

Impariamo a mangiar sano

Tematiche:

1. il lago: i suoi prodotti, il rapporto con la tavola e la cultura locale;
2. la qualità alimentare del pesce;
3. pesca e itticultura: modi diversi di fare il pescatore;
4. gli animali utili all'uomo e alla sua sopravvivenza;
5. se il pesce mangia sano, mangio sano anche io;
6. dal lago al carrello: come scegliere il pesce che mangiamo.

Modalità di realizzazione:

In un mondo ormai globalizzato che mira ad una standardizzazione dei gusti, il laboratorio in questione ha l'obiettivo di far ritornare quel buon senso alimentare di una volta. Quella che oggi viene chiamata dieta mediterranea altro non è che il modo di mangiare dei nostri nonni pescatori. Lo scopo di questo laboratorio è quello di permettere agli studenti di apprendere il percorso che il pesce compie per arrivare in cucina. Il corretto apprendimento delle tematiche indicate si realizzerà attraverso le seguenti attività:

- verranno effettuate prove di cattura nell'allevamento;
- gli alunni potranno cimentarsi nella preparazione dei piatti tipici della tradizione marinara del salento.

Lo scopo è quello di far riavvicinare gli alunni al mangiare sano di una volta, tramite la riscoperta delle ricette tipiche della tradizione.

Obiettivi:

1. stimolare gli alunni a riscoprire le tradizioni culturali del proprio territorio;
2. coinvolgere gli alunni nella conoscenza delle differenze tra la vita degli animali nell'ambiente naturale e quella nell'allevamento;
3. stimolare il comportamento quotidiano consapevole attraverso il ruolo del pescatore-custode dell'ambiente;
4. far capire l'importanza di alimentare correttamente anche gli animali che alleviamo;
5. fornire le indicazioni per utilizzare il pesce in cucina attraverso ricette di facile esecuzione;
6. fornire indicazioni per imparare a mangiare sano.

Destinatari: scuole primarie e secondarie inferiori

Incontro di coprogettazione: un giorno.

Incontro di approfondimento in classe: un giorno.

Costi: in base ad una richiesta di informazioni verrà inviato un preventivo dettagliato di costo da sottoporre all'approvazione della Scuola.