



EET LOKAAL

Over seizoensgebonden voeding

Meester Warre
www.meesterwarre.be



@meesterwarre



Meester Warre

Inleiding bij deze werkbundel

Waar komt ons voedsel vandaan? Welke weg legt ons voedsel af voor het op ons bord terechtkomt? Elke dag eten we groenten en fruit. Het is vanzelfsprekend dat we dit gewoon in de winkel gaan halen, maar uiteraard komt dat daar niet zomaar terecht.

We hebben groenten en fruit die tijdens de zomermaanden in ons land gekweekt worden. Denk maar aan aardbeien of tomaten. Maar ook tijdens de wintermaanden vinden we deze groenten terug in de winkel. En hoe komt dat? Wel... Ze worden geïmporteerd uit zuidelijke landen, zoals Spanje of Portugal. Ook kunnen deze gewassen gekweekt worden in serres. Beide opties zijn niet goed voor onze planeet. Ook vele andere groenten en fruit, zoals bananen of sinaasappels, komen van heel ver en worden naar ons land gebracht per vliegtuig, boot of vrachtwagen. Dit stoot enorm veel CO² uit.

Conclusie: kies voor lokale en seizoensgebonden groenten en fruit en zorg zo voor onze planeet! In deze bundel staan we even stil bij de seizoensgebonden groenten en fruitsoorten, de manieren van transport, de afstand van verschillende gewassen en de hoeveelheid CO² die ze uitstoten.



Welk gewas is het?

Opdracht: Verbind de groenten en het fruit met de juiste omschrijving.



Ik ben wit en zacht. Je kan me koken of rauw eten. Ik kan verwerkt worden in een gerecht of gebruikt worden als hapje. Met een sausje kan je me lekkerder maken. Ik ben een Belgische groente die niet veel vervuult. Ik leg korte afstanden af met de vrachtwagen naar de winkels.



Ik ben geel en krom en word gegeten door mensen en door apen. Omdat het in België te koud is voor mij, komt ik uit Costa Rica. Ik steek de oceaan over met de boot en leg zo'n 9500 kilometer af. Hierdoor ben ik heel vervuilend.



Wij zijn groen, lang en dun. Je kan ons koken of rauw eten in een salade. Binnenin zitten we vol met zaden. We groeien in België van juli tot augustus. Tijdens de andere maanden reizen we per vliegtuig vanuit Kenia naar België. Hierdoor zijn wij de tweede meest vervuilende groente van allemaal!



Ik ben een ronde vrucht met een glanzende schil. Mijn kleur varieert van helder rood tot diep groen. Ik kan zoet of zuur smaken. Ik word vaak gegeten tijdens de herfst. Ik ben weinig vervuilend, want ik leg een korte afstand uit met de vrachtwagen naar de winkels.



Ik ben een rode, sappige vrucht. Sommige mensen denken dat ik een groente ben, maar eigenlijk is dat niet waar! Je kan me in een salade verwerken of op je brood doen. Ik word heel het jaar door gegeten, maar in België groei ik enkel tijdens de zomer. Tijdens de andere maanden kom ik uit Spanje.



Ik ben een vrucht met een schil. Als je de schil weghaalt, zie je heldergroen vruchtvlies met kleine zwarte zaden. Ik smaak zoet en een beetje zuur. Ik zit boordevol vitamines. Ik kom uit Zuid-Afrika en leg 9000 km af met de boot. Hierdoor zijn wij heel vervuilend voor de planeet.

Opzoekopdracht

Opdracht: Gebruik het internet om onderstaande informatie fiches in te vullen.



<p>NAAM</p>	<p>AFKOMST</p>	<p>AFSTAND TOT JE BORD</p>
<p>IK REIS PER ...</p>	<p>UITSTOOT PER KILO</p>	



<p>NAAM</p>	<p>AFKOMST</p>	<p>AFSTAND TOT JE BORD</p>
<p>IK REIS PER ...</p>	<p>UITSTOOT PER KILO</p>	



<p>NAAM</p>	<p>AFKOMST</p>	<p>AFSTAND TOT JE BORD</p>
<p>IK REIS PER ...</p>	<p>UITSTOOT PER KILO</p>	



NAAM

AFKOMST

AFSTAND TOT JE BORD

IK REIS PER ...

UITSTOOT PER KILO



NAAM

AFKOMST

AFSTAND TOT JE BORD

IK REIS PER ...

UITSTOOT PER KILO



NAAM

AFKOMST

AFSTAND TOT JE BORD

IK REIS PER ...

UITSTOOT PER KILO

Waar komen de groenten en het fruit vandaan?

Opdracht: Waar komen de onze groenten en ons fruit vandaan? Geef de groenten en fruitsoorten op de volgende pagina een plekje op de wereldkaart.



mango



ananas



appels



passievrucht



Seizoensgebonden groenten en fruit

Opdracht: Weet jij welke groenten en welk fruit we eten in welk seizoen? Koppel de groenten en het fruit aan het juiste seizoen door ze te omringen met de passende kleur. Speel daarna de Kahoot rond seizoensgebonden voeding.

<https://create.kahoot.it/share/seizoensgebonden-voeding/85e73314-1f0d-4bcf-8409-b2b137caf59d>

LENTE

ZOMER

HERFST

WINTER

