

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ – ЮГРА
ГОРОД ПОКАЧИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – ДЕТСКИЙ САД**

Проект «Северное лукошко»



2026 г.

Аннотация

Несмотря на то, что наш округ характеризуется особенными климатическими явлениями (продолжительные морозы, округ покрыт снегом больше 200 дней в году) природа нашего края необычайно красива. Для изучения традиций народов ханты и манси в рамках сезонных явлений в природе мы разработали практико – ориентированный проект «Серное лукошко».

Проект «Северное лукошко» направлен на исследование и популяризацию северных ягод, таких как морошка, черника, голубика, клюква и брусника, которые не только являются вкусными, но и невероятно полезными для здоровья человека. Эти ягоды богаты витаминами, минералами и антиоксидантами, которые способствуют укреплению иммунной системы, улучшению обмена веществ и профилактике многих заболеваний.

В рамках проекта мы проведем комплексные исследования, направленные на выявление полезных свойств каждой из ягод, их влияние на здоровье и способы их применения в рационе питания. Мы планируем организовать информационно-образовательные мероприятия, на которых участники смогут узнать об особенностях сбора, хранения и приготовления блюд из этих ягод, а также о традиционных рецептах и методах применения в народной медицине.

Проект «Северное лукошко» призван повысить осведомленность населения о значимости северных ягод как целебных продуктов и их роли в поддержании здорового образа жизни. Мы уверены, что благодаря нашему исследованию, больше людей откроют для себя ценные дары природы и научатся использовать их для улучшения своего здоровья.

Цель исследовательской работы: познакомить детей с северными ягодами: морошкой, клюквой, брусникой, голубикой, черникой и научить детей распознавать ягоды, описывать их полезные свойства и использование в питании.

Задачи:

- Изучить каждую из северных ягод: место произрастания, внешний вид, вкус и полезные свойства.
- Узнать, какие ягоды можно собирать и как правильно это делать.
- Развить у детей интерес к природе и здоровому питанию.
- Развить у детей навыки наблюдения и описания: что они видят, ощущают на вкус и запах.
- Развить коммуникативные навыки через совместные обсуждения и презентации, мультфильмы.
- Воспитать бережное отношение к природе и уважение к дарованным плодам.

Методы исследования: сбор информации из разных источников, экскурсии, наблюдения, рассматривание, изучение и анализ литературы, наблюдение, эксперимент, мультипликация.

Формы работы:

- Игровые и образовательные занятия.
- Практическая работа (сбор ягод, приготовление блюд).
- Обсуждения, коллективные проекты, творчество.

Полученные данные: эти ягоды рассматриваются как важные природные ресурсы, обладающие высокой пищевой ценностью и медицинской ценностью.

1. Пищевая ценность ягод:

- **Брусника:** содержит витамины А, В и С, а также микроэлементы (калий, магний, кальций), богата природными антиоксидантами, помогает укреплять иммунную систему.
- **Морошка:** отличается высоким содержанием витаминов С и А. Содержит флавоноиды, которые способствуют улучшению кровообращения и укреплению сосудов.
- **Голубика:** известна своими антиоксидантными свойствами, содержащее фитонутриенты, которые помогают защищать клетки от повреждений. Содержит витамины С и К, а также клетчатку.
- **Черника:** поддерживает здоровье мозга благодаря высокому содержанию антиоксидантов и витаминов. Помогает улучшить память и концентрацию.
- **Клюква:** известна своим благоприятным воздействием на мочевыводящую систему. Содержит много витамина С, а также антисептические и противовоспалительные свойства.

2. Применение в народной медицине:

- Использование ягод в лечении простуды, укреплении иммунной системы и улучшении обмена веществ.
- Применение ягод для профилактики различных заболеваний, таких как диабет, болезни сердца и инфекции мочевыводящих путей.

3. Экологические аспекты:

- Ягоды растут в диких условиях, что делает их экологически чистыми продуктами. Сбор ягод в естественной среде сохраняет биологическое разнообразие и способствует охране природных ресурсов.

4. Культурное значение:

- Северные ягоды традиционно используются в кулинарии, приготавливаются в различных блюдах и напитках, что обогащает гастрономическую культуру.
- Они играют важную роль в праздниках и обычаях северных народов.

Выводы:

1. Польза для здоровья: Северные ягоды, такие как брусника, морошка, голубика, черника и клюква, обладают высокой питательной ценностью и могут положительно влиять на здоровье человека благодаря содержанию витаминов, минералов и антиоксидантов.
2. Применение в питании: Регулярное употребление этих ягод в рационе способствует улучшению общего состояния организма, поддержанию иммунной системы и профилактике многих заболеваний.
3. Значение в экосистеме: Ягоды имеют важное значение, как для человека, так и для экосистемы, так как способствуют сохранению биоразнообразия и поддерживают экосистемные услуги.

4. Культурное наследие: Сохранение традиций сбора и использования северных ягод важно для культурной идентичности северных народов и разнообразия местной кухни.

Таким образом, результаты исследования подтверждают необходимость популяризации и сохранения северных ягод как ценного продукта и естественного ресурса.

План исследований

Гипотеза: северные ягоды: морошка, клюква, брусника, черника, голубика полезны для здоровья человека, так как они богаты витаминами и необходимыми веществами.

Объект исследования: северные ягоды, а именно: черника, голубика, морошка, брусника, клюква.

Эти ягоды рассматриваются как важные природные ресурсы, обладающие высокой пищевой и медицинской ценностью.

Предмет исследования: предметом исследования являются:

1. Пищевая ценность ягод:

- Содержание витаминов, минералов и антиоксидантов в каждой из ягод.
- Уникальные питательные свойства и их влияние на здоровье человека.

2. Традиционное использование ягод:

- Рецепты блюд и напитков из ягод.
- Использование ягод в народной медицине и профилактике заболеваний.

3. Экологические условия произрастания:

- Места обитания и условия, в которых растут данные ягоды.
- Экологические аспекты сбора и сохранения биоразнообразия.

4. Культурные традиции:

- Значение ягод в культуре и быту северных народов.
- Общее восприятие ягод в обществе и их популяризация.

5. Методы сбора и хранения:

- Оптимальные методы сбора, хранения и переработки ягод для сохранения их полезных свойств.

Эти аспекты позволяют всесторонне рассмотреть северные ягоды и их влияние на здоровье человека, а также на культурное наследие и экосистему.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап:

- Подбор информации о северных ягодах: картинки, буклеты, видеоматериалы.
- Подготовка интерактивных материалов: карточки с изображением ягод, обсуждение на занятиях.

2. Творческий этап:

- Оформление и заполнение анкеты.
- Создание совместного альбома или стенда о северных ягодах: рисунки, фотографии, поделки.
- Подготовка маленьких презентаций, где каждая группа детей расскажет о своей любимой ягоде, её полезных свойствах и способах использования.

- Запись сказок с детьми для создания мультипликационных фильмов: «Откуда на свет морoshка появилась», «Спор ягод».
- Составление картотеки с играми по теме.
- Составление кулинарной книги с рецептами.

3. Исследовательский этап:

- Организация экскурсии на природу (если возможно): сбор ягод, наблюдение за природой.
- Проведение опытов: сравнение ягод, исследование пищевой ценности, дегустация ягод, создание компотов или других простых блюд с использованием собранных ягод.

4. Заключительный этап:

- Изготовление ягод – кукол из ткани.
- Проведение итогового занятия с презентацией результатов: обсуждение, что нового узнали, и какие ягоды им больше всего понравились.
- Создание небольшой выставки или фестиваля-ярмарки ягод в детском саду, где дети смогут поделиться своими знаниями с родителями и друзьями.

Библиография:

1. Андреева, М.И., Гальперштейн Л.Я., Новая энциклопедия для любознательных / М.И. Андреева, Л.Я. Гальперштейн. - Науч-поп. Издание для детей. –М.: ЗАО «РОСМЕН-ПРЕСС», 2007. – 200с.- NSBN 978-5-353-02790-4
2. К. Гофман Ботанический атлас (по системе Д.Е. Кандоля) С. Петербург/Издание Л.Ф. Девриева, 1897 г.
3. Ладушкина, Н.М. Я и мир вокруг меня: учеб. пособие / Н.М. Ладушкина; из. – М.: «Мнемозина», 2013. – 72 с.: ил. – ISBN 978-5-346-02694-5
4. Куликова И.И., Домашняя выпечка. / И.И. Куликова. – М.: АСТ-ПРЕСС, 2001. – 576 с. – (Популярна энциклопедия) – ISBN 5 – 7805-0391-5
5. Шорыгина, Т.А. Ягоды. Книга для воспитателей, гувернёров и родителей / Т.А. Шорыгина. – М.: Издательство гном и Д, 2018 г. – 48с. – (Знакомство с окружающим миром и развитие речи)

Описание работы

1. Подготовительный этап:

Наш округ один из самых богатых, у нас добывают не только нефть и газ, но и природа дарит нам много богатств.

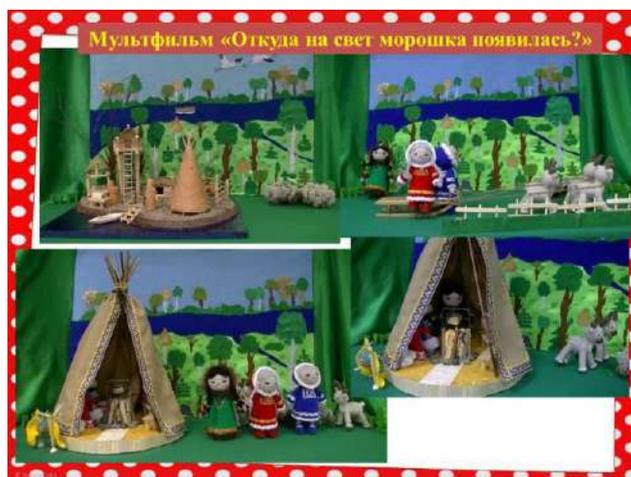
На территории округа проживает много национальностей. Но название Ханты - Мансийский округ получил благодаря коренным народам: ханты и манси. Живут ханты и манси в лесу, растят детей, занимаются рыболовством, оленеводством, собирают ягоды, охотятся. Ханты и манси – мудрые народы. Мудрости они учатся у природы. Их так и называют – «Дети природы». Они никогда не берут лишнего: ловят рыбы столько – сколько смогут съесть, собирают столько ягоды – сколько смогут унести, не губят даже и травинку попросту.



2. Творческий этап:

А вы знаете, откуда появилась морошка? Я теперь знаю, с Ольгой Сергеевной мы читали сказку «Откуда на свет морошка появилась?». Сейчас мы вам покажем и расскажем.

Просмотр мультфильма «Откуда на свет морошка появилась?».



Мне так понравилась эта сказка, и даже стало интересно на самом ли деле полезны и целебны ягоды Югорской земли.

Мы выдвинули **гипотезу**, что все ягоды севера полезны для человека. Сначала мы решили спросить у взрослых и детей, что они знают о северных ягодах?



Для этого оформили анкету, её заполнили ребята нашей группы, родители, медицинская сестра, повара детского сада и директор – Алла Леонидовна, Елена Васильевна. Затем подсчитали результаты анкеты, всего в анкете приняло участие 45, мы выяснили: «За самую полезную», ей оказалась – черника (проголосовали 12 человек); за «Самую красивую», больше всего голосов было за морошку – 18 человек, «Самой вкусной» оказалась – черника – 14 голосов, а семейными рецептами смогли бы поделиться 43 человека. И мы оформили «Кулинарную книгу».

В нашей группе прошло занятие «Дары осени в Югре», на занятии мы отгадывали загадки о ягодах, читали стихотворения, играли в разные игры и показывали сценку о ягодах. Взрослые нам показали и рассказали, какие полезные витамины содержатся в ягодах, что можно из них приготовить и как хранить. Однажды я услышала спор ягод на полянке.



Просмотр мультфильма «Спор ягод».



И мы с ребятами столько спорили, какие же ягоды на самом деле полезны и целебны? Чтобы это выяснить, мы попросили Татьяну Геннадьевну, почитать нам сказки и рассказы о ягодах, загадывать загадки.

Мы рассматривали ягоды и делали выводы: все ягоды севера круглой формы, по размеру маленькие и крупные; из ягод можно приготовить морсы, соусы, сварить компоты, кисели, варенье джемы, спечь пироги, сделать конфеты, а ещё ягоду можно хранить в морозилке и она не потеряет свои полезные свойства и витамины.



Вечером я попросила маму помочь мне спечь пирог из брусники, вот такой вкусный он получился.



Сейчас я расскажу вам о полезных свойствах северных ягод и интересных фактах, об этом мы узнали из ботанического атласа, интернета и энциклопедий.

Брусника:

- Содержит бензойную кислоту, именно она защищает ягоды брусники от плесени и гнили, что позволяет им долго храниться.
- Отвар из ягод, листьев и побегов брусники – прекрасное средство, помогающее при мочекаменной болезни.
- Брусничная вода используется в медицине как слабительное средство, а отвары из свежих брусничных листьев помогают при ревматизме и подагре.
- Сладкий сироп, приготовленный из ягод брусники, улучшает зрение.

Интересные факты: зимой и летом листья брусники зелёные, не боится морозов.

Голубика:

- Ягоды голубики – сокровищница витаминов и полезных веществ. В них есть витамины С и А, красящие вещества.

Интересные факты: В старину существовало поверье, что ягода голубики может одурманить человека, и поэтому это растение называли пьяникой. Оказывается, голубика растёт на моховых кочках рядом с болотным багульником, обладающим терпким дурманящим запахом. Когда люди собирают голубику, на неё случайно падают веточки и листья багульника, которые придают ягодам свой неповторимый пьянящий аромат.

Клюква:

- Клюква необычайно богата, ценными для человека веществами: есть в ней фруктовый сахар и витамины.

- Клюква – ценный источник витамина С и антиоксидантов.

- Соком клюквы можно обрабатывать раны, поскольку это отличный антисептик. При его внутреннем применении происходит нормализация желудочно – кишечной микрофлоры.

- Применяется при борьбе с мочеполовыми инфекциями.

Черника:

- Черника, прекрасный медонос, привлекающий шмелей, пчёл и других насекомых, которые опыляют её цветы.

- Черника – ягода чудодейственная! В плодах есть сахар и витамин С. Недаром говорится: «Положи чернику в рот, избавишься от хвори на целый год».

- В плодах этой ягоды также есть дубильные вещества, лимонная и яблочная кислоты.

- Как лекарство люди используют сушёные ягоды, её побеги и листочки. Их собирают, высушивают и заваривают с ними чай или готовят душистый настой.

Интересные факты: в старину сок ягод черники использовали для окраски тканей в синий, фиолетовый или лиловый цвета. Сейчас кондитеры употребляют чернику и как пищевой краситель. Красящие свойства этих ягод объясняются тем, что в них есть особый пигмент - антоцин.

Морошка:

- В морошке много витамина А.

- Ягоды обладают противомикробным действием.

- Морошку используют в диетическом питании.

- Морошку используют в комплексной терапии авитаминозов.

- Морошка содержит следующие витамины: аскорбиновая кислота; железо; кремний; кальций; фосфор; магний.

Интересные факты:

- Эта ягода изначально красная, затем становится оранжевая, потом желтеет.

А совсем переспелые ягоды обесцвечиваются, становятся белесыми, бледно-желтыми, почти бесцветными. Такая у нее особенность.

При чем, в красных ягодах ни чуть не меньше полезных антиоксидантов, а даже больше. Не зря многие любят есть именно красные твердые ягодки.

- Можно использовать этот удивительный эффект для омоложения своего организма. В красных ягодах морошки больше антиоксидантов.

- В Финляндии выпущены монеты достоинством в 2 евро, на которых изображены листик и ягодка морошка. Первые денежные знаки с таким изображением были отчеканены в 1999 году. Чеканили монеты с ягодой, которую так любят жители этой северной страны, в Монетном дворе Финляндии (Вантаа), уникальный дизайн разработал Раймо Хейно.
- В морошке больше аскорбиновой кислоты, чем в цитрусовых.
- А мореплаватели брали с собой в морские походы бочки с моченой морошкой, чтобы спастись от цинги в морских походах.

Но и этих знаний нам показалось недостаточно. А ещё мы проводили эксперименты и опыты. Сначала мы сравнивали ягоды, чем они схожи и чем отличаются между собой.

Чем отличается брусника и клюква, и чем они схожи, ведь они так похожи?

Клюква и брусника отличается следующими особенностями:

1. **Место произрастания.** Брусника растёт в сырых и болотистых местах, а клюква – в тенистых лесах.
2. **Размер.** Брусника мелкоплодная, а клюква крупнее (в среднем 10 – 15 мм).
3. **Форма.** Клюква более вытянута в длину и напоминает минигранат, брусника же шарообразная.
4. **Цвет.** У клюквы он неоднородный, с крапинками, а у брусники насыщенный алый.
5. **Вкус.** Клюква отличается яркой кислоткой, отдающей даже горечью. У брусники вкус не такой насыщенный, кислотка ненавязчивая, приятная и лёгкая.
6. **Срок хранения.** Брусника и клюква сохраняет свои свойства и качества в замороженном состоянии.



Чем отличается черника от голубики, и чем они схожи?

1. **Место произрастания.** Голубика растёт на моховых кочках, а черника - растёт чаще всего в хвойных лесах и на торфяных болотах.
2. **Размер.** У голубики кустики выше, ягоды крупнее, а у черники кустики маленького размера, ягоды меньше.
3. **Форма.** Голубика более вытянута в длину и напоминает виноград (киш-миш), черника же шарообразная.
4. **Цвет.** Голубика – голубая, с сизым налётом, черника – чёрная. Ягоды голубики не имеют красящего эффекта в отличие от черники.
5. **Вкус.** Голубика – сочная, кисло – сладкая, а черника – сладкая.

6. **Срок хранения.** Созревшие ягоды голубики практически не транспортабельны – сразу сминаются.

Чем отличается малина и морошка, и чем они отличаются?

1. **Место произрастания.** Морошка растёт в основном на болоте, малина в лесу или на даче.
2. **Размер.** Ягоды морошки и малины одинакового размера.
3. **Форма.** По размеру ягоды малины круглые или вытянутые, у морошки круглые.
4. **Цвет.** Малина по цвету – розовая, ярко-красная или бордовая. Морошка – оранжевая, жёлтая.
5. **Вкус.** Малина - сладкая, морошка - сладкая.
6. **Срок хранения.** Созревшие ягоды морошки и малины долго храниться не могут.
7. **Характерные особенности.**



Затем мы проводили опыты.

Опыт № 1.

Нужно размять ягоду на тарелочке, затем сок ягод поместили в стакан с водой, тщательно размешать, мы сделали вывод, что черника, голубика, брусника лучше всех и быстрее других ягод окрашивает воду.

Вывод: эти ягоды можно использовать, как пищевые красители.





Опыт № 2.

Мы размяли ягоды на тарелочке, и увидели на тарелочке мякоть и косточки. У малины и морошки косточки крупные, у голубики, морошки, черники, клюквы тоже есть косточки, только очень мелкие.

Вывод: в ягодах есть косточки, в энциклопедиях надо узнать, возможно, это семена.

С мамой мы ходили в аптеку, там я увидела кисель из клюквы, я спросила у фармацевта, а что из ягод тоже делают лекарства? Она ответила, эти ягоды очень полезны и целебны для человека.

Ещё я знала, что из ягод изготавливают косметику.

После исследовательской деятельности мы сделали с ребятами ягодки – куколки из ткани, вот такие они получились.



Наша гипотеза подтвердилась: ягоды севера полезны и целебны для человека. В рамках реализации нашего проекта, мы поняли, что ягоды: черника, голубика, брусника, клюква, морошка полезны и целебны, растения этих ягод нужно оберегать и сохранять, мы решили составить памятки по сбору ягод.

Библиография:

1. Андреева, М.И., Гальперштейн Л.Я., Новая энциклопедия для любознательных / М.И. Андреева, Л.Я. Гальперштейн. - Науч.-поп. Издание для детей. –М.: ЗАО «РОСМЕН-ПРЕСС», 2007. – 200с.- NSBN 978-5-353-02790-4
2. К. Гофман Ботанический атлас (по системе Д.Е. Кандоля) С. Петербург/Издание Л.Ф. Девриева, 1897 г.
3. Ладушкина, Н.М. Я и мир вокруг меня: учеб. пособие / Н.М. Ладушкина; из. – М.: «Мнемозина», 2013. – 72 с.: ил. – ISBN 978-5-346-02694-5
4. Куликова И.И., Домашняя выпечка. / И.И. Куликова. – М.: АСТ-ПРЕСС, 2001. – 576 с. – (Популярна энциклопедия) – ISBN 5 – 7805-0391-5
5. Шорыгина, Т.А. Ягоды. Книга для воспитателей, гувернёров и родителей / Т.А. Шорыгина. – М.: Издательство гном и Д, 2018 г. – 48с. – (Знакомство с окружающим миром и развитие речи)
6. 200 любимых маленьких сказок: хрестоматия. – М.: Д23 Астрель: АСТ; Владимир: ВКТ, 2010.- 260

Интернет – ресурсы:

1. <https://ya.ru/images/search?lr=11187&source=serp&stype=image&text=фото%20или%20картинки%20калия%20С%20кальция%20магния>
2. <https://ya.ru/images/search?lr=11187&source=serp&stype=image&text=фото%20или%20картинки%20витаминов%20АВС>
3. https://ya.ru/images/search?lr=11187&serp_list_type=all&source=serp&stype=image&text=скачать%20шаблоны%20современный%20презентаций%20лукошко%20или%20ягоды
4. <https://1000.menu/cooking/28481-mors-iz-zamorojennoi-klukvy-i-brusniki>
5. <https://1000.menu/cooking/4027-klukva-na-zimu>
6. <https://1000.menu/cooking/29276-klukvennyi-sous-s-imbirem-i-koricei>
7. <https://1000.menu/cooking/26506-brusnichnyi-tort>
8. <https://1000.menu/cooking/24690-klukvennyi-muss-s-mannoi-krupoi>
9. <https://1000.menu/cooking/20461-brusnichnyi-sous-k-myasu>
10. <https://1000.menu/cooking/24940-tvorojnyi-desert-s-klukvoi-i-makom>
11. <https://1000.menu/cooking/25247-marmelad-s-jelatinom-v-domashnix-usloviyax>
12. <https://www.povarenok.ru/recipes/show/72817/>

Приложения

Приложение 1

Брусника

В сентябре в лесах появляются сочные, сладкие крупные ярко-красные ягоды, вобравшие в себя лесные ароматы мхов и хвои. Ведь растёт брусника в сосновых борах и смешанных лесах и на машистых болотных кочках.

По вкусу напоминает клюкву, но отличается от неё своеобразным горьковато-кислым, терпким и чуть вяжущим привкусом. Брусника не боится морозов, вот почему забирается эта ягода в самые серные районы нашей страны, вплоть до Северного ледовитого океана. Растёт она и на Урале и в Сибири и на Дальнем Востоке, а в сухих сосновых борах Западной Сибири нередко образует сплошные заросли – брусничники.

Как выглядит растение – брусника?

Это мелкий стелящийся кустарник, высотой 25 – 30 сантиметров.

И зимой и летом плотные толстые листья брусники остаются ярко зелёными. Поэтому и называется это растение вечнозелёным. В мае – июне на ветках брусники расцветают мелкие бело-розовые цветочки, собранные в кисти по четыре – восемь цветков. В бруснике содержится сахар, витамины и бензойная кислота. Именно бензойная кислота защищает ягоды от плесени и гнили и способствует длительному хранению.

Искусные хозяйки варят из брусники вкусное варенье, протирают её с сахаром, готовят маринады, добавляют к мочёным яблокам и к квашеной капусте.

Кондитеры используют бруснику для приготовления джемов, муссов, повидла и карамели.

В пищевой промышленности из этой ягоды делают соки, сиропы, квасы и фруктовые воды.

Также брусника обладает целебными свойствами. Весной и осенью люди собирают листья и побеги, сушат их, заваривают брусничный чай, или готовят отвары, обладающие противомикробным и противовоспалительным действием.

В её плодах содержится бензойная кислота – натуральный консервант. В среде, создаваемой этой кислотой, болезнетворные бактерии теряют способность к развитию и размножению. Именно бензойная кислота и превращает бруснику в антибиотик, обуславливая её противовоспалительное действие. Применение брусники оправдано при лечении заболеваний мочевыделительной системы – особенно циститов.

Брусничная вода в медицине используется как слабительное средство, а отвары из свежих брусничных листьев помогают при подагре и ревматизме.

Сладкий сироп, приготовленный из ягод брусники, улучшает зрение. Вот какое полезное растение – обыкновенная лесная брусника!

Голубика

Вкусная нежная лесная ягода – голубика! Созревает она в июле – августе, когда на кистях голубики появляются довольно крупные, тёмно – голубые или чёрные с голубым налётом ягодки. Мякоть этих ягод зеленоватая, сочная, кисло – сладкая и душистая.

Голубая ягодка
 Взял Ванюша туюсок
 Пошёл Ваня во лесок.
 Видит ягодка на кочке
 Укрывается листочком.
 - Что за ягодка такая?
 Словно небо, голубая
 Ягодка шепнула тихо:
 Я, Ванюша, голубика!

В старину существовало поверье, что ягода голубики может одурманить человека, и поэтому это растение называли – пьяникой.

Так ли это?

Оказывается, голубика растёт на моховых кочках рядом с болотным багульником, обладающим терпким дурманящим запахом. Когда люди собирают голубику, на неё случайно падают веточки и листья багульника, которые придают ягодам свой неповторимый пьянящий аромат.

Голубика любит свет и влагу, поэтому растёт на открытых местах, около ручьёв и на болотах.

Ягоды голубики – сокровищница витаминов и полезных веществ. В них есть витамины С и А, красящие вещества.

Из ягод голубики готовят варенье, джемы, сок и компоты.

Клюква

В сентябре поспевают тёмно- красные крупные ягоды клюквы. После созревания ягодки клюквы остаются на кустике всю зиму.

Как выглядит растение клюква?

Клюква – северное растение. Оно не боится не трескучих морозов, ни порывистых ледяных ветров. Растёт клюква в северных районах: в Европейской части России и в Сибири и на Камчатке, и на Сахалине. Особенно любит селиться на моховых кочках торфяных болотах. Недаром про неё говорят: «Ягодка – клюква, мхом утирается, мхом и укрывается. В самом деле, густые ковры мхов предохраняют корешки клюквы от вымерзания.

Клюква – мелкий стелющийся по земле кустарничек с тонким и длинным стеблем. Листья клюквы ярко-зелёные сверху, а снизу серебристые и зимой не опадают. Цветки клюквы розового цвета, собранные по два, появляются в конце мая – начале июня.

Когда созревают клюква народ примечает: «Клюква – ягода на болотной трясине растёт, то в одиночку по кочкам, то россыпью великой».

Ягодники идут за клюквой болотной с ведрами, корзинами и лукошками. Та клюква, что в сентябре созревает твёрдая и кислая, но при хранении дозревает и делается мягкой, а та, что собрана позднее осенью, когда морозец застеклил оконца болотной воды

и землю снежком присыпал, хотя и кислая и вкусная! Можно собирать клюкву из – под снега и весной. Ягоды делаются сладкой, но долго храниться не могут.

Недаром зовут клюкву «журавлиной ягодой», а россыпи клюквы называют «журавлинниками». Ведь журавли любят перед отлётом в заморские страны побродить по высохшим болотным кочкам и поклевать красную ягоду – клюкву.

«Клюкву солнце печёт, дождь сечёт, а журавль ждёт, когда она алым пламенем полыхнёт».

В старину верили, тот, кто родился 13 сентября, когда улетают в тёплые края журавли, понимает язык этих птиц, знает, где «хоронится журавль, где его гнездо, знает и путь к журавлиннику – россыпи клюквенной».

О клюкве – ягоде в народе так говорили: «Красна – кругла, ягода – клюква, от всякого века землю обошедшего дана ей сила полная». И считали, что «клюква от недуга, который напал на человека, помогает».

Действительно, клюква необычайно богата, ценными для человека веществами: есть в ней фруктовый сахар и витамины.

Из клюквы готовят витаминный напиток – морс, варят кисели, компоты, варенье. Её добавляют при квашении капусты и мочении яблок.

Журавлиная ягода

Полыхает клюква на болотах
Россыпью багряною огней.
И уже готовится к отлёту
Стая серебристых журавлей.

Всё темнее и туманней ночи,
И вода в озёрах будто лёд.
Бродит стая журавлей меж кочек,
Ягоду за ягодкой клюёт.

- Скоро в путь, лишь поклюём немного
Ягодку, что силу нам даёт,
И тогда отправимся в дорогу –
В долгий и нелёгкий перелёт.

Клюква – ценный источник витамина С и антиоксидантов. Соком клюквы можно обрабатывать раны, поскольку это отличный антисептик. При его внутреннем применении происходит нормализация желудочно – кишечной микрофлоры. Применяется при борьбе с мочеполовыми инфекциями. Но есть свои противопоказания: от него стоит отказаться, если у вас обнаружены симптомы язвы желудка или двенадцатиперстной кишки, а также гастритах с повышенной кислотностью.

Черника

Думаю, что все ребята пробовали эту душистую вкусную лесную ягоду. Сочные, чёрные, с сизым оттенком ягоды черники – не больше горошины, мякоть ягод красно –

фиолетовая. «Ягодка чёрненька, маленька, сладенька, ребятишкам маленька», – так говорят детям о чернике.

А вот собирали её в кузовки и лукошки немногие. Ведь растёт она чаще всего в хвойных лесах европейской части и в Сибири. Особенно любит черника сосновые еловые боры. Их так и называют сосняки - черничники и ельники – черничники. Растёт она и на торфяных болотах. Созревает в июле – августе.

Черника – небольшой зелёный кустарник, высотой 20 – 40 сантиметров. Молодые веточки черники – серебристо – зелёные, покрытые мелкими листьями. Тонкие, гладкие с мелкими зазубренками по краям листики держаться на коротких черешках. В конце мая – начале июня на кустиках черники появляются небольшие цветы на коротких цветоножках. Венчики цветов зеленовато – белые с розовым оттенком, опущены вниз.

Черника, прекрасный медонос, привлекающий шмелей, пчёл и других насекомых, которые опыляют её цветы.

Черника – ягода чудодейственная! В плодах есть сахар и витамин С. Недаром говорятся: «Положи чернику в рот, избавишься от хвори на целый год».

В плодах этой ягоды также есть дубильные вещества, лимонная и яблочная кислоты.

Ягоды черники останавливают кровь, излечивают воспалительные процессы и улучшают зрение. Как лекарство люди используют сушёные ягоды, её побеги и листочки. Их собирают, высушивают и заваривают с ними чай или готовят душистый настой.

Из ягод черники варят варенье, готовят джемы и мармелад. Можно ягоды долго хранить и в свежем виде, засыпав их сахаром.

В пищевой и кондитерской промышленности из ягод черники делают соки и сиропы.

В старину сок ягод черники использовали для окраски тканей в синий, фиолетовый или лиловый цвета. Сейчас кондитеры употребляют чернику и как пищевой краситель. Красящие свойства этих ягод объясняются тем, что в них есть особый пигмент - антоцин.

Черничный компот

Я спросил у Васи:

- Чем ты губы красил?

У тебя лиловый рот

И усы лиловые,

И лиловый сок течёт

На рубашку новую.

И ответил Вася:

- Губы я не красил,

Я черничный пил компот,

Вот и стал лиловым рот!

Пословицы и поговорки

Почему в народе так говорится:

При красном солнышке и ягодка краснеет.

Сады для сладости, цветы для радости.

Был бы сад, а соловушки прилетят.

У кого детки, у того и ягодки.
 Ради земляники земле надо поклониться.
 Первую ягодку в рот кладут, а вторую в дом несут.
 В лес идём пустым – пусто, а из леса густым густо.
 По яголке соберём, полный короб принесём.
 Сама себя калина хвалила, что с мёдом хороша.
 В ягодный год дел невпроворот.
 Когда косят, землянику приносят.
 Положи свежих ягод в рот, избавишься от хворей целый год.
 Клюкву солнце печёт, дождь сечёт, а журавль ждёт когда она полыхнёт.
 Ягодка клюква мхом утирается, мхом укрывается.
 Хорош садовник, крупен крыжовник.
 Каков уход, таков и плод.
 Земля заботу любит.

Игра «Четвёртый лишний»

Яблоко, груша, земляника, апельсин
 Черника, брусника, клюква, лимон
 Крыжовник, яблоко, груша, слива
 Лимон, мандарин, малина, персик
 Крыжовник, клюква, смородина, малина
 Брусника, земляника, редиска, голубика
 Голубика, черника, смородина, земляника

Игра в слова

Хлопните в ладоши, услышав слово или словосочетание, подходящее крыжовнику (смородине, малине...клюкве)

Объясните свой выбор.

Кислая, мочёная, никнет к земле, голубая, целебное варенье, болотная кочка, «свадебное дерево», «северный виноград», колючий, «журавлиная ягода», чёрная «царица ягод», полосатый, разноцветные шарики.

Черника

Артур Вольский
 У сосен где сохнет
 Иголка-игличка,
 Росла, дозревала
 Чернушка-черничка.
 Когда на рассвете
 Не видела тучки,
 Росой умывала
 И щёчки и ручки.
 А после на солнышке
 Плечики грела.

И как негритянка,
Она загорела.
Зелёный листочек
Назвался ей братом.
Однажды черничку
От белки он спрятал.

Сушились на ветке
Чернушки – сестрички.
Но только там не было
Нашей чернички.
И ёжик поблизости
Тропкой протупал.
Он всё тут обнюхал,
Он всё тут ощупал.
Но листик
Своей не меня привычки,
Ему не позволил
Обидеть чернички.
Медведица по лесу
Шла спозаранку.
И вот на черничную
Вышла полянку.
Расселась, толстенная,
Как среди хаты,
И спрятала солнце
Спиною косматой.
И слева и справа
Гребёт – отовсюду,
Как будто поляна –
Огромное блюдо.
Неужто последний
Приходит денёк?!.
Но встал, словно воин,
Зелёный листочек
Во весь свой росточек,
Не дрогнув ни малость...
И вот уже солнце
Опять показалось.
Ах, что за листочек!
Такой невеличкий,
Медведице даже
Не выдал чернички.
Чтение, ответы на вопросы, пересказ.

Где растёт ягода

Кислая клюква растёт на болоте. Собрать её можно и весной, когда растёт снег. Кто не видел, как растёт клюква, может ходить по ней и не видеть её. Черника растёт – её видишь: рядом с листиком ягоды. И так их много, что место синеет. Голубика растёт кустиком. В глухих местах встречается костяника – красная ягода кисточкой, кислая ягода. Единственная ягода у нас клюква невидима сверху.

Вопросы: 1. Как растёт клюква?

2. Какие ещё ягоды растут в лесу?

3. Как они растут?

4. Какая ягода невидима сверху?

А. Фёдоров – Давыдов Три сестрички - бруснички

Жили в лесной избушке три сестрички – бруснички: одна зелёная, другая – белая, а третья – розовая – и ничего не боялись.

Но стало вдруг слышно, что появился в лесу страшный медведь, и сестрички – бруснички переполошились. Зелёная говорит:

- Давай убежим отсюда!

Другая, белая отзывается:

- Лучше спрячемся где – нибудь.

А розовая брусничка так сказала:

- Нет, сестрицы, медведя надо проучить и прогнать!.

Только сказала, а медведь под окном и зарычал.

Белая брусничка спряталась под порогом, зелёная прыгнула в горшок с кашей, а розовая осталась сидеть на лавке.

Медведь вошёл во двор, а оттуда ввалился в избушку. Почуял, что каша хорошо пахнет, и прямо к печке направился. А зелёная брусничка поднатужилась, вверх подскочила и прямо медведю в глаз угодила.

- Ой! – завопил медведь и схватился лапой за глаз.

Тут розовая брусничка поднатужилась, оттолкнулась от лавки и – бац! – стукнула медведя в другой глаз.

- Ой- ой-ой! – завопил медведь, закрыл лапами глаза и бросился к двери.

Но тут и третья, белая брусничка, поднатужилась – скок! – и прямо медведю в нос.

- Ай-ай-ай! – заревел медведь и бросился бежать без оглядки.

А сестрички – бруснички вдогонку ему кричат:

- Держите его, сестрицы, держите!..

И как они волновались, когда кричали, что покраснели о натуги и с тех пор так и оставались красными - красными...



Загадки к лексической теме «Ягоды»

<p>Что за бусинка вот тут На стебле повисла? Глянесь – слюнки потекут Сразу станет кисло. (Клюква.)</p>	<p>Рассыпает солнце стрелы, Сосны зажигая. Что за ягода созрела, Чёрная такая? На кусточки, под листочки, Кто-то бусы бросил, - Все поляны в чёрных точках У зелёных сосен. (Черника.)</p>
<p>На опушке среди сосен Разбросала бусы осень. Чёрных бус в лесу так много. Эти бусы я потрогал – Вмиг ладошки почернели. Вы такие бусы ели? (Черника.)</p>	<p>Что за ягода в лесах Поспевает на кустах? Синие плоды, с налётом, Из Сибири снежной родом. Плотно гроздьями висят Привлекая к себе взгляд. Не брусника, не черника... А зовут как? ... (Голубика.)</p>
<p>Не на шутку, а всерьёз Куст колючками оброс Тёмных ягодок сорви – ка Что за кустик? (Ежевика.)</p>	<p>В траве цветочек белый отцветает, И сладкий шарик красный возрастает. (Земляника.)</p>
<p>Я капелька лета На тоненькой ножке. Плетут для меня Кузовки и лукошки. Кто любит меня, Тот и рад поклониться, А имя дала мне родная земля. (Земляника.)</p>	<p>На припёке у пеньков Много тонких стебельков. Каждый тонкий стебелёк Держит алый огонёк. Разгибаем стебельки – Собираем огоньки. (Земляника.)</p>
<p>Я – красна, я кисла, На болоте я росла, Дозревала под снежком, Ну-ка, кто со мной знаком? (Клюква.)</p>	<p>Красна, сочна, душиста, Растёт низко к земле близко. (Клубника.)</p>
<p>На дьявольском дереве, За шипами колючками, Растут арбузики- Карапузики. (Крыжовник.)</p>	<p>Сколько бус рассыпано По лесной опушке! Девочки- подружки Соберут их в кружки. Трудятся, стараются Девочки проворные, Потому что вкусные Эти бусы чёрные. (Черника.)</p>
<p>Росла - росла, повыросла, Из кустов повылезла, Ярким цветом засветилась И всем людям полюбилась. (Ягода.)</p>	<p>На болоте уродилась, В мягкой травке притаилась. Желтенькая брошка — Ягодка... (Морошка)</p>
<p>Лечит нас когда ангина, Ярко-красная... (Малина.)</p>	<p>В жаркий солнечный денёк На грядке вспыхнул огонёк! Ты не бойся, посмотри-ка Что за ягода?... (Клубника.)</p>

Кулинарная книга

Пирог с брусникой

Для теста: мука – 500 г., сахар – 30 г., маргарин – 50 г., дрожжи – 10 г., 1 яйцо, вода – 120 г., соль.

Для начинки: брусника – 500 г., сахар – 200г., корица и гвоздика в порошке.

Приготовить тесто безопасным способом. Из $\frac{3}{4}$ его количества раскатать пласт толщиной в 1 см. и положить его на смазанный маслом противень. Бруснику перебрать, засыпать сахаром, поставить на огонь для прогревания, затем добавить корицу и гвоздику. Охлаждённое брусничное пюре нанести на пласт теста. Оставшееся тесто раскатать в пласт, накрыть им начинку и поставить для расстойки. Затем пирог смазать маслом и печь 20 – 25 минут при температуре 200 – 220⁰ С.



Пирог с черникой

Тесто сдобное, опарное.

Начинка: 4-5 стакана черники, 2 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки панировочных сухарей или крошковой посыпки.

Штрейзель (это особый вид крошки, которая используется в кулинарии для посыпки пирогов, пирожных, тортов, булочек, кексов): 60 г. (1/2 стакана) муки, 2 ст. ложки сахара, 40 г. сливочного масла, $\frac{1}{2}$ ч. Ложки корицы.

Рецепт пирога из брусники со сметаной (от Наси Могильной)

Как сделать пирог с брусникой и сметаной из песочного теста? Подготовьте продукты. Бруснику вы можете использовать, как свежую, так и замороженную. Сливочное масло и сметану берите качественные, натуральные, без растительных жиров в составе. Масло достаньте из холодильника заранее, чтобы оно стало мягким.

Для теста: пшеничная мука – 350гр., сливочное масло – 100 гр., сахар – 150 гр., яйцо – 1 шт., разрыхлитель – 7 гр.

Для крема: сметана – 200 гр., сахарная пудра – 100 гр.

Приготовьте тесто. Как сделать тесто? Смешайте мягкое масло, сахар и яйцо. Добавьте к этой смеси просеянную муку, смешанную с разрыхлителем и, по желанию, ванилин. Важно просеять муку, чтобы насытить ее кислородом. Тогда тесто получится воздушным и хорошо поднимется при выпекании.

Тесто получается мягким и эластичным.

Распределите тесто по форме, вылепляя бортики. У меня круглая, диаметром 22см.

В полученную песочную чашу выложите ягоды брусники, их немного присыпьте сахаром. Замороженные ягоды кладите сразу, не размораживая. Поставьте форму в нагретую до 180 градусов духовку.

Выпекайте минут 25-30. Тесто поднимется и станет румяным. Тем временем взбейте сметану с сахарной пудрой. Чтобы крем получился густым, выбирайте жирную сметану, минимум 25%. Или предварительно отвесьте жидкую сметану, чтобы с нее стекла сыворотка — так сметана станет гуще.

Когда пирог с брусникой и сметаной из песочного теста будет готов, выньте его и залейте поверхность сметанным кремом. Остудите до комнатной температуры, а потом поставьте в холодильник часа на 3. Готовый пирог нарежьте на порции и подавайте к столу.

Приятного аппетита!

Салат из квашеной капусты с клюквой и ягодами

250 г. квашеной капусты

100 г. яблок

60 г. клюквы

25 г. сахарного песка

60 г. растительного масла

Квашеную капусту слегка отжать, положить сахар, затем соединить с очищенными и нашинкованными тонкой соломкой яблоками и перебранной и промытой клюквой, всё заправить растительным маслом.

*** Из книги «Закуски – Семейные рецепты»

Салат из щавеля, яблок и брусники

Ингредиенты:

2 горсти молодых листьев щавеля

300 г. красных яблок

80 г. брусничного компота
6 орехов кешью

Для соуса:

120 г. яблочного сока
40 г. лимонного сока
20 г. мёда

Молотый чёрный перец и соль по вкусу

Листья щавель нарезать и положить в салатницу. Сверху поместить тонкие дольки почищенных яблок, бруснику и измельченные орехи. Залить соусом. Салат перемешать непосредственно перед едой.

*** Из книги «Закуски – Семейные рецепты»

Холодный соус из сыра и брусники

Ингредиенты:

100 г. плавленого сыра
100 г. брусники (свежей, вареной или мочёной)

Сметана

Йогурт или кефир

Сахарный песок, соль по вкусу

Сыр поместить в тёплое место, чтобы он распустился и стал похожим по консистенции на очень густую сметану. Вмешать в сыр бруснику, добавить кислую сметану, кефир или простой йогурт до консистенции соуса. Посолить, посыпать сахарным песком по вкусу, взбить массу и охладить.

Пирог с брусникой (рецепт семьи Кольдяевых)

Тесто:

Мука – 2 стакана
Сахар – 1 стакан
Яйцо – 3 – 4 штуки
Сметана – 250 гр.
Маргарин – 1 пачка
Сода- 1ч.л.
Брусника – 2 стакана

Сироп:

1 стакан сметаны, 1 стакан сахара.

На тесто налить бруснику, выпекать. Затем остывший пирог залить сиропом.

Приятного аппетита!!!

Заливной пирог с ягодами (Семья Рамазановых)

Заливной пирог с ягодами и сметаной не стыдно подать и на торжество. Выпечка выглядит очень нарядно и празднично. Сочетание нежной заливки, рассыпчатого теста и кислых ягод придется по нраву и детям, и взрослым. Песочное тесто готовить несложно, так что с рецептом справится даже неопытная хозяйка. Основа – сливочное масло. Выбирайте только натуральное, без добавления растительных жиров. В нашем рецепте, к классическому составу из масла, яиц и муки, мы добавим сметану. Она сделает тесто еще более нежным, а вкус - сливочным. Загустим заливку крахмалом, разбавим ягодами, и ароматный вкусный пирог готов! Посыпьте его сахарной пудрой перед подачей и наслаждайтесь!

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 8 ПОРЦИЙ

черника – 200 г

брусника-100г

Для заливки:

сметана 25% – 250 г

сахар – 100 г

яйца – 2 шт.

крахмал кукурузный – 60 г

ванильный сахар – 10 г

Для теста:

мука – 300 г

сливочное масло – 150 г

сахар – 100 г

сметана 25% – 40 г

яйцо – 1 шт.

соль – 3 г

разрыхлитель – 7 г

Морс из замороженной клюквы и брусники

Полезный и вкусный напиток! Для здоровья и удовольствия! Морс из замороженной клюквы и брусники приготовить проще простого. Если с осени заготовить ягоды, в течение зимы можно наслаждаться этим вкусным и целебным напитком. Бруснично-клюквенный морс содержит множество витаминов и микроэлементов, он тонизирует организм, насыщает силами, помогает бороться с простудой. Напиток радует своим красивым цветом и ярким кисло-сладким вкусом. Мед можно заменить сахаром, а лимонный сок, который делает вкус напитка чуть более ярче, использовать по желанию.



Состав / ингредиенты:

Клюква (замороженная) – 1.5 стак.

Брусника (замороженная) – 1.5 стак.

Вода – 1.5 стак.

Лимонный сок (по желанию) - 0.5 стак.

Мёд (или сахар) – 4 стол. ложки

Общее время приготовления: 4 ч.

Способ приготовления:

Полезный традиционный русский напиток мы начинаем готовить с того, что достаём клюкву и бруснику заранее из морозилки, даем им оттаять. Если времени мало, можно залить ягоды теплой водой, поддержать их в ней пару минут, после чего жидкость слить. Но лучше оставить их размораживаться постепенно при комнатной температуре.

Размороженные ягоды перекладываем в чашу блендера и измельчаем в пюре. После полученное пюре выкладываем в небольшую кастрюльку, заливаем водой и ставим на сильный огонь. Доводим жидкость до кипения, чуть убавляем нагрев, после этого варим морс в течение 3 минут.

Когда пройдет указанное время, снимаем кастрюлю с огня, даем ее содержимому немного остыть - примерно до 40 градусов. Затем добавляем половину меда, хорошо перемешиваем, чтобы он растворился. Ждем, когда морс полностью остынет.

Процеживаем напиток сквозь мелкое сито, хорошенько отжимаем жмых. Затем в процеженную жидкость добавляем оставшийся мед и вливаем свежевыжатый лимонный сок.

Помещаем емкость с готовым морсом в холодильник и охлаждаем напиток в течение 1-2 часов. Можно и дольше. Морс хорошо хранится в холодильнике в течение суток.

Подавать напиток можно с ломтиками лимона или апельсина. Но морс можно использовать не только в качестве прохладительного; также целебного напитка.

Например, он хорошо помогает бороться с повышенной температурой.

Приятного аппетита и крепкого здоровья!

Варенье из клюквы

Ингредиенты:

Клюква – 500 гр.

Сахар – 500 гр.

Пошаговое приготовление:

1. Как сделать клюкву на зиму с сахаром без варки? Подготовьте необходимые ингредиенты. Самый простой способ заготовить клюкву на зиму с сохранением всех содержащихся в свежих ягодах витаминов - это протереть ее с сахаром без варки. Нужны лишь клюква и сахар. Клюкву тщательно переберите, уберите подгнившие ягоды, чтобы избежать брожения и порчи готового продукта.



2. Ягоды промойте под проточной водой, откиньте на дуршлаг и дайте воде хорошо стечь. Можно пробить клюкву блендером - это самый простой и быстрый способ. Еще можно перетереть ее через сито, тогда масса



получится однородная и желеобразная, без кожицы и семян. Однако и в них содержатся полезные вещества, поэтому, я считаю, что

лучше жмых не отделять от мякоти. Можно также воспользоваться мясорубкой, кухонным комбайном или другой кухонной техникой.



3. Однако считается, что кислоты сока клюквы могут вступить в реакцию с металлическими деталями этих приборов. Поэтому лучше перетирать ягоды деревянной толкушкой или ложкой, но будьте внимательны, лопнувшие ягодки могут брызгаться. Выбирайте вариант, который подходит именно вам. Если в перетертой клюкве останутся некоторые ягодки целыми, в этом нет ничего страшного.



4. В классическом рецепте протертой клюквы, добавляются сахар и ягоды в равных частях. Такое количество сахара позволяет хранить готовый продукт при комнатной температуре. Если же кому-то, из-за личных предпочтений, такое количество сахара кажется чрезмерным, его можно уменьшить. Тогда клюква будет не так долго храниться, и делать это нужно будет в холодном месте, в холодильнике или еще лучше в морозильной камере.

5. К протертой клюкве добавьте сахар, перемешайте. Накройте миску с содержимым хлопчатобумажным полотенцем и оставьте на ночь при комнатной температуре. Утром простерилизуйте баночки. Для этого помойте их в проточной воде с содой. Поставьте еще влажные банки вверх дном в холодную духовку. Разогрейте ее до 150 °С и стерилизуйте, после достижения этой температуры, банки объемом 0,5 л - 10 минут. Крышки помойте, прокипятите и обсушите.



6. Заготовку разложите по подготовленным баночкам. Закатайте крышками и уберите на хранение в прохладное место.

Приятного аппетита!

СОУС ИЗ ЯГОД КЛЮКВЫ С ИМБИРЕМ И КОРИЦЕЙ

Вкусный и пряный к мясным блюдам, точно понравится всем. Соус из ягод клюквы с имбирем и корицей это классика! Подойдет к горячим и холодным блюдам. Добавьте



больше сахара, и это уже десерт! Можно экспериментировать с любыми специями и любыми ягодами. Создайте свой соус на основе моего рецепта.

Ингредиенты:

Клюква - (Можно готовить подобный соус с разными ягодами) – 200гр.

Вода – 100 мл.



Сахар –
мл.
Имбирь –
10гр.
Корица –
чайной
ложки

Как



80

0.5

сделать Соус из ягод клюквы с имбирем и корицей? Отмерить ингредиенты. Ягоды вымыть, перебрать и обсушить.

Имбирь очистить и нарезать тонкими кружочками.

В сотейник влить воду, добавить сахар, корицу и имбирь. Довести сироп до кипения, варить на небольшом огне 2-3 минуты.

Вынуть из сиропа имбирь. Добавить клюкву.

Варить на медленном огне под крышкой около 10 минут. Готовый соус перелить в соусник и остудить. Подавать к мясным блюдам.

Хранить соус лучше в закрытой банке, чтобы он не заветрился.

Имбирь можно не добавлять, но тогда соус будет уже немного другой. Тандем клюквы и имбиря давно известен в нашей и зарубежной выпечке. Имбирь придает блюдам легкую остроту. Про его полезные свойства я и вовсе молчу.

Можно приготовить соус из замороженных ягод или свежих.

Вместо сахара можно использовать сахарозаменитель.

Так как степень солености, сладости, горечи, остроты, кислоты, жгучести у каждого индивидуальная, всегда добавляйте специи, пряности и приправы, ориентируясь на свой вкус! Если какую-то из приправ вы кладете впервые, то учтите, что есть специи, которые особенно важно не переложить (например, перец чили).

Приятного аппетита!!!

БРУСНИЧНЫЙ ТОРТ

Сказочная лесная ягода брусника - сказочный брусничный торт! Брусничный торт подавать можно сразу же после сборки, но вкуснее всего он все же будет после нескольких часов пребывания в холодильнике. Коржи пропитаются начинкой и кремом. Поэтому готовить его к вечернему застолью нужно начинать рано утром.



СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тесто:

Куриные яйца – 5 шт.

Сахар – 175 гр.

Пшеничная мука – 175 гр.

Разрыхлитель – 10 гр.

Брусничная начинка:

Сахар – 350 гр.

Брусника – 350 гр.

Вода – 20 мл.

Брусничный топпинг:

Сахар – 125 гр.



Брусника – 475 гр.
Вода 475 мл.

Крем:

сахар – 50 гр.
Сливки – 650 гр. (жирные)

Приготовление:

Бисквит:

Духовку ставим на разогрев до 165 градусов. Форму для запекания ~22 см диаметром смазываем маслом. В миске для приготовления теста взбиваем миксером яйца с сахаром до однородности и белизны.

Порциями просеиваем к яйцам муку и разрыхлитель, постоянно аккуратно перемешиваем все лопаткой.

Тесто равномерно выкладываем в форму. Выпекаем бисквит 35-40 минут.

Брусничная

начинка:

В сотейник складываем все ингредиенты и заливаем водой. Варим начинку на умеренном огне, постоянно перемешивая. Ждем когда все ягоды размякнут и распадутся, снимаем с огня остывать.

Брусничный

топпинг:

Для его приготовления нам понадобится кухонная сетка для муки. В сотейник заливаем воду, добавляем сахар и варим на слабом огне, помешивая, до полного растворения сахара. Не даем воде закипеть. После растворения добавляем бруснику. Огонь должен быть самым слабым, только лишь для поддержания температуры. Бруснике даем побыть в сиропе 2-3 минуты. Шумовкой достаем бруснику и выкладываем на кухонную сетку. Даем бруснике высохнуть - этот процесс займет не более полу часа. После высыхания обвалить ягоды сахарным песком, отставить.

Крем:

Крем готовим проще простого - смешиваем сливки с сахаром и взбиваем миксером до пышности.

Собираем

торт:

За время приготовления начинки, топпинга и крема наш бисквит уже наверняка остыл - разделяем его вдоль на три коржа. Нижний корж равномерно промазываем половиной начинки, а сверху обильно мажем кремом. Выкладываем средний корж и сверху на нем делаем то же, что на нижнем. Верхним коржом накрываем и промазываем весь торт со всех сторон кремом. Сверху торт покрываем брусничным топпингом.



Убираем получившийся шедевр в холодильник на несколько часов.

Торт готов, вкусных экспериментов!



Клюквенный мусс с манной крупой

Воздушный и легкий десерт с нежной текстурой. Клюквенный мусс с манной крупой – самый известный десерт из клюквы к новогоднему столу. Он просто тает во рту, оставляя клюквенное послевкусие. По желанию такой мусс можно приготовить из других ягод, например, смородины или вишни.

Состав / ингредиенты:

Вода – 650 мл.

Клюква - 200 гр.

Сахар – 200 гр.

Манка – 4 ст. ложки

Манка – 4 ст. ложки

Украшение:

Клюква – 20 гр.

Взбитые сливки – 50 гр.

Способ приготовления:

Как сделать клюквенный мусс с манной крупой? Клюкву можно брать как свежую, так и замороженную. Количество сахара вы можете регулировать в соответствии со своими вкусовыми предпочтениями.



Клюкву вымойте и переберите.

Налейте к ягодам 50 мл воды и разомните их. Протрите ягодное пюре через мелкое сито для того, чтобы отделить сок от жмыха. Также вы можете положить размятые ягоды в чистую хлопчатобумажную ткань и выжать из них сок.

Жмых положите в кастрюлю и залейте 600 мл воды. Кастрюлю поставьте на плиту, доведите до кипения на среднем огне и варите 5 минут. После этого процедите получившийся отвар.

Жмых можно выбрасывать, он больше не понадобится.

Поставьте кастрюлю с отваром на маленький огонь, всыпьте манную крупу. Постоянно помешивая, доведите клюквенный отвар до кипения и варите около 10-12 минут.

Через 10 минут клюквенный отвар загустеет и по консистенции будет похож на кисель.

Насыпьте в кастрюлю сахар и доведите до кипения, помешивая, чтобы кристаллы сахара растворились.

Снимите кастрюлю с огня. Влейте в массу сок клюквенный сок и взбивайте миксером около 10 минут.

Через 10 минут будущий клюквенный мусс посветлеет, на его поверхности образуется множество пузырьков. По консистенции он будет воздушный и нежный.

Разложите мусс по креманкам и поставьте в холодильник на два часа. По желанию перед подачей можно украсить мусс ягодами клюквы и взбитыми сливками, либо так, как подскажет ваша фантазия.



Приятного аппетита!

Брусничный соус к мясу



Вкусный пряный соус к мясу или рыбе. Попробуй приготовить! Есть много соусов, подходящих к мясу, но мой самый любимый - брусничный! Идеальное сочетание вкусов. Кисло-горьковатый вкус брусники и сладость сахара, пикантные нотки трав и аромат лимона. Волшебный вкус!

Состав / ингредиенты:

Брусника – 200 гр.

Сахар – 100 гр.

Лимонная цедра – 20 гр.

Лимонный сок – 100 гр.

Имбирь – 30 гр.

Способ приготовления:

1. Имбирь натрите на терке.
2. Бруснику помойте, соедините с тертым имбирем и поставьте варить на небольшом огне.
3. Добавьте к бруснике смесь трав (использовать можно абсолютно любые травы, я использую прованские или итальянские).
4. Бруснику варите 10-15 минут. Измельчите в блендере и добавьте сок лимона и цедру.



- По желанию можно использовать апельсиновую цедру и сок.
5. Всыпьте в соус сахар и выпаривайте жидкость 25 минут, постоянно помешивая.

Приятного аппетита!

ТВОРОЖНЫЙ ДЕСЕРТ С КЛЮКВОЙ И МАКОМ

Очень вкусный десерт с клюквой - в котилку сладкоежкам. У меня в холодильнике оставалось немного вяленой клюквы и пачка творога. Рецепт появлялся прямо на ходу. Вяленую клюкву можно заменить свежими ягодами. Десерт получается и вкусным, и красивым.

СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ:

Творог – 200 гр.

Клюквенный сок – 120 мл.

Клюква (вяленая) – 100 гр.

Сгущенное молоко – 100 гр.

Мак пищевой – 40 гр.



1. Отмерить ингредиенты.
2. Творог соединить со сгущенкой. Перемешать до однородности.
3. Разделить творожную массу на две равные части.
4. В одну половину творога добавить вяленую клюкву, перемешать. В оставшийся творог вмешать мак.
5. В стаканы выложить слоями: 3-4 ст. л. творога с вяленой клюквой, 2 ст. л. протертой клюквы с сахаром, 2-3 ст. л. творога с маком, 1-2 ст. л. протертой клюквы с сахаром.

МАРМЕЛАД С ЖЕЛАТИНОМ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



Натуральный, яркий, насыщенный, без химии. Просто чудо! Мармелад с желатином в домашних условиях сделать очень просто. Получается великолепное, полезное лакомство, от которого не откажутся ни дети ни взрослые. Для этого десерта можно взять любые свежие или замороженные ягоды.



СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ:

Клюква – 500 гр.

Сахар – 375 гр.

Вода – 110 мл.

Желатин – 25 гр. (для более плотного мармелада - добавьте еще 1 ч. л.)

Как сделать мармелад с желатином в домашних условиях? Очень просто! Подготовьте все необходимые ингредиенты.

Клюкву вымойте в проточной воде, переложите в кастрюлю, влейте 50 мл воды. Воду берите чистую фильтрованную, так как от ее качества будет зависеть вкус десерта.

Поставьте кастрюлю с клюквой на медленный огонь. Доведите до кипения и варите помешивая, 5-7 минут.

Возьмите желатин, выложите его в миску, залейте 60 мл воды и оставьте набухать. О том как выбрать желатин и его особенностях можно почитать в статье о желатине. Ссылка на нее есть в конце рецепта. Кастрюлю снимите с огня. Клюкву измельчите с помощью погружного блендера. Получившееся клюквенное пюре протрите через сито, чтобы получить полностью однородную массу без твердых частичек.

Клюквенный сок влейте в кастрюлю и всыпьте туда же сахар, перемешайте.

Верните кастрюлю на огонь. Уваривайте массу, помешивая, чтобы она не пригорела, около 15-20 минут. Далее уберите кастрюлю с огня и выложите в горячий сок набухший желатин. Размешивайте массу до его полного растворения желатина. Слегка остудите клюквенный сок и вылейте в застеленную пергаментом



прямоугольную форму или разлейте по небольшим порционным формочкам. Дайте мармеладу из ягод клюквы остыть и поставьте его в холодильник на 5-6 часов до полного застывания. Готовый мармелад из



сока клюквы нарежьте на порционные кусочки, обваляйте в мелком сахаре и подавайте лакомство к столу.

Почему желатин плохо застывает, как избежать неприятных желатиновых комочков в блюде, а также все секреты и тонкости приготовления читайте [в статье о желатине](#).

Для приготовления лучше использовать нейтральную по вкусу фильтрованную или бутилированную воду. Если же вы используете воду из-под крана, имейте в виду, что она может придать блюду неприятный характерный привкус.

Вместо сахара можно использовать сахарозаменитель, который не боится термической обработки.

Приятного аппетита!

КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ НА ЗИМУ

Полезный компотик из брусники на зиму тебе обязательно понравится!

СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ:

Брусника – 3 ст.

Вода – 3 л.

Сахар – 500 гр.

Убедимся, что банки хорошо промыты (их можно не стерилизовать). Теперь перебираем бруснику и тщательно ее промываем. Далее, разложить ягоды по банкам, они должны занимать примерно 1/3-2/3 объема банки. Крышки для банок опустить в воду и



кипятить их несколько минут. Затем налить в кастрюлю воду и поставить ее на огонь. Добавить в воду 500 мл сахара, перемешать и варить пару минут.

Снять кастрюлю с огня и залить ягоды сиропом так, чтобы жидкость полностью занимала банку и даже переливалась через верх. Закрывать банку крышкой. Все закатанные банки выставить на пол дном вверх, и накрыть одеялом на 12 часов. Готовый компот хранить в прохладном месте, например, в погребе.



ШОКОЛАДНО-БРУСНИЧНЫЙ ТОРТ ПОСТНЫЙ

Ингредиенты:

Мука пшеничная / Мука — 2 стак.

Сахар коричневый (0,5 стак. - в бисквит; 0,5 стак. в крем; 4 ст.л. в глазурь) — 1,5 стак.
Масло растительное — 0,25 стак.
Какао-порошок (6 ст.л. - в бисквит; 2 - в глазурь) — 8 ст. л.
Разрыхлитель теста — 2 ч. л.
Брусника (горсть ягод оставить на украшение) — 300 г
Клюква — 50 г
Крупа манная — 2 ст. л.
Сок яблочный — 1 стак.

В приготовлении торта я использовала коричневый сахар Мистраль Универсальный.

Смешать муку, сахар, растительное масло, какао-порошок, разрыхлитель. Влить яблочный сок.

Перемешать миксером до однородной массы. Влить тесто в форму для выпечки. У меня диаметр формы 18 см.

Выпекать в духовке 30 минут при температуре 180 градусов. Я слегка передержала, поэтому верх потрескался.

Делаем крем.

В чашу блендера кладем бруснику, клюкву и сахар. Перемалываем до однородной массы.

Варим манную кашу на воде. Пропорции: 2 ст. л. крупы на 1,5 стакана воды. Каша должна быть густой.

Добавляем готовую кашу в ягодное пюре. Еще раз взбиваем в блендере. Пробуем по вкусу. При необходимости добавляем еще сахар. Но не переусердствуйте, т. к. сам бисквит будет очень сладкий.

Крем охлаждаем в холодильнике 30 минут. Бисквит режем на 4 коржа. Промазываем брусничным кремом.

Формируем торт. Делаем глазурь. В ковшик кладем 2 ст. л. какао-порошка, 4 ст. л. сахара, добавляем 0,5 ч. л. растительного масла и 3 ст. л. воды. Доводим до кипения и варим пару минут на маленьком огне до загустения.

Слегка остужаем и поливаем сверху торт. Промазываем бока.

Украшаем ягодами брусники.

Хорошо, если торт постоит 1-2 часа перед подачей, чтобы бисквит пропитался.



Приятного аппетита!



Памятка: Правила сбора северных ягод

1. Подготовка к сбору ягод

- Экипировка: Наденьте удобную одежду и обувь, чтобы комфортно передвигаться по лесу. Не забудьте о головном уборе и репелленте от насекомых.
- Инструменты: Возьмите с собой контейнеры для сбора ягод (корзинки, ведерки), а также перчатки для защиты рук.

2. Время для сбора

- Сезон: Ягоды собирайте в соответствующий сезон:
- Морошка: июль-август.
- Черника и голубика: июль-сентябрь.
- Клюква: сентябрь-октябрь.
- Брусника: август-октябрь.

3. Уважение к окружающей среде

- Ограничения: Не собирайте ягоды в заповедниках и охраняемых природных территориях, если это запрещено.
- Устойчивое соби́рание: Старайтесь собирать только зрелые ягоды, оставляя незрелые для дальнейшего роста.

4. Практические советы по сбору

- Собирайте аккуратно: Используйте мягкие контейнеры, чтобы ягоды не повредились.
- Не вырывайте растения: Собирайте ягоды, не повреждая кусты и корни, чтобы не нарушать экосистему.
- Собирайте в разных местах: Это поможет сохранить природу и не истощит запасы ягод в одном месте.

5. Безопасность

- Опасные растения: Научитесь распознавать ядовитые растения и избегайте их.
- Соблюдайте осторожность: Следите за окружающей средой — не стойте слишком близко к краю обрывов и не собирайтесь в опасных местах.

6. Хранение ягод

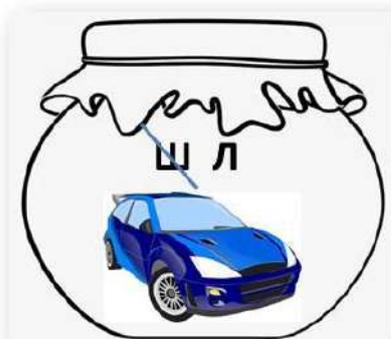
- Свежесть: Собранные ягоды нужно сразу же аккуратно уложить в контейнеры и не оставлять на солнечном свете.
- Промывание и переработка: Промойте ягоды перед употреблением. Если вы собираете большое количество, рассмотрите возможность заморозки или переработки.

Весёлого и безопасного сбора ягод!

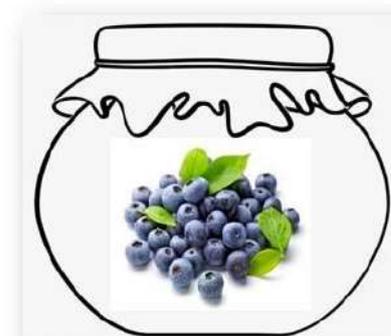
Помните, что сбор ягод — это не только полезно, но и увлекательно!

Игры, ребусы

Из каких ягод мишка сварил варенье?



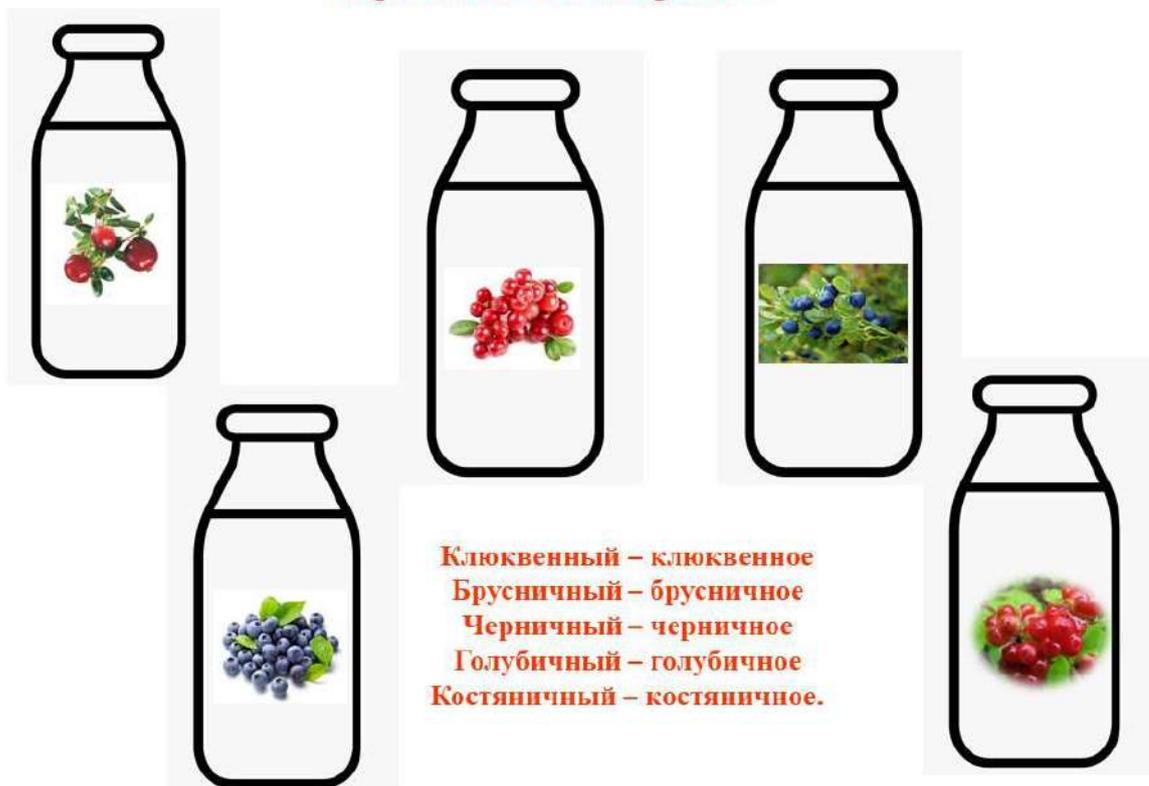
Игра «Из чего сок и варенье?»



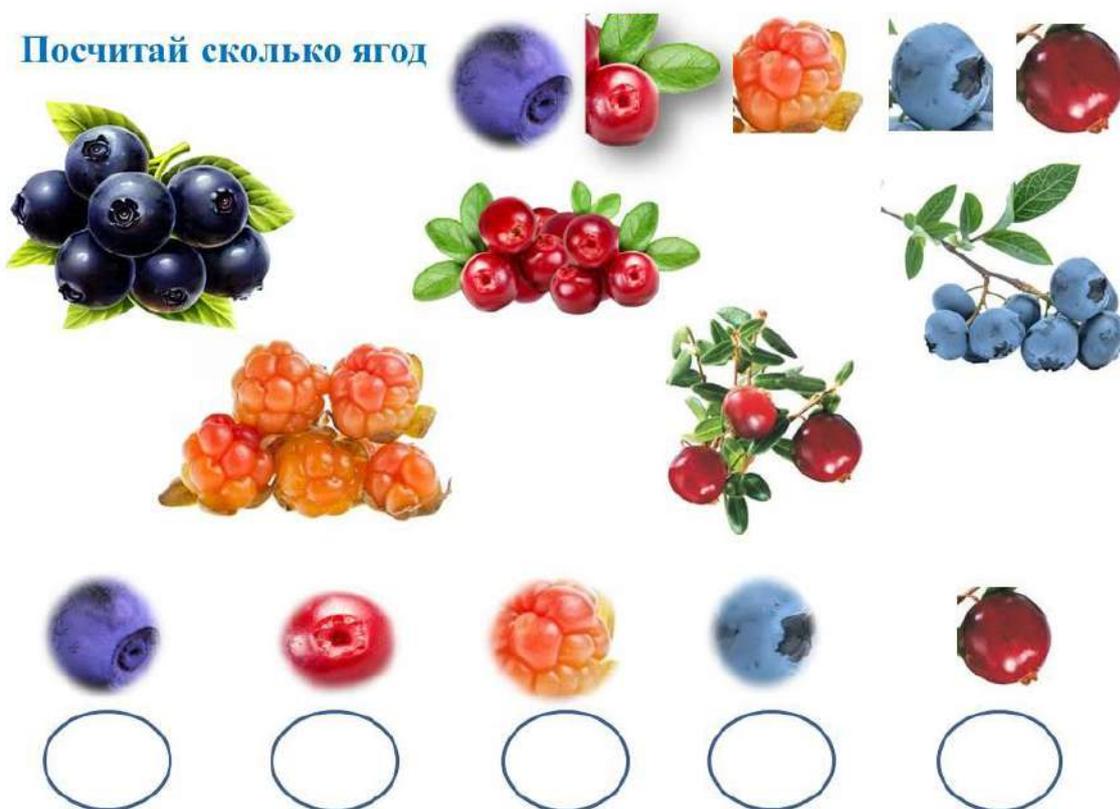
Клюквенный – клюквенное
 Брусничный – брусничное
 Черничный – черничное
 Голубичный – голубичное
 Костяничный – костяничное.



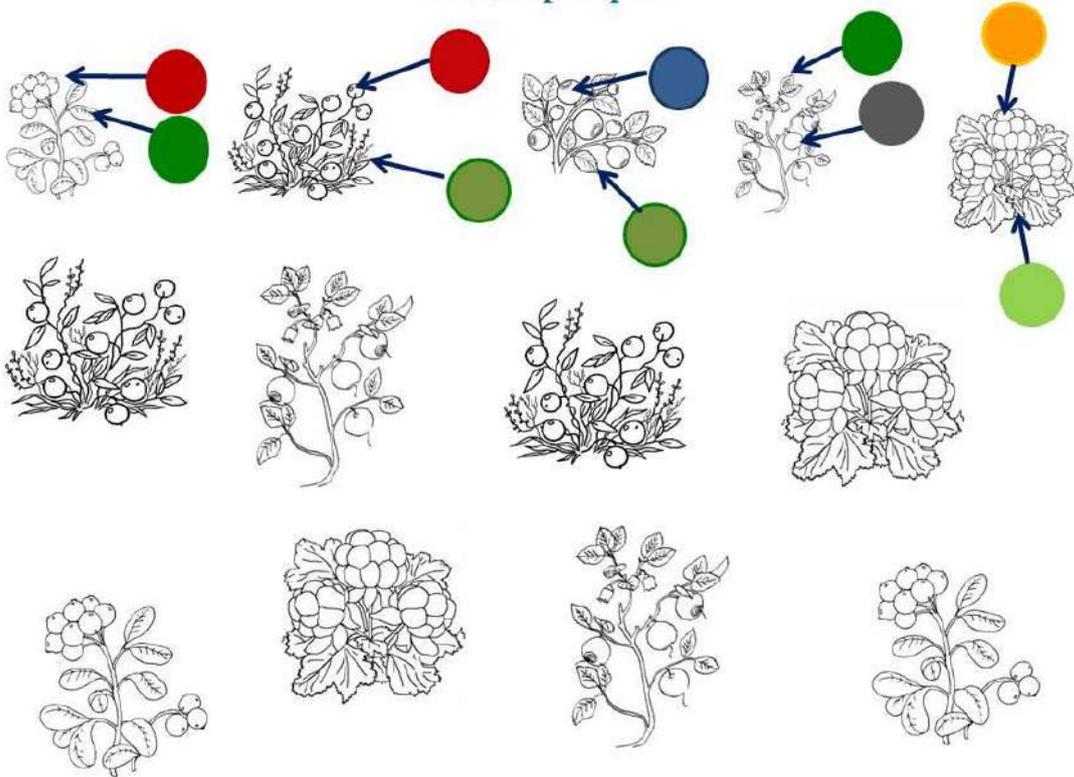
Игра «Из чего сок и варенье?»

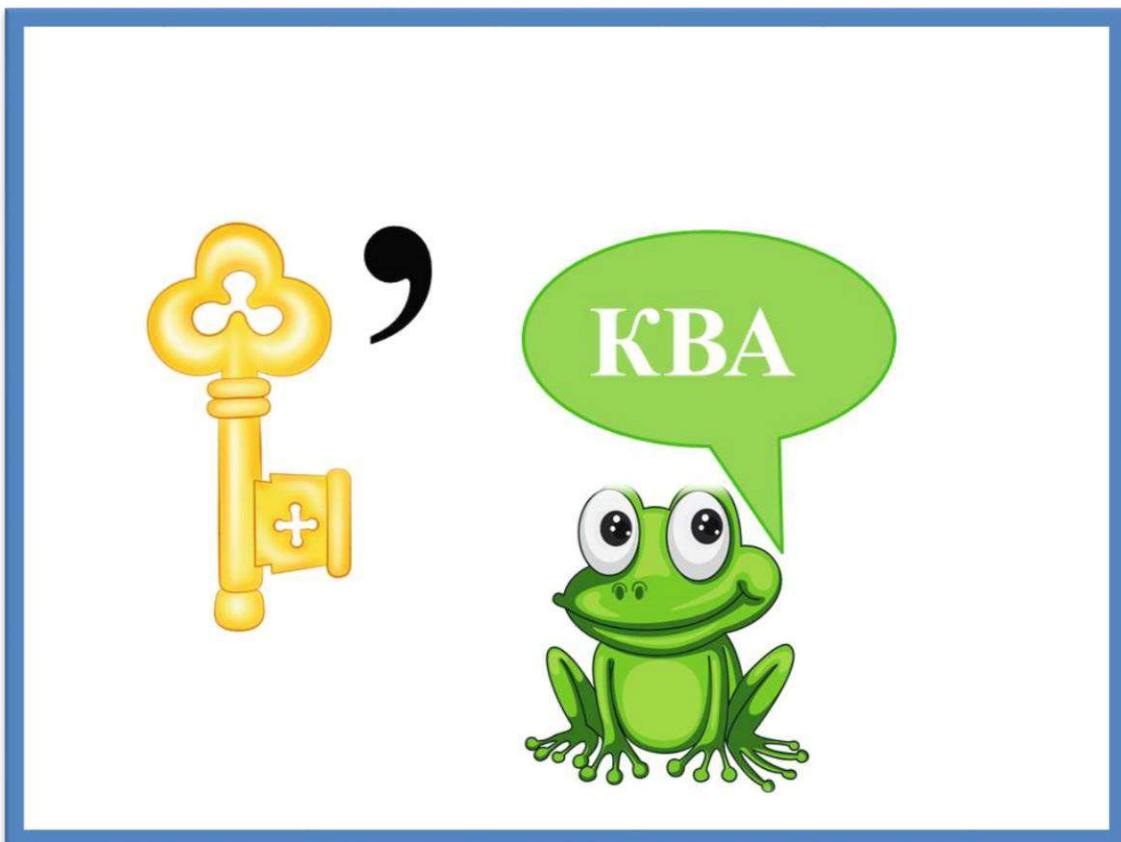


Посчитай сколько ягод



Найди и раскрась





РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ – ЮГРА
ГОРОД ПОКАЧИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – ДЕТСКИЙ САД

Проект «СЕВЕРНОЕ ЛУКОШКО»





Брусника



Голубика



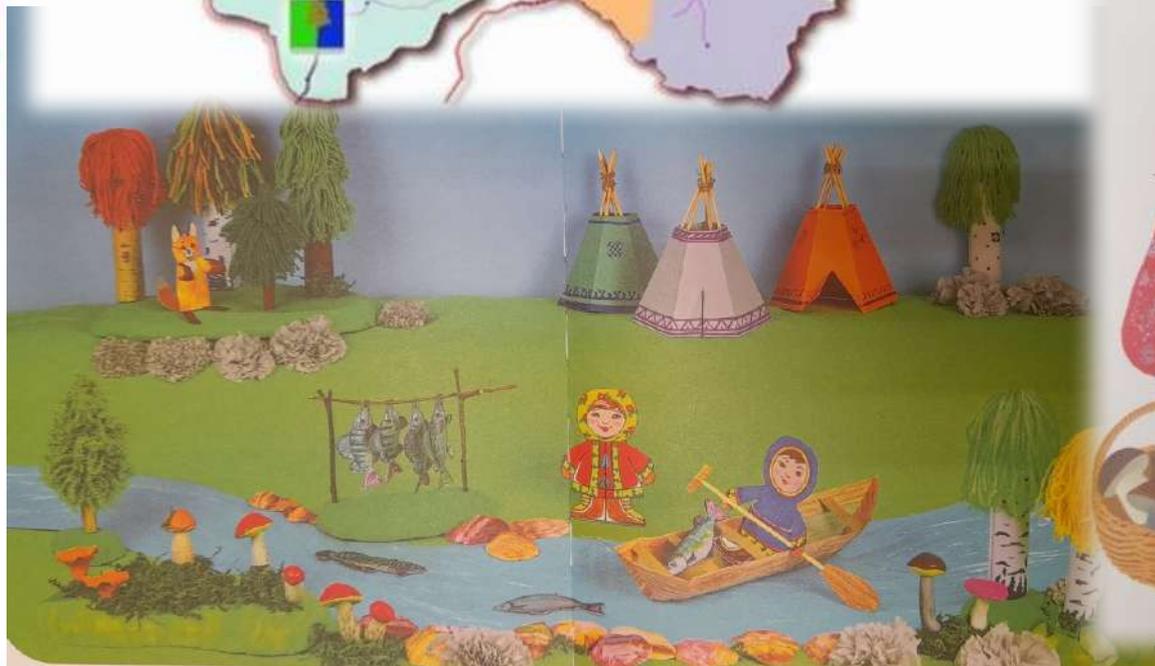
Клюква



Морозика



Черника









Мультфильм «Откуда на свет морошка появилась?»



Гипотеза:

ягоды севера: брусника, голубика, черника, клюква, морошка полезны и целебны для человека.

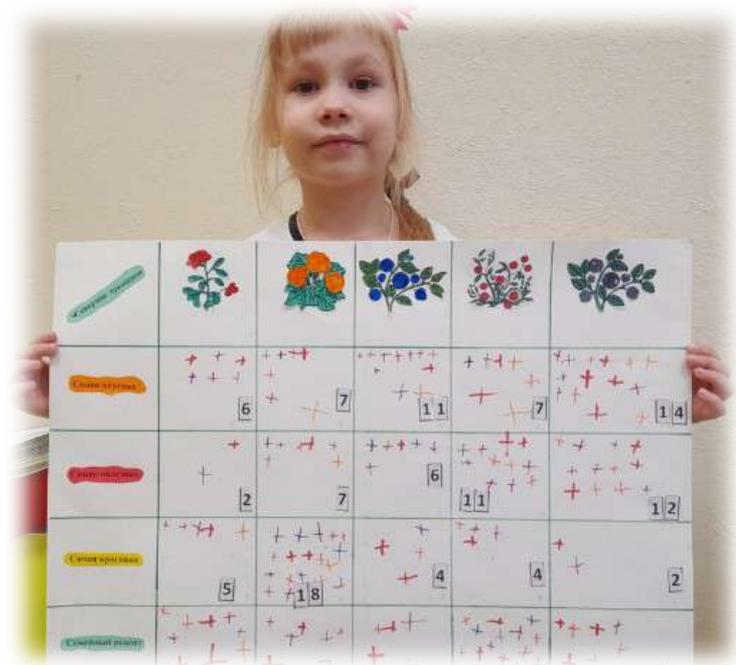
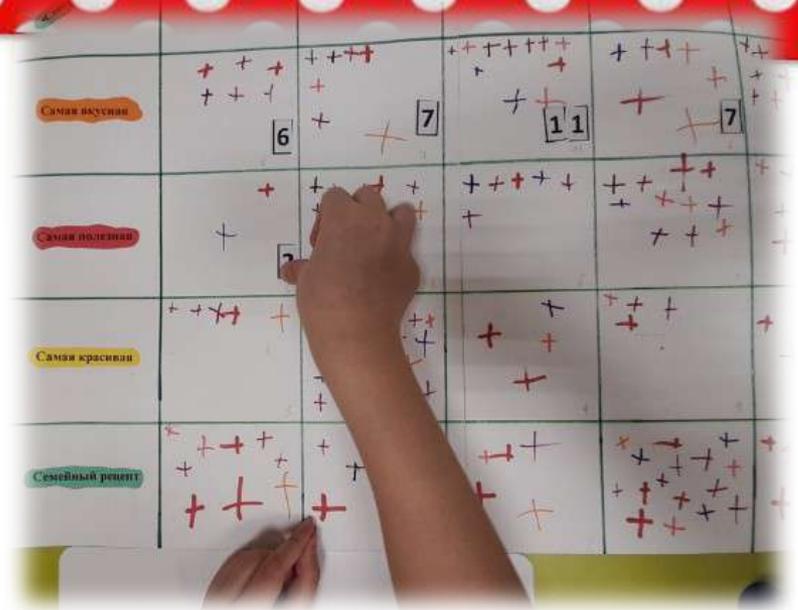






3	4	8	3	6
1	4	3	5	





РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ



Самая вкусная - 14



Самая полезная - 12



Самая красивая - 18



Семейный рецепт - 43

Добавляем готовую кашу в ягодное пюре. Еще раз взбиваем в блендере. Пробуем по вкусу. При необходимости добавляем еще сахар. Но не переусердствуйте, т. к. сам бисквит будет очень сладкой.

Крем охлаждаем в холодильнике 30 минут. Бисквит режем на 4 коржа. Промазываем брусничным кремом.

Формируем торт. Делим глазури. В микши кладем 2 ст. л. какао-порошка, 4 ст. л. сахара, добавляем 0,5 ч. л. растительного масла и 3 ст. л. воды. Доводим до кипения и варим пару минут на маленьком огне до загустения.

Слегка охлаждаем и поливаем сверху торт. Промазываем бока. Украшаем ягодами брусники. Хорошо, если торт постоит 1-2 часа перед подачей, чтобы бисквит пропитался.



Приятного аппетита!!!

«КУЛИНАРНАЯ КНИГА»

РЕЦЕПТЫ БЛЮД ИЗ ЯГОД



2. Творог соединить со сгущенкой. Перемешать до однородности.

3. Разделить творожную массу на две равные части.

4. В одну половину творога добавить вяленую клюкву, перемешать. В оставшийся творог вмешать мак.

5. В стаканы выложить слоями: 3-4 ст. л. творога с вяленой клюквой, 2 ст. л. протертой клюквы с сахаром, 2-3 ст. л. творога с маком, 1-2 ст. л. протертой клюквы с сахаром.



БРУСНИЧНЫЙ ТОРТ СОСТАВ / ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тесто:
Куриное яйцо – 5 шт.
Сахар – 175 гр
Пшеничная мука – 175 гр
Разрыхлитель – 10 гр.



Брусничная начинка:
Сахар – 350 гр.
Брусника – 350 гр.
Вода – 20 мл.

Брусничная topping:
Сахар – 125 гр.
Брусника – 475 гр.
Вода – 475 мл.

гр.
550
ле)

Вяленый мусс с манной крупой

Состав / ингредиенты:

Клюква - 200 гр.
Сахар – 200 гр.
Манка – 4 ст.ложки
Манка – 4 ст.ложки
Украшение:
Клюква – 20 гр.
Вяленые сливки – 50 гр.



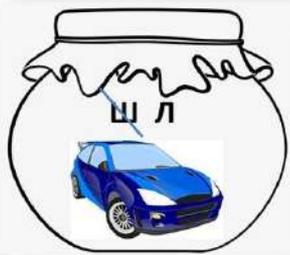
Способ приготовления:

Как сделать клюквенный мусс с манной крупой? Клюкву можно брать как свежую, так и замороженную. Количество сахара вы можете регулировать в соответствие со своими вкусовыми предпочтениями.

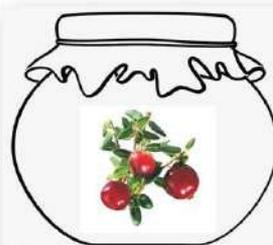
Мультфильм «Спор ягод»



Из каких ягод мишка сварил варенье?



Игра «Из чего сок и варенье?»



Клюквенное
Брусничное
Черничное
Голубичное
Костяничное.



Игра «Из чего сок и варенье?»



Клюквенный – клюквенное
Брусничный – брусничное
Черничный – черничное
Голубичный – голубичное
Костяничный – костяничное.

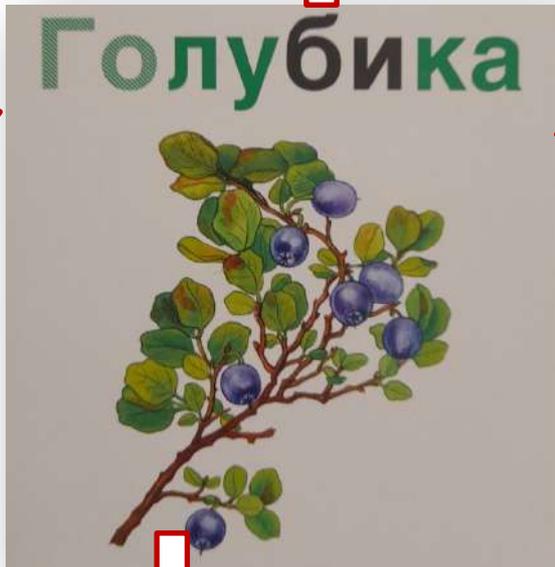
Посчитай сколько ягод

○ ○ ○ ○ ○

«ДАРЫ ОСЕНИ В ЮГРЕ»











Морошка



Морошка





Вкусный пирог из брусники!!!



БРУСНИКА

Содержит бензойную кислоту, именно она защищает ягоды брусники от плесени и гнили, что позволяет им долго храниться.

Отвар из ягод, листьев и побегов брусники – прекрасное средство, помогающее при мочекаменной болезни.



Брусничная вода используется в медицине как слабительное средство, а отвары из свежих брусничных листьев помогают при ревматизме и подагре.

Сладкий сироп, приготовленный из ягод брусники, улучшает зрение.

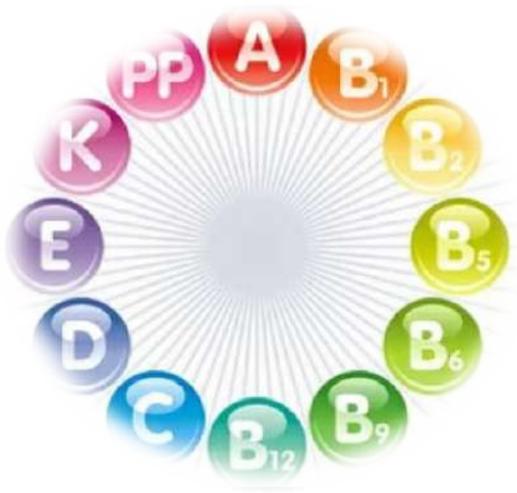


! Интересные факты

→ Не боится морозов, зимой и летом листья брусники зелёные.

ГОЛУБИКА

Ягоды голубики – сокровищница витаминов и полезных веществ. В них есть витамины С и А, красящие вещества.



! Интересные факты

В старину существовало поверье, что ягода голубики может одурманить человека, и поэтому это растение называли пьяницей. Оказывается, голубика растёт на моховых кочках рядом с болотным багульником, обладающим терпким дурманящим запахом. Когда люди собирают голубику, на неё случайно падают веточки и листья багульника, которые придают ягодам свой неповторимый пьянящий аромат.

КЛЮКВА

Клюква необычайно богата, ценными для человека веществами: есть в ней фруктовый сахар и витамины.

Клюква – ценный источник витамина С и антиоксидантов.

Соком клюквы можно обрабатывать раны, поскольку это отличный антисептик. При его внутреннем применении происходит нормализация желудочно – кишечной микрофлоры.



Применяется при борьбе с мочеполовыми инфекциями.



! Интересные факты →

Клюква – северное растение. Оно не боится не трескучих морозов, ни порывистых ледяных ветров. Можно собирать клюкву из – под снега и весной.



Черника, прекрасный медонос, привлекающий шмелей, пчёл и других насекомых, которые опыляют её цветы.

Черника – ягода чудодейственная! В плодах есть сахар и витамин С. Недаром говорится: «Положи чернику в рот, избавишься от хвори на целый год».

!Интересные факты →

ЧЕРНИКА

Как лекарство люди используют сушёные ягоды, её побеги и листочки. Их собирают, высушивают и заваривают с ними чай или готовят душистый настой.



В старину сок ягод черники использовали для окраски тканей в синий, фиолетовый или лиловый цвета. Сейчас кондитеры употребляют чернику и как пищевой краситель. Красящие свойства этих ягод объясняются тем, что в них есть особый пигмент - антоцин.

В плодах этой ягоды также есть дубильные вещества, лимонная и яблочная кислоты.



МОРОШКА

В морошке много
витамина А.

Ягоды обладают
противомикробным
действием.



Морошку
используют в
диетическом
питании.

Морошка содержит
следующие витамины:
аскорбиновая кислота;
железо;
кремний;
кальций;
фосфор;
магний.

Морошку
используют в
комплексной
терапии
авитаминозов.

Ягоды используют как
потогонное,
спазмолитическое и
мочегонное средство.



МОРОШКА

! Интересные факты

Эта ягода изначально красная, затем становится оранжевая, потом желтеет.

А совсем переспелые ягоды обесцвечиваются, становятся белесыми, бледно-желтыми, почти бесцветными. Такая у нее особенность.

При чем, в красных ягодах ни чуть не меньше полезных антиоксидантов, а даже больше. Не зря многие любят есть именно красные твердые ягодки.



Можно использовать этот удивительный эффект для омоложения своего организма. В красных ягодах морозики больше антиоксидантов.

А мореплаватели брали с собой в морские походы бочки с моченой морозикой, чтобы спастись от цинги в морских походах.

В Финляндии выпущены монеты достоинством в 2 евро, на которых изображены листик и ягодка морозика. Первые денежные знаки с таким изображением были отчеканены в 1999 году. Чеканили монеты с ягодой, которую так любят жители этой северной страны, в Монетном дворе Финляндии (Вантаа), уникальный дизайн разработал Раймо Хейно.



МОРОШКА

ЛИМОН



0.9 мг

Витамин В3

0.1 мг

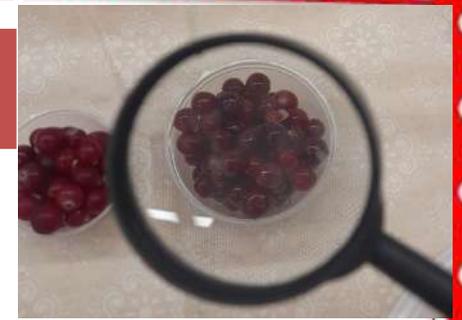
150 мг

Витамин С

53 мг

ЭКСПЕРИМЕНТЫ

Сначала мы сравнивали ягоды, чем они схожи и чем отличаются между собой.



По форме:

Клюква более вытянута в длину и напоминает минигранат, брусника же шарообразная.

Голубика более вытянута в длину и напоминает виноград (киш-миш), черника же шарообразная.

По размеру ягоды малины круглые или вытянутые, у морошки круглые.



По размеру:

Брусника мелкоплодная, а
клюква крупнее (в среднем
10 – 15 мм).



У голубики кустики выше,
ягоды крупнее, а у черники
кустики маленького размера,
ягоды меньше.



Ягоды морошки и малины
одинакового размера.



По цвету:



У клюквы он неоднородный, с крапинками, а у брусники насыщенный алый.

Голубика – голубая, с сизым налётом, черника – чёрная. Ягоды голубики не имеют красящего эффекта в отличие от черники.

Малина по цвету – розовая, ярко-красная или бордовая. Морошка – оранжевая, жёлтая.

По вкусу:

Клюква отличается яркой кислинкой, отдающей даже горечью. У брусники вкус не такой насыщенный, кислинка ненавязчивая, приятная и лёгкая.

Голубика – сочная, кисло – сладкая, а черника – сладкая.

Малина и морошка – сладкие, вкусные.





Опыт 1.

Мы размяли ягоду на тарелочке, затем сок ягод поместили в стакан с водой, тщательно размешать, сделали вывод, что черника, голубика, брусника лучше всех и быстрее других ягод окрашивает воду.

Вывод: эти ягоды можно использовать, как пищевые красители.



Опыт 2.

Мы размяли ягоды на тарелочке, и увидели мякоть и косточки. У малины и морошки косточки крупные, у голубики, черники, клюквы тоже есть косточки, только очень мелкие.

Вывод: в ягодах есть косточки, в энциклопедиях надо узнать, возможно, это семена.



Биологические активные добавки



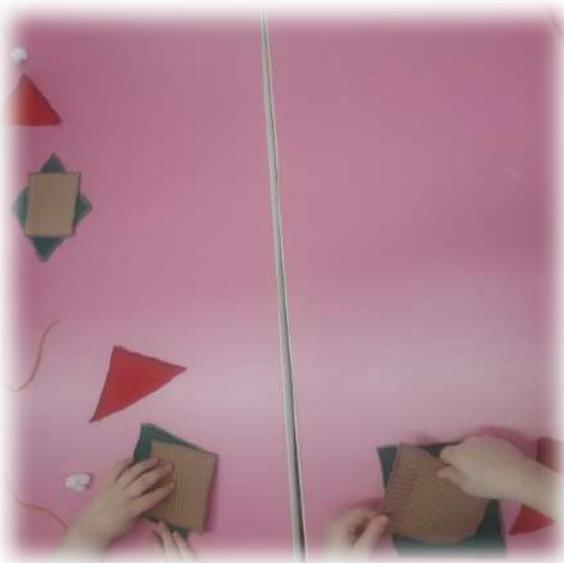
Косметические наборы



Продукция из ягод



«Куклы – ягодка»





Спасибо за внимание!!!