

Jadalne dzieła sztuki



Czego potrzebujemy?

- Jogurt naturalny/skyr/jogurt grecki
- Naturalne barwniki, czyli np.: matcha/chlorofil, spirulina, sok z buraka, sok z marchewki, sok z kapusty czerwonej, kurkuma (proszek), zmiksowane liście szpinaku
- Przygotowane wcześniej placki naleśnikowe
- Pędzle do farbek



Wykonanie:

W niewielkich pojemniczkach mieszamy jogurt z wybranymi barwnikami naturalnymi. Weźcie tyle jogurtu, ile będziecie później w stanie zjeść razem z naleśnikami.

- W celu uzyskania barwy czerwonej jogurt mieszamy z sokiem z buraka;
- W celu uzyskania barwy zielonej jogurt mieszamy z proszkiem matcha, chlorofilem, lub zmiksowanym szpinakiem;
- W celu uzyskania barwy niebieskiej jogurt mieszamy ze spiruliną;
- W celu uzyskania barwy pomarańczowej jogurt mieszamy z sokiem z marchewki;
- W celu uzyskania barwy żółtej jogurt mieszamy z kurkumą;
- W celu uzyskania barwy różowej jogurt mieszamy z sokiem z czerwonej kapusty;

W ten sposób powstaną naturalne farbki! Im bardziej intensywny kolor chcemy uzyskać, tym więcej naturalnego barwnika należy dodać.



Czy wiecie że...

Dodatki do żywności mają swoje oznaczenia E oraz przypisane im numery. Nie wszystkie E są sztuczne i szkodliwe dla zdrowia. Wiele z nich to substancje naturalnie występujące w żywności! Barwniki kryją się pod numerami od E100 do E199.

Poznajcie oznaczenia kilku barwników naturalnych, w tym tych używanych przy Waszych jadalnych dziełach sztuki:

- ü E163 - antocyjany (barwnik czerwony - ekstrakt z czerwonej kapusty lub barwnik niebieski - spirulina niebieska)
- ü E162 - ekstrakt z buraka (barwnik czerwony zawarty w buraku)
- ü E140 - chlorofil (barwnik zielona - matcha i chlorofil zawarty w liściach)
- ü E160a - karoteny (barwnik pomarańczowy - sok z marchewki)
- ü E100 - kurkumina (barwnik żółty - kurkuma)



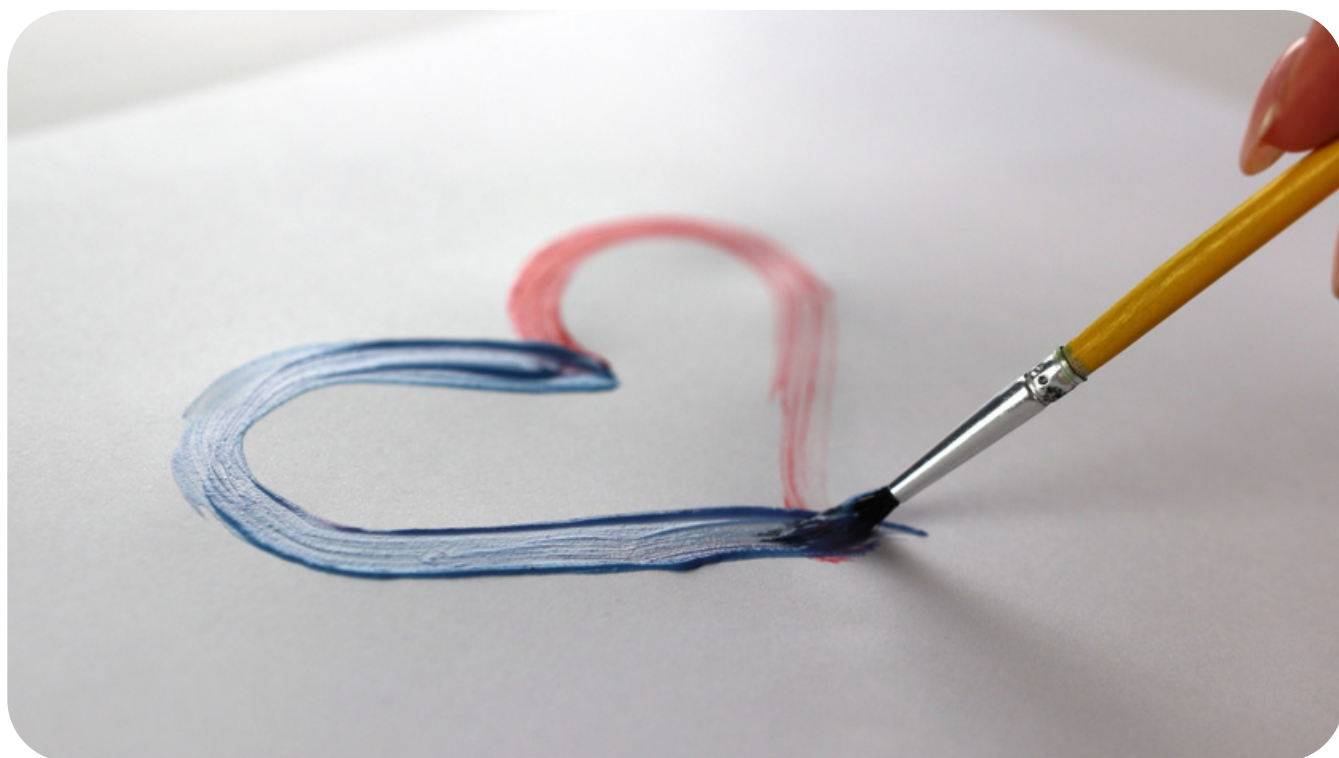
Proponowane aktywności z przygotowanymi naturalnymi farbami:

- Wspólnie stworzcie „naleśnikowe dzieła sztuki” – na przygotowanych płótnach (naleśnikach) malujcie naturalnymi farbami kolorowe wzorki. Wspólnie delektujcie się Waszymi dziełami sztuki, wzajemnie zachęcając się do próbowania nowych smaków.
- Prace plastyczne mogą powstawać przy użyciu pędzelków lub palców.
- Naturalne farby można wymieszać ze sobą w nowych pojemniczkach. Wspólnie stworzcie nowe kolory i nazwijcie je!



Jakie umiejętności rozwija dziecko?

- Poszerzenie wiedzy na temat naturalnych barwników zawartych w jedzeniu i ich oznaczeń E.
- Tworzenie własnych barw, eksperymentowanie z innymi produktami spożywczymi, mieszanie z sobą różnych kolorów i ich nazywanie.
- Rozwój sensoryczny dziecka poprzez tworzenie obrazów palcami. Zachęcamy do zjedzenia wszystkich naleśników ze smakiem lub przechowania ich w lodówce na później. Naleśnikowe dzieła sztuki to również jedzenie, którego nie należy marnować.



Materiał opracowany przez Centrum nauki Experyment w Gdyni, w ramach Kampanii społecznej "Odłącz się - Połącz się"

