

Nem beszélünk zöldségeket

Október 17-én **EGÉSZSÉGNAPOT** tartottunk az iskolában. Ilyenkor megváltoznak a szokások, kicsit izgatottabban nyüzsög az iskola. A téma a gyökérzöldségek és az egészségügy volt.

A kapuban reggel az érkezőket finom, friss zöldségekkel várták. Az első órában a fiúknak és a lányoknak külön-külön csoportokban előadást tartottak testünk fejlődéséről. A következő órában a mindennapokban előfordulható balesetekről néztünk oktatófilmet. Szóba került a sebkötözés, az égési sérülés kezelése és a nyár folyamán a vízben betartandó szabályok is. A harmadik és negyedik órában egészséges zöldséges ételeket készítettünk és kóstoltunk. Erre már otthon előre felkészültünk, hoztunk hozzávalókat, konyhai eszközöket, illetve előre sütöttünk, főztünk. Csoportokban dolgoztunk és mindenki finom éledeleket készített gyökérzöldségekből, például szirupos sárgarépa, sárgarépás muffin, sárgarépa krémleves, répatorta tejszínhabbal, humusz mártogatós. A zöldségekből különleges formákat is faragtunk. Kóstolásra is maradt idő. Mindenki degeszre ette magát. Rájöttünk, hogy milyen finom ételeket lehet készíteni sárgarépából, céklából, retekéből, karalábéből. Akinek kevés lett volna az ízlelés, az kiselőadásokból is tájékozódhatott a zöldségek vitamintartalmáról. Ugyanis elméleti ismeretekkel is készültünk erre a napra. Én egy 2016. márciusi angol National Geographicban olvasható cikkről tartottam előadást. Apukám segített a pontos angol fordításban. Érdekességként említettem meg a génkezelést és a vevői igényt az egyforma méretű és alakú zöldségekre. Miközben a valóságban egy zöldség alakja néha vicces vagy formátlan alakot is ölthet, az íze és vitamintartalma változatlan. Szerencsére Dániában erre már külön éttermeket és boltokat hoztak létre, amikben csak ilyen természetes alakú zöldségeket árulnak, illetve ilyen alapanyagokkal főznek. A sok evést mozgással vezettük le az ötödik órában.

Ez a nap a zöldségekről szólt. Igaz, hogy nem volt tanítás, de attól még sokat tanultunk. És, megjegyzem felelés sem volt és senki sem beszélt zöldségeket.

Kuska Mirtill 6.c

https://photos.google.com/share/AF1QipNsB1prG3_NnyT8knVtPQaVv_xiYFdKijps3NCbK31b5Ts78rasbF9EWy2e8l2BMA?key=Y1pyVmg0VnlTZ2p3YVVLMIZmdEloc3ZxT3g0NjRR