

OŠ Cirila Kosmača Piran

2018/2019

UNESCO PROJEKT: NAŠ KRAJ - NJEGOVA NARAVNA IN KULTURNA DEDIŠČINA

PODPROJEKT: OD VRTA DO PRTA

Nosilec projekta: Vrtec Mornarček Piran

Namen projekta:

Raziskovali bomo jedi in običaje povezane s kulturo prehranjevanja domačega kraja. Spoznavali bomo kako pomembno je, da si znamo sami oskrbeti hrano, ki je bolj okusna in zdrava kot tista v prodajalni, ki ni pridelana lokalno.

Lokalno pridelana hrana je prijazna do okolja in našega zdravja, ima visoko hranilno vrednost ter je bogatega okusa.

Cilji projekta:

Razvijanje trajnostnega odnosa do okolja ter pozitivnega odnosa do kulturne in naravne dediščine.

Vzpostavljanje komunikacije, ki omogoča medgeneracijsko sodelovanje in pretok informacij.



Potek dejavnosti:

V razredu smo:

- se pogovarjali o značilnih jedeh našega kraja,
- spoznali zdravilnost posameznih lokalnih zelišč,
- spoznali, kako so pridelovali in pripravljali živila nekoč,
- spoznali tipične jedi kot so brodet, mineštra, mulci,

- zapisali nekaj značilnih receptov,
- povezali smo se z društvom Anbot in skupaj z gospo Alenko Bakotič pripravili fritajo z divjimi šparglji.

V manjših skupinah so si učenci razdelili delo, sodelovali so prav vsi.

Po pripravi so jed poskusili. Večina učencev je bila nad jedjo navdušena, obliznili so si prste. Za seboj so pomili posodo in se navdušeni vrnili v učilnico, kjer so recept tudi zapisali.



FRITAJA Z DIVJIMI ŠPARGLJI

Recept za 10 oseb:

Sestavine:

5 šopkov špargljev,
10 jajc,
1dl olja,
sol, poper.

Priprava:

Šparglje nalomimo do tršega dela.

Mehak del špargljev nalomimo na centimetrške koščke in jih na majhnem ognju podušimo. Solimo, lahko tudi pokrijemo in po potrebi dodamo malo vode.

Stepemo jajca, jih osolimo, lahko popramo in zlijemo v ponev k špargljem. Malo povečamo moč ognja, pustimo 2-3 minute in postrežemo s kruhom.

Trši del lahko skuhamo in kot jušno osnovo uporabimo za zelenjavno juho ali zalivek za rižoto. Lahko pa jo tudi popijemo. Ni najprijetnejšega okusa, ima pa zdravilen učinek in odvaja vodo iz telesa.

Dober tek!



VTISI UČENCEV:

Danes smo v učilnici gospodinjstva kuhali jajca s šparglji. Tam smo bili z učiteljico Tatjano in gospo Alenko iz Anbota. Razbili in zmešali smo jajca, očistili in nalomili šparglje, jih zmešali skupaj in počakali, da se naredijo. Nato smo to pojedli s kosom kruha.

Mirta

Naučil sem se kuhati jajca s šparglji, bilo je lepo. Izvedel sem, da so šparglji zdravi za telo.

Richard

Odšli smo v učilnico, kjer nas je čakala članica društva Anbot, gospa Alenka. Najprej smo se malce spoznali in se predstavili, nato nam je gospa povedala, kaj bomo delali. Nekateri so čistili šparglje, drugi mešali jajca. Bilo je zabavno in poučno.

Tai

Všeč mi je bilo čiščenje špargljev. Čeprav sem fritajo že jedel, take še nisem poskusil. Zelo je bila dobra.

Uroš

Bilo mi je zelo všeč, zabavno in zanimivo. Užival sem pri kuhanju.

Dorian

Ko smo kuhali šparglje, me je motilo, da so malo grenki. Mislil sem, da bodo jajca na oko. Zelo sem užival.

Jernej