

ELEVENE PÅ TREDJE OG FJERDE TRINN PRESENTERER

# BESTUMBLEKKA

Utgitt  
Nov. 2025

BLEKKE NUMMER I

6650931.06  
257167.81

Små journalister med store saker. Vi skriver så blekket spruter!



Redaksjonen har nybegynner-  
**blekk** på fingrene,

OG ER KJEMPESTOLTE AV DET!

HVEM HAR VI PÅ  
BESTUM SKOLE?

VI TAR MED  
MIKROFONEN TIL  
GANGENE!



STORTINGS-  
VALGET 2025 –

HVA HAR SKJEDD?



HVA ER FLEIP,  
HVA ER FAKTA?

MASSE Å LÆRE I  
VÅR BLEKKBOKS!



# DE KREATIVE HODENE

## BAK AVISEN – Møt redaksjonen:

### Ansvarlig redaktør **STEN**

Sten er baseleder på 4. trinn, men viktigst av alt er han grunnlegger av Bestumblekka. Sammen med Sten klarte elevene i 3. og 4. og sette i gang en lang og lærerik prosess som vi alle har hatt masse glede av.

### Sjefredaktør **ZOYA**

Zoya Smamah Shahid er regissør for Bestumblekka! Zoya er 24 år gammel. Hun ble født i Hviterussland, i byen Minsk. Hun har to søstre, en bror, mor og far. Hun har lyst til å reise på ferie til Øst-Asia. Hun begynte å jobbe som AKS-lærer fordi hun synes barn er snille. Før hadde Zoya en kjedelig jobb.

Av Amy E. Hinchey

### Sjef for desken **SOFIA**

Sofia Schjerven Prizzi har vært en uvurderlig støttespiller og leder for tredje trinn gjennom hele blekkeprosessen. De små journalistene har hatt stor glede av all hjelpen og oppmuntringen fra sin kaptein!

## De helt utrolig fantastiske JOURNALISTENE



# VELKOMMEN TIL BESTUMBLEKKA

*Velkommen til blekk nummer 1!* Elevene på 3. og 4. trinn i Bestumblekkas redaksjon har vært superjournalister, kunstnere, bakere og utrolige skribenter i produksjonen av Bestumblekka. Etter mange kjempeviktige timer med masse hardt arbeid, er vi stolte av å kunne presentere Bestumblekkas aller første nummer.

I denne utgaven får du lese om alt mulig mellom himmel og jord (og litt utenfor): du finner intervjuer, tegninger, fakta, gåter, vitser, hemmelige oppskrifter og masse kreativitet. Målet vårt har vært å lage noe som er morsomt, lærerikt, fargerikt og fullt av kreativitet- akkurat som elevene som har laget Bestumblekka.

Redaksjonen har lenge undret seg over én ting: Hvorfor står det *Bestum* noen steder og *Bestun* andre? Hva er egentlig riktig?

Vi håper du får en god latter og lærer noe nytt! God lesing

## Bestum eller Bestun?

**TUNIR** betyr et inngjerdet område, altså et **TUN**.

Da vet vi betydningen av **BESSATUNIR**

Besse er et guttenavn og kommer fra Bessi. Det norrøne ordet **BESSI** betyr **BJØRN**

Fra **1200-tallet** finnes dokumenter som kaller området for **BESSATUNIR**, men fra **1400-tallet** finner vi dokumenter hvor det står **BESTUNUM**.

Det kan ha begynt som en skrivefeil, men det utviklet seg til at denne endringen ble det nye navnet!

Med tiden ble **BESTUNUM** forkortet til det vi kjenner i dag: **BESTUM**

## HVORDAN FIKK VI BESTUN TOGSTASJON DA?

I **1884** fikk vi **VÆKKERØ** stoppested, men siden togstasjonen ikke lå på Vækerø gård, syntes eieren av gården det var rart togstasjonen skulle hete det.

I **1890** ble navnet da endret til **BESTUM**.

I **1922** ble det navnendring på både togstasjon og postkontor. Nå skulle det hete **BESTUN**. Noen lokalhistorikere forklarte at det skulle være **-UN** ending, ikke **-UM!**

# HVEM HAR VI PÅ BESTUM SKOLE?



Vi har sett dem i gangene. Vi har hørt dem i klasserommene. Men hvem *er* de egentlig? Bestumblekkas høyt kvalifiserte intervju-team har vært på oppdrag for å finne ut av det!

## Emilie spiller håndball

Av Henrica A. Bugge



Hva er Håndball? Lille norske leksikon sier dette: *Håndball er et ballspill som spilles med to lag. Lagene scorer mål ved å bruke hendene til å kaste ballen i motstanderens mål.*

Emilie har gått på håndball i fire år. Hun forteller: «På torsdag varmet vi opp med stikkball, så hadde vi en balanse øvelse der vi stusset ballen. Så hadde vi kamp. Vi samarbeider godt og det syntes jeg er gøy.» Emilie forteller hvorfor hun liker håndball: «Jeg liker håndball fordi man kan trene hele kroppen. Jeg syns at håndball er en spennende sport. Hvis man går på håndball-skolen, kan man få nye venner fra andre skoler.»



## Sten bor der endene bor

Av Oline K. Korvald, Lucy C. Vance-Bach, Nora A. Claussen og Victoria Fusdahl-Keen



Kjell Martin Sten Stin er baseleder på 4.trinn. Alle på skolen og Aks kaller han for Sten. Sten er 62 år gammel. Han er eklektiker, som betyr at hal liker alt mulig.

Sten bor i en båt. Sten begynte å bo i en båt for fire vintere siden. Sommerbåten til Sten heter Matrona, vinterbåten har ikke noe navn. Sten synes det er litt trangt, men vil bo i en båt så lenge som mulig. På fritiden gjør han masse på båten og planlegger nye ekspedisjoner.

Det har vært litt vanskelig å bo i en båt for Sten, for han har falt ut av vinduet til båten mens han var på seiltur med venner.

Sten har jobbet på Aks i 10 år. Sten valgte å jobbe på Aks på grunn av alle barna.

## Sigurd jobber på AKS

Av Henrica A. Bugge



Sigurd forteller: «Jeg trives masse med å jobbe på Bestum, fordi det er gøy å omgås med glade og engasjerte barn hver dag.»

Det er mange ting de ansatte gjør på AKS. «Det vi gjør på jobb er blant annet å ha spising med barna, leke ute med barna, og å være med på ulike planlagte

aktiviteter, som for eksempel bestumblekka», sier Sigurd. «De fleste barna hører på meg, men det er noen tilfeller hvor jeg må si en ting mange ganger før de hører etter. Og noen ganger hører de ikke etter i det hele tatt. Det kan være litt irriterende.»

Sigurd har jobbet på AKS siden midten av august. Han forteller: «Jeg fikk jobben etter at jeg ringte til Mira og spurte om å få jobbe her».

### Grundig forskning avslører: Bestum skole er best!

#### VI SPURTE: HVA ER DET BESTE MED BESTUM SKOLE?

**Amanda:** Det er veldig gøy å få være med venner.

**Henrica:** Det at alle inkluderer, ingen sier nei når man spør, at det er plass til alle i klasserommet, og at vi har kjøkken, auditorium, bibliotek og masse mer.

**Mathilde:** At vi har aktiviteter på AKS, vi inkluderer på skolen, er snille mot hverandre og har morsomme fag.

**Amy:** At vi har morsomme aktiviteter på AKS, vi har storefri og de beste lærerne.

**Aleksander:** Det å få lære nye ting. Vi har gode lærere og AKS er gøy.

**Maria:** Det er veldig kult at vi har egen sang. Det er gøy i friminuttene fordi vi har masse fint ute. Jeg elsker også matte. Det er gøy på AKS.

**Sofia (AKS-lærer):** Det beste er alle de snille barna.

**Emilie:** At vi har «Gaming» på fredager på AKS.

**Elias:** AKS! Man kan «game» på fredager og leke med venner i friminuttene.

**Henley:** Det at det er rolig på kvelden og de snille voksne.

**Ella (AKS-lærer):** Det gode miljøet.

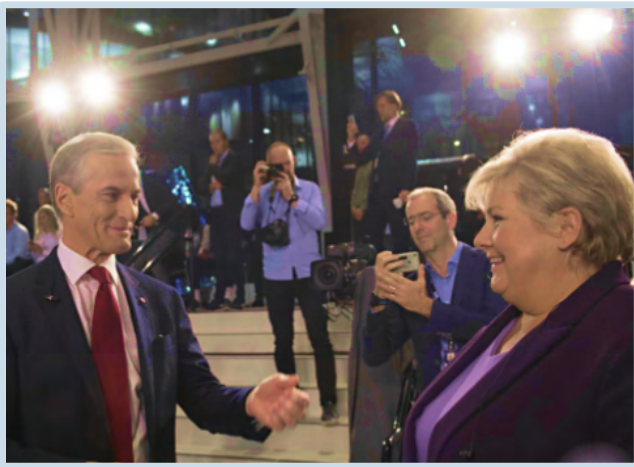
**Malene:** Når folk blir uvenner så er de veldig flinke på å løse det.

Av Simone Slettvoll

# Power & Play

Bestum-redaksjonen ser på demokrati og dataspill.  
To verdener med regler, lag og kamp om makt!

## POLITIKK



## Storingsvalg 2025

*Av Aleksander H. Wennersten*

Etter fire år som statsminister ble Jonas Gahr Støre valgt igjen. Erna Solberg og Sylvi Listhaug stilte til valg, men fikk ikke nok stemmer.

Høyre-partiet til Erna Solberg hadde det dårligste valget på 20 år.

Du har kanskje hørt at hvert fjerde år så sitter foreldrene dine i sofaen og heier og buer? Ja, et av de vanligste partiene er Høyre med lederen Erna Solberg. Hun ble valgt i perioden 2013 til 2021. Hun har vært i Høyre siden 2004, men nå trekker hun seg fra lederskapet. Den nye lederen vil bli valgt i 2026.

Gleder du deg til neste valg? Det gjør i hvert fall jeg!

## DATASPILL



## Minecraft

*Av Oline K. Korvald og Nora A. Claussen*

Minecraft er et spill. I Minecraft kan man lage hus og hytter. Man kan velge mellom å begynne med en flat verden eller en skogs-verden. Man kan spille på to moduser; kreativ og overlevelse.

I spillet finnes det zombier, creepers, edderkopper og skjeletter som skyter med pil og bue. Disse må man prøve å overleve mens man bygger.

Det fins fire utgaver som de fleste spiller: Minecraft, Minecraft dungeons, Minecraft education edition og Minecraft Earth.

I Minecraft er alt firkantet. Det vil si at trær, blader, sol, jord og alle blokker er firkantede klosser.

# FAKTA FRA

## HIMMEL OG JORD

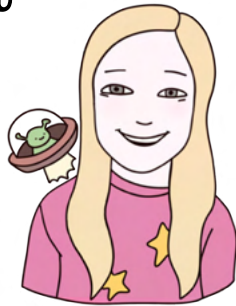
Lær om naturens store sirkler, både i himmelen og på Jorda! Først skal vi ut i verdensrommet og se på vårt solsystem, så skal vi rett ned i vanddammen og lære om vannets kretsløp.

### Solsystemet

Av Simone Sletvold

I solsystemet vårt er det åtte planeter:

Merkur, Venus, Jorda, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus og Neptun.



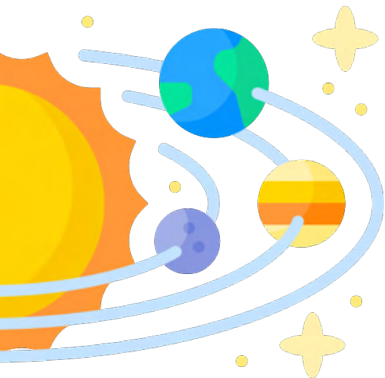
Før så mente man at man hadde 9 planeter! Pluto er en dvergplanet og et ikke en del av våre vanlige planeter i vårt solsystem. Det er fordi den er så veldig liten og har en litt annen bane rundt sola enn resten av planetene.

★ Sola er en stjerne som planetene går i bane rundt.

Noen planeter i solsystem vårt er steinplaneter, mens andre er gassplaneter. Merkur er nærmest sola. Det er kok-varmt der! Du kan dø på Merkur fordi det er så varmt. På Neptun er det så kaldt at man kan fryse i hjel!

Huskeregul for å huske planetene i rekkefølge:

<b>M</b> erkur	<b>M</b> ange
<b>V</b> enus	<b>V</b> ille
<b>J</b> orda	<b>J</b> enter
<b>M</b> ars	<b>M</b> ätte
<b>J</b> upiter	<b>J</b> age
<b>S</b> aturn	<b>S</b> tjerner
<b>U</b> ranus	<b>U</b> te i
<b>N</b> eptun	<b>N</b> atten



### Vannets kretsløp

Av Charlotte S. Godt



På Bestum lærer vi om mye rart, blant annet om vannets kretsløp. Det fungerer ved at vannet beveger seg i forskjellige faser, og til slutt blir til flytende vann igjen.

Vi har flytende vann. Når det blir kaldt, blir vann til snø og is. Så kan vann også fordampe på grunn av solens varme og bli til en sky, og når skyene blir veldig veldig tunge så regner det og vannet beveger seg i fasene på nytt.

Det som skjer når vannmolekylene føler kulde er at vannet blir hardere og vi får is. Når molekylene føler varme, beveger molekylene seg rundt og da blir vannet flytende.

Dette er altså vannets kretsløp. Vann har tre forskjellige faser: Flytende vann, is og damp.

# DEN GENIALE BLEKKBOKSEN

Velkommen til **Den geniale blekkboksen!**

Her drypper vi ut spennende fakta i alle farger – om alt fra rare dyr til høye fjell.  
Lær noe nytt og bli litt klokere for hver blekkflekk!

## VISSTE DU DETTE OM AUSTRALSKE DYR?

Av Amy E. Hinchey

- Koala er ett søtt dyr, men også veldig lat. Den sover opp til 18 timer i døgnet!
- En dingo er en type vill hund som bor i de australske skogene. Den høres ut som en ulv, men den er faktisk ikke det.
- Kenguru er et hoppende dyr. De kan hoppe 2 meter langt og 1,30 meter høyt.
- Ekidna er et maur spisende dyr og ligner på ett pinnsvin.



## VISSTE DU DETTE OM BESTUM SKOLE?

Av Amy E. Hinchey

- Bestum skole ble grunnlagt i 1921. Skolen er over 100 år gammel!
- Alle elevene på skolen sier «Bestum er best».
- Vi har vår egen sang som heter «Bestum venner». Hør den på YouTube!



## VISSTE DU DETTE OM GALDHØPIGGEN?

Av Victoria Fusdahl-Keen

- Galdhøpiggen er Norges høyeste fjell.
- Galdhøpiggen har en høyde på 2469 moh (meter over havet).
- Galdhøpiggen ligger i Jotunheimen.
- Galdhøpiggen er Norge og Nord-Europas høyeste fjell.



## Er det **FLEIP ELLER FAKTA**

**Delfiner sover med bare en del av hjernen. Fleip eller fakta?**

Fakta, de bruker den andre til å puste og passe på rovdyr

**Tomater er en grønnsak. Fleip eller fakta?**

Fleip, tomater er faktisk ett bær.

**Hummere kan i teorien leve evig. Fleip eller fakta?**

Fakta, de blir ikke eldre på samme måte som andre dyr, men dør som regel av sykdom eller andre ting.

Av Amy E. Hinchey

## **FLEIP ELLER FAKTA** om vann

**Vann kan være snø, is, flytende eller vanndamp. Fleip eller fakta?**

Fakta. Vann kan selvfølgelig være is, snø, flytende eller vanndamp.

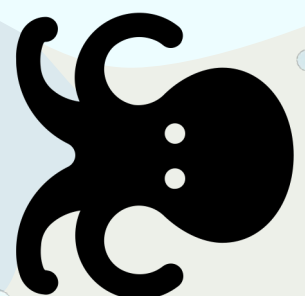
**Vanndamp er det samme som en sky. Fleip eller fakta?**

Fleip. Skyer er ikke vanndamp, men vanndamp som blir til vanndråper.

**Kroppen din består av nøyaktig 30% vann. Fleip eller fakta?**

Fleip. Kroppen din består av 50-80% vann.

Av Charlotte S. Godt



# GLOBALT OG LOKALT

## MØT EN FAR FRA AUSTRALIA OG EN FUGL FRA NABOLAGET!

Bestums skog og hager: *Vi tar opp kikkerten og ser nærmere på en av naturens grå, men definitivt ikke kjedelige skapning:*



### GRÅTROSTEN

*Av Lucy C. Vance-Bach*

Gråtrosten er den nest største trosten. Den er 25 centimeter. Bare duetrosten er større. Hunnen og hannen ser like ut. Gråtrosten har grått hode, brune vinger og gulhvitt bryst med mørke flekker på sidene.

Mange troster har flott sang. Det har ikke gråtrosten. Den lager en skvaldrende lyd.

Forskere har lurt på om den hører eller ser marken. De mener at trosten ikke hører marken. Den ser heller ikke marken, men ser at det er bevegelser i jorda. Det kan være et strå som bare så vidt beveger seg, fordi marken nede i jorda beveger seg. Da vet den at det er en mark der, og da hogger den til.

Gråtrosten spiser også andre insekter og edderkopper. Om høsten spiser den mye bær, for eksempel rognebær.

Andre trostearter hekker (legger egg) hver for seg, men gråtrosten hekker gjerne i store grupper. Det kan være noen få par, eller det kan være nærmere hundre par.

Når mange fugler hekker sammen, kan de lettere forsvare reirene mot de som tar egg og unger. Hvis en fugl kommer for å ta egg, flyr alle gråtrostene opp. De skvaldrer høyt og bæsjer på inntrengeren! Det er funnet døde rovfugler dekket av bæsje under hekkeplassene.

International waters: *Let's meet the Aussie who traded kangaroos and beaches for snow and fjords in Norway!*



### OLIVER

*By Amy E. Hinchey*

Oliver is 43 years old. He is from the other side of the world. He is from Australia. Christmas in Australia is in the summertime.

Oliver went to Camberwell South Primary School. When he was young, he played cricket, tennis and he was in the scouts.

He had many dogs when he was young. He had a mom called Julie and a dad called Michael, and two brothers called Peter and Dave.

He had a favourite book called "Choose Your Own Adventure". His favourite movie was "Where Eagles Dare". His favourite lolly was and is chocolate. His favourite meal is lasagna. His favourite memory was camping in the Australian bushes with his family.

# BESTUM SKOLES IDRETTSHJØRNE



Noen av våre journalister har tatt seg en runde i skolens ganger for å sjekke ut hva som skjer på idrettsfronten. Det viser seg at flere barn finner stor glede i sport og lek! Disse unge idretts-utøverne har også mange spennende sider utenfor banen. Her får du bli kjent med noen av Bestums idretts-talenter.

## Simone Sletvold

Av Amanda J. Lykaas

Hun går på tennis, fotball og turn.  
Hennes favorittmat er taco og pizza.  
Hun har gått på turn i fem år.  
Hun har spilt fotball i ett år.  
Hun har spilt tennis i to og et halvt år.  
Hun har to kattunger.  
Hennes favorittfarger er lilla og turkis.

## Fritz Kvedalen

Av Emilie S. Kolderup

Fritz driver med konkurranse-svømming.  
Han har gått 5 år på konkurranse-svømming  
Det er gøy å gå på konkurranse-svømming.  
Han liker fotball like godt.  
Han sier at han er veldig god i konkurranse-svømming. Det er gøy å være i vannet.

## Theo T. Hareid

Av Theon Trones

Theo liker ball-sport.  
Liker lag sport.  
Liker kamp best.  
Liker å kaste ball.  
Han har gått på håndball i to og et halt år.  
Theo bruker ball i størrelse 00.  
Han kan kaste litt over halve banen  
Han er god.

## Champions League

Av Mathilde J. Slørdahl



Nå er det endelig Champions League! Jeg har gledet meg, har du? Nå skal du lære om det.

Champions League er en stor fotballturnering i Europa som arrangeres hvert år. I turneringen konkurrerer de beste lagene fra forskjellige land om å bli det beste laget i Europa.

Det er UEFA (Det europeiske fotballforbundet) som arrangerer Champions League.

### TURNERINGEN

Turneringen startet med kvalifiseringer, så er det gruppespill, cupspill og til slutt finale. Noen lag må spille ekstra kamper for å kvalifisere seg for å være med i Champions League. Noen lag fra England, Spania, Italia og Tyskland trenger ikke å spille ekstra kamper, de er direkte kvalifiserte. Disse landene kan også ha med flere lag i turneringen.

Gruppespillet består av 36 lag. Hvert lag spiller åtte kamper mot åtte andre klubber. De får tre poeng hvis de vinner og et poeng hvis det blir uavgjort. Når alle kampene er spilt går de åtte lagene med flest poeng direkte videre. Lagene som kommer mellom 9. og 24. plass må spille ekstra runder. Vinnerne her går også videre til cupspillet som da har 16 lag i cupspillet. Videre spiller lagene to kamper mot hverandre, en på hjemmebane og en på bortebane. Det er lagene som scorer flest mål på de to kampene som går videre til neste runde. Dette fortsetter til det er to lag igjen. De to beste lagene møtes til slutt i en finale for å avgjøre hvem som vinner Champions League.

### HISTORIE

Champions League ble arrangert for første gang for menn i 1955. Fra 1955 til 1991 het turneringen serievinnercupen. I 1992 ble navnet forandret til Champions League. Champions League for kvinner startet først i 2001.



# HESTER

## I FOKUS

**HESTEFAKTA:** Hester er raske dyr. De kan løpe i en hastighet på over 65 km i timen! Farten til hesten kommer fra de sterke musklene i bena. All den løpinga kommer fra beina! Du vet vel at hunden er menneskets beste venn. Visste du at hester også er menneskers beste venn!

*Skrevet av Maria E. Cordey*

*Hester er populære på Bestum!*

*Vi galopperer inn i hesteverdenen med tekster fra noen av våre fremste ridningsekspertter.*

## RIDNING FOR JULIA OG JOSEPHINE ER FANTASTISK

*Skrevet av Amy E. Hinchy*

Julia og Josephine driver med en litt uvanlig sport som heter ridning. De går på ridning på Bygdø Kongsgård i Oslo.

Julia sin favoritthest heter Johnny. Det beste som finnes for Julia, er full galopp. Sprang er også veldig gøy. På mandager rir Julia. Hun forteller at noen ganger rir de på tur. Da skritter de og traver lit. Og noen andre ganger galopperer de.

Josephine forteller om rideleir: «På rideleiren kan du velge hest!»

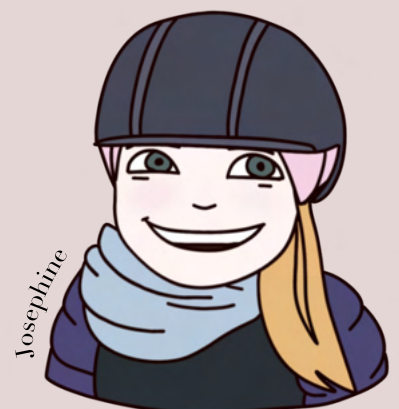
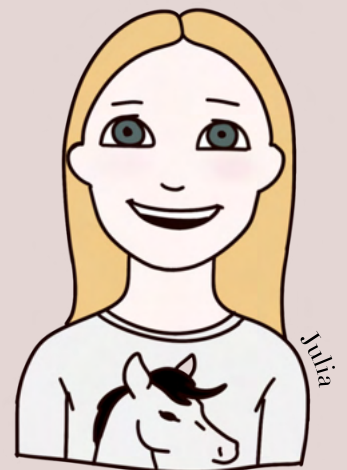
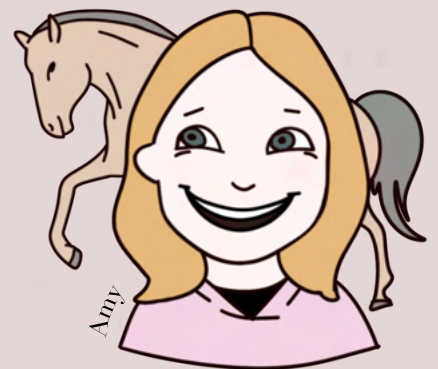
## JOSEPHINE FORTELLER OM RIDNING

*Skrevet av Josephine W. Tangen*

Ridning er en sport. Hester er snille dyr, men de kan være litt farlige. Man kan bli kastet, bli bitt, komme under hesten eller bli tråkket på. Men dette skjer nesten aldri.

Det finnes også rideleir og overnattings leir. På Bygdø Kongsgård er det rideleir. På rideleir rir man på forskjellige hester. På Bygdø kan man også velge hester og ri sprang, dressur, tur og barbak tur. Og på Bygdø er det forskjellige grupper. Rød gruppe er for de beste. Grønn er for nybegynnere.

Bygdø Kongsgård har en fin rideskole. Hun som eier gården, heter Sidsel. Sidsel er veldig gammel, men hun er god til å ri. På Bygdø er det 14 ponnier. De to mini-shetlandspionniene er: Bella og Frikke (heter egentlig Fredrikke). Shetlandspionniene er Bolla. Hun er litt tjukk og sta, men har fine farger. Nordlandshestene heter Prinsen og Lava og Uro. Sportspionniene er Beauty, Star, Mario, FlyFly, Sirius, Rosa, Johnny og Boy.



# ◦ MAT OG FAKTA ◦

## MARTINES OG HENRICAS SUPERHEMMELIGE MUFFINS

*Denne superhemmelige oppskriften benyttes kun på eget ansvar.*

To av våre bakermestere har knekt koden til verdens beste muffins! Vi vet ikke helt hvordan de gjorde det, men en ting vi vet om disse muffinsene er hvor fantastiske de smaker!



### DU TRENGER:

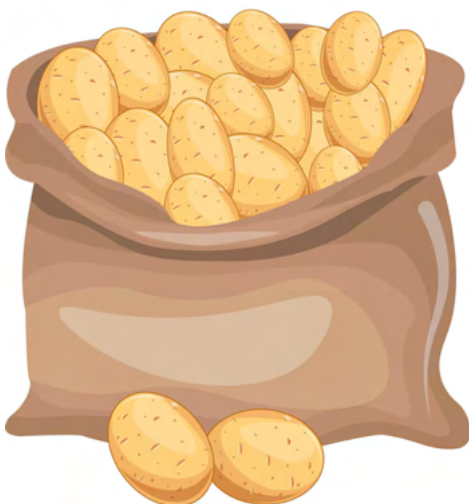
- 200 gram smør
- 2 desiliter sukker
- 4 egg
- 5 desiliter hvetemel
- 2 teskjeer bakepulver
- 1 teskje vaniljesukker
- 2 desiliter melk
- + en hemmelig ingrediens

### SLIK GJØR DU:

- 1) Pisk sammen smør, sukker i cirka 5 minutter.
- 2) Pisk så inn ett og ett egg.
- 3) Bland sammen hvetemel, bakepulver og vaniljesukker. Bland melblandingen og melken vekselvis inn i røren.
- 4) Hemmeligheten: Bland inn en hemmelig ingrediens, for eksempel frosne bær, sjokoladebiter, nøtter, krokan, nonstop eller noe annet godt.
- 5) Ha røren i muffinsformer og stek midt i ovnen på 200 grader i cirka 15 minutter til de er gylne og gjennomstekt.
- 6) Avkjøl muffinsene og dekorer med smørkrem eller annet pynt.

*Av Henrica A. Bugge og Martine S. Bugge-Mahrt*

## HVA BRUKER MAN POTETEN TIL?



Ordet potet kommer fra det spanske ordet *patata*. I Norge begynte man å dyrke poteten rundt 1700-tallet. Poteten er en sunn matvare fordi den inneholder mange næringsstoffer som kroppen vår trenger. Poteten er en vanlig del av middagen vår, men var brukt mye mer for 100 år siden. Poteten kan kokes og stekes. Man kan lage potetstappe, pommefrites og potetsalat. Poteten brukes også til laging av chips.

*Av Victoria FUSDahl-Keen*

# Den Offisielle Bestum-Kokkeboken

– 2025 –

Det har luktet godt på skolen i det siste!  
I mat & helse-timene har elevene laget alt fra søtt til sunt – og her får du tre av favorittene!

*Les, lær og lag, men på eget ansvar!*



## OPPSKRIFT PÅ FRUKTSALAT

*Av Josephine W. Tangen*

*Ingredienser:*

- 2 epler
- 2 appelsiner
- 1 banan
- Druer
- 1 boks vaniljekesam

*Slik gjør du:*

1. Vask frukten
2. Del frukten og bland det forsiktig sammen i en bolle
3. Server med litt vaniljekesam på toppen



## OPPSKRIFT PÅ KAKAO MED KREM

*Av Josephine W. Tangen og Amy E. Hinchey*

*Kakao ingredienser:*

- 5 ss kakaopulver
- 5 ss sukker
- 1 L melk

*Krem ingredienser:*

- ½ boks med kremfløte
- 1 ts sukker

*Slik gjør du:*

1. Bland kakao, sukker og halvparten av melken i en kjele og varm opp. Visp godt slik at kakao og sukker løser seg opp i melken.
2. Tilsett resten av melken og varm opp til det ryker godt av kakaoen (65-70°C).
3. Hell kakaoen i kopper og server med krem eller marshmallows.

*Slik lager du krem:*

4. Hell kremfløten i en bolle. Tilsett sukker og visp til det blir en luftig krem.



## OPPSKRIFT PÅ EPLEMUFFINS

*Av Josephine W. Tangen*

*Ingredienser:*

- 100 g smør
- 2 stk. Eple
- 1 ts malt kanel
- 2 stk. egg
- 1,5 dl sukker
- 2,5 dl hvetemel
- 1ts bakepulver

*Slik gjør du:*

1. Smelt smøret og sett til avkjøling.
2. Skyll av eplene. Del dem og skjær ut kjernen. Skjær eplene i terning store biter. Vend dem i kanel.
3. Ha egg og sukker i en bakebolle og visp til eggedosis. Tilsett mel blandet med bakepulver og det avkjølte smøret og rør godt inn. Bland inn eplebitene til slutt.
4. Fordel røren i 12 muffinsformer, og sett dem utover en stekeplate. Formene skal være nesten fulle.
5. Stek muffinsformene midt i ovnen ved 225°C i ca. 10 minutter. Avkjøl på rist.

Bestums IQ-lab presenterer sin side med

# QUIZ

*IQ-laben har utviklet de viktigste spørsmålene for å forme ekte superhjernner*

- 1) Hvilken planet er nærmest solen?
- 2) Hvilken planet var den første som ble oppdaget via teleskop?
- 3) Hva er verdens største øy?
- 4) Hva er navnet på det største havet?
- 5) Hva er Norges nasjonalfugl?
- 6) Hva heter barna til vår konge og dronning?
- 7) Hvor mange tenner har en voksen person?
- 8) Hva er de tre primærfargene?
- 9) Hva får du hvis du blander blå og gul maling?
- 10) Hvor mye kan en giraff veie?
- 11) Hvilken ost skal tradisjonelt bli brukt på pizza?
- 12) Hvilken type nøtter blir brukt i marsipan?
- 13) På et tastatur, hvilken bokstav er mellom Q og E?!

1) MERKUR, 2) URANUS, 3) GRØNLAND, 4) STILLEHAVET, 5) FOSSEKALLEN, 6) KRONPRINS HAAKON OG PRINSESSE METTE-MARIT, 7) 32 TENNER, 8) RØD, BLÅ OG GUL, 9) GRØNN, 10) OPPTIL 1200 KG, 11) MOZZARELLA, 12) MANDFL, 13) W

*Av Emilie Skramstad-Kolderup & Sofia E. H. Ricci*



## FOR EKSTRA HJERNETRIM:

Hva er rundt som en ball, gjennomsiktig som glass, lett som en fjær, vakkert som en regnbue og skapes og ødelegges av et pust?

S Å P E B O B L E N

## KUN FOR KODEKNEKKERE:

Hvor er havet uten bølger, elvene uten vann, skogene uten trær, byene uten mennesker og fjellene helt flate?

P Å K A R T E T

*Med denne helt pålitelige undersøkelsen fra IQ-laben*

*får du endelig sjansen til å avsløre svaret på et av livets virkelige store spørsmål:*

## HVILKEN MATPAKKE ER DU?

Velger du loff eller grovt brød?

- A. Jeg elsker loff
- B. Jeg velger grovt brød
- C. Begge!

Velger du frukt eller grønnsaker?

- A. Frukt er så godt
- B. Grønnsaker er ikke så verst
- C. Begge er gode.

Hva velger du til å drikke?

- A. Saft, søt og god
- B. Vann, godt og vanlig
- C. Juice, frukt smak er best

Hvilken farge har du på matpakka?

- A. Min favorittfarge
- B. Matpakken er gjennomsiktig
- C. Fargen er ikke så viktig

Hvilket pålegg velger du?

- A. Leverpostei
- B. Ost og/eller skinke
- C. Vanskelig å velge



Hva vil du helst ha i matpakken?

- A. Jordbær
- B. Salat
- C. Ananas

## FASIT

*Flest A?*

Du er søtsak Sindre. Du elsker nok søtsaker og godteri.

*Flest B?*

Du er sunne Synne. Kanskje du liker alt som ligner gulrot og brokkoli.

*Flest C?*

Du er samme Signe. Alt er godt og fint.

*Av Amy E. Hinchey*

## SLIK BLIR DU KVITT KJEDELIGE KVELDER

### BOKANBEFALINGER

Av Amy E. Hinchey

- Dragens øye
- Luridiums-tyven
- Duste dagbok
- Musse og helium
- Molly på klasse tur
- Operasjon Ellemelle
- Gutta i trehuset

Sett deg ned med en av disse bøkene og en kopp med varm sjokolade og kos deg

### FILMTIPS

Av Amy E. Hinchey

- K-pop demon hunters
- Fly
- Spirit
- Harry Potter 1
- Kaptein underbukse
- Ønske
- Eklingene
- Femlingene
- Barske bøller



### BOKANMELDELSE AV DRAGENS ØYE



Forfatter: *Cha Sandmæl*

Første bok ble utgitt i 2021

Boken handler om en askealv som heter Kha. Kha blir oppsøkt av en annen askealv som heter Lyra, fordi Lyra vil hindre Kha i å røpe en hemmelighet. Kha får hjelp av en solalv som heter Ranja. Ranja har en forbannelse som gjør at hun blir til en drage om dagen.



Jeg anbefaler denne boken fordi det er en bok i form av en tegneserie og det er masse fantasy, kule tegninger og det er en veldig kul bok-serie.

*Skrevet av Maria S. Ampofo*

### TI TIPS TIL HVA DU KAN GJØRE I HELGEN!

Av Mathilde J. Slørdahl

1. Henie Onstad Museum! Søk på internett: Henie Onstad
2. Leos lekeland! Søk på internett: Leos lekeland
3. Leke skole 🏠
4. Ri på Bygdø Kongsgård! Søk på internett: Bygdø Kongsgård
5. Skimore Oslo, sommer og vinter! Søk på internett: Skimore Oslo
6. Dra på senteret! Søk på internett: Fornebu S
7. Leke med familien ❤️
8. Teknisk museum! Søk på internett: Teknisk museum
9. Rush! Søk på internett: Rush.no
10. Tusenfryd! Søk på internett: Tusenfryd.no 🌿

### VINTERBINGO

Av Amy E. Hinchey

Snømann 	Utebukse 	Ski 
Snø 	Lue 	Skøyter 
Jakke 	Pepperkake 	Snøball 

# REDAKSJONENS TØYSEHJØRNE

Kun for alvorlig morsomt stoff.



Av Amanda J. Lykaas

## FNISEFABRIKKENS BESTE VITSER

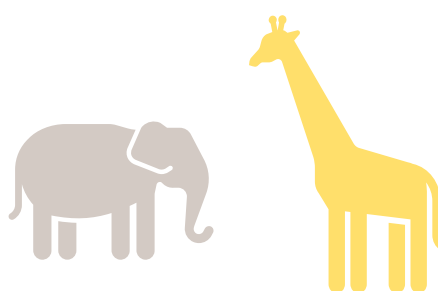
Det var en gang to snegler som skulle over en vei.  
Den ene skrek til den andre: «Skynd deg!  
Det kommer en buss om 4 timer!»

Hvordan får man en elefant inn i ett kjøleskap?  
Man åpner døra og setter inn elefanten.  
Hvordan får man en sjiraff inn i ett kjøleskap?  
Man tar ut elefanten og setter in sjiraffen.

Hvordan lager man kålruletter?  
Bare legg ett kålhode på toppen av ett fjell og dytt.

Hvilken hånd skal du røre kakaoen med?  
Ingen av dem, du rører med en skje!

Av Amy E. Hinchey



Hvorfor gikk svensken på knærne i butikken?  
Han lette etter lave priser.

Mamma: Hvor kommer alle de sølete sporene fra?  
Datter: Aner ikke, de har fulgt etter meg i hele dag

Av Amanda J. Lykaas

# DYREORDLEK

Klarer du å finne dyrene som skjuler seg mellom bokstavene? 🐾

Av Amanda J. Lykaas

A	S	P	G	H	D	I	L	W	F
H	N	R	T	E	M	R	U	M	U
B	P	D	Å	S	I	Y	V	A	G
F	I	G	Y	T	I	T	F	R	L
F	G	E	E	O	F	L	R	I	Ø
B	G	S	G	R	I	S	O	H	Å
D	S	V	R	T	S	I	S	Ø	M
O	V	P	Ø	E	K	U	K	N	K
H	I	H	R	I	V	S	P	E	Ø
E	N	B	J	Ø	R	N	L	I	R

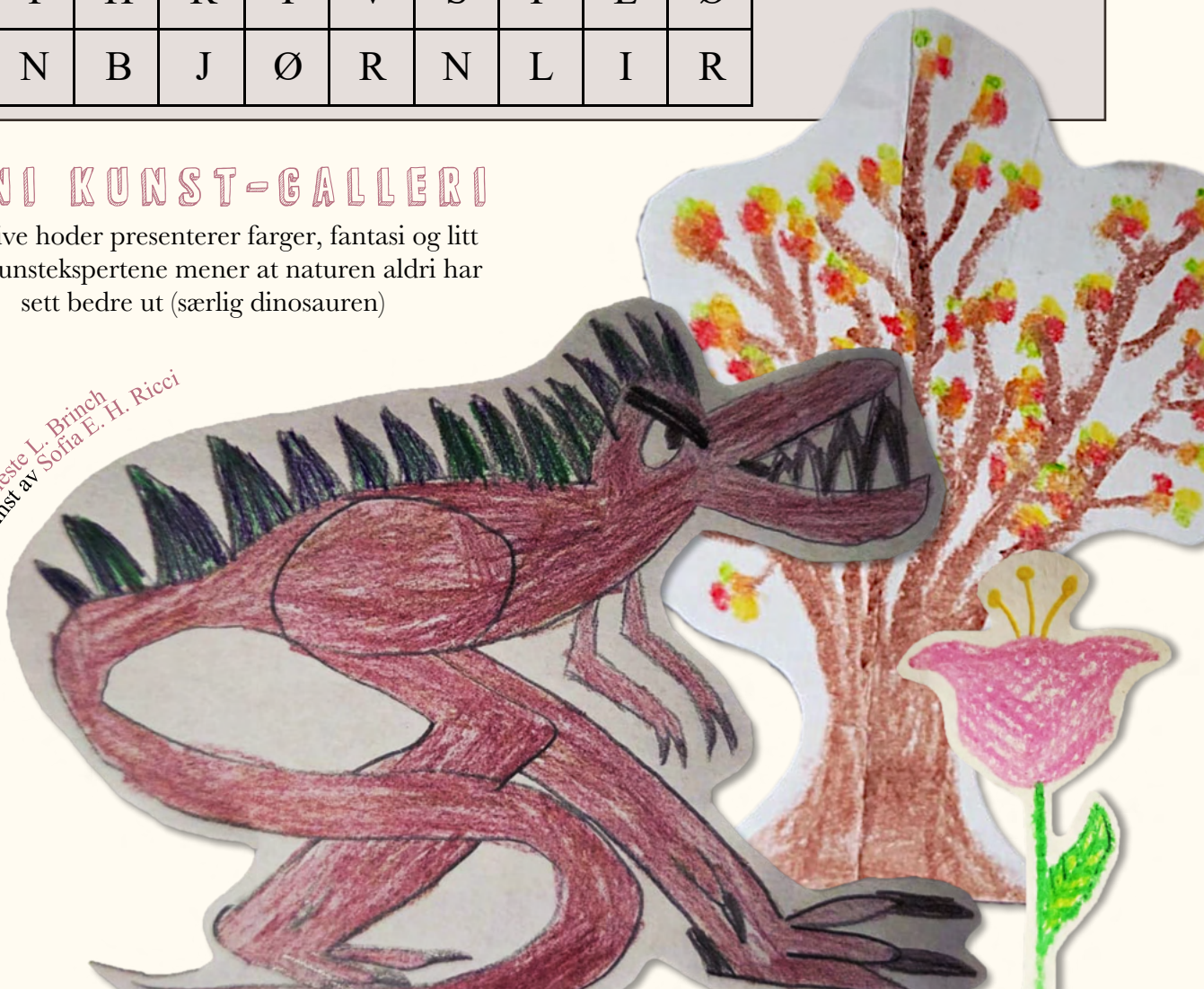
FINN DISSE DYRENE:

HEST  
 FUGL  
 BJØRN  
 GRIS  
 GEIT  
 FROSK  
 AND  
 REV  
 RIGGSVIN  
 FISK  
 MARIHØNE  
 BIE

## MINI KUNST-GALLERI

Kreative hoder presenterer farger, fantasi og litt tull! Kunstespertene mener at naturen aldri har sett bedre ut (særlig dinosauren)

Dinosaur av Cēteste L. Brinch  
 Tre og blomst av Sofia E. H. Ricci





Takk for at du har lest *Bestumblekka!*  
Vi håper du har hatt det gøy, lært noe nytt,  
og kanskje fått deg en god latter.  
Vi har skrevet denne avisen med masse glede,  
nysgjerrighet og litt fantasi  
– og vi håper du merket det!

Hilsen,  
REDAKSJONEN

