

## ***Naš šolski vrt***

Med poletnimi počitnicami in tudi sedaj, v jesenskem času, smo učiteljice in učenci skrbeli, da so rastline na našem šolskem vrtu lepo uspevale. Nekatera zelišča smo posušili, uporabili za sokove in jih še drugače predelali. V letošnjem šolskem letu je začel delovati tudi krožek ŠOLSKI VRT. Vanj so vključeni učenci, ki se radi gibajo na prostem, pridobivajo nova znanja o naravi in pripomorejo, da je vrt urejen.



/ vir; kulinarika.net /

## ***Drobnjak***

Na našem vrtu raste tudi drobnjak. Že naše stare mame so vedele, da so njegovi votli, zeleni listi polni vitaminov, mineralov in posebnih olj. Drobnjak ima podobne učinkovine kot česen ali čebula.

Sto gramov drobnjaka vsebuje kar 50 mg vitamina C. Če bi dnevno priporočeno količino vitamina C želeli dobiti z jabolki, bi jih morali na dan pojesti kar kilogram!

Pametno je, da ga uživamo svežega. Drobnjak narezanega lahko posujemo po različnih jedeh. Če ga kuhamo, bo izgubil svoje zdravilne lastnosti. Le-teh ima zares veliko.

Če raste na našem vrtu, nam bodo ostale rastline hvaležne, saj jih brani pred različnimi škodljivci. Lahko ga posadimo tudi v lonček ter ga postavimo na balkon, a ne na prevroče sonce. Tako bomo imeli vitaminsko bombo z vitamini A, C, B2 kar doma.

## ***ZANIMIV RECEPT, DA BOMO IMELI DROBNJAK VEDNO PRI ROKI***

Pripravimo drobnjakovo maslo. Za to uporabimo maslo iz biološke pridelave. Dodajmo po želji narezan drobnjak, malo posolimo in oblikujemo v salamo.

Zavijemo v papir za pečenje ter shranimo v zamrzovalnik. Jedem ga bomo tako lahko dodajali v zimskem času.

/ VIR; Revija BODI EKO, APRIL 2015 /