



Drobné ovoce – bobule

Léto je tu a s ním i sezóna drobného ovoce. A to téměř všechny děti milují. V mnoha školkových zahradách se najdou záhony s jahodami nebo rybízem. Teď je ta nejlepší doba s největším výběrem. Třeba se naskytne příležitost dát s dětmi dohromady, jaké všechny dobroučké bobulky u nich doma na zahradě nebo na balkóně rostou. Třeba rybíz, vedle typických červených odrůd existují i černé a bílé, které jsou ze všech nejsladší. Pro děti bude výhodou, když tuto rozmanitost uvidí ve školce. Drobné ovoce nelze dlouho skladovat. Abychom si na něm mohli pochutnat i na podzim a v zimě, uděláme si zásoby a část sklízne zavaříme. Existují samozřejmě i jiné způsoby, jak plody zpracovat.

TIP Podzimní maliny Existují dvě odrůdy malin. Letní maliny se sklízí v červnu a červenci, podzimní od srpna do října. Důmyslným výběrem rostlin si lze sklizeň drobného ovoce prodloužit.

Odkazy V češtině najdete přehled divokých bylin, jejich účinků a využití v diplomové práci Jany Jezlové viz Jezlova_diplomova_prace_2024.pdf



Aktivita

Ovocný jogurt

Potřebujeme jogurt, drobné ovoce, mátu a mističky

Kompetence klíčová kompetence k podnikavosti a pracovní

Popis činnosti Dokonce i děti z jeslí se mohou zapojit do sbírání těchto letních plodů. Drobné ovoce děti nejraději hned sní, ale třeba přece jen něco zbude a pak můžeme udělat ovocný jogurt. Budeme na to potřebovat naběračku jogurtu, různé ovoce a pro barevný dojem malé lístky máty z bylinkové zahrádky.x<

Aktivita

Ovocný koláč

Potřebujeme 125 ml vody, 125 ml oleje, 6 vajec, 200 g cukru (lze nahradit i medem nebo jablečným protlakem), 360 g mouky, 1 vanilkový cukr, 1 prášek do pečiva, ovoce (např. plody muchovníku oválného), misku, mixér s míchacími metlami, plech, trochu tuku na vymazání plechu

Kompetence klíčová kompetence k podnikavosti a pracovní

Popis činnosti Snadný recept na lehký ovocný koláč, který můžete poklást třeba plody muchovníku vejčitého z vaší zahrady, samozřejmě je možné použít i jiné ovoce podle sezóny. Dobře promícháme olej, vodu a vejce. Pak přimícháme cukr, mouku, prášek do pečiva a vanilkový cukr. Těsto vylejeme na vymaštěný plech a poklademe ovocem. V předehřáté troubě pečeme na 175 °C (spodní a horní ohřev) asi 35 až 40 minut.

Kuchařka s recepty ze školky

Popis činnosti

Z receptů, které jste během tohoto školního roku vyzkoušeli, můžete sestavit vaši vlastní kuchařku. Bude to pěkná vzpomínka na celý projektový rok. Místo fotek jednotlivých pokrmů děti namalují obrázky, kuchařka tak bude mnohem osobnější. S jejím sestavováním začněte včas, aby se vše stihlo do konce školního a projektového roku. Kniha bude krásný dárek pro předškoláky a jejich rodiny nebo ji můžete na závěrečné letní slavnosti prodávat za příspěvek na náklady.

Vztah k vzdělávání pro trvale udržitelný vývoj

Skutečnost, že sklizeň probíhá v určitém období roku a že některé potraviny jsou k dispozici čerstvé pouze v určité sezóně, lze velmi dobře ilustrovat na letním drobném ovoci. Drobné ovoce z regionu lze sklízet jen několik týdnů v roce, ale maliny, jahody a borůvky ze vzdálených zemí nebo z energeticky náročného pěstování ve sklenících jsou v supermarketech k dostání po celý rok. Dětem lze ve školce snadno vysvětlit, jaké dopady má přeprava ovoce na klima a proč mají plody, které se brzy sklídí a přepravují na velkou vzdálenost, méně vitamínů než ty, které si utrhneme na zahrádce.

Odkazy

Článek o dovozu ovoce do ČR si můžete přečíst na

