

## 6. SAIOA

# Nire herriko produktuak Euskadi

IRAKASLEARENTZAKO GIDA



EROSKI  
FUNDAZIOA

zurekin



ELIKADURA  
ESKOLA

6/

Nire herriko  
produktuak  
Euskadi



EROSKI  
FUNDAZIOA

zurekin



ELIKADURA  
ESKOLA



Hazteko energia

Hazteko energia



## Fitxa teknikoa

### SAIOAREN LABURPENA

- Tokiko produktuaren gaineko informazioa.
- Babestutako Jatorri Deituraren gaineko informazioa.
- Jarduera: “Elikagaiak sailkatu”.
- Jarduera: “Gaur zeu sukaldari”.
- Jarduera: “Chef bihurtu!”.

### HELBURU ZEHATZA

- Tokiko produktuak baloratzea elikaduraren kalitatearen berme bezala.
- Kultura sentsibilitatea sustatzea sukaldaritzaren bitartez.

### EDUKIAK

Tokiko produktua.  
Babestutako Jatorri Deitura.  
Sasoiko produktuak.

### FUNTSEZKO GAITASUNAK

1. Hizkuntza-komunikazioa.
2. Matematika-gaitasuna eta oinarrizko gaitasunak zientzia eta teknologian.
3. Gaitasun digitala.
4. Ikasten ikastea.
5. Gaitasun sozial eta zibikoak.
6. Ekimen-sena eta ekintzailtza-espiritua.
7. Kontzientzia eta espresio kulturalak.

## Saioaren garapena

Eskualdeetako klimak, geografiak eta historiak zein kultura herentziak elikagai jakin batzuk kontsumitu, elaboratu eta lantzea dakarte. Horrexerri deitzen diogu tokiko produktuak.

Saio honetan ikasleak tokiko produktu eta Jatorri Deituren onurak ezagutuko ditu.

Behin bukatuta, ikasitakoa martxan jartzeko jarduerak egingo ditu.

## Tokiko produktuaren onurak

Tokiko produktuak eskualde jakin batean ekoiztu, prozesatu eta banatutakoak dira, eta horiek identifikatzen dituzten ezaugarri propioak dituzte.

### Tokiko produktuen onurak:

1. Garraiatzeko distantziak laburragoak direla-eta, freskoagoak dira.
2. Zaporea eta nutrizio propietateak hobeto gordetzen dituzte.
3. Garraiatzeko distantziak laburragoak izanda, atmosferari igorritako CO2 emisioak eta gastuak aurrez daitezke.

4. Kalitate handiko produktuak diren aldetik, goxo daude beti.
5. Gure herriko zaporeak gozatu eta ezagutzea ahalbidetzen digute.
6. Eskualdeen arteko turismo gastronomikoa sustatzen dute.
7. Denboran zehar lehenaldiko tradizioak eta ohiturak zaintzen laguntzen dute.
8. Bizi garen inguruarekiko loturak ezarri eta ezagutzea ahalbidetzen digute.
9. Tokiko produktuak ekoizteak eskualdearen garapen ekonomikoa dakar.
10. Gure komunitatea aberasten laguntzen dute.

6. SAIOA NIRE HERRIKO PRODUKTUAK

HAZTEKO ENERGIA  
OHITURA ETA ELIKADURA OSASUNGARRIAN HEZTEKO PROGRAMA

Tixek eta Loyk erakutsi digute zein garrantzitsua den egunerokoan elikadura orekatua izatea, mota guztietako neurriz hartuta.

Baina, uste al duzue munduan berberak direla elikagai horiek?

Ezetz da erantzuna, izan ere, jaten ditugun elikagaiek desberdinak dira gauden lekua zein den.

Eskualdeetako klimak, geografiak eta historiak zein kultura herentziak elikagai jakin batzuk kontsumitu, elaboratu eta lantzea dakarte. Horrexerri deitzen diogu tokiko produktuak. Ezagunak egiten al zaizkizue? Aurrerago Tixek eta Loyk zer edo zer gehiago kontatuko dizuete.

**1/ Tokiko produktuaren onurak**

Tokiko produktuak eskualde jakin batean ekoiztu, prozesatu eta banatutakoak dira, eta horiek identifikatzen dituzten ezaugarri propioak dituzte.

Ezagutzen al dituzue tokiko produktuek dituzten onura guzti-guztiak? Ikus ditzagun:

1. Garraiatzeko distantziak laburragoak direla-eta, freskoagoak dira.
2. Zaporea eta nutrizio propietateak hobeto gordetzen dituzte.
3. Garraiatzeko distantziak laburragoak izanda, atmosferari igorritako CO2 emisioak eta gastuak aurrez daitezke.
4. Kalitate handiko produktuak diren aldetik, goxo daude beti.
5. Gure herriko zaporeak gozatu eta ezagutzea ahalbidetzen digute.
6. Eskualdeen arteko turismo gastronomikoa sustatzen dute.
7. Denboran zehar lehenaldiko tradizioak eta ohiturak zaintzen laguntzen dute.
8. Bizi garen inguruarekiko loturak ezarri eta ezagutzea ahalbidetzen digute.
9. Tokiko produktuak ekoizteak eskualdearen garapen ekonomikoa dakar.
10. Gure komunitatea aberasten laguntzen dute.

- 2 -

## Ba al zenekiten?

Nekazarien, abeltzaintzen eta kontsumitzaileen interesari esker, elikatze-kulturaren zaporeak, tradizioak eta lehenaldia berreskuratzen ari dira.



## Babestutako Jatorrizko Deitura (B.J.D.)

Gaur egun, merkatua internazionalizatzek tokiko produktu asko eta asko kaltetzea ekarri du.

Babestutako Jatorri Deitura (B.J.D.) delakoak sortu ziren elikagaia horien ekoizpena babestu, nabarmendu eta garrantzi handiagoa emateko.

Hala ere, produktu guztiek ez dute B.J.D.rik. Eskakizunak betetzen dituztenak baino ez dute lortzen.

### Babestutako Jatorri Deitura zigiluak baieztatzen du...

- ... produktu bat eskualdekoa bertakoa dela.
- ... jatorriak berezko ezaugarriak ematen dizkiola.
- ... ekoizpen osoa bertan egiten dela.



## Sasoiko produktuak

Bizitza zikloaren arabera, heldutasun punturik onenean dauden elikagaiak dira. Gehienak frutak eta barazkiak dira. Honako onura hauek dituzte:

1. Nutrizio-ekarpen handiagoa eta zapore hobea, euren ezaugarriei eusten baitiete.
2. Dirua aurreztea. Denak aldi berean ekoizten direnez eta eskaintza handiagoa egonda, prezioak behera egiten du.
3. Ingurumenari begirunea; izan ere, produktuen ziklo naturalari eutsi eta elikagai bakar baten laborantza intentsiboa saihesten da.

Urte osoan, sasoiko fruta eta barazkiez gozatu ahal dugu.

Horren adibide gisa, laranja. Nahiz eta urte osoan hartu, neguko produktua da. Kontsumitzeko garairik onena urtariletik apirilera artekoa da.

## Ba al zenekien?

Babestutako Jatorri Deitura desberdinak existitzen dira produktua zein den.

**Euskadiko produktu tipikoenetariko batzuk:**

- Idiazabal Gazta
- Gernikako Piperra
- Txakolina
- Euskal Okela
- Hegaluzea

6. SAIOA NIRE HERRIKO PRODUKTUAK - EUSKADI

HAZTEKO ENERGIA  
OHITURA ETA ELIKADURA OSASUNGARRIAN HEZTEKO PROGRAMA

### 3/ Sasoiko produktuak

Bizitza zikloaren arabera, heldutasun punturik onenean dauden elikagaiak dira. Gehienak frutak eta barazkiak dira. Honako onura hauek dituzte:

1. Nutrizio-ekarpen handiagoa eta zapore hobea, euren ezaugarriei eusten baitiete.
2. Dirua aurreztea. Denak aldi berean ekoizten direnez eta eskaintza handiagoa egonda, prezioak behera egiten du..
3. Ingurumenari begirunea; izan ere, produktuen ziklo naturalari eutsi eta elikagai bakar baten laborantza intentsiboa saihesten da.

Urte osoan, sasoiko fruta eta barazkiez gozatu ahal dugu.

Horren adibide gisa, laranja. Nahiz eta urte osoan hartu, neguko produktua da. Kontsumitzeko garairik onena urtariletik apirilera artekoa da.

Ba al zenekiten?  
Nekazarien, abeltzaintzen eta kontsumitzaileen interesari esker, elikatzeko kulturaren zaporeak, tradizioak eta lehenaldia berreskuratzen ari dira.

Euskadiko zenbait produkturen gainean galdetuz gero, baten bat esateko kapaz izango al zinateke?

Gure herriko zenbait produktuen izenak emango dizkizuet. Ezagunak egiten al zaizkizue?

- Idiazabal Gazta
- Gernikako Piperra
- Txakolina
- Euskal Okela
- Hegaluzea

Ikaslearen liburua

6. SAIOA NIRE HERRIKO PRODUKTUAK - EUSKADI

HAZTEKO ENERGIA  
OHITURA ETA ELIKADURA OSASUNGARRIAN HEZTEKO PROGRAMA**Idiazabal Gazta**

Gazta hau Euskadin jaio eta hazitako ardiengandik dator. Produktu hau ematen dutenak karrantzarrak eta latxak dira. Artzainek modu berean eman diete jaten duela milaka urtetatik. Udaberrian, udazkenean eta neguan alturako bazka dauden lekuetara eraman izan dituzte beti. Negu hotza datorrela, haran beroetara jaisten zituzten. Ardi horiek oso bereziak dira: Esnea otsailetik ekainera baino ez dute ematen, animalia bakoitzak 100 litro gutxi gorabehera. Ez dute esne askorik ematen, baina ematen dutena kalitadeduna da, eta esne horrekin Idiazabal Gazta egiten da. Gero, gutxienez bi hilabetez egon behar da ontzen. Kolore horixka dute behiaren gaztakoa ez bezalakoa, koipe gehiago baitute. Hazteko behar dugun koipe hori hain zuzen ere. Gainera, kaltzio kopuru altua dute, zeinak hezurrak handiak eta indartsuak izateko balioko digun.

**Gernikako Piperra**

Baietz dakizue? Fruta edo ortuari bat jateko hazten eta ontzen utzi behar dugu. Hala ere, euskal piper mota honekin, salbuespena dugu. Gernikako piperra guztiz ontzen utzi ez den piper berdea da. Baia hau 6 eta 9 cm artean neurtzen du uzta jasotzeko garaian, eta kontsumitzeko unerik onenean dago, beraz, egun horretan bertan ontziratzen da jatortasun hori gal ez dezan. Mamia, berde kolorekoa, leuna, mehea eta zapore gozodunekoa da. Jateko modurik onena sarrerako plater moduan aurkeztea da, gatz pixka batekin. Hala, duen zaporea ez da ezkututzen bestelako zapore batzuekin.



- 6 -

6. SAIOA NIRE HERRIKO PRODUKTUAK - EUSKADI

HAZTEKO ENERGIA  
OHITURA ETA ELIKADURA OSASUNGARRIAN HEZTEKO PROGRAMA**Txakolina**

Mahats berdeekin egindako ardoa da, euskal kulturari hertsiki lotzen zaiona. Bere izena "etxakoa" hitzetik dator "txakolina" eta "etxean egindakoa" esan nah du. Mahatsa ez da uzten guztiz ontzen eta hartzen da oraindik berde dagoela. Horrek egiten du ardoak fruta ikuturik ez izatea, ondutako mahatsaren kontrakoa, eta hala garraztasun puntu bat ematen dio ardoari. Beste ardo batzuek zenbait hilabetez uzten dira ontzen. Honek, ordea, 12 eguneko ontzea baino ez du behar. Kontuan hartu behar dugu mahastegiak nongoak diren: Arabako Txakolina, Gipuzkoako Txakolina, Getariko Txakolina edo Bizkaiko Txakolina.

**Euskal Okela**

Euskal okela Europako onenetarikoa da, askoren ustez. Alde horretatik, euskal abeltzaintzek animaliak jaioztatik zaindu, eta bizitza osoan artatzen dituzte. Hartzen duten elikadura euskal bazka eta kalitadedun pentzuak dira.



- 7 -



## Zer ikasi dugu gaurkoan?

- Jatorri Deitura duten produktuak gure herrian ekoitzi, prozesatu eta banatzen direnak dira.
- Supermerkatuan ezagutuko ditugu kalitate zigituei esker.
- Produktu hauek gure herrian ekoitzi eta banatzeak bertako jendearen garapen ekonomikoa dakar.

6. SAIOA NIRE HERRIKO PRODUKTUAK - EUSKADI

HAZTEKO ENERGIA  
OHITURA ETA ELIKADURA OSASUNGARRIAN HEZTEKO PROGRAMA

Hegaluzea



Hondarribia, Getaria, Bermeo, Ondarroa, Pasaia, Donostia eta Lekeitioko portuetatik datozkigu hegaluzea dakarten itsasontziak: Iparraldeko Hegaluzea edota hegaluze zuria. Kantauri itsasotik desagertu ez eta duen haragi goxoaz gozaten jarraitzeko, ez sareaz harrapatzen. Izan ere, hala eginez gero, ez lukete denborarik izango ugaltzeko. Arrantzaileek banan-banan harrapatzen dituzte kanaberaz, espeziearen jasangarritasunari eutsi eta sareen bidezko arrantzak dakarren zapalketa saihesteko.

Zer ikasi dugu gaurkoan?

- Jatorri Deitura duten produktuak gure herrian ekoitzi, prozesatu eta banatzen direnak dira.
- Supermerkatuan ezagutuko ditugu kalitate zigituei esker.
- Produktu hauek gure herrian ekoitzi eta banatzeak bertako jendearen garapen ekonomikoa dakar.

- 8 -

Ikaslearen liburua



Ezohiko modu batean erabiliko dugu hizkuntza. Izan ere, hitzen sonoritate eta formarekin jolastuko gara. Baliabide hauek erabil ditzakegu horretarako: poesiak, errimak, igarkizunak, aho-korapiloak, kantak eta kaligramak.

Zehazki, kaligramak landuko ditugu. Hartara, euskal hizkuntzaren arloan eta/edo heziketa artistikoarenean sartu daiteke jarduera.

Ikasleak poema bat irakurri, ulertu, pentsatu eta, gero, idatziko du. Bukatzeko, ikusizko irudikapen bat egingo du harekin.

### 1. Jolas gaitzen elikagaien izenekin

Lehenik eta behin, ea “kaligrama” hitza ezagutzen ote duten galdetuko die irakasleak ikasleei. Ikasleek hitzak zer iradokitzen dien esango dute (eskua altxatuko dute erantzun aurretik). “-grama” bukaerari erreparatzeko esango diegu, baita bukaera hori duten beste hitz batzuetan pentsatzeko ere. Esanahiaren zati bat asmatzea lortuko dute horrela.

Jarraian, kaligramak zer diren azalduko zaie.

Bi hitz grekoren konbinazioaren emaitza da kaligrama hitza: ‘kállos’ (edertasuna) eta gramme (idatzizko zeinua).

Poemak iradokitzen duen gaia idazketaren bidez marrazten duen konposizio poetiko bat da kaligrama. Ikusizko poesia da.

Hitzak baliatu eta irudi bat osatzea, horixe da helburua. Poesiak adierazten duena bisualki ere adieraztea, hots, hitzekin marraztea.

Koadernoan dauden adibideak erakutsiko ditu irakasleak.

Haien ustez poema zertan datzan galdetzen ahal zaie ikasleei. Izan ere, frantsesez idatzi dago (Guillaume Apollinaire), eta litekeena da ez ulertzea.

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA ENERGÍA PARA CRECER PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

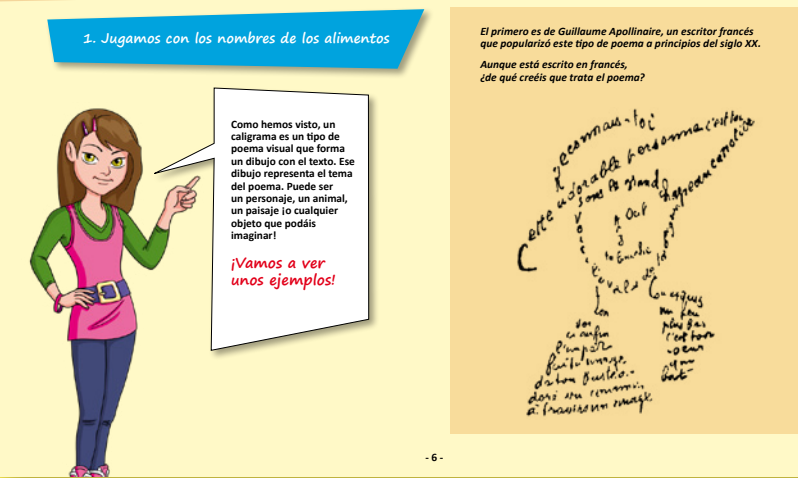
**Actividades**  
Los productos de mi tierra

1. Jugamos con los nombres de los alimentos

Como hemos visto, un caligrama es un tipo de poema visual que forma un dibujo con el texto. Ese dibujo representa el tema del poema. Puede ser un personaje, un animal, un paisaje o cualquier objeto que podáis imaginar!

¡Vamos a ver unos ejemplos!

El primero es de Guillaume Apollinaire, un escritor francés que popularizó este tipo de poema a principios del siglo XX. Aunque está escrita en francés, ¿de qué creéis que trata el poema?



- 6 -

Ikaslearen liburua

Gaztelau literaturan ere erabili dela baliabide hori azalduko die. Guillermo de Torre, adibidez, hauxe asmatu zuena 1923an.

Irakasleak adibide hau erakutsiko die, eta zer iruditzen zaien galdetu:

Bukatzeko, esango die, asko ikasi dutenez gure lurraldeko elikagaiez, kaligrama bat asmatu beharko dutela haiekin. Elikagaiekin osatutako kaligramen hainbat adibide erakutsiko dizkie:

Adibideak aztertu ondoren, esango die haien txanda dela eta gure lurraldeko produktuak oinarri hartuko dituen kaligrama bat egin behar dutela.

Aukeran, egindako lanak ikastetxeko korridorean jarriko direla esan ahalko die.

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA ENERGÍA PARA CRECER PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

### Actividades

Los productos de mi tierra

El siguiente es de Guillermo de Torre, un escritor español, y lo hizo en 1923. ¡Hace 95 años!

Como hemos estado aprendiendo mucho acerca de los productos de nuestra tierra, ¡vamos a crear caligramas con ellos!

Estos son ejemplos de caligramas con alimentos:

Fijaos en otro ejemplo:

- 7 -

SESIÓN 6 LOS PRODUCTOS DE MI TIERRA ENERGÍA PARA CRECER PROGRAMA EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES

### Actividades

Los productos de mi tierra

Ahora es vuestro turno

a) En primer lugar, elegid un producto de nuestra tierra. Puede ser un alimento de temporada. Pensad en algo que os inspire y escribid un poema sobre ese alimento.

b) Después llega el momento de realizar el caligrama. Transformad el poema en un dibujo, cuya forma refleje el tema del poema; es decir, el alimento que habéis elegido.

- 8 -