

Tomatkampanje – uke 23



Instagram: @5omdagen

Facebook: Opplysningskontoret
for frukt og grønt – Frukt.no

Poster fra Opplysningskontoret for frukt og grønt på instagram og facebook

Vi bruker #feriemednorsketomater, #norsketomater,


#norskinorsksesong, #takktilbonden, #halvetallerken, #halvpartengrønt og tagger @nytnorge

Vi oppfordrer til å videre dele eller dele innholdet direkte i deres kanaler! Tagg oss gjerne.

Mandag 7. juni

Kanal:	Innhold/budskap	Link til innhold:
Facebook vegg	FILM: Norske tomater har hatt en god oppvekst, derfor smaker de så godt. I dag er det Verdensdagen for matsikkerhet og når det gjelder matsikkerhet er Norge i verdensklasse. Spis norsk og spis godt.	https://bit.ly/3vEVsCZ

Onsdag 9. juni

Kanal:	Innhold/budskap	Link til innhold:
Instagram vegg	En kjempegod pai med masse norske tomater og løk. #feriemednorsketomater @nytnorge #norsketomater #norskinorsksesong #takktilbonden #halvetallerken #halvpartengrønt 	https://www.frukt.no/opskrifter/tomat-og-lokpai/
Facebook vegg	samme som på instagram	https://www.frukt.no/opskrifter/tomat-og-lokpai/

Torsdag 10. juni

Kanal:	Innhold/budskap	Link til innhold:
--------	-----------------	-------------------

Instagram vegg	<p>Gode norske tomater kan også bli til en kald, forfriskende suppe. #feriemednorsketomater @nytnorge #norsketomater #norskinorsksesong #takktilbonden #halvetallerken #halvpartengrønt</p> 	https://www.frukt.no/opskrifter/gazpacho--kald-gronnsaksuppe/
Facebook vegg	samme som på instagram	https://www.frukt.no/opskrifter/gazpacho--kald-gronnsaksuppe/

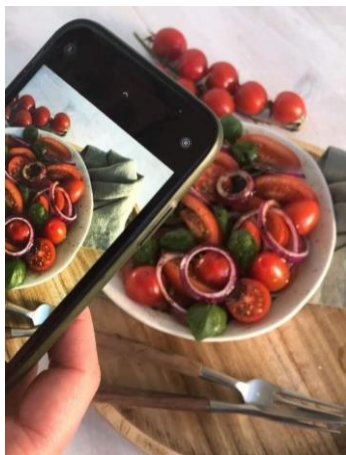
Bli med å spre budskapet!

Vi oppfordrer til å videre dele eller dele innholdet på frukt.no direkte. Her er inspirasjon til oppskrifter og artikler som kan passe fint å dele i deres sosiale medier (klikk på bilde for å komme til den aktuelle oppskriften). Se flere oppskrifter og artikler her: [Fristende tomater](#). Bilder og oppskrifter er til fri bruk.



Konkurransen

Få deres følgere i sosiale medier til å bli med i tomatkonkurransen ved å legge ut et tomatbilde på sin instagramkonto og tagge #feriemednorsketomater, @5omdagen og @nytnorge. Les mer om konkurransen her: [del dine tomatbilder](#). Vi bruker bildet av en telefon som tar bilde av tomatsalat og bilde av premien (tomatrød KitchenAid kjøkkenmaskin) når vi oppfordrer til å delta i konkurransen. Dere kan også benytte dere av disse om ønskelig.



Aktivitet på story

Vi har stor aktivitet på story både på instagram og facebook – og publiserer inspirasjon og kunnskap om tomater ukentlig i kampanjeperioden.

Vi håper dere vil være med å dele det glade budskap! Med vennlig hilsen,

