



ik deel



## PRAKTIJKFICHE: POTLUCK

### WAT IS EEN POTLUCK?

Een potluck is een gezamenlijke maaltijd waarbij elke deelnemer eten meebrengt (vaak zelf bereid). Daarna deelt men dit eten met al de aanwezigen. Op die manier krijgt men via het 'gelukselement' een gevarieerde maaltijd. Voornaamste afspraak is dat elke deelnemer voldoende meebrengt voor één persoon.

### WAAROM EEN POTLUCK?

Gezellig samen zijn en nieuwe gerechten en smaken ontdekken, dat zijn de troeven van een potluck. Een potluck vormt ook een leuke manier om voeding met elkaar te delen.

### AFSPRAKEN OP VOORHAND

1. **Spreek af wat je gaat maken.** Om de maaltijd evenwichtig te houden is het handig om het meebrengen van een voorgerecht, hoofdgerecht of dessert te verdelen onder de aanwezigen. Vergeet ook de vegetariërs niet en hou rekening met mogelijke allergieën.
2. Spreek ook af wie zorgt voor **de drank, het bestek en servies, tafels en stoelen**. In regel is dat degene die de potluck organiseert.
3. Je kan de potluck inschakelen bij een **picknick, een schoolfeest, een personeelsfeest, een solidair ontbijt, een verjaardag of zelfs bij een communie of lentefeest**.
4. Je vraagt iedereen de gerechten klaargemaakt mee te brengen. Als dit niet mogelijk is, blijft de verdere bereiding op de plaats van de potluck toch liefst minimaal. Iedereen maakt zelf uit of hij/zij dure of goedkope ingrediënten gebruikt.
5. Eventueel spreek je een **thema** af: oosters, Brueghelfestijn, Italiaans ... Hier zijn tal van mogelijkheden zoals ook Halloween, regenboogpotluck (gerechten in een eigen kleur), tapas- of pizza-potluck, enz.



## AAN DE SLAG!

1. Maak **voldoende reclame** via affiches, facebook, mails en mond-aan-mond-reclame. Hierin leg je ook het concept van een potluck voldoende uit, zodat er geen misverstanden ontstaan. Geef hierbij ook aan waar en wanneer de potluck doorgaat, en wat eventueel de dresscode is. Benadruk dat de inkom gratis is.
2. Voorzie een **buffet** waar alle gerechten van de potluck op uitgesteld worden. Bij elk gerecht komt een kaartje met de naam van het gerecht (en de ingrediënten). Moedig hierbij het gebruik van bio- en/of duurzame, lokale producten aan.
3. Organiseer het **aanschuiven** aan het buffet. Bij grote groepen vraagt dit meer aandacht.
4. **Foto's** van de potluck helpen om deze manier van delen te promoten. Je kan ze daarna op sociale media posten.
5. Spreek met elkaar af wie de **restjes** (het voedsel dat niet werd opgegeten) mee naar huis neemt en zorg dat er potjes met deksel zijn om de restjes in te doen.
6. Voorzie de nodige **vrijwilligers voor het opruimen en afwassen**. Hierbij is het belangrijk dat gebruikte potten en pannen terug bij de juiste eigenaar terechtkomen.

## TIPS EN AANDACHTSPUNTEN

1. Niet iedereen mag/kan alles eten: op de kaartjes bij de gerechten kan je met een kleur of symbool aanduiden of het een **vlees-, vis- of vegetarisch** gerecht is. Mogelijke allergene stoffen zoals gluten, melk etc. kan je ook best vermelden met een kleur of symbool.
2. **Beperk het afval** en vermijd wegwerpartikelen zoals plastic borden en bestek. Verzamel na de potluck alle afval en recycleer zoveel mogelijk.
3. Je kan iedereen uitnodigen om het eigen **recept** te delen met de andere deelnemers. Ofwel verzamel je ze zelf en stel je ze via smartschool of een dropbox of Google Drive beschikbaar.
4. Indien je met je potluck oproept tot solidariteit met het Zuiden, hanteer je best een correcte beeldvorming (niet te exotisch of folkloristisch). Een mooi gelay-oute placemat met voldoende informatie kan wonderen doen.

## INSPIRATIE

Hier vind je leuke ideeën:

- <https://kookeetleef.wordpress.com/2014/02/11/evas-potluck/>
- <http://veganchallenge.nl/captain/hoe-organiseer-je-een-potluck/>