

AL MERCATO DELLA FRUTTA E VERDURA (in febbraio)



La classe si è recata al mercato delle erbe per vedere gli ortaggi della stagione invernale. Gli ortaggi sono venduti dagli stessi produttori.



Oltre agli ortaggi ci sono anche le piantine nate nei semenzai, che devono essere trapiantate in terra.



In queste foto si vedono in particolare **cavolfiori, verze, erbe di campo, spinaci, bietole, cime di rapa, vari tipi di insalata.**



Si possono vedere vari tipi di **cicoria, insalata, radicchi**, alcuni prodotti di serra quali **peperoni, melanzane, zucchine, valeriana**. I **carciofi** provengono dalla Sardegna, perché da noi maturano in primavera.



Anche i **pomodori** e i **fagiolini** sono di serra. Si possono notare **carote, cipolle, porri e agli freschi, prezzemolo**.



Si vedono **cipolle, agli, patate e legumi secchi**: ceci, lenticchie, fagioli borlotti, fagioli cannellini. Questi ortaggi si conservano a lungo: sono stati raccolti la scorsa estate.



La classe si è recata anche in un negozio di frutta e verdura



Gli **aranci**, i **mandarini**, i **mandaranci** sono i **frutti di stagione**.



Ci sono tante varietà di **mele** e di **pere**: si trovano sempre perché si possono conservare a lungo in frigorifero ad una temperatura da 0 a 1 grado



Questa è **frutta esotica**, proveniente da paesi lontani: **banane, ananas, mango, cassava, avocado, noci di cocco...** Anche **uva e meloni** vengono da lontano perché da noi non sono di stagione.



Frutta secca : **fichi, mandorle, noci, nocciole, albicocche, prugne.** Nella foto a destra si possono vedere **pistacchi, arachidi e semi di zucca.**

LA VERDURA DELLA STAGIONE INVERNALE AL MERCATO DELLE ERBE

Direttamente dai produttori

PRODOTTO	DA DOVE VIENE	NOTIZIE VARIE	PREZZO AL KG
Insalata scarola	Campo	Si pianta a luglio	€ 1,20
Insalata romana	Serra	Si pianta a luglio	€ 1,50
Spinaci	Campo	Piantati a settembre-ottobre	€ 1,50
Bietole	Campo	Piantate a settembre-ottobre	€ 1,50
Erbe di campo	Campo	Crescono da sole: si raccolgono da novembre ad aprile	€ 1,00
Cavoli a broccoletto	Campo	Piantati a luglio- agosto	€ 1,00
Broccoletti abbruzzesi	Campo	Piantati a luglio	€ 1,30
Cavolfiori	Campo	Piantati a luglio- agosto	€ 1 l'uno
Verza	Campo	Piantata a luglio- agosto	€ 1,00
Verza bianca	Campo	Piantata a maggio	€ 1,00
Verza rossa	Campo	Piantata a luglio	€ 1,00
Rucola	Campo	Piantata ad ottobre	€ 3,00
Cardo	Campo	Piantato a maggio	€ 1,50
Finocchio	Campo	Piantato a settembre	€ da 1 a 1,50
Carote	Campo	Piantate a settembre	€ 1,50
Sedano	Campo	Piantato a settembre	€ 1,50
Cime di rapa	Campo	Piantata ad agosto	€ 1,30
Cicoria	Campo	Piantata ad agosto	€ 1,50
Radicchio	Campo	Piantato alla fine di agosto	€ 1,50
Insalata canasta	Serra	Piantata a novembre	€ 1,50
Valeriana	Serra	Piantata ad agosto	€ 4,00
Prezemolo	Campo	Piantato ad aprile	€ 2,50
Zucca gialla invernale	Campo	Raccolta a settembre, conservata in un locale	€ 1,00
Patate	Campo	Piantate a marzo, raccolte a luglio,conservate in un locale fresco e buio	€ 1,00
Fagioli borlotti secchi	Campo	Piantati a maggio, raccolti a settembre	€ 5,00
Rosmarino	Campo	Pianta aromatica perenne	regalato
Aglio	Campo	Piantato a novembre, raccolto a luglio	€ 0,20 l'uno
cipolle	Campo	Piantate a maggio, raccolte a settembre	€ 1,30

LA FRUTTA E LA VERDURA DELLA STAGIONE INVERNALE NEL NEGOZIO

PRODOTTO	DA DOVE VIENE	NOTIZIE VARIE	PREZZO AL KG
Aranci	Sicilia (Italia)	Frutto di stagione; gli aranci più grandi sono di prima scelta e il prezzo è più alto. I più piccoli sono per le spremute. Ci sono aranci naturali, con la buccia opaca e le foglie, non trattati e altri con la buccia più lucida, trattati.	Da € 0,95 a 1,80
Mandaranci senza semi	Spagna	Frutto da stagione: quelli italiani però sono finiti	€ 1,60
Mandarini tardivi	Italia	Frutto di stagione	€ 1,60
Limoni	Sicilia (Italia)	Naturali, non trattati	Sfusi € 1,60 rete € 1,00
Limoni con foglia	Sorrento (Italia)		€ 1,60
Kiwi	Italia	Conservato in frigo, c'è tutto l'anno	€ 2,50
Mele	Trentino Alto Adige Emilia Romagna (Italia)	Ce ne sono di tante varietà e di tanti colori. Le mele del Trentino sono più croccanti e succose, quelle dell'Emilia Romagna più farinose e morbide. Queste caratteristiche dipendono dal terreno e dal clima. Le mele, a seconda delle varietà, si raccolgono da settembre a giugno. Si conservano in celle frigorifere che vanno da -0 a 1 grado. Le mele verdi sono meno zuccherine e più adatte per i diabetici.	Da € 0'60 a € 2,00
Pere	Emilia Romagna (Italia)	Ce ne sono di molte varietà: la pera "Abate" è più dura, le altre più morbide. Si conservano in frigorifero	Da € 1,30 a € 1,60
Banane "Chiquita"	Costarica		€ 1,50
Banane alternative	Ecuador		€ 1,35

Si trovano anche vari altri tipi di **frutta esotica** quali **ananas, noci di cocco, mango, avocado**, vengono dall'estero, come pure **l'uva e i meloni** che non sono ancora di stagione da noi.

Ci sono anche **frutti secchi o essiccati** come **noci, arachidi, pistacchi, semi di zucca, fichi secchi, prugne, albicocche secche**.

Gli ortaggi di stagione sono gli stessi dei produttori, solo un po' maggiorati di prezzo. Ci sono **prodotti a lunga conservazione** come **ceci, fagioli, lenticchie, cipolle, aglio, patate, zucca gialla**. Alcuni ortaggi, da noi non ancora di stagione, come i **carciofi**, vengono dalla Sardegna.

Si trovano molti **prodotti di serra**, perché non sono ancora di stagione quali: **zucchine, peperoni, cetrioli, melanzane, pomodori, asparagi...**

Ortaggi e Frutta di primavera

In **PRIMAVERA** si trovano ancora gli stessi ortaggi dell'**INVERNO**.

Le novità stagionali sono:

asparagi	carciofi
fave	piselli
roscani	cipollotti
aglio fresco	patate novelle

Per la frutta le novità di stagione sono:

fragole
mandorle fresche

Ortaggi e Frutta dell'estate

In **ESTATE** diventeranno stagionali quegli ortaggi e quella frutta, che ora provengono dalla serra:

pomodori	melanzane
peperoni	zucchine
cetrioli	fagiolini

Per la frutta matureranno:

ciliegie	pesche
albicocche	meloni
cocomeri	prugne
fichi	more
lamponi	mirtilli

Ortaggi e Frutta dell'autunno

All'inizio dell'**AUTUNNO** si troveranno gli ortaggi dell'estate e poi quelli dell'inverno.

Per la frutta matureranno:

uva	mele
noci	pere
nocciole	olive
pomi	castagne
aranci	mandarini

Nell'orto

(Filastrocche inventate dai bambini)

Nell'orto di zio Pierino
c'è un pericoloso vermino.

Nell'orto di zio Pierino
è fiorito il rosmarino.

Nell'orto del mio compagno
c'è una bella tela di ragno.

Nell'orto del mio compagno
c'è un piccolo stagno.

Nell'orto della mia tata
la frutta è maturata.

Nell'orto della mia tata
è nata una patata.

Nell'orto di casa mia
c'è un merlo che dice: - Via!-

Nell'orto di casa mia
di un coniglio c'è una bella
galleria.

Pamela

Cristina

Nell'orto di zio Pierino
è nato un bel susino.

Nell'orto del mio compagno
le oche fanno il bagno.

Nell'orto della mia tata
c'è una bella insalata.

Nell'orto di casa mia
c'è una bella melodia.

Marta

Lo spaventapasseri

Nell'orto del mio vicino
c'è uno strano omino:
sulla testa ha un cappello
e in mano anche un ombrello,
ha la faccia di paglia
e porta un'enorme maglia.
I suoi occhi sono neri
e sembrano severi,
il suo naso è corto
ma rimane storto,
la sua bocca è gigante
come quella di un elefante,
le sue mani lunghe o ossute
sembrano forzute.
Spaventa gli uccelli
che sono sempre quelli:
passerotti affamati
che attaccano come pirati.

Marta e Pamela