

Lumignano 6 maggio 2020

## “LUMIGNANO IL PAESE DEI BISI”

Lo splendido paese dove è ubicata la nostra scuola è famoso per i suoi piccoli e gustosi piselli. Grazie alla sua conformazione territoriale è il luogo più adatto per la coltivazione di questo gustosissimo legume.

A maggio inizia la raccolta, e quindi quale migliore occasione per proporvi delle attività manipolative proprio con i piselli e i suoi baccelli!

## Manine in cucina: sgranare i piselli



Sgranare i piselli freschi è un'attività di altri tempi, è uno di quei momenti che un tempo in una famiglia coinvolgeva i più giovani e i più anziani: nelle case di campagna, ma spesso anche in città, era il compito che veniva affidato alla nonna (o nonno) e al piccolo di casa. Chi lo fa più ancora oggi nella vita quotidiana? E' un'attività che richiede tempo, si fa con calma, in momenti di silenzio. Oggi i piselli si acquistano al supermercato già sgranati, addirittura surgelati e pronti alla cottura.

Ma una sottile nostalgia ci prende a leggere dalle pagine di *Philippe Delerme* dedicate a questa piacevole e rilassante attività, descritta con parole impressioniste: leggendo

questo brano sembra quasi di vedere, toccare, odorare:

“

*È facile sgranare i piselli. Una pressione del pollice sulla costola del baccello e quello si apre, docile, offerto. Alcuni, meno maturi, sono più recalcitranti – un'incisione dell'unghia permette allora di lacerare il verde e di sentire l'umidore e la*

*polpa densa, appena sotto la buccia falsamente scabrosa. Poi si fanno scivolar giù le palline con un solo dito. L'ultima è davvero minuscola. [...] Basterebbero cinque minuti, ma è piacevole prolungare, rallentare il mattino, baccello dopo baccello, con le maniche rimboccate. Passiamo la mano nelle palline sgranate che riempiono la ciotola. Sono morbide; tutte quelle rotondità contigue formano come un'acqua verde chiaro e ci meravigliavamo di non ritrovarci con le mani bagnate.*

Riproponiamo quindi ai **bambini, a partire dai 9 mesi**, questa attività semplice e avvincente: sgranando i piselli freschi, ma anche i fagioli, le fave, insomma tutti quegli ortaggi che sono racchiusi in un baccello, i bambini si impegneranno con grande concentrazione e soddisfazione! Inoltre, è un' esperienza perfetta da proporre nell'ambito di **progetti transgenerazionali** (bambini e nonni insieme!)

È sorprendente come i bambini possano concentrarsi per un tempo prolungato quando un lavoro li interessa.



Da questa attività i bambini possono:

- apprendere una lezione preziosa sulla **provenienza del cibo**,
- possono sviluppare attività di manipolazione fine,
- ed inoltre implementare le loro **competenze logico-matematiche**:

*chi ha la maggior parte dei piselli nel loro baccello?*

*Chi troverà il pisello più grande?*

*Quanti piselli in quel baccello?*

*Li mettiamo tutti in fila?*

- Scopriremo anche che, attraverso attività ripetitive come questa, spesso anche i bambini più riluttanti **a parlare** si aprono un po'...
- I bambini partiranno dalla conoscenza dei piselli per **esplorare il colore verde** con altre attività correlate (mescolare i colori primari giallo e blu, quanti verdi ci sono, ...)

- Giocare ai travasi con i pisellini sgranati o con i fagioli
- Infine: avremo deliziosi piselli pronti da cucinare per mille piatti in cucina (vedi ricetta della zuppa di piselli).

### **COSA PREDISPORRE:**

- una ciotola di piselli freschi in baccello (o fagioli, o fave)
- ciotole o contenitori vuoti per ciascun bambino
- cucchiaini per mescolare

### **COME SI FA**

- invitiamo i bambini a prendere i baccelli e ad aprirli: ogni bambino potrà escogitare il suo metodo di apertura
- invitiamoli ad estrarre i piselli e separarli dal baccello, quindi metterli nella ciotola vuota
- invitiamo i bambini ad esplorare: annusiamo i piselli, tocchiamone la consistenza, assaggiamoli...

### **Che cosa sviluppano i bambini con questa attività?**

- Concentrazione
- Coordinazione occhio-mano
- Abilità motorie
- Esplorazione sensoriale
- Fiducia in se stessi.

### **PITTURA CON I BACELLI**

A completamento delle #attività, i bambini possono dipingere utilizzando le bucce come pennelli.





# ZUPPA DI PISELLI

## INGREDIENTI

1 CIPOLLA BIANCA, OLIO Q.B, 600 GR PISELLI, 2 PATATE GRANDI, BRODO VEGETALE, SALE, PEPE, 2 FETTE PANE CASERECCIO

DOPO AVER SGRANATO I PISELLI SCIACQUATELI E METTETE DA PARTE. IN UNA CAPIENTE PENTOLA METTETE L'ACQUA A E SBOLLENTATE I PISELLI PER QUALCHE MINUTO. PELATE LE PATATE E TAGLIATELI A TOCCHETTI PICCOLI. IN UNA PADELLA METTETE A SOFFRIGGERE LA CIPOLLA TAGLIATA FINE. AGGIUNGETE LE PATATE E COPRITE CON BRODO CALDO. AGGIUNGETE I PISELLI LASCIANDONE DA PARTE UNA MANCIATA, SALATE, COPRITE CON BRODO CALDO E LASCIATE CUOCERE A FUOCO BASSO PER ALMENO 30 MINUTI. LASCIATE FREDDARE E FRULLATE CREANDO UNA CREMA. TAGLIATE A DADINI IL PANE E TOSTATELO IN PADELLA CON UN FILO DI OLIO.

**Buon appetito e buoni giochi!!!**