

Mediteranska prehrana u našem kraju



ZADATAK:

Odgovori na sva postavljena pitanja u križaljci i rješenje će te dovesti do glavnog pojma križaljke.

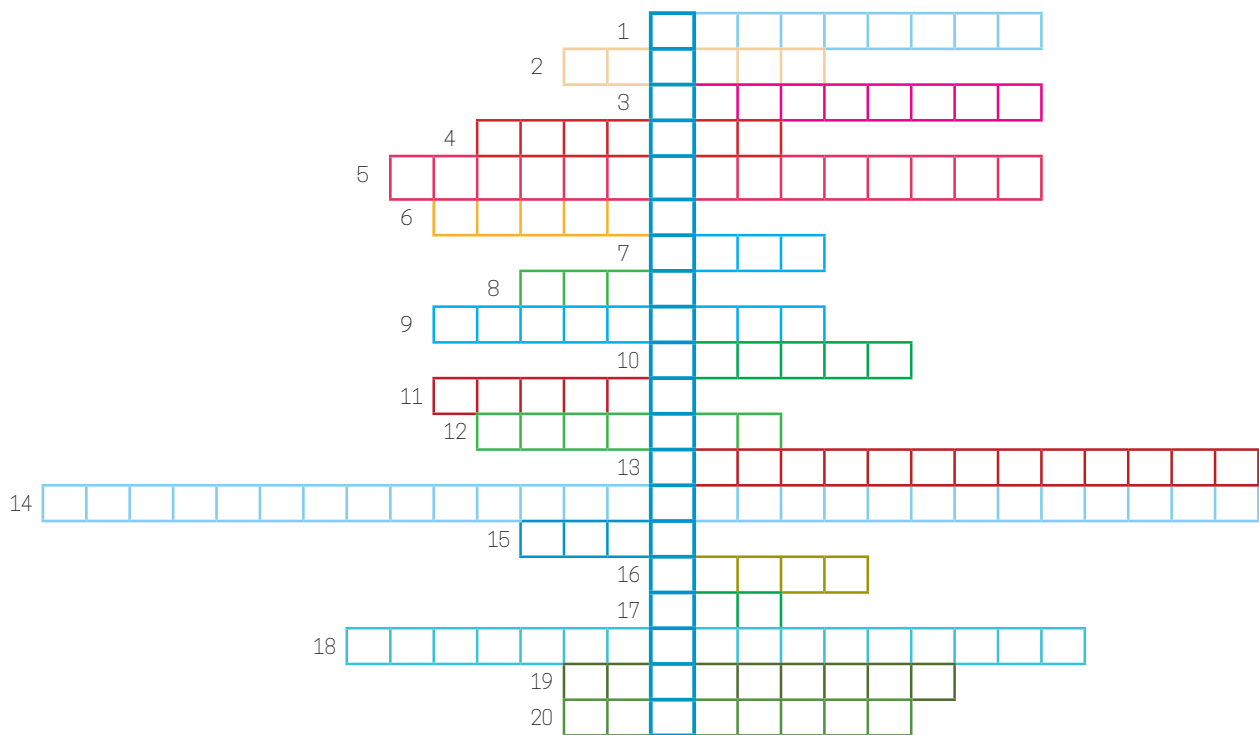


TRI, ČETIRI, SAD!

1. Kako se naziva veliko područje oko Sredozemnog mora, omeđeno s tri kontinenta Europom, Azijom i Afrikom?
2. Tko je 2013. godine mediteransku prehranu primorske Hrvatske uvrstio na popis nematerijalne kulturne baštine?
3. Kako se naziva područje Republike Hrvatske u kojem živiš?
4. Koje stablo često raste u Dalmaciji, a daje zelene plodove od kojih možemo proizvoditi ulje?
5. Što su to bademi, orasi, lješnjaci i indijski oraščići?
6. Kojoj skupini namirnica pripada mrkva, paprika i krastavci, a trebamo ih jesti barem tri puta dnevno?
7. Ona pliva u moru, rijekama i jezerima, a trebamo je jesti barem dva puta tjedno?
8. Najzdravije piće je...?
9. Koje ulje najčešće koristimo na Mediteranu?
10. Kako se zove voće koje raste u Dalmaciji, slatkog je okusa, vanjski dio ploda je glatke zelene boje dok je unutrašnji dio crven? Počinje slovom S.
11. Kako se zove orašasti plod kojeg osim ljudi posebno vole jesti vjeverice?
12. Koliko čovjek može izdržati bez vode?
13. Koliko vode trebamo dnevno popiti?



14. Što nam pokazuje koje namirnice trebamo češće unositi, a koje rjeđe na Mediteranu?
15. Što bismo trebali jesti dva puta dnevno, a može biti šarenih boja poput crvene, žute, zelene i ljubičaste boje?
16. Čovjek ne može živjeti dulje od mjesec dana bez...?
17. Što je to jastog?
18. Što je jako važno za ljudsko zdravlje, a trebali bismo je imati barem 60 minuta dnevno?
19. Kako se zove voće narančaste boje, raste u jesen na području Dalmacije, može se lako oguliti i pojesti za međuobrok? Počinje sa slovom M.
20. Što je to slatkog okusa, nalazi se na vrhu piramide, a možemo ih jesti samo ponekad?



Rješenje:
 1. Mediteran / 2. UNESCO / 3. Dalmacija / 4. maslinu / 5. orasasti plodovi / 6. povrće / 7. riba / 8. voda / 9. maslinovo / 10. smokva / 11. lješnjak / 12. tri dana / 13. pet do sedam čaša / 14. piramida mediteranske prehrane / 15. voće / 16. hrane / 17. rak / 18. tjelesna aktivnost / 19. mandarina / 20. slatkisi

