Regánné Fehér Gizella

A projektmódszer egy szakképző iskola gyakorlatában

Mellékletek

1. melléklet

A csoportalakításhoz szükséges kártyák

MAJORÁNNA

GYÖMBÉR

FAHÉJ

BAZSALIKOM

ÉDESKÖMÉNY

KAKUKKFŰ

2. melléklet

Egy kis fűszertörténelem

(Az alábbi kiadvány alapján készült:Romváry Vilmos 1981. *Fűszerek könyve.* Mezőgazdasági Kiadó. Budapest.)

A fűszerek használatát egészen az emberiség legtávolabbi múltjáig lehet visszavezetni. Valószínűleg már az ősember is felfedezte az ételízesítőket, amikor táplálkozásra alkalmas növények után kutatott. A kezdetben véletlenül szerzett tapasztalatok – újabb és újabb ismeretekkel gyarapodva – egyik nemzedékről a másikra szálltak.

A piramisok falára vésett feljegyzések és a régi írások tanúsága szerint az egyiptomiak már ismerték a majoránnát, a mentát, a fahéjat és a kassziát (kevésbé erőteljes aromájú, gyengébb minőségű kínai fahéj). Az ókori iratokból azt is tudjuk, hogy a piramisépítők fokhagymával igyekeztek megőrizni egészségüket.

Babilonban használták a fahéjat, a szegfűszeget, a gyömbért és a szerecsendiót.

A fűszerek nagy mennyiségben történő termesztésével először a rómaiak próbálkoztak. Cato (i. e. 234–149) *De agricultura* című könyvében már leírta az ánizs, a koriander,

valamint a kakukkfű termesztésével kapcsolatos teendőket. Lucullusnak (i. e. 111–57), a fényűző életmódjáról híres hadvezérnek a kertjében világhírű fűszernövények is pompáztak. A klasszikus görög-római kultúra tudós nagyjai közül Galenus (i. u. 131–201), a híres orvos a drogokon kívül már a fűszerek gyakori hamisításával is foglalkozott művében.

A középkor egyik jelentős fűszertörténeti eseménye, hogy Nagy Károly francia király és római császár (768–814) elrendelte a fűszer- és gyógynövények termesztését. Kezdetben ezzel főleg szerzetesek és apácák foglalkoztak a kolostorkertekben. Az egyik leghíresebb fűszer- és gyógynövénytermesztő a szentgalleni kolostor volt.

1100-tól a fűszerkereskedelemben Velence és Genova városa töltött be vezető szerepet. Marco Polo (1254–1323) a középkor legjelentősebb utazója – aki elsőként utazott végig Ázsián – naplójában leírta, hogy Kínában sok más növényen kívül megismerte a gyömbért és a rizst. Az 1300-as években a fűszerárak az egeket verték, például ½ kg sáfrány = 1 ló; ½ kg gyömbér = 1 bárány; ½ kg szerecsendió = 7 db hízott ökör.

Magellánról, a világhírű portugál utazóról szóló könyvekből tudjuk, hogy V. Károly német- római császár óriási összeget áldozott a híres fűszersziget, Molukki elfoglalására, mivel a sziget birtoklása – éppen a fűszerek miatt – végtelen gazdagságot ígért. Ez időben a legértékesebb fűszernek a bors

számított, aranymérlegen mérték, és Európa patikáiban méregdrágán árulták. Magellán hajóútja – a történelemnek ez a rendkívül drága és veszélyes vállalkozása – elhozta az emberiségnek a világ leggazdagabb aromájú fűszerkincseit. Magellán öt hajó és 230 főnyi személyzet parancsnoka volt. 1522-ben egy hajóval, 25 emberrel és 25 tonna fűszerrel tért vissza hazájába. Ezzel a tettével hatalmas elismerést vívott ki magának. Nyomában hamarosan holland, angol és portugál gyarmatosítók indultak Indonéziába, keletre.

1755-ben már olyan könyvek is megjelentek Európában, amelyek a fűszerek használatára tanították az embereket.

Az 1800-as években felosztották a fűszerpiacot, így négy ország gazdagodott meg jelentősen a fűszereken: Anglia, Hollandia, az Egyesült Államok és Franciaország. Megalakult a Kelet-Indiai Társaság. Ettől kezdve a fűszerek világkereskedelméről beszélhetünk.

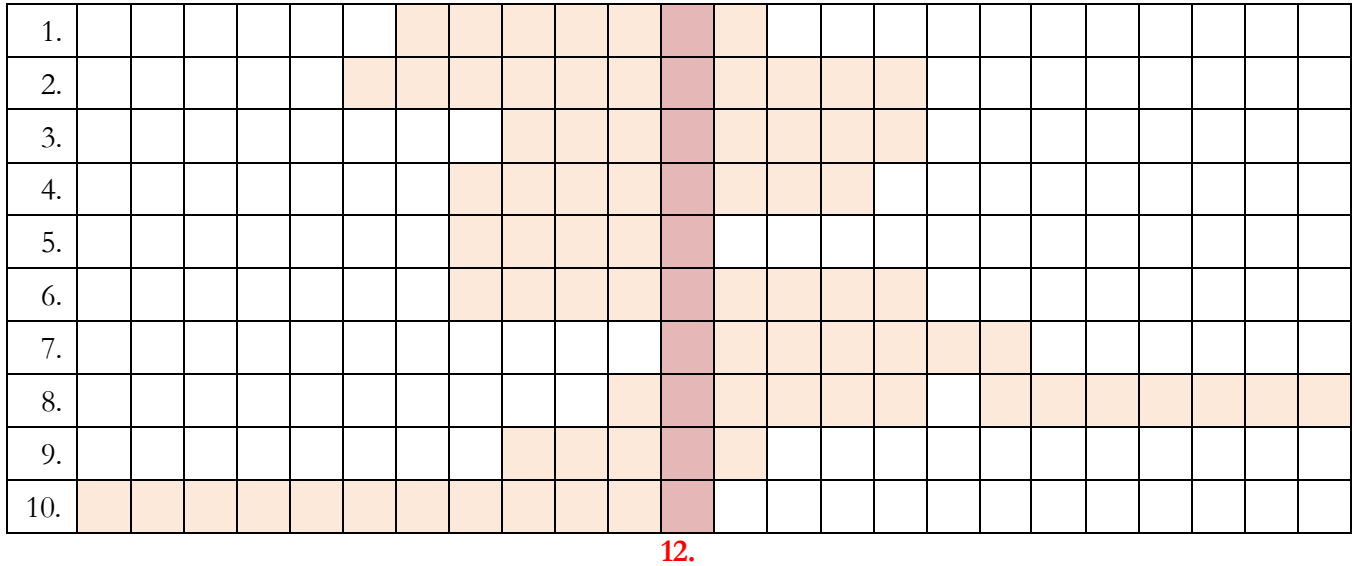
3. melléklet

Keresztrejtvény

A keresztrejtvényhez tartozó vízszintes számozású kérdések:

1. Babilonban már ismerték azt a különleges fűszert, amelynek a gyöktörzsét használjuk.
2. Kik foglalkoztak a gyógynövény- és fűszertermesztéssel Nagy Károly idejében?
3. A világ egyik leghíresebb hajósa, aki nagy elismerést váltott ki „fűszerútjával”.
4. Híres római hadvezér, aki fényűző életmódjával, lakomáival vált híressé.
5. Kellemes aromájú fűszer, az egyiptomiak még a piramisok falára is felírták a nevét.
6. A piramisokat építő rabszolgák az egészségük megőrzése miatt fogyasztották ezt a növényt.
7. 1100-tól ez az itáliai város uralta a fűszerkereskedelmet.
8. Az 1300-as években a szerecsendióért pénz és arany helyett ezzel fizettek.
9. Az egyik legrégebbi egyiptomi levélfűszer, kellemes, mentolos illatot áraszt.
10. Kemény héjú, fán termő, nemes aromájú, pikáns ízű fűszer.

Függőleges 12.: Mi a fűszer? (MEGOLDÁS)



4. melléklet

A keresztrejtvény megfejtése

1.							G	Y	Ö	M	B	É	R											
2.						S	Z	E	R	Z	E	T	E	S	E	K								
3.									M	A	G	E	L	L	Á	N								
4.								L	U	C	U	L	L	U	S									
5.								F	A	H	É	J												
6.								F	O	K	H	A	G	Y	M	A								
7.												V	E	L	E	N	C	E						
8.											H	Í	Z	O	T	T		Ö	K	Ö	R	R	E	L
9.									M	E	N	T	A											
10.	S	Z	E	R	E	C	S	E	N	D	I	Ó												

6. melléklet

Feladatlap: Ki vagyok én?

(Az alábbi kiadvány alapján készült: Romváry Vilmos 1981. *Fűszerek könyve*. Mezőgazdasági Kiadó. Budapest.)

1. szöveg:

Dél-Ázsiából és Afrikából került hozzánk. Kedvelt kerti, cserép-, fűszer- és gyógynövény.
Dús aromájú, zöld színű, kis levelű és fehér virágú.
Kellemes, szegfűszegre emlékeztető, fanyar illatú, pikáns ízű növény, amely illóolajat, cseranyagot és keserű anyagot is tartalmaz.
A kereskedelemben morzsolt állapotban kerül forgalomba.
Fűszerként sokoldalúan felhasználhatjuk: levesekben, főzelékekben, salátákban, szószokban, pácokban, sültekben, mártásokban, darált húsokban, halételekben és kolbászárukban, valamint növényi ecetek készítésekor.
Teáját gyomorerősítőül, étvágygerjesztőnek, idegnyugtatónak, valamint vesegyulladáskor vízelhajtónak használják.
Külsőleg toroköblítőként és kelések érlelésére szolgál.

2. szöveg:

Úgyszólván mindenki által ismert, mindennap használatos, illatos fűszer.
Egyike a legrégibb ízesítőknek. Ceylon szigetén, valamint Kínában a vadon előforduló vagy a termesztett fák ágairól lefejtett, sötétbarna színű fűszer.
Vágott darabokban vagy őrölt állapotban árusítják. Illóolajat, csersavat, gyantát, cukrot, keményítőt tartalmaz.
Őrölt állapotban mézeskalács, almás lepény, rétes, diós és piskótatészta, zsírban sült fánk, valamint rizsételek és tejes ételek ízesítésére használják.
Őrlés nélkül, egész állapotban befőttek, kompótok, gyümölcslevesek, mártások, forralt borok és egyéb italok készítésekor használják.
Gyógyászatilag emésztésserkentő, étvágyjavító, gyomorerősítő hatása miatt alkalmazzák. Az illatszeripar is felhasználja kellemes illata miatt.

3. szöveg:

Kínában már időszámításunk előtt több évszázaddal használták.
A középkorban jelentős szerepet játszott a népek közötti fűszerkereskedelemben.
Ma Dél-Ázsiában, Dél-Amerikában és Nyugat-Afrika tropikus tájain termesztik ezt a sajátosan illatos, csípős, kesernyés ízű, fűszert adó növényt.
A növény gyöktörzse szolgáltatja a fűszert, amelynek – feldolgozási módja szerint – két változata ismert: a hámozatlan fekete *barbadosi* és a

hámozott fehér *bengáliai.*
Aromáját az illóolaj-, ízét pedig a gingeroltartalma okozza. Ezen kívül cukrot, gyantasavat és keményítőt tartalmaz.
Kitűnő gyomorerősítő, étvágyjavító, emésztést elősegítő szer. Nálunk vágott állapotban, őrölve, sőt kandírozva is előfordul.
Egyes levesek, szószok és angolosan elkészített húsételek kitűnő ízesítője.
Angliában és Amerikában a híres *Ingver* sört készítik belőle. Felhasználják még a likőriparban, valamint cukrászati készítmények és fűszerkeverékek készítésekor.

4. szöveg:

Hazánkban a száraz, füves területeken vadon is előfordul, de kertekben és gazdaságokban is termesztik.
Mind a vadon előforduló, mind a kerti növényfajta sokoldalúan használatos fűszer. Kellemes, jellegzetes kámforos illatú és aromás ízű fűszernövény.
Már az egyiptomiak és a görögök is kedvelték, de újabban minden ország konyhareceptjeiben felfedezhető. A francia konyha nélkülözhetetlen fűszere.
Vágott vagy morzsolt állapotban kerül a kereskedelembe.
Általában majoránnával, rozmaringgal, babérlevéllel, szerecsendióval és zsályával együtt ízletes. Óvatosan kell használni, mert erős illata miatt könnyen megváltoztathatja az étel eredeti jellegét.
Felhasználható nehezen emészthető levesek, burgonyafőzelék, saláták és baromfi-, valamint marhasültek, erdélyi tokány, ürücomb, vadas ételek, töltött káposzta, véres és májas hurka, kolbászáruk, halételek, valamint a vörösbormártás fűszerezésére.
Értékes alkatrésze a növényi ecetnek.
Ártalmatlan fűszer, ezért diétás ételeket is ízesíthetünk vele. Étvágygerjesztő, gyomorjavító, görcsoldó, köhögéscsillapító és szélhajtó is. Fürdővizekben illatos és frissítő hatású.
A konzervipar is felhasználja.

5. szöveg:

Már a görögök és a rómaiak is ismerték nemes aromáját és gyógyhatását. Mostanában mind gyakrabban látjuk feltűnni a magyar konyhák polcain.
Termesztése az országban nagy területen folyik, és jelentős mennyiséget exportálunk belőle. Magja kellemes, jellegzetes illata az ánizsra emlékeztet, íze édeskés, kissé csípős, színe zöldesbarna.
Illóolajat, zsíros olajat, cukrot és fehérjét tartalmaz.
Nagyon egészséges fűszer, amely főzelékek, saláták, halételek, szószok, valamint teasütemények és likőrök ízesítésére használható.
Átható aromája miatt ügyelni kell az adagolására.
A növény fiatal levélzetéből az olaszok salátát és főzeléket készítenek.
Kiváló emésztést serkentő, étvágyjavító, szélhajtó, görcsoldó, ízjavító és vízhajtó, sőt tejszaporító hatású.

Csecsemők szélhajtó teájának és egyéb teakeverékeknek is fontos alkotórésze.

6. szöveg:

A legkedveltebb, a legrégibb és talán a leghíresebb magyar fűszer. Kiváló aromája miatt az egész világon elterjedt, és nagy keresletnek örvend.
A Földközi-tenger környékéről származik, de ma már hazánk egyes részein nagy területeken, sőt a házi kertekben is termesztik.
A növény szárított vagy morzsolt levele és virágzata képezi a fűszert.
A jól kezelt fűszer szürkészöld színű, egyenletes morzsolású, erősen aromás, kellemes illatú és kissé hűtő, kesernyés ízű.
Illóolajat, keserű anyagot, csersavat tartalmaz.
Használatát nagyon ajánljuk, mert különleges ízt és zamatot kölcsönöz ételeinknek. Levesek, főzelékek, mártások, különféle húsételek, húskészítmények (tokány, tűzdelt fácán és fogoly, pácolt ürücomb) májgombóc, májas hurka, pástétom, vagdalt és véres húsok fűszerezésére használják.
Remek ízt ad a csirke és a tyúk töltelékének vagy a töltelék nélküli sülteknek, ha sütés előtt a húsokat kívül-belül bedörzsöljük vele.
Előnyös a bárány-, a birka- és az ürühúsok elkészítésekor, mivel intenzív aromája elveszi azok kellemetlen mellékízét.
Étvágygerjesztő, szélhajtó, gyomorerősítő, nyugtató hatású, ezért gyógyteákhoz is keverik. A magas vérnyomásban szenvedők csak óvatosan használhatják.

7. melléklet

Megoldások: Ki vagyok én?

1. szöveg: *bazsalikom*
2. szöveg: *fahéj*
3. szöveg: *gyömbér*
4. szöveg: *kakukkfű*
5. szöveg: *édeskömény*
6. szöveg: *majoránna*

8. melléklet

Feladatlap (népnyelv – köznyelv)

Társítsd a népnyelvi alakokat a köznyelvi megnevezéshez! Írd le a párok betűjelét a füzetedbe!

a) bécsi rozmaring, borsfű, borsika, csombor, hurkafű
b) anyaméhfű, macskaméz, melissza
c) balzsamfű, tömjénfű, démutka
d) bécsi kapor, főnikli, olasz kapor, római kapor
e) beléndfű, cigánypetrezselyem, zergefű
f) kerti bors, magyarbors, verse bors, pogány paprika
g) fekete gyopár, kaslók, szurokszagú fű, vadmajoranna

A) PAPRIKA
B) KORIANDER
C) SZUROKFŰ
D) BORSIKAFŰ
E) CITROMFŰ
F) ÉDESKÖMÉNY
G) KAKUKKFŰ

9. melléklet

Megoldás: Feladatlap (népnyelv – köznyelv)

a – D; b – E; c – G; d – F; e – B; f – A; g – C

10. melléklet

Feladatlap: ***Közmondással, szólással fűszerezzünk!***

1. Kicsi a bors, de erős.
2. Borsot tör az orra alá.
3. Vörös (piros), mint a paprika.
4. Hagymával élj!
5. Vékony, mint a hagymahártya.
6. Illik rá, mint petrezselyem a levesre.
7. Petrezselymet árul.
8. Termetes, mint a komlókaró.
9. Vereshagyma legyen a boldogságod!
10. Olyan, mint a jóféle sáfrány.
11. Gyömbér ahhoz az esze.
12. Gyömbért viszek, nem nektek való.
13. Egy fokhagymát sem ér!
14. Kívül ültette a kereten a fokhagymát.
15. Nem terem számára babér!
16. Pihen a babérjain.

11. melléklet

Megoldások: *Közmondással, szólással fűszerezzünk!* című feladatlap

1. a) Kis termetű vagy jelentéktelennek látszó ember is lehet tehetséges vagy erős.
   b) Kis dolog is okozhat nehézséget.
2. Bosszúságot okoz.
3. Élénkvörös, szégyelli magát, elpirul.
4. *Hagy(j) ma!* – kiejtésbeli hasonlóságon alapuló szójáték. 'Takarékossággal gondoskodj a jövőről!'; Légy beosztó, takarékoskodó!
5. Nagyon vékony.
6. Éppen ráillik.
7. a) Bálban, mulatságban nem kap táncost.
   b) Hajadon marad, nem megy férjhez.
   c) Valami nem kell senkinek, eladatlan vagy felhasználatlan marad.
8. Magas, nyurga ember.
9. Légy olyan szegény, hogy az is öröm legyen számodra, ha vöröshagymát ehetsz!
10. Igen drága.
11. Nem való az neki, mert nem tudja megérteni vagy megtanulni.
12. Nem kötöm ezt a dolgot az orrotokra, mert ostobák vagytok.
13. Semmit sem ér.
14. a) Kevély, büszke.
    b) Sokra tartja magát.
    c) Különbnek tartja magát a többinél.
15. Csúfos kudarcra számíthat.
16. Állítólagos érdemeire hivatkozva lopja a napot.

12. melléklet

Csillagok

13. melléklet

Növények, amelyek egyben állatok is…

a) Válassz ki egy növényt az alább felsoroltak közül!
b) Képzeld el, vajon miről kapta a nevét!
c) Írj a név eredetéről egy 6–8 mondatos történetet a saját fantáziád alapján!

békarokka	kakukkfű	ökörfarkkóró
békatutaj	kanáriköles	rókagomba
csibehúr	keszegsaláta	sertéscsemege
csibeláb	kutyatej	szarvasgomba
csomós ebír	libatop	szarvaskerep
egérfül	lóbab	szőrös disznóparéj
gólyahír	macskagyökér	tehénborsó
lóhere	macskakarom	varjúköröm
nyúlhere	medvehagyma	varjúháj
hernyópázsit	medvetalp	vérehulló fecskefű