

## Näiteid lastega kokkamistest (juunis ja august-september 2020)

Seoses COVID19 viirusest tingitud eriolukorra tõttu sai PRIA tegevusi läbi viima hakata hiline misega. Kui vaatamata olukorrale kokati lastega rühmades aktiivselt. Lapsed nautisid ühiselt segatud smuutisid ja salateid. Arvati, et smuuti ja mahedik teeb tugevaks, kiireks, aitab kasvada. Prooviti smuutit nii veega kui ka piimaga segatult. Laste eelistused olid erinevad. Kõik tunnistasid smuuti maitsvaks toiduks.

### Kevadsmuutid

Nipid said aardejahti abil teada, mida me täna tegema hakkame. Aardejahil tuli õpetaja suuliste juhiste abil leida erinevate puuviljade ja marjade pildid. Seejärel toimus erinevate koostisosade maitsemine ja smuutide valmistamine. Prooviti erinevaid maitseid omavahel kombineerida. Valmistati kolm erinevat smuutit:

1. banaan, õun, pirn, vesi.

2. banaan, õun, pirn, kiivi, piparmünt, jõhvikas.

3. banaan, õun, pirn, kiivi, piparmünt, jõhvikas, mustsõstar.

Kuigi algul lapsed osasid maitseid ei soovinud smuutisse, siis lõpuks meeldis neile värv ja maitse poolest viimane smuuti (kus olid kõik valitud komponendid sees) kõige rohkem ja seda küsiti ka korduvalt juurde.

### Värsked kevadsalatid rühmas kasvatatud taimedest

Kasutati rühmades oma kasvatatud tilli, kurki (n. mida sai Liblikate rühmas veel ka sügisel võtta), lehtsalatit, lehtpeeti, peterselli jne. Salati komponente maitsti esmalt kõiki eraldi ja seejärel tükeldas iga laps oma vabal valikul erinevaid komponente salatisse. Salatitesse sai valida - tomatit, kurki, paprikat, lehtsalatit, - peeti, peakapsast, tilli, peterselli, rohelist sibulapealseid, lisada seemneid (seesami, päevalille, Chi á) jms. Omatehtud salatid meeldisid kõigile ja taldrikud tühjenesid imekiirelt.



### Sügisene puuviljamahedik

Siilikased valmistasid puuviljamahedikku "Siilide rõõm". Kasutati valmistamisel uut PRIA projekti raames soetatud mahlapressi. Lapsed tükeldasid puuvilju, aitasid panna puuvilju mahlapressi sisse ja maiustasid mahedikuga. Lapsed ütlesid, et mahedik maitstes magus, mõni arvas, et veidi kibe ka (apelsini koor mahedikus). Lapsed ütlesid, et selles on palju vitamiine.

## Liblikate mahlategu

Liblikate tutvusid puuviljaga õun ning köögiviljadega punapeet, kaalikas, kartul ja porgand. Katsusime, millised on nende puu- ja juurviljade koored (siledad, krobelsed) ja kas nad on pehmed või kõvad. Uurisime millised näevad erinevad aedviljad välja kui nad pooleks lõigata- nuusutasime viljade lõhna, vaatlesime värvust ja kirjeldasime maitset.

Lapsed said teha mahla õunast ja porgandist. Kõigepealt tutvusime mahlapressi kasutamise ohutusega - terav lõiketera, elektriline masin. Seejärel pesid kõik käed ja said hakata õunu ja porgandeid tükeldama, seejärel tükeldatud komponente lisada mahlapressi ning masinat tööle/seisma panna. Mahla degusteerimisel sai iga laps proovida nii õuna kui ka porgandimahla. Laste lemmikuks sai värskelt koduaia õuntest pressitud õunamahl.



Juuni ja august-september 2020