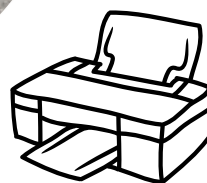


Obrázkové kartičky JEDLO A NÁPOJE



www.SpaiensBridge.sk



SPRIEVODCA **magickými príbehmi**

formát 9x6cm grafit

Ako tvoriť príbehy - krok za krokom.
Príručka pre mladých autorov.

379



Tropické ovocie so šťavnatou, sladkou dužinou a pichľavou šupkou. Pôvod má v Južnej Amerike. Zaujímavosťou je, že rastie z jedinej ružice listov a dozrieva až 18 mesiacov.

ANANAS

380



Dlhé ovocie so sladkou dužinou a žltou šupkou. Pochádza z juhovýchodnej Ázie. Je bohatý na draslík a obsahuje prírodné cukry, čo z neho robí výborný zdroj energie.

BANÁN

381



Oblíbené jedlo z pšeničnej múky a vody, ktoré pochádza z Talianska. Existujú stovky druhov a tvarov. Zaujímavé je, že najstaršie cestoviny našli v Číne, staré viac ako 4000 rokov.

CESTOVINY

382



Horúci nápoj pripravovaný z čajových lístkov. Pôvod má v Číne a patrí medzi najstaršie nápoje sveta. Zelený, čierny či bylinkový – každý druh má unikátnu chuť a zdravotné benefity.

ČAJ

383



Sladká pochúťka vyrábaná z kakaových bôbov, ktoré majú pôvod v Strednej Amerike. Obsahuje antioxidanty a môže zlepšiť náladu. Najviac kakaá má horká čokoláda.

ČOKOLÁDA

384



Malé tmavomodré bobule plné vitamínov a antioxidantov. Rastú v lesoch severnej pologule. Zaujímavé je, že sú prirodzene bohaté na látky podporujúce zdravie očí.

ČUČORIEDKY

385



Sladká nátierka z ovocia a cukru, vhodná na pečivo či palacinky. Recepty na jeho výrobu pochádzajú už zo stredoveku. Prírodný pektín ovocie zahusťuje bez umelých prísad.

DŽEM

386



Ovocný alebo zeleninový nápoj, lisovaný z čerstvých plodov. Populárny pre vysoký obsah vitamínov. Čerstvo lisovaný džús má oveľa viac živín než jeho priemyselne vyrábané verzie.

DŽÚS

387



Exotické ovocie s tvrdou šupkou a šťavnatými červenými semenkami. Pochádza z Perzie. Je symbolom plodnosti a zdravia, bohaté na antioxidanty a vitamín C.

GRANÁTOVÉ JABLKO

388



Hustá polievka z mäsa, zemiakov a papriky. Tradičný maďarský pokrm, často pripravovaný vonku nad ohňom. Vôňa dymu mu dodáva nezameniteľnú chuť.

GULÁŠ

389



Okrúhla žemľa plnená mäsom, zeleninou a omáčkou. Pochádza z Nemecka, ale preslávil sa v USA. Je jedným z najobľúbenejších jedál rýchleho občerstvenia na svete.

HAMBURGER

390



Mäkký rožok s párkom a rôznymi omáčkami. Jeho korene siahajú do Nemecka, kde vznikol párkový bratwurst, ale popularitu získal v USA na baseballových štadiónoch.

HOTDOG

391



Sladké ovocie hruškovitého tvaru s jemnou dužinou. Pestuje sa tisíce rokov, najmä v Európe a Ázii. Existuje vyše 3000 odrôd, každá s unikátnou chuťou.

HRUŠKA

392



Tenke krájané a vyprážané zemiakové plátky. Pochádzajú z USA, kde vznikli náhodou v roku 1853. Sú obľúbeným občerstvením na párty a pri televízii.

CHIPSY

393



Základný pokrm z múky, vody a kvasníc. Pochádza zo starovekého Egypta, kde sa objavili prvé kvasené chleby. Symbolizuje domov a pohostinnosť.

CHLEBA

394



Klasické ovocie sladkej alebo kyslej chuti, pestované po celom svete. Pochádza z Kazachstanu. Je známe v mnohých mýtoch, ako symbol múdrosti a krásy.

JABLKO

395



Červené šťavnaté ovocie s drobnými semienkami na povrchu. Pochádzajú z Európy. Ich sladká chuť a vôňa z nich robia symbol leta a romantiky.

JAHOODY

396



Hrejivý nápoj z kakaového prášku, cukru a mlieka. Pochádza z Latinskej Ameriky, kde ho Mayovia a Aztékovia považovali za nápoj bohov. Obsahuje antioxidanty a povzbudzuje myseľ.

KAKAO

397



Zelenina s pevnými listami usporiadanými do hlávky. Pestuje sa už viac ako 2000 rokov, najmä v Európe. Je základom tradičných jedál, ako kyslá kapusta či kapustnica.

KAPUSTA

398



Mäsový výrobok zo zmesi mäsa, tuku, korenín a bylín, plnený do črievka. Pochádza z Európy, pričom každý región má svoju špeciálnu receptúru, napríklad maďarskú čabajku.

KLOBÁSA

399



Tropický orech s tvrdou škrupinou, sladkou vodou a bielou dužinou. Pochádza z juhovýchodnej Ázie. Dužina sa využíva na výrobu oleja, mlieka či ako zdravý snack.

KOKOS

400



Dezert z cesta, zvyčajne sladkého, často plnený ovocím, džemom alebo krémom. Pečenie koláčov má korene v starovekom Grécku, kde sa koláče piekli na medových základoch.

KOLÁČ

401



Talianske cestovinové jedlo vrstvené s omáčkou, mäsom a syrom. Pochádza z regiónu Emilia-Romagna. Je jedným z najstarších druhov cestovín, známe už v staroveku.

LASAGNE

402



Tukový výrobok z mlieka alebo smotany, vyrábaný miešaním. Vyrábalo sa už v staroveku a symbolizuje luxus. Používa sa na varenie, pečenie alebo natieranie.

MASLO

403



Sladký produkt vytváraný včelami z nektáru kvetov. Jeho výroba siaha až do staroveku, kedy bol považovaný za „pokrm bohov“. Je prírodným sladidlom a liekom.

MED

404



Šťavnatý plod s tvrdou šupou a sladkou dužinou, pochádzajúci z Afriky. Je bohatý na vodu a vitamín C, ideálny na osvieženie. Melóny sú jedinečné svojou schopnosťou dozrieť aj po odtrhnutí. V Číne symbolizujú hojnosť.

MELÓN

405



Biely nápoj zo zvierat ako kravy či kozy. Bohaté na vápnik a bielkoviny, jeho konzumácia sa začala už v dobe bronzovej. Používa sa na výrobu syrov a jogurtov.

MLIEKO

406



Koreňová zelenina s oranžovou farbou, bohatá na betakarotén. Pochádza z Perzie. Je známa účinkami na podporu zraku a má sladkastú chuť. Je obľúbená v surovej aj varenej podobe.

MRKVA

407



Orech so zvrásnenou škrupinou, plný zdravých tukov a vitamínov. Pochádza zo Stredomoria a strednej Ázie. Orechy sú symbolom múdrosti a dlhovekosti.

VLAŠSKÝ ORECH

408



Farebná škála plodov od jabĺk po mango. Ovocie je bohaté na vitamíny a vlákninu, pestuje sa po celom svete a tvorí neoddeliteľnú súčasť zdravej stravy.

OVOCIE

409



Tenuté placky z múky, vajec a mlieka, ktoré možno plniť sladkými alebo slanými prísadami. História siaha až do staroveku. Sú obľúbené na raňajky či dezert.

PALACINKY

410



Zelenina plná vitamínu C, pochádzajúca z Južnej Ameriky. Môže byť sladká či štiplavá. Sušená a mletá paprika je základom mnohých svetových kuchýň, napr. maďarskej.

PAPRIKA

411



Červené ovocie často považované za zeleninu. Pochádza z Južnej Ameriky a je základom talianskych omáčok. Zaujímavosťou je, že paradajky boli kedysi považované za jedovaté.

PARADAJKA

412



Plnené taštičky z cesta, tradične plnené zemiakmi, syrom či ovocím. Obľúbené najmä v strednej a východnej Európe.

PIROHY

413



Fermentovaný nápoj z chmeľu, sladú a vody. Má dlhú históriu, siaha až do starovekého Egypta. Rôzne druhy piva sa vyrábajú po celom svete a je symbolom spoločenských stretnutí.

PIVO

414



Talianske jedlo so základom z cesta, paradajkovej omáčky a syra. Obľúbené po celom svete, tradične pečené v peci. Pôvod siaha do Neapola, kde bola lacným pokrmom pre pracujúcich.

PIZZA

415



Výživná zmes zeleniny, vývaru a korenín. Pripravuje sa v rôznych podobách na celom svete.

Zaujímavosťou je, že prvé polievky sa varili už v praveku v hlinených nádobách.

POLIEVKA

416



Šťavnaté citrusové ovocie bohaté na vitamín C. Pochádza z Číny a je symbolom prosperity. Jeho šupka sa často používa na výrobu olejov a čajov.

POMARANČ

417



Sladký dezert krémovej konzistencie, pripravovaný zo škrobu, mlieka a cukru.

Pochádza z Anglicka, kde pôvodne označoval dusené jedlo. Dnes má nespočetné variácie.

PUDING

418



Základná potravina miliárd ľudí, pestovaná najmä v Ázii. Bohatá na sacharidy, existuje mnoho druhov od basmati po jazmínový. Najstaršie dôkazy o jej pestovaní sú z Číny.

RYŽA

419



Kus mäsa, najčastejšie hovädzieho, opečený na grile či panvici. Populárny najmä v USA a Argentíne. Správne pripravený steak je symbolom kulinárskeho majstrovstva.

STEAK

420



Japonský pokrm z ryže, surovej ryby či zeleniny, balený v riasach. Vzniklo ako spôsob konzervovania rýb. Dnes je sushi luxusnou delikatesou, známe po celom svete.

SUSHI

421



Malé sladké či slané pečivo, ideálne na desiatu. Pochádzajú z antického Grécka, kde sa piekli prvé medové placky. Moderné sušienky sú dostupné v nespočetných príchutiach.

SUŠIENKY

422



Výrobok z mlieka, existujú stovky druhov od čedaru po parmezán. Pochádza z Mezopotámie, kde bol objavený náhodou pri uchovávaní mlieka v kožených mechoch.

SYR

423



Dlhé tenké cestoviny pochádzajúce z Talianska. Populárne v kombinácii s omáčkami, ako je bolognese. Pôvod sa pripisuje Sicílii, kde boli známe už v stredoveku.

ŠPAGETY

424



Spracované mäso zo stehna ošípanej, často údené či sušené. Pôvod má v starovekom Ríme, kde sa vyrábala prvá prosciutto šunka.

ŠUNKA

425



Veľký plod s pevnou šupou a mäkkou dužinou, pôvodom z Ameriky. Vyniká všestranným využitím v kuchyni aj dekoráciách. Tekvica je bohatá na vitamín A a vlákninu. Symbol jesene, známa z Halloweenu ako vyrezávaný lampáš.

TEKVICA

426



Sladký dezert z vrstiev cesta a plnky, často zdobený. Pôvod má v stredovekej Európe, kde sa podávala na slávnostiach. Dnes je symbolom osláv.

TORTA

427



Čerstvý syr s jemnou textúrou, vyrábaný z kyslého mlieka. Populárny na raňajky či ako náplň do koláčov. Pôvod má v starovekej Mezopotámii.

TVAROH

428



Chrumkavá zelenina s vysokým obsahom vody, pôvodom z Indie. Už tisícročia je súčasťou ľudskej stravy, obľúbená čerstvá i nakladaná.

UHORKA

429



Nutrične bohatá potravina, zdroj bielkovín. Konzumujú sa vajčka rôznych druhov vtákov, najčastejšie slepačie. Symbol nového života a jarnej obnovy.

VAJÍČKO

430



Základ života a najčistejší nápoj. Pokrýva 71 % povrchu Zeme. Potrebná pre všetky biologické procesy. Prístup k čistej vode je kľúčom k zdraviu.

VODA

431



Koreňová zelenina pôvodom z Južnej Ameriky. Priniesli ich do Európy Španieli v 16. storočí. Hlavná zložka mnohých jedál od kaší po hranolky.

ZEMIAKY

432



Chladený dezert z mlieka, smotany a cukru, pôvodom z Číny. Do Európy ju priniesol Marco Polo. Dnes existujú nekonečné príchuťe a variácie.

ZMRZLINA