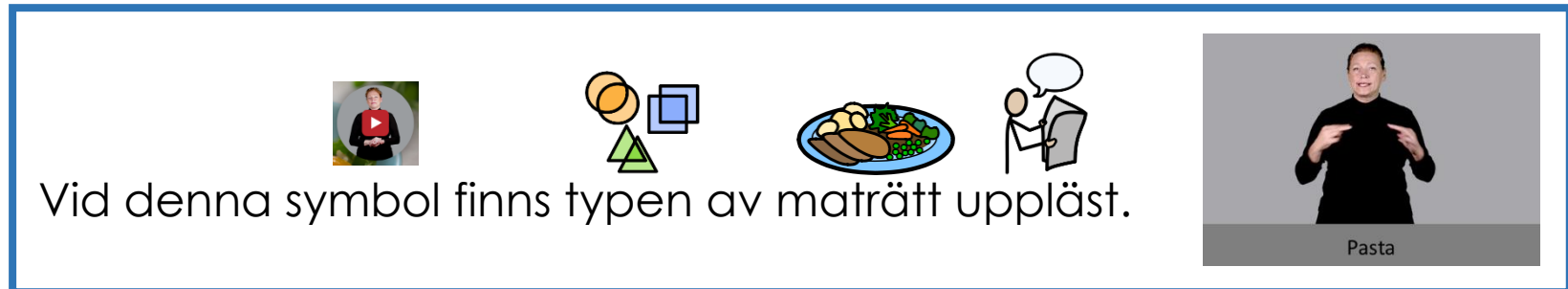
Klicka på pilen för att börja laga mat.



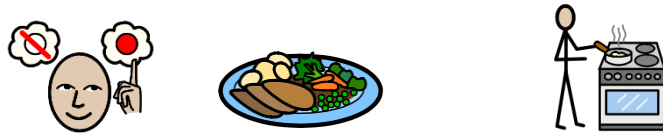
Välj vilken typ av maträtt du vill tillaga.



Klicka på den bild du valt, till exempel pasta.



Vid denna symbol finns typen av maträtt uppläst.



Välj den maträtt du vill tillaga.



Klicka på den bild du valt,

till exempel Allt-i-ett-pasta.

Vid denna symbol finns maträttens namn uppläst.

Allt-i-ett-pasta



Information om maträtten.

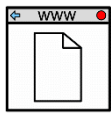


Ångrar du dig?



Klicka på krysset

för att komma



tillbaka till sidan för



maträtterna.



Allt-i-ett-pasta



Pasta och tomatås som kokas samtidigt i en och samma kastrull är enkelt och smidigt.



Portioner



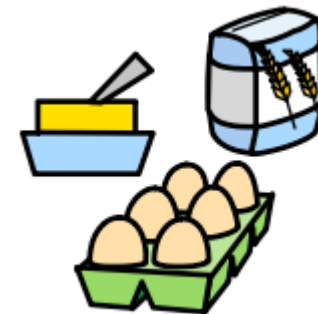
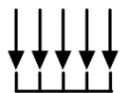
Recept för 2 portioner.



Tips!



Gå vidare.



Här ser du alla ingredienser du behöver till din maträtt.

Bocka för de ingredienser du redan har.












Bocka av ingredienser

 Pasta 3 deciliter	 Gul lök 1 styck	 Minitomater 16 stycken
 Flytande matfett 1 matsked	 Tomatpuré 1 matsked	 Vitlök 1 klyfta
 Vatten 3 deciliter	 Grönsaksbuljongtärning 1 styck	 Röda linser ½ deciliter




Vid denna symbol finns matvarans namn uppläst.

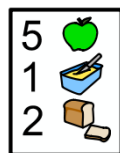





Inköpslista

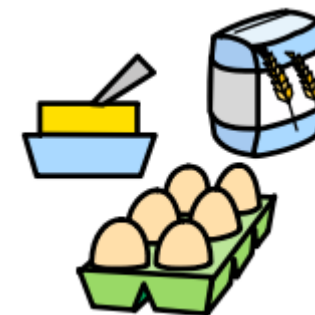
5	
1	
2	

Denna lista anpassas efter det du behöver köpa.



Din inköpslista.



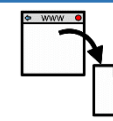
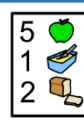
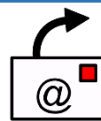
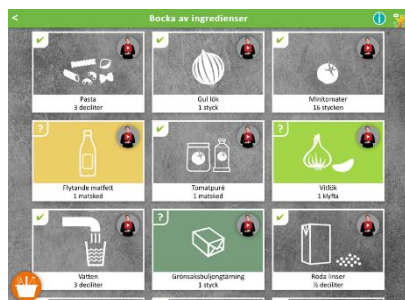
Här avslutar du



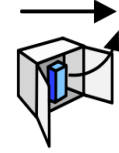
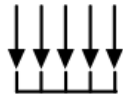
och går tillbaka



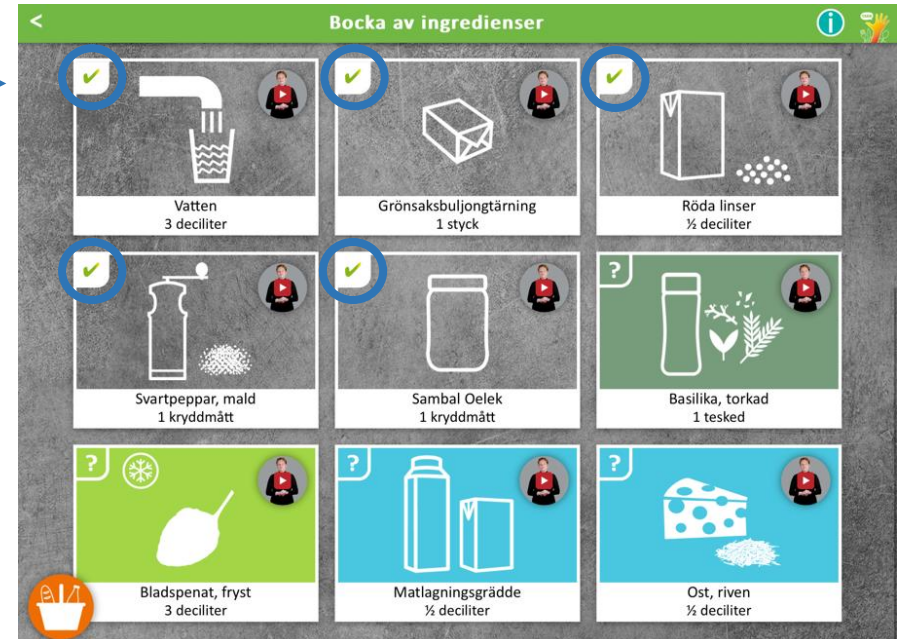
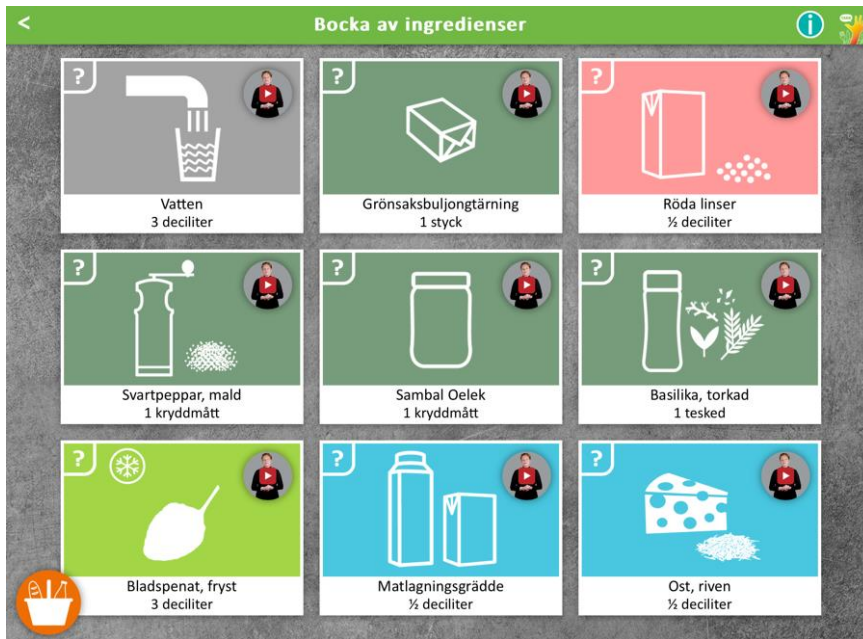
till ingredienserna.

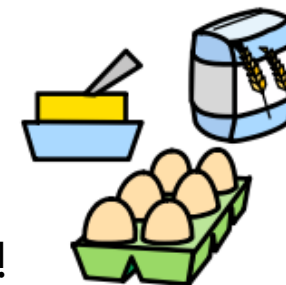
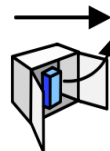


Klicka här för att skicka inköpslistan, ladda ner eller skriva ut den.



Bocka av varje ingrediens när du har plockat fram dem.



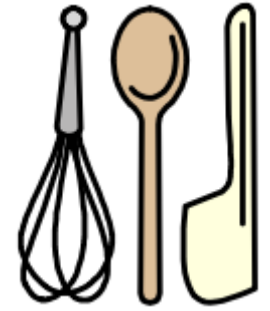
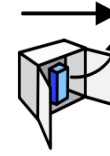
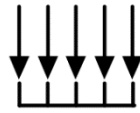


Viktigt! Alla ingredienser måste vara framlockade och avbockade!

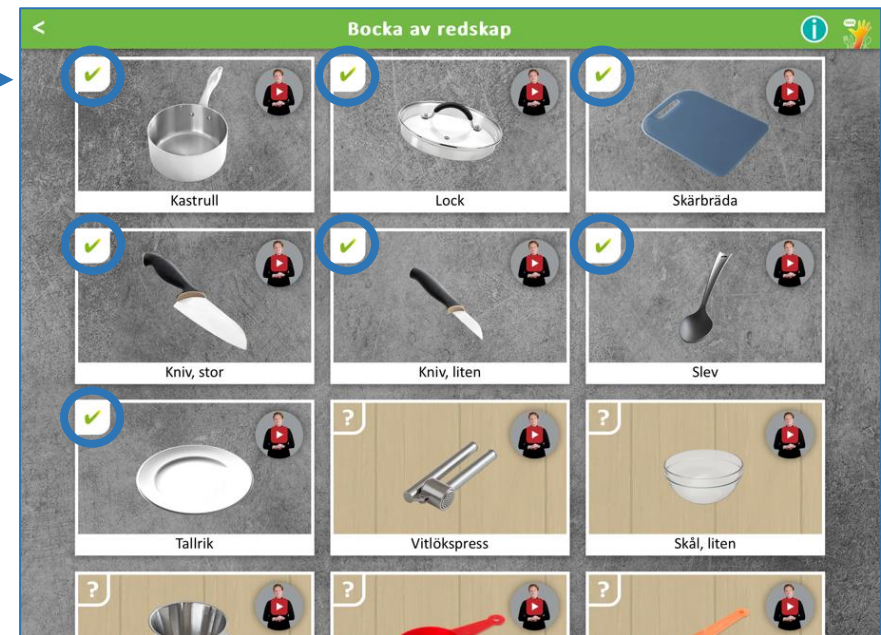
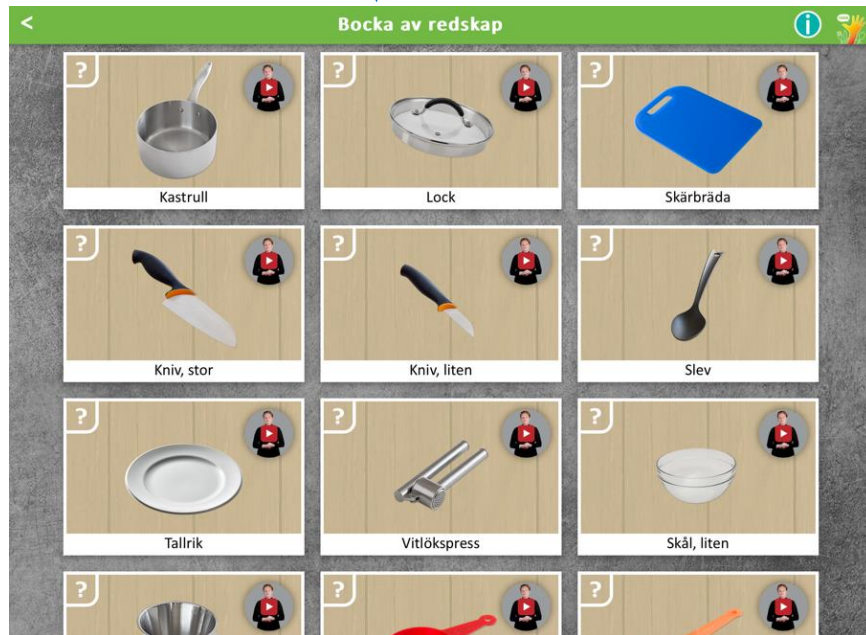


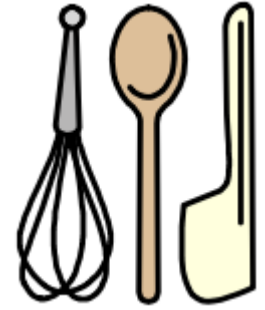
Nu kan du gå vidare. Klicka på pilen för att göra det!





Bocka av varje köksredskap när du har plockat fram dem.

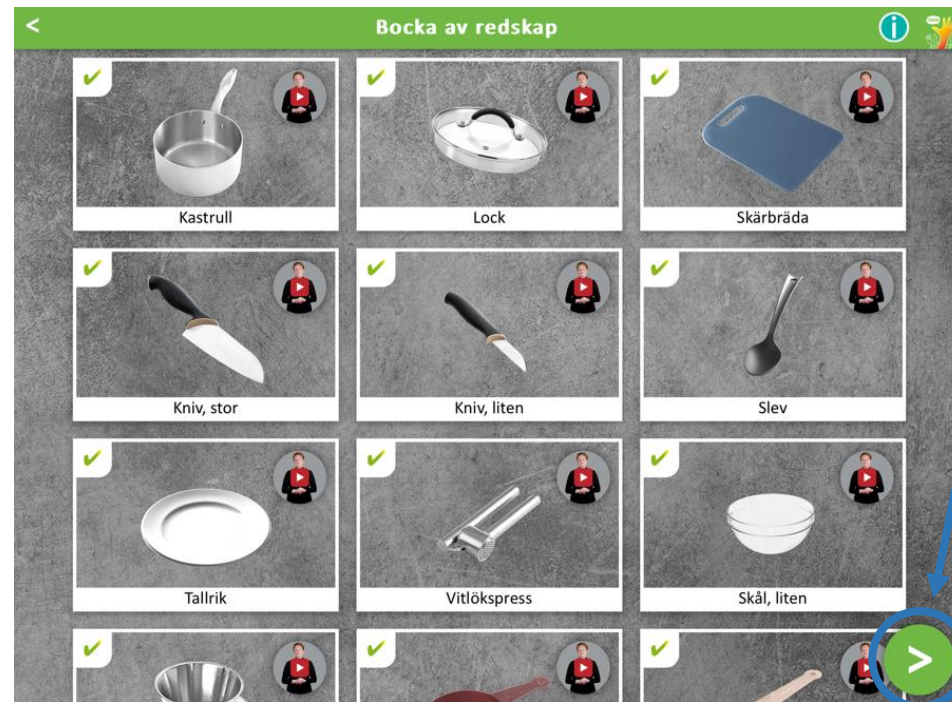




Viktigt! Alla köksredskap måste vara framplockade och avbockade!



Nu kan du gå vidare. Klicka på pilen för att göra det!

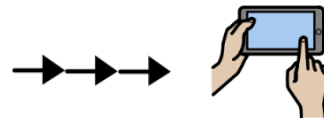
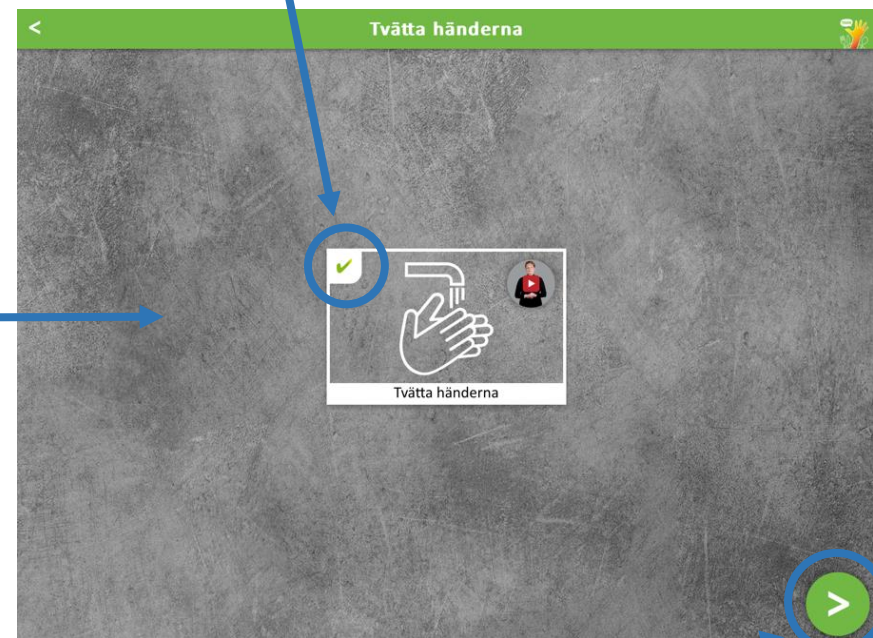
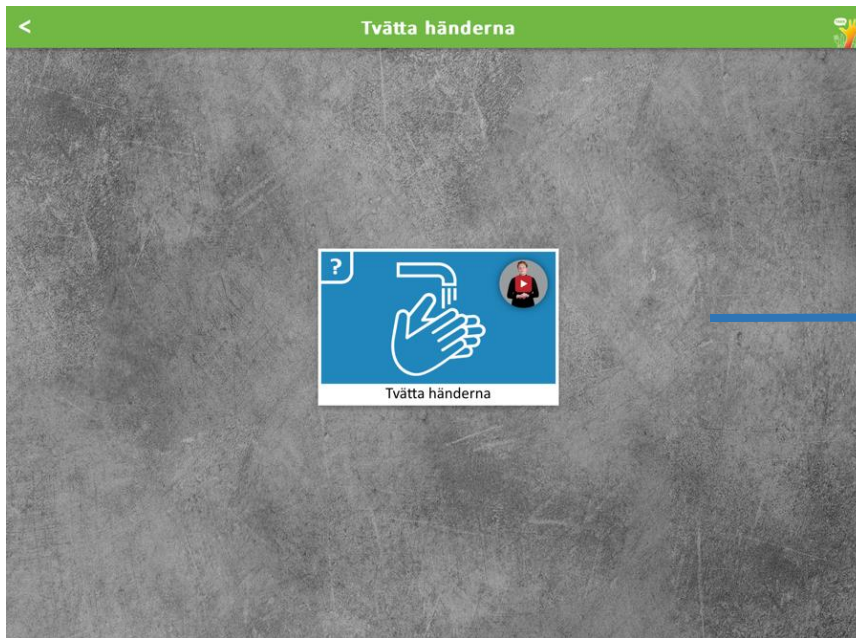




Tvätta händerna.



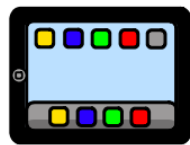
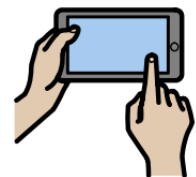
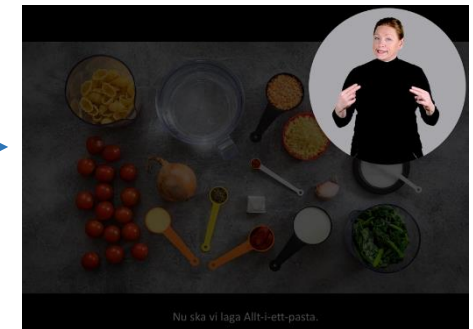
Bocka av att det är gjort. ✓



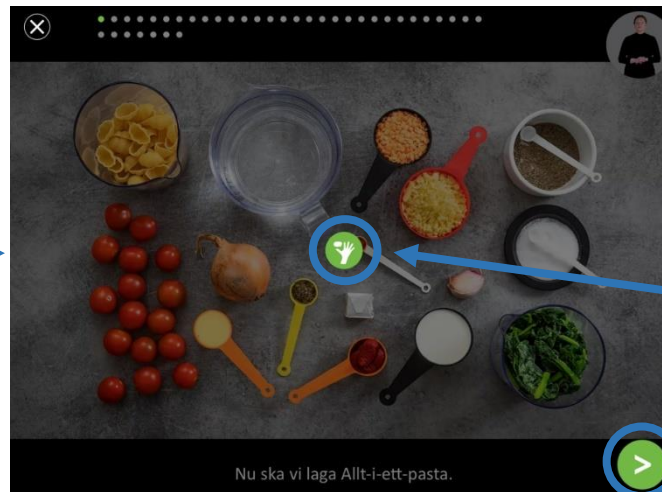
Nu kan du gå vidare. Klicka på pilen för att göra det!



Nu ska du tillaga maten.



Klicka på skärmen.



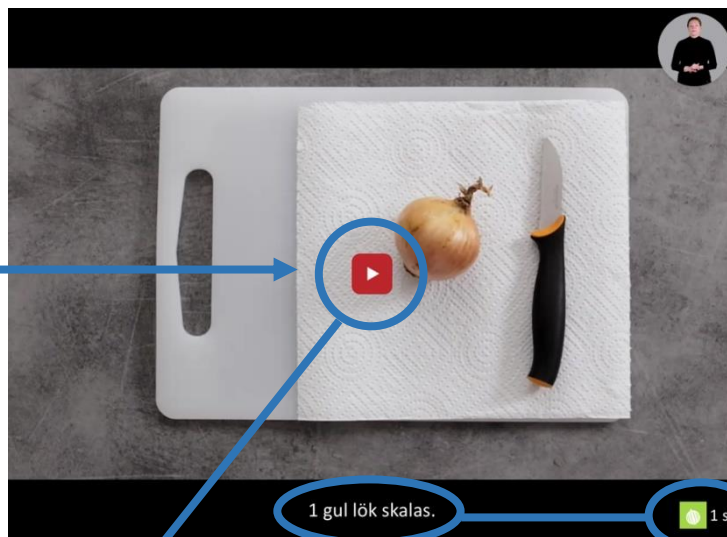
Se/lyssna igen.



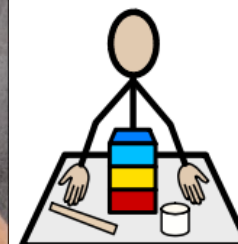
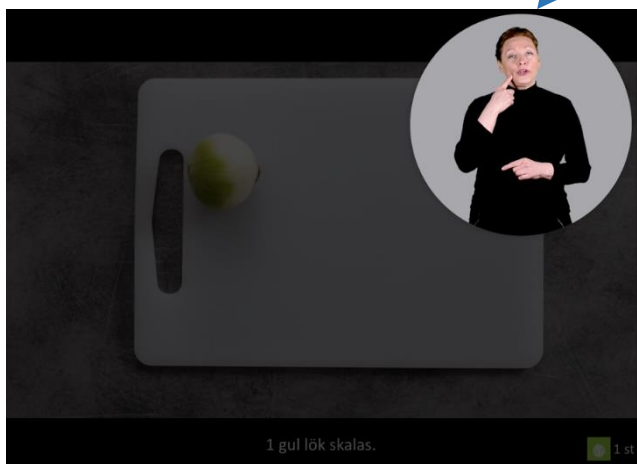
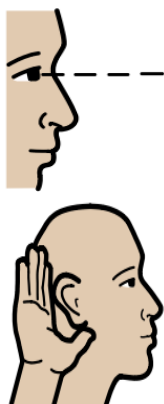
Gå vidare.



Varje moment visas.

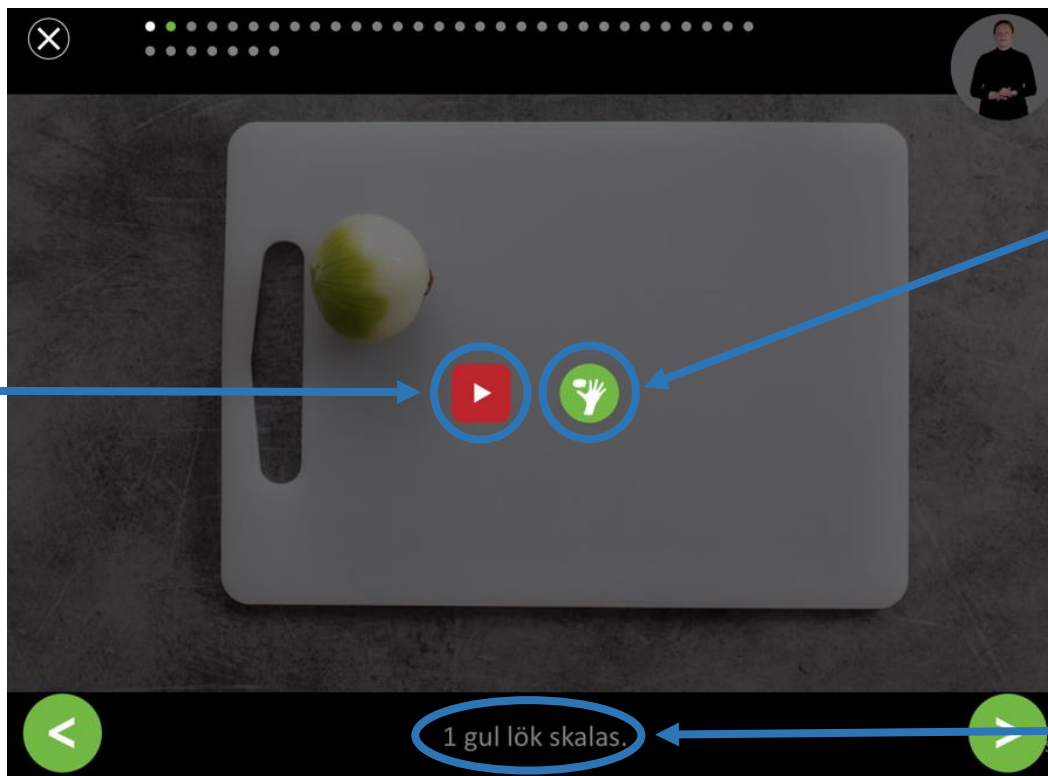


Här syns det som används.





Om du vill se/lyssna igen gör du så här.



Klicka här för att






se matfilmen igen.



1 gul lök skalas. 1:58

Klicka här för att se/







lyssna igen på det



som ska göras.

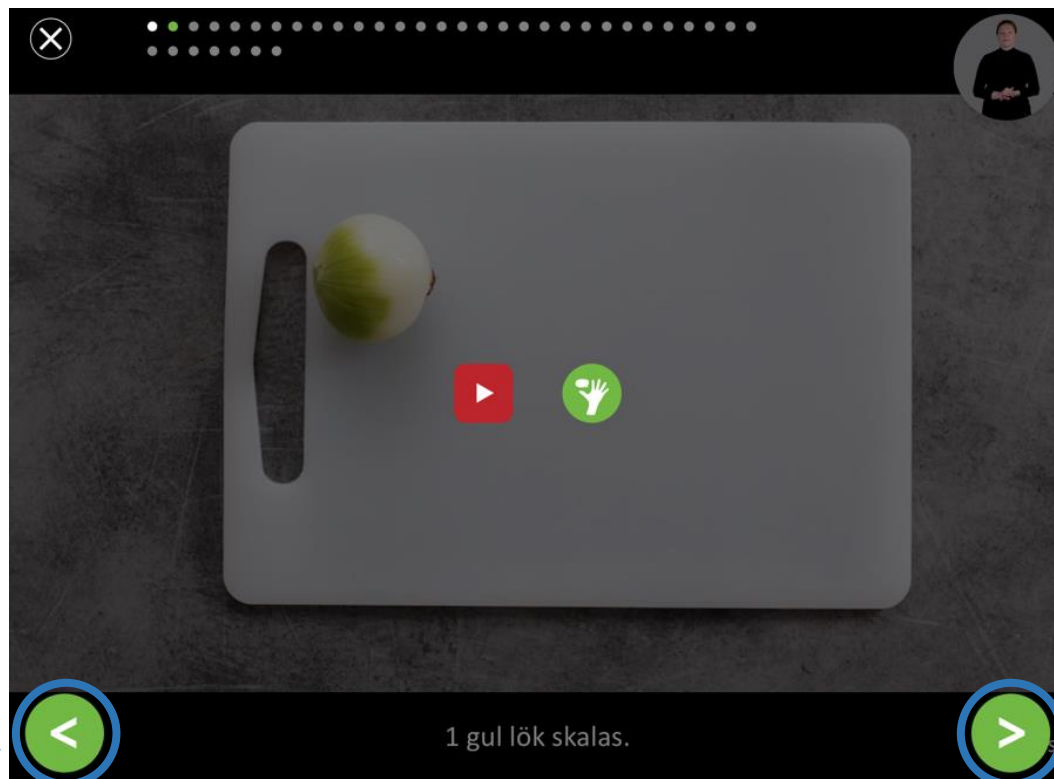


1 gul lök skalas. 1:58



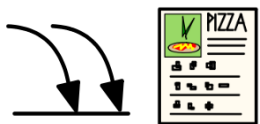


← → → →
Gå tillbaka eller Gå vidare.



←
Gå tillbaka.

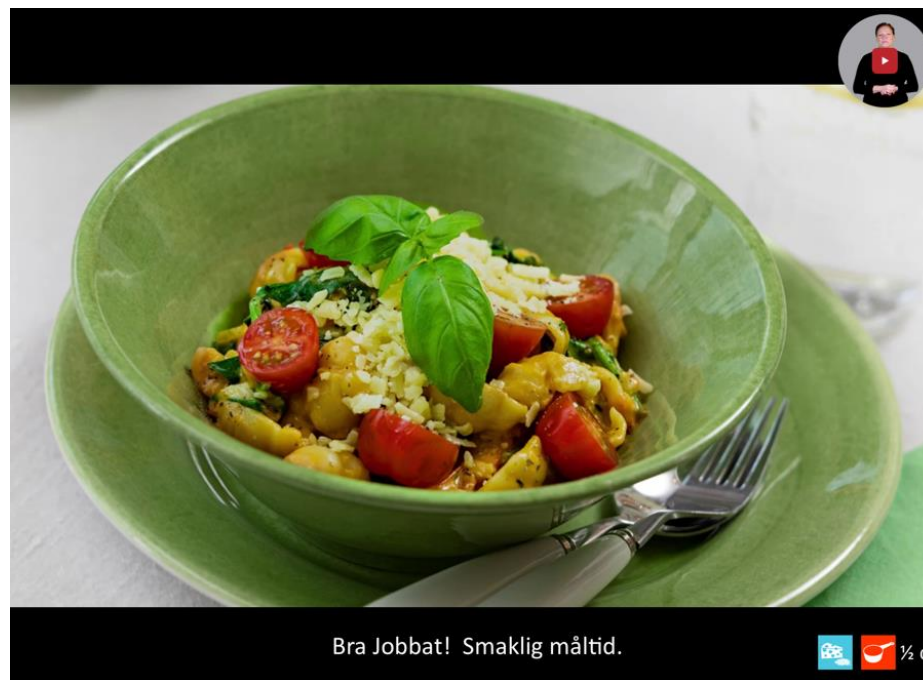
→ → → →
Gå vidare.



Följ receptet tills appen talar om att maten är klar.



Bra jobbat! Smaklig måltid!

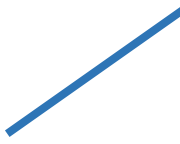


Bra Jobbat! Smaklig måltid.

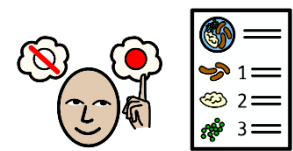




Gå tillbaka



Gå tillbaka till sidan



där du väljer recept.