

## Co jedzą ludzie?

---

Życie kręci się wokół jedzenia. Jednak nie wszyscy ludzie jedzą to samo. W różnych częściach naszego globu spożywa się odmienne potrawy. Obowiązują także przeróżne zasady dotyczące wspólnego spożywania posiłków. Bardzo ważnym elementem naszego życia jest zdrowe jedzenie. Właśnie na temat kulinariów i zdrowego trybu życia rozmawiałam z dziećmi i młodzieżą z Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Gorlicach, którzy odwiedzili naszą bibliotekę. Pędraki, błotne ciasteczka, kaktusy, wodorosty, kasztany, ślimaki, kiszone śledzie, fugu, śrubki i awionetka — ludzie potrafią zjeść wszystko. Z tymi przedziwnymi potrawami z różnych stron świata moi goście zapoznali się dzięki książce Pauliny Wierzy *Co jedzą ludzie?* Później do wspólnej uczy zaprosił nas *Wytwórnik kulinarny*, który pomógł nam odpowiedzieć na pytanie „Skąd na talerzu bierze się jedzenie?” oraz prześledzić cały proces planowania, kupowania i gotowania. Uczestnicy zajęć poznali piramidę żywieniową i dowiedzieli się, jakie wartości odżywcze znajdują się w poszczególnych składnikach. Tyle teorii, a potem praktyka. Mali kucharze odkrywali swoje kulinarne talenty, tworząc na papierowych tackach kolorowe kompozycje z makaronu.

