



Se lo sai... lo fai!

Il podcast

Ascolta l'episodio **“Mangiare la frutta: consistenze e sapori a confronto”** su:

<https://bit.ly/selosailofai9>.

Oppure collegati (gratuitamente) a una delle principali piattaforme per l'ascolto dei podcast e cerca “Se lo sai... lo fai - Ambito territoriale n. 9”.

Ora tocca a te! Ecco una semplice attività da realizzare in classe o a casa.

Disegna la mappa dell'origine e delle caratteristiche nutrizionali della frutta. Facendo una ricerca online trovi informazioni sul frutto, sul Paese d'origine e sui nutrienti specifici. Puoi discutere in classe quello che hai scoperto.

A casa, invece, puoi preparare una merenda scoprendo come cambiano sapori e consistenze a seconda di come viene lavorato ciascun prodotto.

Ad esempio, la mela, o la pera, ma anche la fragola possono essere mangiate tal quali oppure tagliate, frullate, centrifugate o addirittura disidratate. Anche le chips di frutta sono come la patatine: una tira l'altra!

PROGRAMMA FRUTTA E VERDURA NELLE SCUOLE, ANNO SCOLASTICO 2024/2025,
FINANZIATO AI SENSI DEL REG. UE 1308/2013



Finanziato
dall'Unione europea



MINISTERO DELL'AGRICOLTURA
DELLA SOVRANITÀ ALIMENTARE
E DELLE FORESTE

