

Mat

ORMAR OCH STEGAR

MÅL!  Bon appétit!	50 Vilken maträtt kan du äta när du har bråttom? 	49 Vad är din favoritfrukt? Varför? 	48 Föredrar du att äta hemma eller på restaurang? Varför? 	47 Hur ofta äter du fisk? 	46 Vad äter du när du vill unna dig något extra? 	45 Vilken mat saknar du från ditt hemland? 	44 Hur ser en hälsosam frukost ut för dig? 	43 Är du vegetarisk, vegan eller äter du allt? 	42 Vad motiverar dig att äta nyttigt?
41 Hur ofta äter du ute på restaurang? 	40 Har du några matallergier? Vilka? 	39 Vad föredrar du: salt eller sött? 	38 Hur viktigt är det för dig med ekologiska produkter? 	37 Dricker du kaffe? Hur många koppar om dagen? 	36 Vad äter du när du inte har tid att laga mat? 	35 Vilken dryck dricker du mest? 	34 Gillar du att prova ny mat? Varför/Varför inte? 	33 Vad är det viktigaste när du väljer mat i affären? 	32 Hur påverkar priset dina matval?
31 Hur planerar du dina måltider? 	30 Vad äter du till lunch på jobbet? 	29 Hur ofta äter du rött kött? 	28 Vad är en typisk rätt från ditt hemland? 	27 Gillar du att baka? Vad brukar du baka? 	27 Vad äter du oftast till middag? 	26 Vad äter du oftast till middag? 	25 Hur viktigt är det för dig att maten är lokal? 	24 Vad tycker du om snabbmat? Äter du det ofta? 	23 Vilken är din favoritkrydda eller ört? 
22 Hur ser en hållbar kost ut för dig? 	21 Vad tycker du om bufféer? 	20 Hur ofta äter du grönsaker? 	19 Vad gör du om du inte tycker om maten? 	18 Går du på dieter? Varför/Varför inte? 	17 Vilken internationell mat tycker du mest om? 	16 Hur påverkar kosten din energinivå under dagen? 	15 Hur ofta lagar du mat hemma? 	14 Vad gör du när du är sugen på något onyttigt? 	
13 Berätta om en maträtt som får dig att tänka på något fint. 	12 Vad letar du efter när du handlar mat? 	11 Tycker du om att prova nya smaker? 	10 Hur mycket vatten dricker du varje dag? 	9 Vad är viktigast för dig när du väljer en restaurang? 	8 Vad gör du för att minska matsvinn? 	7 Äter du mellanmål? Vilka i så fall? 	6 Hur påverkar stress dina matvanor? 	5 Vad är din bästa matvana? 	
START  Smaklig måltid!	1 Vad äter du oftast till frukost? 	2 Vilken typ av mat tycker du minst om? 	3 Hur ofta äter du frukt? 	4 Vad gillar du mest med matlagning? 					