Rośliny zielarskie w agroturystyce

Scenariusz

Autor: Hanula Urszula tel. 509551505

Wójtowicz Zofia tel.662323344

Zespół Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Nowym Targu

ul. Kokoszków 71

34-400 Nowy Targ

tel. 18 2663647

e mail: zsckr@nowytarg.pl

Nowy Targ 2021

Scena I: ZNACZENIE I WYKORZYSTANIE ZIÓŁ

Akcja dzieje się w plenerze – ogród ziołowy z kolekcją ziół hyzop, kocimiętka, lawenda, lubczyk, melisa, mięta, oregano, bazylia santolina, szałwia, rozmaryn – słoneczny dzień, godziny popołudniowe – lekki powiew wiatru – śpiew ptaków.

Rekwizyty: kapelusz, okulary, stój babci, strój wnuczki, koszyczek, gumowce na nogach.

Oczekiwane kąty kamer: kamera w ujęciu panoramicznym, zbliżenia na twarz babci, wnuczki, przy prezentowaniu ziół zbliżenia kamer na rośliny.

Opis akcji: Pani babcia w okularach oraz w kapeluszu na głowie z koszyczkiem w ręku przechadza się po ogrodzie ziołowym, powolnym krokiem, podchodząc do poszczególnych ziół i opowiada wnuczce Asi o ich znaczeniu i ich wykorzystaniu w życiu codziennym. Ponadto dokonuje analizy organoleptycznej.

Imię postaci : Pani babcia „MIĘTKA”, wiek (50+)

Wnuczka „ASIA”, wiek (18+)

PANI BABCIA „MIĘTKA”

(*ciepłym zdecydowanym głosem)*

Pod koniec XX wieku w wielu krajach Europy, w tym także i w Polsce obserwujemy zwiększenie zainteresowania dawnymi tradycjami agrarnymi: naturalnymi metodami uprawy i uprawianymi dawniej roślinami użytkowymi, wśród których są także zioła przyprawowe i lecznicze. Rośliny zielarskie wyróżnia od innych roślin zawartość pewnych związków organicznych o potwierdzonym działaniu fizjologicznym, zwanych substancjami czynnymi. Związki te to: alkaloidy, glikozydy, garbniki, saponiny, flawonidy, antocyjany, kumaryny, witaminy i olejki eteryczne, które decydują, m.in., o zapachu ziół. Ilość wymienionych związków w roślinie zależy od jej stadium rozwojowego oraz od warunków atmosferycznych. Związki czynne znajdują się w różnych organach rośliny i w ciągu okresu wegetacji ulegają przemianom – dlatego ważna jest znajomość terminów ich zbioru. Z roślin zielarskich można pozyskiwać kilka surowców, np. liście, kłącze, korzeń, nasiona, kwiaty, całą nadziemną część. Rośliny zielarskie w zależności od celu, w jakim są używane, dzielimy na: lecznicze, przyprawowe które są wykorzystywane w kuchni i w przemyśle spożywczym, olejkodajne wykorzystywane w lecznictwie, w przemyśle spożywczym i w kosmetyce i barwierskie do farbowania produktów spożywczych i kosmetycznych, przy konserwacji zabytków. Jest to jednak podział umowny, ponieważ są zioła o wielorakim zastosowaniu.

Ostatnio wzrasta zainteresowanie wykorzystaniem ziół w biodynamice sporządzanie preparatów do ochrony i zwalczania chorób i szkodników i do tworzenia kompozycji ogrodowych o walorach ozdobnych duża różnorodność pokrojów, kolorów i kształtów liści, barw kwiatów i specyficznych aromatów.

Wnuczka „ASIA”

(zadaje pytanie, wąchając listek mięty)

Babciu, jak nazywa się ta roślina, tak pięknie pachnie?

PANI BABCIA „MIĘTKA”

(odpowiada)

Moja kochana, to przecież jest mięta, znana od tysiąca lat. Główną zaletą mięty jest jej zbawienny wpływ na podrażnienia układu pokarmowego. To wszystko dzięki zawartości mentolu, obecnego w liściach mięty. Należy także dodać, że **mięta jest świetnym wspomagaczem, dla ludzi chcących zrzuci zbędne kilogramy.** Nie można zapomnieć o użyciu mięty w kuchni. Liście i łodygi są świetnym dodatkiem do potraw rybnych, sosów, sałatek, deserów, lemoniady. Barmani również na szeroką skalę stosują miętę – jako dodatek do drinków i koktajli. Oprócz tego liście mięty świetnie przydają się podczas gotowania mleka. Gdy zostaną wrzucone do garnka z gotującym się mlekiem, to zapobiegną jego zważeniu.

Wnuczka „ASIA”

(zadaje pytanie, kosztując listek bazylii)

Babciu, a to co za roślinka? Ma taki intensywny smak.

PANI BABCIA „MIĘTKA”

(odpowiada)

Bazylia to zioło, które możemy uprawiać w doniczce i ogrodzie. A warto to robić ze względu na jej smak, zapach i właściwości lecznicze. Najbardziej znana jest bazylia zielona używana do przygotowywania spaghetti. Bazylia wydziela silny korzenny zapach, ponieważ zawiera wiele związków biologicznie czynnych, m.in.: garbniki, saponiny, olej, flawonoidy i sole mineralne. Oprócz walorów smakowych i aromatycznych bazylia ma też liczne walory lecznicze. Olejki aromatyczne uzyskiwane z bazylii, mają zastosowanie w aromaterapii i są cenione ze względu na ich relaksujące i antydepresyjne działania. Olejek z bazylii wdychany po ciężkim dniu pozwala się zrelaksować i usuwa zmęczenie. Świeże liście lub sok z bazylii przyspieszają regenerację skóry i łagodzą skutki ukąszeń komarów. Odwar z bazylii stosowany zewnętrznie odstrasza owady, np. komary.

Scena II: Planowanie ogrodu ziołowego

Akcja dzieje się w plenerze – w ogrodzie wnuczki, gdzie planują założenie ogrodu ziołowego– słoneczny dzień, godziny popołudniowe – lekki powiew wiatru – śpiew ptaków – rozmowa babci z wnuczką w trakcie zakładania ogrodu ziołowego w skrzyniach.

Rekwizyty i narzędzia: 4 skrzynie o wymiarach 1,5mx1,5mx0,70m wypełnione ziemią, **widły gospodarcze, sekator, konewka, kamienie, cegły, grabki, motyka do pielenia, taczki, ziemia uniwersalna, nawóz naturalny, ukorzeniacz, materiał do ściółkowania, etykiety do oznaczeń, gotowe rozsady ziół: lawenda, mięta, melisa, lubczyk, tymianek, rozmaryn, szałwia, bazylia, oregano, stewia. Po trzy w rzędzie 9 na skrzynię – łącznie 36 rozsad. Naczynie kamionkowe, pokrzywa, woda, etykiety z nazwami roślin.**

Oczekiwane kąty kamer: kamera w ujęciu panoramicznym, zbliżenia skrzyń przed sadzeniem i w trakcie sadzenia, zbliżenia kamer na rośliny i ręce babci i wnuczki.

Pani babcia „Miętka”

(zdecydowanym głosem, przy przygotowanych skrzyniach podczas sadzenia ziół)

Najważniejszym założeniem, które należy brać pod uwagę przy zakładaniu ogrodu ziołowego jest:

\* stanowisko: słoneczne i zaciszne; większość ziół pochodzi z południa Europy; w cieniu mogą rosnąć: mięta pieprzowa, lubczyk ogrodowy i szczaw;

\* rodzaj gleby: żyzna, bogata w składniki mineralne i dobrze spulchniona; zamiast ściółki z kory zastosujmy żwir lub drobne kruszywo kamienne, pozwoli to na lepsze gromadzenie wilgoci i ciepła, które w nocy wolno oddają kamienie nagrzewające się w ciągu dnia nawet w czasie chłodnych dni, ale z dużą ilością słońca. Możemy też rozmieścić pomiędzy roślinami nieduże kamienie lub cegły.

Wnuczka „ASIA”

(*zadaje pytanie podczas sadzenia ziół z babcią*)

Dlaczego ludzie zakładają ogrody ziołowe?

Pani babcia „Miętka”

(zdecydowanym głosem)

Powodem założenia ogrodu ziołowego jest: cel użytkowy czyli wykorzystanie w celach zdrowotnych lub przyprawowych lub jako ozdoba rabat kwiatowych lub warzywnych bądź kącika wypoczynkowego, czy też forma zagospodarowania całej działki. Cele możemy oczywiście połączyć i zaprojektować ogród lub rabatę z ziołami o szerokim wachlarzu ich wykorzystania.

Wnuczka „ASIA”

(*zadaje pytanie*)

W jaki sposób możemy sadzić zioła w ogrodzie?

Pani babcia „Miętka”

(zdecydowanym głosem)

Możemy wziąć pod uwagę uprawę ziół w pojemnikach – zioła posadzone w pojemnikach, odpowiednio dobrane, mogą stanowić dekorację różnych miejsc w ogrodzie i przy domu np. na tarasy, balkony, parapety okienne, loggie.

Każdy projekt możemy zaaranżować w różny sposób – nowocześnie, tradycyjnie, geometrycznie lub na styl śródziemnomorski. Nie zapominajmy jednak, że zioła najładniej prezentują się na tle takich materiałów budowlanych jak ceramika, kamień i drewno. Pamiętajmy również o dekorowaniu ogrodów i rabat z ziołami choćby najdrobniejszymi elementami wodnymi, które oprócz tego, że są wspaniałą dekoracją, wpływają na mikroklimat miejsca, w którym je umieszczono.

Wnuczka „ASIA”

(*zadaje pytanie*)

W jaki sposób można jeszcze wykorzystać zioła?

Pani babcia „Miętka”

(zdecydowanym głosem)

Zioła można wykorzystać do sporządzania gnojówek, naparów, wywarów i wyciągów, które pomogą ograniczyć występowanie chorób i będą doskonałym nawozem. Niektóre zioła odstraszają też szkodniki. Zaraz zajmiemy się sporządzeniem gnojówki, gdyż będzie nam potrzebna do nawożenia naszych ziół i innych roślin w ogrodzie. Potrzebne nam będą (*Asia przynosi potrzebne składniki i naczynie kamionkowe)*:

Ok. 1kg ziela najlepsza będzie pokrzywa którą zalejemy wodą w naczyniu kamionkowym.

Nie będziemy jej przykrywać, pamiętaj, aby codziennie ją przemieszać ta fermentacja trwa ok. 2 tygodnie. Gnojówka nadaje się do użycia, gdy na powierzchni nie zbiera się już piana i należy ją zużyć w ciągu 1-2 m-cy.

Scena III: Wykorzystanie ziół w kuchni.

Akcja dzieje się w pełni wyposażonej kuchni z dostępem do akcesoriów kuchennych w której znajduje się babcia i wnuczka, przygotowujące lemoniadę ziołową, godziny popołudniowe, otwarte okno, słychać Śpiew ptaków, na parapetach poukładane zioła w dekoracyjnych doniczkach.

Rekwizyty i narzędzia: dzbanki, szklanki, łyżki, czajnik z gwizdkiem, sztućce, stół z krzesłami, zioła, dekoracyjne doniczki, pomarańcza, cytryna, limonka, kostki lodu, mięta, melisa.

### Oczekiwane kąty kamer: kamera w ujęciu amerykańskim i panoramicznym oraz zbliżenia w stylu ang dolly ukazująca babcię i wnuczkę w kuchni podczas sporządzania lemoniady z ziół.

Pani babcia „Miętka”

(zdecydowanym, ale zmęczonym głosem)

Kochana wnusiu, czy wiesz co możemy teraz z tych ziół zrobić?

Wnuczka „ASIA”

(*odpowiada niepewnym głosem*)

Herbatkę ziołową? Może napar albo wywar?

Smakowała mi ostatnio twoja tajemnicza mikstura, czy możesz podać mi przepis?

Spróbuję sama ci ją przyrządzić.

Pani babcia „Miętka”

(zmęczonym głosem)

To ja usiądę, a ty działaj.

Przygotuj:

1,5 litra wody gorącej

1 cytrynę

1 limonkę

1 pomarańczę

3-4 łyżki cukru

kilka listków mięty

kilka listków melisy

no i oczywiście kilka kostek lodu

Cytrynę, pomarańczę i limonkę pokrój w plastry, wrzucić do dzbanka ,zalej gorąca wodą. Wrzuć listki mięty i melisy. Dodaj cukier i zamieszaj. Odstaw najlepiej na około godzinkę, aby wyszło jak najwięcej soku z owoców. Wsyp lód już przed samym podaniem.

A teraz podam ci jeszcze kilka fajnych informacji na temat jak zrobić wywar, napar, wyciąg.

Słuchaj uważnie:

Napar – świeże lub suszone rośliny zalewamy gorącą wodą i pozostawiamy pod przykryciem na 20-30 minut.

Wyciąg – suszone lub świeże rośliny zalewamy zimną wodą na 12-24 godziny. Po tym czasie wyciąg możemy przetrzymać maksymalnie jeden dzień.

Wywar – świeże lub suszone rośliny zalewa się wodą i pozostawia do namoczenia na 12-24 godziny, następnie gotuje na niewielkim ogniu przez 30 minut i pozostawia do wystygnięcia pod przykryciem. Następnie zlewamy.

Wnuczka „ASIA”

(głosem radosnym, nalewa lemoniadę do szklanek dodając lodu)

Babciu czas na naszą lemoniadę. Należy nam się po tak pracowitym dniu. Usiądźmy przy stole i wypijmy.

KONIEC