

## **IV. Országos Teremtésvédelmi Verseny Harmadik forduló**

Munkaidő: 2016. 06.13-07.04.

Beküldési határidő: 2016.07.04. 24:00

Beküldési cím: [info@okogyulekezet.hu](mailto:info@okogyulekezet.hu)

Negyedik forduló kiírása: 2016.07.04.

**A megoldásra kérjük ráírni a beküldő tanuló/csapatvezető nevét, évfolyamát, e-mailcímét, telefonszámát!**

**Témakör: Az étkezés (evés-ivás) kapcsolata a fenntarthatósággal, egészséggel, a Bibliával, a teremtésvédelemmel.**

### **3. forduló feladata**

#### ***Az vagy, amit megesszel***

***„Ő (ti. Jézus) pedig vette az öt kenyeret és a két halat, feltekintett az égre, megáldotta, megtörte, és a tanítványoknak adta, hogy tegyék a sokaság elé. Ettek és jóllaktak mindnyájan; azután összeszedték a megmaradt darabokat, tizenkét kosárral.” (Lk 9,16-17)***

Az előző fordulóban elméletben barangoltunk a bibliai növények világában, nézzünk most szét egy kicsit a saját kamránkban, asztalainkon.

Gyakran említett szlogen: „Az vagy, amit megesszel”, és „Ételed az életed”. Egyre több kutatás vizsgálja és támasztja alá az elfogyasztott ételek és az egészség közötti szoros kapcsolatot, ezzel párhuzamosan pedig egyre több ember tájékozódik, és igyekszik körültekintően válogatni az élelmiszerboltok polcain. Talán mára elmondható, hogy az egészséges és tudatos táplálkozás már nem csak a (leg)gazdagabbak kiváltsága. Ráadásul egyre több embernél diagnosztizálnak valamilyen ételallergiát (pl. laktóz- vagy gluténérzékenységet), amely esetben elkerülhetetlen az ételek gondos megválasztása. Odafigyeléssel nagyon sokat tehetünk egészségünkért és környezetünkért!

**1. Az ételek készítésénél az egyik legfontosabb az alapanyag. Gyűjtsetek össze 5 szempontot, hogy miért fontos, hogy lehetőleg helyben megtermelhető, szezonális alapanyagokból készítsük ételünket.**

**2. A helyi kistermelőket, a vevők és termelők egymásra találást segíti a református *Egyháztáji és az evangélikus Templomkert* (Templomkertem) elnevezésű projekt. Nézzetek utána, tájékozódjatok a kezdeményezésekről! Valamelyiket kiválasztva írjatok egy 6-8 mondatos fogalmazást, amelyben a gyülekezeti tagoknak ajánljátok (akár mint lehetséges vásárló, akár mint termelő) a programhoz való csatlakozást.**

**3. Az ENSZ Élelmezésügyi és Mezőgazdasági Szervezetének (FAO) legutóbbi felmérése szerint a világ össztermelésének harmada, vagyis évente mintegy 1,3 milliárd (!) tonna élelmiszer megy veszendőbe, miközben 800 millió ember éhezik! Az iparilag fejlettebb térségekben kevesebb a termelési veszteség, és a lakosság pazarlása jóval nagyobb mértékű, míg a fejletlenebb térségekben pont fordítva van.**

**Gondolkodjatok el azon, hogyan mérsékelhetjük a pazarlást!**

**Írjatok legalább 5 ötletet, hogyan csökkenthető a kidobott élelmiszerek mennyisége (akár otthoni, bolti, vagy éttermi szinten)!**

Ajánlott irodalom:

National Geographic magazin, 2016. márciusi szám

**4. Szakácsversenyek, gasztroblogok, fiók alján talált régi családi receptek. Néha nem könnyű kiválasztani (és elkészíteni) az alkalomhoz illő menüt, főleg, ha valamilyen speciális szempontnak is meg kell felelni. Készítsetek egy finom, de glutén- vagy laktózmentes desszertet! Küldjétek el a receptet, és az elkészült ételről készült fotót. (Max. 3 kép, képformátumban, min. 1200x1600 pixel felbontásban.)**