



PAEPEALSED MAITSED

LEADER koostööprojekt “Põhja-Eesti Paepealsed maitSED”

Paepealsed maitSED koolis – lasteaias!

PAEPEALSED MAITSED LASTEAIALASTELE

„Väikese maitseavastaja karaskipäev“

OSALEJAD: Kose Lasteaed „Päevalill“ Ravila maja vanemate rühmade lapsed (Mõmmiõis, Kallilill, Käbilill)

KUS? Ravila mõis, Ravila alevik, Kose vald

MILLAL? 9. oktoober 2026

KAVA

1. Salapärase kohaliku toidu korv

Alustame päeva mängulise maitsete avastamisega. Lapsed leiavad korvist erinevaid kohalikke tooraineid – viljateri, jahu, köögivilju, õunu, marju, mett, seemneid jm. Vaatame, katsume ja nuusutame ning proovime ära arvata, millega on tegemist ja kust need toiduained tulevad.

2. Kuidas terast saab karask?

Räägime lihtsas ja mängulises vormis, kuidas vili kasvab, kuidas terast saab jahu ning mida jahust valmistada saab. Saame teada, mis on karask, millisest jahust ja miks seda on Eestis juba sadu aastaid valmistatud.

3. Teeme ise karaskit – mitu erinevat maitset!

Lapsed jagatakse väikestesse rühmadesse, nad saavad ise karaski valmistamisel kaasa lüüa – mõeldavad, valavad, lisavad ja segavad koostisosi.

Teeme mitu erinevat karaskit ning avastame, kuidas lisandid muudavad ühe ja sama toidu maitset, lõhna ja välimust.

Valmistame näiteks:

- suitsulihaga karaskit;
- juustu ja ürtidega karaskit;
- köögiviljadega karaskit, näiteks porgandi või kõrvitsaga;
- kuivatatud puuviljade ja marjadega karaskit;
- seemnete- ja meega karaskit

Karaskid lähevad mõisa köögi ahju ning küpsemise ajal jätkub maitsete avastamine.

4. Teeme ise võid ja maitsevõid

Uurime, kust tuleb või ja kuidas seda valmistatakse. Lapsed saavad ise kaasa aidata koorest või tegemisel. Seejärel valmistame võist erinevaid maitsevõisid, lisades sobivaid ürte ja teisi maitseid (erinevad ürdid, till, pune, kuivatatud tomatid jpm)

Hiljem proovime laste enda valmistatud võid erinevate soojade karaskitega.

5. Segame ise karaski kõrvale joogi

Tutvume kohalike tootjate mahlade ja siirupitega. Lapsed saavad värve, lõhnu ja maitseid kombineerides segada erinevaid jooke ning proovida, millised maitSED omavahel kõige paremini sobivad.





PAEPEALSED MAITSED

6. Lõhnavad taimed ja soe tee

Uudistame ja nuusutame erinevaid tee valmistamiseks kasutatavaid ravimtaimi, näiteks pärnaõisi, piparmünti, nõmm-liivateed, nurmenukku ja saialille. Räägime eakohaselt, kus taimed kasvavad, millal neid kogutakse, kuidas kuivatatakse ja millised on nende raviomadused. Valmistame koos taimeteed ning proovime erinevaid lõhnu ja maitseid.

7. Kohaliku tootja lugu

Tutvume mõne meie piirkonna kohaliku tootja ja tema toodanguga. Räägime lastele lihtsas vormis, kust toit tuleb ning kuidas kohalikust toorainest saab valmis toit või jook.

8. Ühine Paepealsete maitsete laud

Karaskid tulevad ahjust ning katame ühise maitsete laua. Maitseme erinevate lisanditega karaskeid, laste enda valmistatud võid ja maitsevõisid ning proovime valmistatud jooke ja taimeteesid.

Võrdleme koos, milline karask on magusam, milline soolasem, milline pehmem või krõbedam ning milline maitse kellelegi kõige rohkem meeldib.

9. Päeva kokkuvõte

Päeva lõpetame väikese mängulise viktoriini ja aruteluga. Tuletame piltide, toorainete, lõhnade ja küsimuste abil meelde, mida päeva jooksul avastasime. Iga laps saab rääkida, milline oli tema kõige erilisem „Paepealne maitse“.

Iga laps saab päeva lõpetuseks „Paepealsete maitsete avastaja“ tunnistuse.

MIDA LAPSED PÄEVAST KAASA SAAVAD?

Päeva lõpuks tunnevad lapsed paremini kohalikke tooraineid ning teavad eakohasel tasemel, kust toit tuleb ja kuidas lihtsatest toorainetest saab ise midagi valmistada.

Lapsed:

- tunnevad viljatera ja jahu ning teavad nende omavahelist seost;
- on oma kätega osalenud karaski valmistamisel;
- on avastanud, et samast karaskitaignast saab erinevate lisanditega valmistada väga erinevaid maitseid;
- on saanud ise valmistada võid ja maitsevõid;
- on ise seganud erinevatest mahladest ja siirupitest jooke;
- tunnevad mõningaid tee valmistamiseks kasutatavaid taimi;
- oskavad kirjeldada ja võrrelda erinevaid maitseid, lõhnu ja tooraineid;
- saavad kogemuse, et ise toidu valmistamine ja koos söömine on põnev ja jõukohane.

Lapsed saavad koju kaasa „Paepealsete maitsete“ retseptilehe, kus on karaski põhiresept, mõned soolaste ja magusate lisandite ideed, maitsevõi ning lihtsa joogi valmistamise õpetus.

Nii saab laps koos vanematega kodus oma lemmikkaraskit uuesti valmistada, proovida uusi lisandeid ning jagada perega Paepealsete maitsete päeval saadud teadmisi ja kogemusi.

KORRALDAJA:

Ravila Külaarendamise Selts

