

Przeźren – pismo dla szefów

12.01.2023

Maria Sot

Nie tylko szyszki. Czyli kilka przepisów z lasu

Zastanawiasz się, jak realizować jeden z sześciu wymiarów skautingu, jakim jest przyroda? Może nigdy nie widziałaś sensu w prowadzeniu Księgi Przyrody i robiłaś ją na trzy dni przed przyznaniem tropicielki? Po co w ogóle ją robić? Warto znać odpowiedź na to pytanie, aby żadna Twoja harcerka Cię nie zagięła ;) Nie ma konkretnego wzoru, jak Księga Przyrody ma wyglądać i co zawierać, ale cel jest jasny – pozwala nam poznawać i zauważać to, co nas otacza. W tym zachwycie nad różnorodnością roślin, zwierząt, pogody i wszelkich organizmów żywych możemy uwielbiać Boga, On stworzył ten świat tak piękny dla nas!

Bogactwo przyrody może nam służyć na zbiórkach, obozach, wędrownkach. Warto obserwować naturę, aby umieć rozróżniać gatunki roślin, które możemy wykorzystywać np. podczas gotowania. Nie jest to łatwe, kiedy jest ich tak dużo i wydaje się, że wszystkie wyglądają tak samo. Czy jest na to jakiś sposób, żeby wiedzieć co jadalne, a co niejadalne, co nam pomoże, a co zaszkodzi? Myślę, że dobrą metodą będzie prowadzenie notesu (zostawmy już tę patetyczną nazwę kojarzącą się z zaliczaniem tropicielki, czyli Księgę Przyrody), a w nim: własne rysunki, krótkie opisy, może zdjęcia. Do tego doczytywanie w różnych książkach czy internecie - to może pomóc w rozróżnianiu roślin. Gdy już trochę opanujesz temat i zaczniesz odróżniać buki od wiązów lub grabów, możesz urozmaicać jadłospisy na wyjazdy harcerskie o jakieś fancy potrawy z darów lasu. Poniżej podaję kilka przepisów z wykorzystaniem roślin, które tak naprawdę mamy pod ręką.

Jeśli lubisz gotować i poznawać nowe przepisy, zwłaszcza te okazjonalne, jak np. na potrawy świąteczne, to poniższa propozycja jest właśnie dla Ciebie. Sos świerkowy będzie idealnym dodatkiem do zimowych potraw mięsnych. Hola, hola, tylko nie pomył świerka z jodłą! Możesz łatwo odróżnić te gatunki, obserwując ich igły. Świerk w przeciwieństwie do jodły ma zaostrome końcówki igieł, a u jodeł końcówka nie kłuje i ma delikatne wcięcie na końcu. Gałązki jodeł są nieco gęstsze i igły trochę dłuższe od świerkowych. Znaczącą różnicą, która również pomoże Ci się nie pomylić, są szyszki – u świerków zwisają, a u jodły sterczą do góry.



SOS ŚWIERKOWY

SKŁADNIKI:

- KOSTKA MASŁA
- KILKA PĘDÓW ŚWIERKA

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

ROZPUŚĆ KOSTKĘ MASŁA W GARNKU Z GRUBYM DNEM. WŁÓŻ DO NIEGO GAŁĄZKĘ I ZMIKSUJ MASŁO Z PĘDAMI ŚWIERKOWYMI NA INTENSYWNE ZIELONY SOS. DOPRAW DO SMAKU SOKIEM Z CYTRYNY I EWENTUALNIE ODROBINĄ CUKRU, W ZALEŻNOŚCI OD TEGO JAK KWASKOWATE SĄ PĘDY ŚWIERKA. PODGRZEJ I PODAWAJ.

Drugi przepis jest propozycją skierowaną bardziej do przewodniczek. Chociaż, wędrowniku, który to czytasz, wiedz, że sprawisz wielką radość każdej kobiecie, wręczając jej samodzielnie wykonany krem do rąk.

BEZ CZARNY - KWIATY

MAŚĆ NA MIĘKKE DŁONIE

SKŁADNIKI:

- 125 ML LUB 6 ŁYŻEK STOŁOWYCH WAZELINY
- 1-2 GARŚCIE ŚWIERZYCH KWIATÓW CZARNEGO BZU (KWITNIE W MAJU)

PRZYGOTOWANIE:

ROZPUŚCIĆ WAZELNIĘ W KĄPIELI WODNEJ NA WOLNYM OGNIU, DODAĆ KWIATY I ZAPARZAĆ MIESZANKĘ PRZEZ 45 MINUT. GDY MASA STWARDNIEJE, PONOWNIE PODGRZAĆ PRZEZ KRÓTKI CZAS. NASTĘPNIE PRZECEDZIĆ DO ZAKRĘCANEGO SŁOIKA Z CIEMNEGO SZKŁA, POZOSTAWIĆ DO OSTYGNIĘCIA, ZAMKNAĆ I PRZECHOWYWAĆ NIE DŁUŻEJ NIŻ PÓŁ ROKU W LODÓWCE. MAŚĆ LECZY SPIERZCHNIĘTĄ, OTARTĄ SKÓRĘ

Ostatnia z moich pozycji spodoba się najwytrwalszym oraz do sympatykom kawy. Wyobraź sobie jesienny poranek, kiedy wstajesz rano i zalewasz w kubku własnoręcznie przygotowaną kawę zrobioną z żołądzi – bardzo jesieniarsko, prawda? Myślę, że mimo stosunkowo długiego przygotowania ta wizja brzmi naprawdę zachęcająco.



KAWA Z ŻOŁĘDZI

SKŁADNIKI:

KILOGRAM ŻOŁĘDZI (JĘDRNYCH, ŚWIEŻYCH, TWARDYCH, NIE ZEPSUTYCH)

2 LITRY WODY

ŻOŁĘDZIE ZALAĆ ZIMNĄ WODĄ I POZOSTAWIĆ NA DOBĘ. PRZECEDZIĆ, PRZEPEŁUKAĆ, ZALAĆ 2 LITRAMI ZIMNEJ WODY I ZAGOTOWAĆ. UGOTOWANE ŻOŁĘDZIE WYSUSZYĆ W PIEKARNIKU W TEMP. 70 STOPNI, A POTEM DROBNO ZMIELIĆ. I TAK OTO POWSTAJE KAWA Z ŻOŁĘDZI.

SPOSÓB PARZENIA:

ŁYŻECZKĘ KAWY ŻOŁĘDZIOWEJ ZALAĆ WRZĄTKIEM, PARZYĆ POD PRZYKRYCIEM 5 DO 10 MINUT. JESZCZE GŁĘBSZY SMAK MOŻNA ZYSKAĆ GOTUJĄC KAWĘ KILKA MINUT NA MAŁYM OGNIU.