

Не беда , коли в хлебе лебеда.

Выполнил:

Степанов Александр

ученик 2 «Б» класса

МОУ «СОШ №23г. Йошкар-Олы»

Руководитель: Коновалова Наталия

Владимировна учитель начальных классов

МОУ «СОШ №23 г. Йошкар-Олы»

2015 г.

Цель : Узнать, почему именно лебеду добавляли в пищу в ГОДЫ ВОЙНЫ?

Задачи:

- Узнать, чем питались люди во время войны.***
- Изучить историю появления хлеба из лебеды.***
- Найти информацию о свойствах лебеды.***
- Самому собрать лебеду, приготовить из нее некоторые блюда и попробовать их.***



Гипотеза: лебеда использовалась в голодные годы войны в пищу не случайно.

Дети войны





***«Мы землю пахали, косили и сеяли.
Из последних силёнок метали
стога...»***

*Моя прабабушка Музурова Майя
Фёдоровна –
труженик тыла*



Мой сосед Эдуард Александрович встретил войну семилетним мальчиком в Мариуполе



Мариуполь во время Великой Отечественной войны



Всех жителей выстроили вдоль дороги



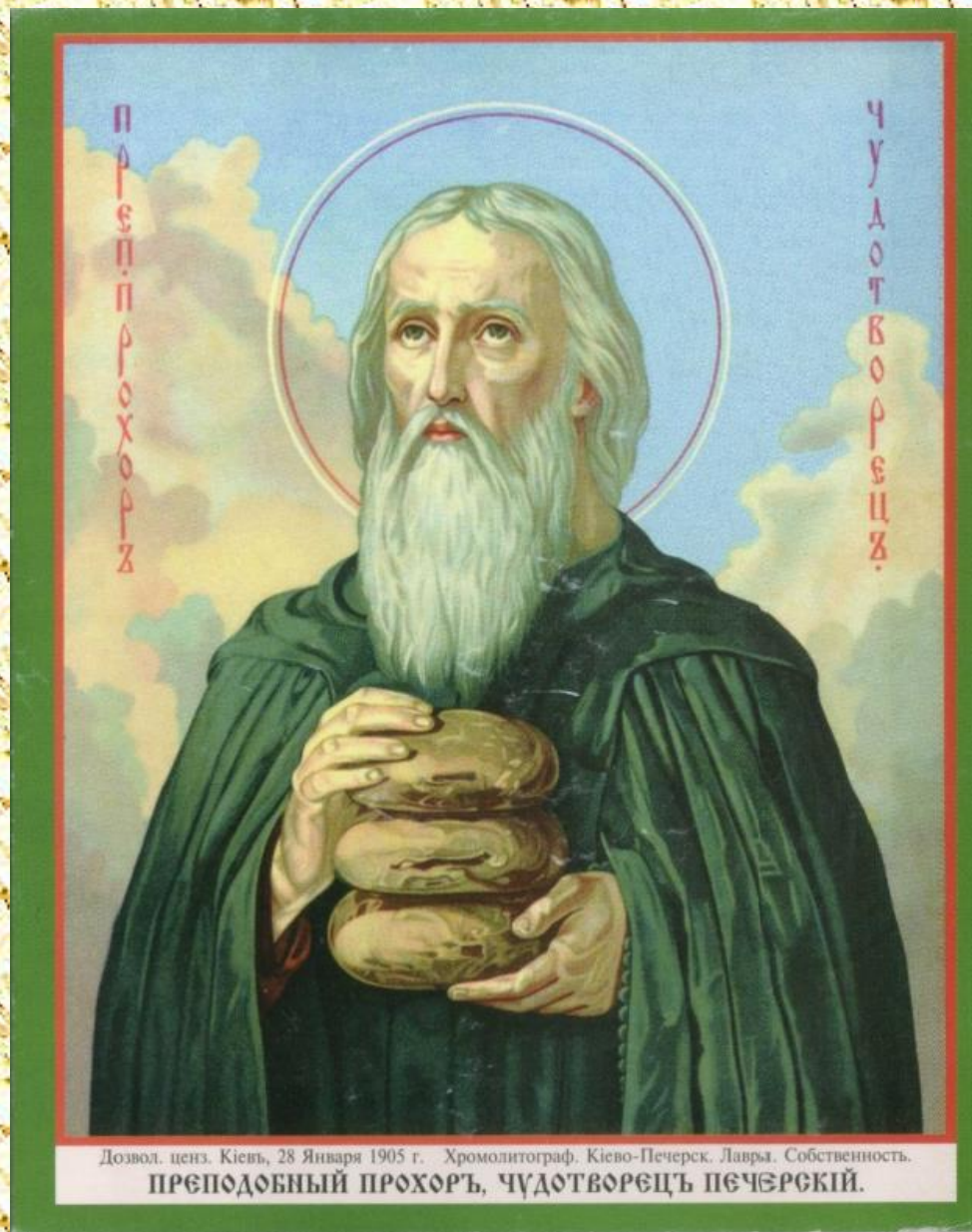
Bundesarchiv, Bild 101111-Bueschel-009-16
Foto: Bueschel | 1942 Mai - Juni

*Древнегреческий
врач Гален
заметил, что
лебедя насыщает
так же, как
продукты
животного
происхождения.*



Прохор- Лебедник

*В 1092 году -
первое
упоминание в
летописях о
хлебе из
лебеды.*



*В листьях
лебеды
содержатся
витамины А,
Е, Р,РР,
протеин,
рутин, белки,
эфирное масло,
клетчатка,
минералы.*



*Семена- лебеды
превосходные
фосфолипиды,
строительный
материал для
клеток организма*



Мои опыты

*Я собрал в
деревне лебеду.*





Отделил семена лебеды, высушил и превратил в муку.

Замесим тесто по рецепту прабабушки

- *Мука из лебеды – 200г*
- *Мука ржаная – 200г*
- *Дрожжи – 1 ч. л.*
- *Вода – 260 мл*



Вот такой получился хлеб



Военный обед готов!

*А ещё мы
приготовили
похлёбку из
семян лебеды,
листьев
картофеля,
моркови и
свёклы.*



Я пробую хлеб и похлёбку из лебеды

Хлеб и похлёбка очень горчили.

Конечно, чтобы употреблять лебеду в пищу, надо сажать лебеду в садах.

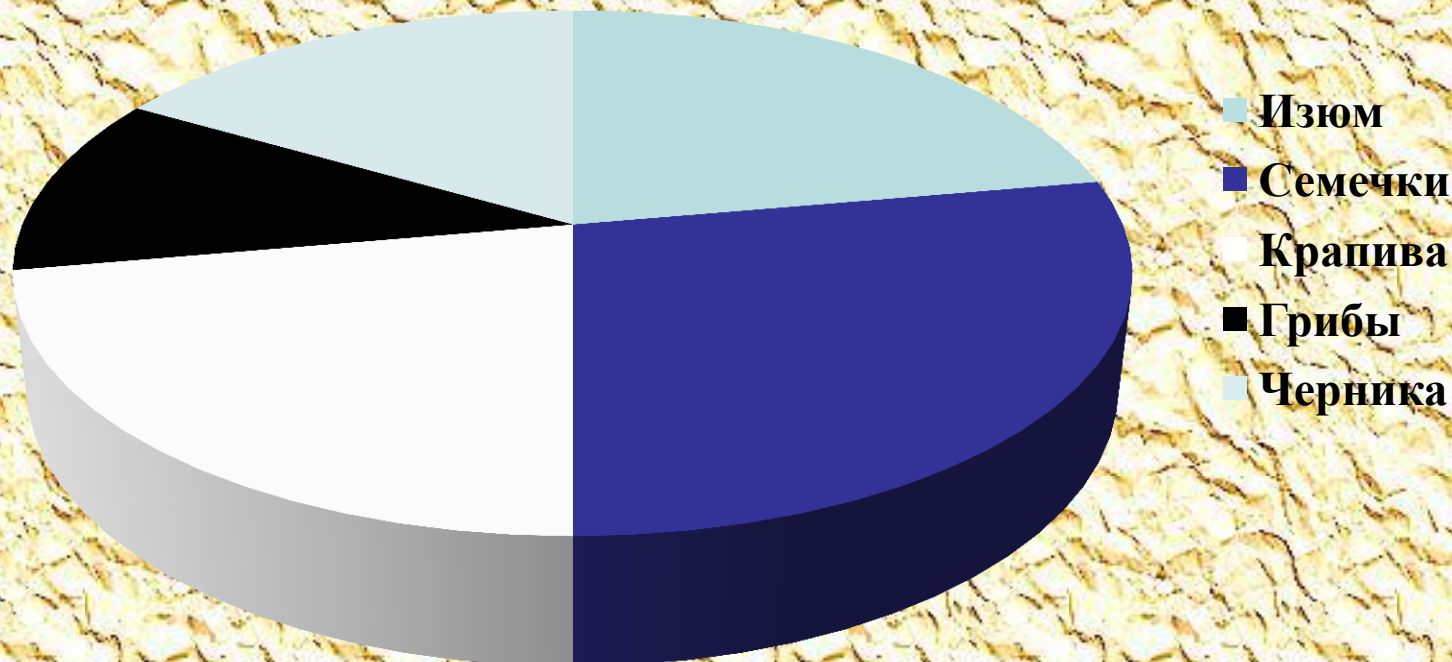


Угощаю хлебом из лебеды ОДНОКЛАСНИКОВ



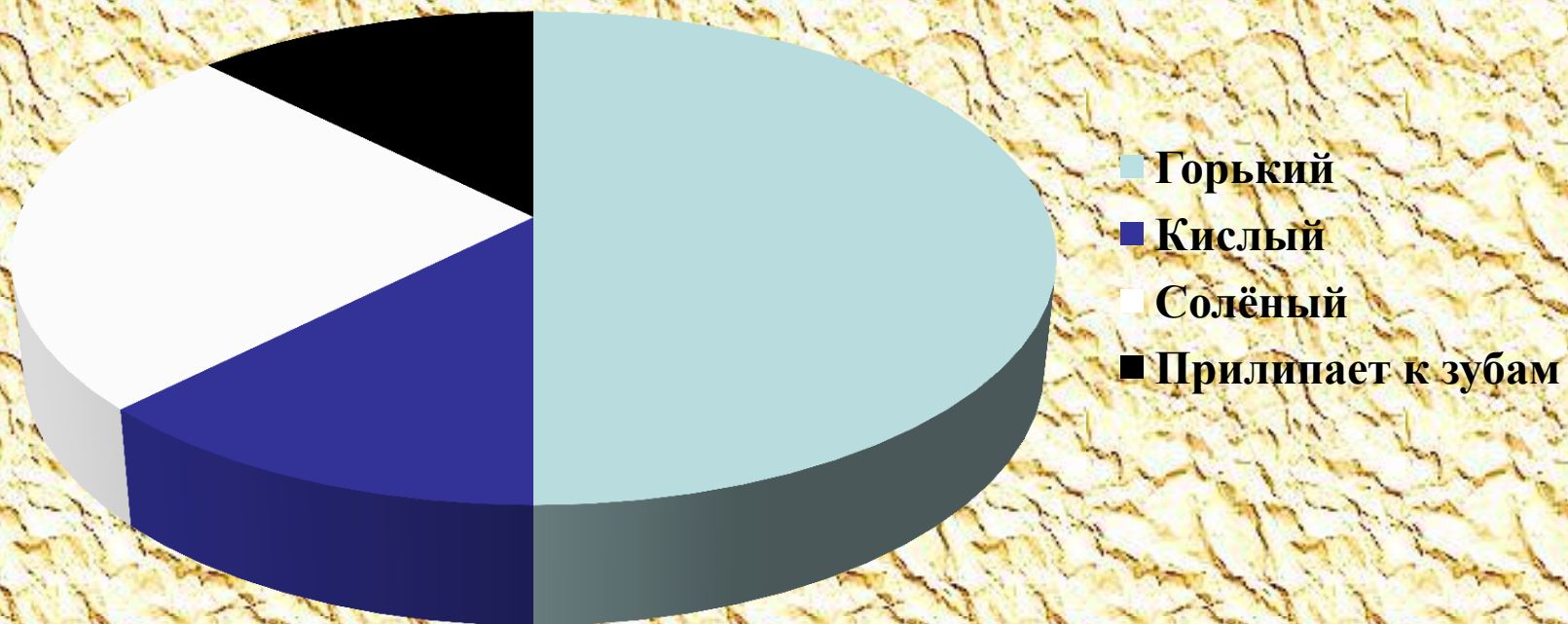
Что можно добавлять в тесто при выпечке хлеба?

Ответы одноклассников



Лебеду, как добавку в тесто, не предложил никто.

Вот каким показался одноклассникам хлеб из лебеды





Большинство ребят считают, что от такого хлеба люди становились более здоровыми, другие думают наоборот- люди слабели .



Люди старшего поколения, выросшие на «военном» хлебе, имели более крепкое здоровье. У них особое отношение к хлебу.



Я буду выращивать садовую лебеду на своём участке. Наша многодетная семья должна быть здоровой.

Список использованных источников

1. www.polzavred.ru Полезные свойства домашней лебеды

2. www.nmtdic.info Лебеда

3. www.articlemen.com Уникальные питательные свойства лебеды

4. www.u-lekar.ru Марь белая (лебеда). Целебные свойства

5. www.owotap.ru Хлеб из лебеды

6. www.otvoyna.ru Дети Великой отечественной войны

7. www.nachalka.com Дети войны.