

Zajęcia świetlicowe, projekt: Dobrze jemy ze szkołą na widelcu

Lekcja: Kuchnie świata

Na imieniny taty rodzina Jasia i Eli wybrała się do restauracji serwującej japońskie dania. Królik Marchwian również im towarzyszył. Bardzo się zdziwił, kiedy na stole zobaczył pałeczki i talerze z dziwnym daniem. Wyglądało jak ciasno zwinięte ślimaczki, z kolorowym nadzieniem w środku.

– Co to takiego? – zapytał, trącąc „ślimaczka” pałeczką.

– To przecież sushi! – roześmiała się Ela. – Tata je uwielbia. Spróbuj, jest naprawdę pyszne. Musisz tylko uważać, bo ten zielony sos wasabi jest bardzo ostry.

Marchwian nie był specjalnie przekonany. Zwłaszcza że sushi za żadne skarby nie chciało się dać złapać. Zrezygnowany odłożył pałeczki i sięgnął po jedzenie łąpką.

– Mniemam, ale dobre – stwierdził po chwili. – Nie wiedziałem, że w innych krajach jedzą takie rzeczy.

– Powinieneś kiedyś spróbować lasagne albo risotto – wtrącił Jaś. – To dania włoskie. Albo indyjskiego curry naszej mamy. Wtedy sam się przekonasz, że jedzenie może być prawdziwą kulinarną podróżą ...

A czy wy też kiedyś jedliście sushi? Dzisiaj dowiedziecie się, że Japończycy mają wiele innych przysmaków

Czy wszędzie ludzie jedzą to samo?

Jakie przykłady potraw charakterystycznych dla różnych krajów znacie?

Których z nich próbowaliście?

Czy Wam smakowały?

Królik Marchwian przygotował dziś mnóstwo ciekawostek o potrawach i zwyczajach żywieniowych na świecie.

Kuchnia włoska przywiązuje wagę do świeżości i jakości składników. Potrawy przygotowuje się według przekazywanych z pokolenia na pokolenie przepisów (często ściśle tajnych). Włosi uwielbiają warzywa, zwłaszcza pomidory, sery (np. parmezan, mozzarella) i przyprawy: oregano, bazylię, pieprz, estragon, tymianek i rozmaryn. Najważniejszym posiłkiem jest dla nich kolacja, gdy cała rodzina spotyka się przy stole. Może ona składać się z 3, a nawet 6 dań i bardzo długo trwać! Charakterystyczną cechą jest to, że Włosi praktycznie do każdego dania używają pieczywa, którym na koniec „czyszczą” talerz, zbierając z niego wszystko, co na nim pozostało. Kuchnia włoska to nie tylko pizza i spaghetti, ale też: pesto, gnocchi, kawa cappuccino i słodka panna cotta.

Kuchnia francuska to zarówno małże, ślimaki, zupa cebulowa, jak i sery (ponad 370 gatunków), bagietki i croissanty. Dla Francuzów kolacja również jest najważniejsza. Śniadanie za to jedzą lekkie, zwykle na słodko. Nie lubią śpieszyć się podczas posiłków, więc przerwa na obiad potrafi trwać nawet 2 godziny. Cenią elegancję i chętnie stosują zioła, które dodają niemal do wszystkich potraw - ich zioła prowansalskie są znane na całym świecie. Uwielbiają mięczaki, skorupiaki i wszelkiego rodzaju owoce morza.

Kuchnia japońska: W kuchni japońskiej szerokie zastosowanie mają ryby, owoce morza i wodorosty. Najpopularniejszymi wodorostami są nori – składnik roladek ryżowych, powszechnie znanych jako sushi. Nori może być także stosowane jako przyprawa do zbóż lub podawane jako przekąska. Innymi popularnymi produktami używanymi do przygotowywania potraw są twarożek sojowy (czyli tofu) oraz wasabi (czyli esencja zielonego chrzanu). Podobnie jak Chińczycy Japończycy również jedzą pałeczkami. Nakrywając do stołu, po lewej stronie stawiają miseczkę z ryżem, po prawej – z zupą, którą pije się prosto z naczynia. Japonia kojarzy się też z ceremonią picia herbaty, którą pije się... głośno siorbiąc, bo to wydobywa jej smak.

Proponuję sałatki do przygotowania z dziećmi:

<https://www.youtube.com/watch?v=vyLKIsM8wyc>