

# Se lo sai... lo fai!

## Il podcast

Ascolta l'episodio **“Mangiare la verdura con fantasia”** 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:

Prova a trasformare i resti della verdura che sono rimasti nel tuo piatto in un modo che non hai mai fatto. Vuoi un consiglio?

Chips di cavolo nero: ungi, inforna pochi minuti e gusta queste fantastiche foglie croccanti. Potresti utilizzare anche spezie e sesamo per rendere il tutto ancora più sfizioso.

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

