

CUINA SOSTENIBLE



Principi: L'objectiu d'aquesta activitat és informar i sensibilitzar la mainada de les seves responsabilitats durant la preparació i la recollida en una activitat habitual com la preparació d'un plat.

A partir d'una creació culinària, els alumnes reflexionaran sobre les diverses opcions disponibles a l'hora de realitzar la compra, prevenir i minimitzar els residus, i actuaran en conseqüència.

Objectius

- Conscienciar sobre l'impacte local i global dels nostres actes de consum.
- Conscienciar als alumnes de la seva capacitat d'actuar a favor del medi ambient en el seu dia a dia.
- Realitzar accions de prevenció dels residus i de consum ecològic.

Temps de treball

- Preparació: mig dia.
- Activitat: de dues a tres hores.

Material

- Utensilis necessaris per a la preparació i la cocció: taules, bols grossos, ganivets, culleres, gots dosificadors i balances, motlles, un forn, etc.

► I, en aquest cas concret, els ingredients per a elaborar el plat: farina, mantega, sucre i fruita (de temporada, local, biològica, en diferents envasos, del supermercat, del mercat, etc.).

Desenvolupament de l'acció

- 1. Distribució dels alumnes per grups al voltant de les taules. Una taula fa de botiga (s'hi col·loquen tots els ingredients) i a l'altra s'hi posa el material.
- 2. Lectura de la recepta i selecció, per torns i segons l'ordre que s'hagi decidit, dels ingredients i el material necessaris.
- 3. Elaboració del plat seleccionat (pastís, galetes..).
- 4. Durant la cocció i abans de netejar i de recollir, els alumnes observen la taula. Se'ls ajuda durant la reflexió en petits grups abans de posar en comú les seves idees. Per què han escollit aquest ingredient? Tenien d'altres opcions? Què queda al damunt de les seves taules? Ha estat una decisió encertada pel que fa a la pro-

ducció de residus? N'haurien pogut prendre una altra (utilitzar tovallons de roba en comptes de paper d'un sol ús per eixugar-se les mans, escollir productes a granel en comptes d'envasos individuals, etc.)?

- 5. Neteja de les taules i la sala, separació dels residus i disposició en els contenidors adequats.

- 6. Resum de l'activitat: què s'hauria pogut fer durant la preparació del plat per tal d'evitar els residus finals.

Material de comunicació disponible a www.ewwr.eu/ca/outils

Per saber-ne més

- Setmana Europea de la Prevenció de Residus: www.ewwr.eu/ca
- Fitxes temàtiques dedicades a la prevenció de residus: www.arc.cat/setmanaprevencio2011
- Material elaborat per CPIE. Per a més informació, consulteu: www.cpie.fr