

Tehtäviä Marttojen

Bär-esitteeseen

Sisällys

- 2 Vinkkejä esitteen käyttämiseksi
- 3–4 Luetunymmärryskysymyksiä
- 5 Ristikko, yhdistelytehtävä ja suullinen harjoitus
- 6–11 Tiivistelmä suomeksi ja ristikko jokaisesta marjasta
- 12 Mindmap
- 13 Käskymuotoja
- 14 Reseptejä
- 15 Ristikko
- 16 Kalvopohja: Kuvasta kertominen
- 17 Omia lauseita
- 18 Kirjoitelma
- 19–25 Ratkaisut





Vinkkejä esitteen käyttämiseksi

Voit tilata tarvittavan määrän esitteitä luokkaasi osoitteesta: www.martha.fi. Olisi hyvä olla yksi esite paria tai 3–4 hengen ryhmää varten. Ohessa on luetunymmärtämistehtäviä ja ristikoita.

- Esitteen sivuilla 6 ja 7 esitellään kuusi eri marjaa, joihin kannattaa tutustua yhteistoiminnallisesti. Luokka jaetaan kuuteen eri ryhmään, jotka kukin tutustuvat omaan marjaansa (puolukka, mustikka, vadelma, karpalo, lakka ja tyrni). Kukin ryhmä täydentää suomenkielisen tiivistelmänsä ja ristikkonsa. Sen jälkeen luodaan uudet ryhmät, joissa on jäseniä jokaisesta marjaryhmästä. Jokainen esittelee oman marjansa. Voidaan keksiä yhdessä tietokilpailukysymyksiä muille ryhmille.
- Mindmapin eri kysymykset voidaan jakaa eri pareille tai ryhmille ja koota mielikuvakartta yhdessä.
- Imperatiivin muodostus voidaan ensin kerrata yhdessä ja etsiä käskymuotoja resepteistä.
- Oppilaat voivat valita oman mielireseptinsä ja suomentaa sen vihkoonsa. Yhdessä valitun reseptin ruokalaji voidaan tehdä yhdessä luokassa tai kotitaloustunnilla. Valmistuksesta voidaan tehdä ruokaohjelmavideo, juliste valokuvineen tai sarjakuva.
- Oppilaat voivat kirjoittaa tai kääntää omia mielireseptejään ruotsiksi.
- Oppilaat voivat kirjoittaa kirjoitelman omasta mielimarjastaan.
- Oppilaat voivat tuoda marjoja ja hedelmiä luokkaan ja niistä tehdään yhdessä hedelmäsalaatti.
- Oppilaat voivat laatia sanaristikoita, sokkeloita tai lautapelejä esitteen sanoista.
- Oppilaat voivat kuvailla ruotsiksi jotain esitteen kuvaa ja muut luokassa yrittävät arvata, mistä kuvasta on kysymys. Värit on syytä kerrata ennen sitä.



A

LUE TEKSTI SIVULTA 3 JA VASTAA KYSYMYKSIIN SUOMEKSI SEN PERUSTEELLA.

1 Miksi kannattaa poimia kotimaisia marjoja? (vähintään kolme syytä)

2 Kuinka paljon marjoja poimitaan vuosittain?

3 Mitä hyödyllisiä aineita marjat sisältävät?

4 Miten marjoja voi säilöä?

B

ETSI RUOTSINKIELISET VASTINEET TEKSTISTÄ SIVULTA 3.

1 korkealaatuinen _____

2 poimia marjoja _____

3 jokamiehen oikeus _____

4 ilmainen _____

5 torilta tai kaupasta _____



C

LUE TEKSTI SIVULTA 4 JA VASTAA KYSYMYKSIIN SUOMEKSI SEN PERUSTEELLA.

1 Millaisia marjoja käytetään kosmetiikkateollisuudessa?

2 Missä kosmetiikkatuotteissa on käytetty marjoja?

3 Missä ruokalajeissa voit käyttää marjoja?

4 Mitä on huomioitava, kun pakastaa marjoja?

5 Kuinka paljon sokeria tarvitaan marjakiloa kohti tehtäessä hilloa?

6 Millä keinoilla voit kuivata marjoja?

D

ETSI RUOTSINKIELISET VASTINEET TEKSTISTÄ SIVULTA 4.

1 pakastaa

2 usealla eri tavalla

3 hillo

4 mehu

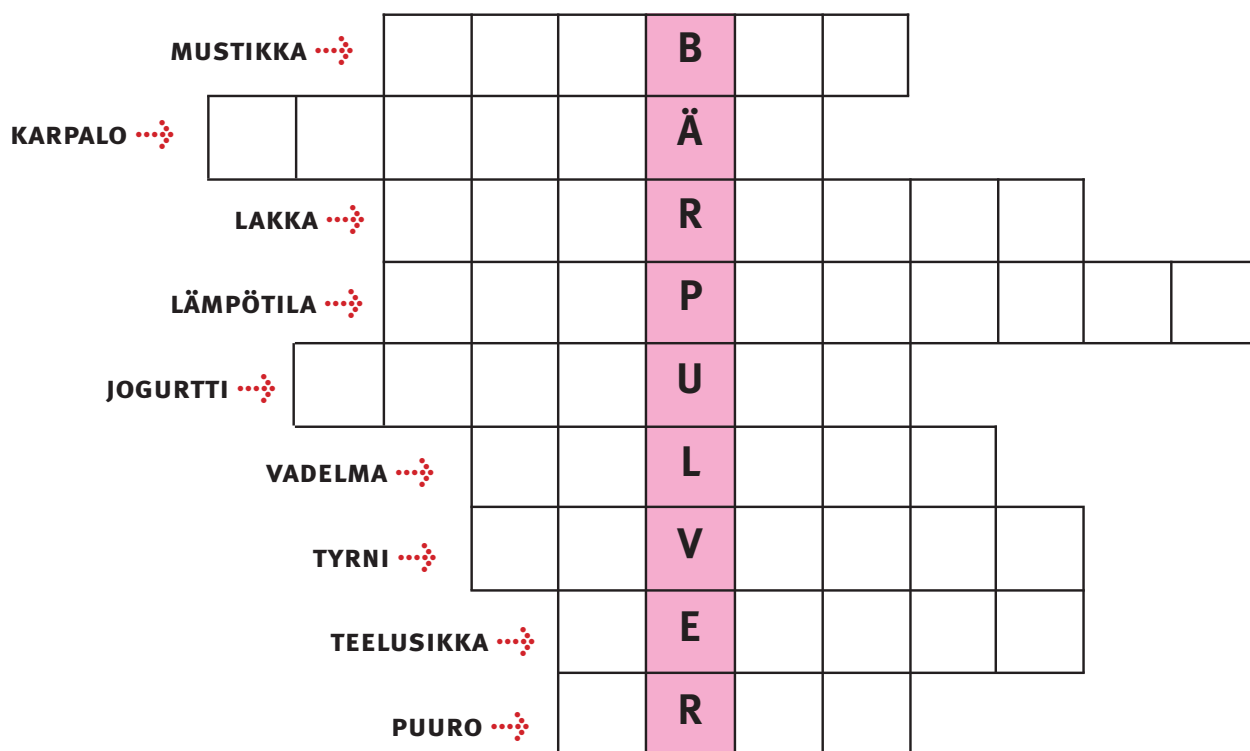
5 keittää hyytelöä

6 ilman säilöntäaineita

7 kuivata marjat



E ETSI RUOTSINKIELISET VASTINEET TEKSTISTÄ SIVULTA 5. TÄYDENNÄ RISTIKKO.



Mitä ratkaisusana tarkoittaa? _____

F YHDISTÄ.

- | | | |
|---------------|--------------------------|----------------|
| 1 fett | <input type="checkbox"/> | hiilihydraatit |
| 2 fiber | <input type="checkbox"/> | kalium |
| 3 järn | <input type="checkbox"/> | kalsium |
| 4 kalcium | <input type="checkbox"/> | kuitu |
| 5 kalium | <input type="checkbox"/> | proteiini |
| 6 kolhydrater | <input type="checkbox"/> | puolukka |
| 7 lingon | <input type="checkbox"/> | rasva |
| 8 protein | <input type="checkbox"/> | rauta |

G HARJOITTELE NUMEROITA. KATSO TAULUKKOA SIVULLA 5 JA KYSELE PARILTASI.





L

LUE TEKSTI VADELMASTA SIVULTA 6 JA TÄYDENNÄ TIIVISTELMÄN PUUTTUVAT SANAT SUOMEKSI.

Vadelma

Metsävadelma on sukua _____ ja karhunvatukalle ja kasvaa harvoissa _____ ja avoimessa maastossa koko Pohjolassa. Vadelmaa poimitaan _____. Marjat sisältävät suuria määriä hedelmähappoja, _____, kivennäisaineita ja _____. Vadelmista voi valmistaa aromikasta _____, _____ sekä herkullisia leivonnaisia ja _____. Oman viinietikan valmistamiseen tarvitset _____ vadelmia ja _____ valkoviinietikkaa. Tätä sekoitusta säilytetään sitten _____ suljetussa pullossa ja siivilöidään sen jälkeen. Vadelmaviinietikka sopii mm. liha- ja riistaruokien kanssa sekä salaatin _____. Vadelmanlehdistä voi myös valmistaa _____, joka auttaa tulehduksiin.

M

TÄYDENNÄ VADELMA-RISTIKKO SIVUN 6 PERUSTEELLA.

					AUTTAA ❖	H								
					PULLO ❖		A							
					MAITO ❖		L							
					JÄÄTELÖ ❖		L							
					METSÄT ❖		O							
VADELMA-PENSAS ❖						N								

P

LUE TEKSTI LAKASTA SIVULTA 7 JA TÄYDENNÄ TIIVISTELMÄN PUUTTUVAT SANAT SUOMEKSI.

Lakka

Lakka on sukua mesimarjalle ja lillukalle. Se viihtyy kosteassa suomaastossa. Lakka kasvaa koko _____ paitsi Etelä-_____, _____ ja Öölannissa. Lehdet ovat _____ ja suuret kukat _____. Kypsymättömät marjat ovat kovia ja _____ väriltään, kypsät marjat ovat _____ ja _____. Lakkoja voidaan poimia _____ puolivälistä _____ alkuun saakka. Lakka sisältää paljon _____-, _____- ja _____-vitamiinia. Tuoreet marjat ovat oikea terveystommi, koska ne sisältävät noin _____ kertaa enemmän C-vitamiinia kuin _____.

Q

TÄYDENNÄ KARPALO-RISTIKKO SIVUN 7 PERUSTEELLA.

						H					
						J					
						O					
LIKÖÖRI						R					
	HILLO					T					
						R				VALMISTAA	
						O					
KÄYTTÄÄ						N					

TÄYDENNÄ MUISTIKARTTA MARJOISTA. APUA SAAT SIVULTA 3-7.

hjortron

Vilka bär finns det?

sylt

Vad kan du göra av bär?

Vad innehåller bären?

mineralämnen

Var kan du hitta bär?

i skogar

Vad kan du göra med bär?

sylt

baka

Hurdana är bären?

syrlig

orange



U**ETSİ SIVUN 11 RESEPTEISTÄ RUOTSINKIELISET KÄSKYT. YHDISTÄ.**

- | | | |
|------------|--------------------------|-----------|
| 1 Blanda! | <input type="checkbox"/> | Kuori! |
| 2 Bred! | <input type="checkbox"/> | Leikkaa! |
| 3 Servera! | <input type="checkbox"/> | Levitä! |
| 4 Skala! | <input type="checkbox"/> | Pese! |
| 5 Skär! | <input type="checkbox"/> | Sekoita! |
| 6 Tvätta! | <input type="checkbox"/> | Tarjoile! |

V**KIRJOITA KÄSKYMUODOT RUOTSIKSI.**

- | | | | |
|---------------------|---|--------|-----------------------------|
| dekorerar, dekorera | → | _____! | <i>Koristele!</i> |
| rostar, rosta | → | _____! | <i>Paahda!</i> |
| skivar, skiva | → | _____! | <i>Leikkaa viipaleiksi!</i> |
| sköljer, skölja | → | _____! | <i>Huuhtele!</i> |
| vänder, vända | → | _____! | <i>Käännä!</i> |

X

**TUTUSTU PUOLUKKALIMPPUJEN OHJEeseen SIVULLA 13.
TÄYDENNÄ PUUTTUVAT OSIOT SUOMENKIELISESTÄ OHJEESTA.**

Puolukkalimput

- 5 dl _____
1 _____
2 punaista chiliä
2 kanelitankoa
3 rkl _____
4 rkl _____
1,5 dl _____
2 rkl pieneksi hakattuja tuoreita yrttejä tai 1 tl kuivattuja yrttejä,
kuten rosmariinia tai timjamia

Y

**TUTUSTU ÄNGLAMAT MED LINGON -OHJEeseen SIVULLA 15 JA TÄYDENNÄ PUUTTUVAT
OSIOT SUOMENKIELISESTÄ OHJEESTA.**

- 2 dl _____
1 rkl _____
1 tl _____
3 dl kuivia kakun, korpun tai _____
2 dl hapahkoa _____

_____ kerma vaahdoksi ja sekoita siihen

_____ ja _____. Pane

kerroksittain _____, _____ ja

_____ suurempaan lasivuokaan tai korkeajalkaisiin annos-

kulhoihin. Laita hiukan _____ ja _____

päällimmäiseksi. Tarjoile _____!

**Å VALITSE JOKU KUVA *BÄR*-ESITTEEN SIVUILTA
JA VALMISTAUDU KERTOMAAN SIITÄ
RUOTSIKSI RYHMÄLLESI. HE YRITTÄVÄT
ARVATA, MISTÄ KUVASTA ON KYSYMYS.**

Voit käyttää seuraavia ilmaisuja:

- Det finns...i bilden.
- Jag ser...
- Till vänster /Till höger finns det...
- I hörnet...
- På tallriken /I glaset finns det...

Ä

ALLEVIIVAA SANA, JOKA EI KUULU RYHMÄÄN.

KIRJOITA RUOTSINKIELINEN KYSYMYS, JOSSA KÄYTÄT ANNETTUA SANAA.

a)

fisk
gris
lamm
svamp

b)

finsk
kök
nyttig
söt

c)

jul
maträtter
midsommar
påsk

d)

baka
hemma
koka
plocka

e)

gelé
saft
skog
sylv

f)

bullar
memma
mjöd
struvor

a)

b)

c)

d)

e)

f)

Ö

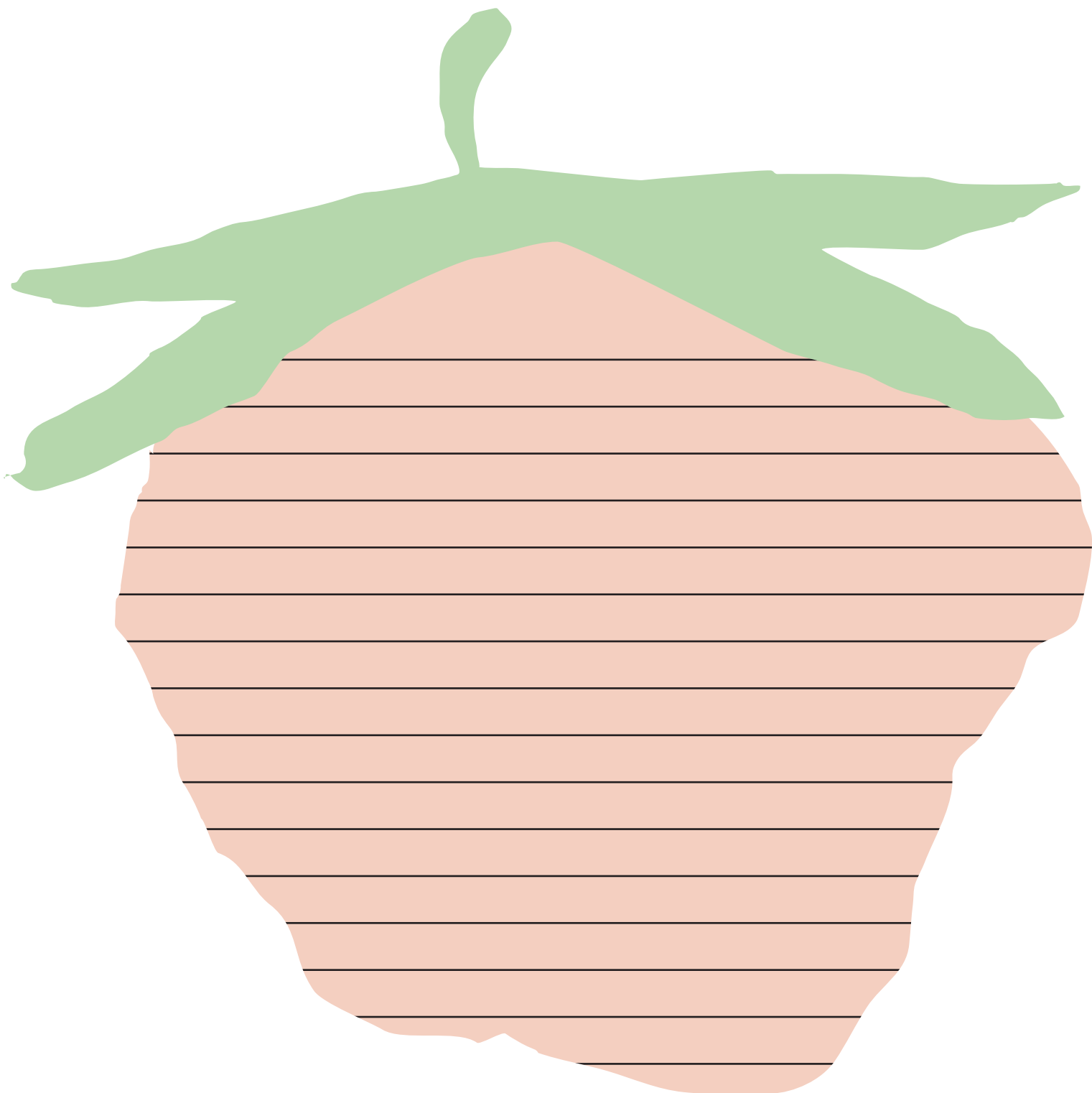
MITT FAVORITBÄR

KIRJOITA OMASTA MIELIMARJASTASI RUOTSIKSI.

Kerro

- mikä marja on kyseessä
- millainen se on
- mistä hankit/poimit sitä
- miksi pidät siitä
- miten nautit siitä

VOIT MYÖS LAITTA A OMAN RESEPTISI LIITTEEKSI.





Facit

A

- 1 Kotimaiset marjat ovat korkealaatuisia. Jokaisella on oikeus poimia marjoja. Ne ovat ilmaisia. Marjan poiminta on rauhoittavaa terapiaa. Poimiessa saa raitista ilmaa ja liikuntaa.
- 2 Monta miljoonaa kiloa.
- 3 Ne sisältävät vitamiineja, kivennäisaineita, hyödyllisiä rasvahappoja, flavonoideja ja kuituja.
- 4 Niitä voi pakastaa, keittää hilloksi ja hyydykkeeksi, mehustaa, kuivata ja survoa tuoreena.

B

- 1 av hög kvalitet
- 2 plocka bär
- 3 allemansrätten
- 4 gratis
- 5 på torget eller i affären

C

- 1 Marjoja, jotka sisältävät paljon C- ja E-vitamiinia.
- 2 Voiteissa, kasvonaamioissa, ripsiväreissä, huulipunissa ja marjaöljyissä.
- 3 Jälkiruuissa, salaateissa, mehuissa sekä liha- ja riistaruokien lisäkkeinä.
- 4 Pakastuslämpötilan pitää olla riittävän alhainen (-25 astetta tai alempi). Marjat pitää pakastaa tiiviissä pakkauksessa.
- 5 Sokeria tarvitaan puoli kiloa jokaista marjakiloa kohti.
- 6 Marjoja voi kuivata auringossa, uunissa, kuivurissa ja mikroaaltouunissa.

D

- 1 frysa (in)
- 2 på flera olika sätt
- 3 sylt, -en
- 4 saft, - en
- 5 koka gelé
- 6 utan konserveringsmedel
- 7 torka bär



E

- 1 blåbär
- 2 tranbär
- 3 hjortron
- 4 temperatur
- 5 yoghurt
- 6 hallon
- 7 havtorn
- 8 tesked
- 9 gröt

marjapulveri

F

fett	=	rasva
fiber	=	kuitu
järn	=	rauta
kalcium	=	kalsium
kalium	=	kalium
kolhydrater	=	hiilihydraatit
lingon	=	puolukka
protein	=	proteiini

H

Puolukka esiintyy koko **Pohjolassa** ja kasvaa parhaiten kuivissa mäntymetsissä. Puolukka on metsämarja, jota Suomessa poimitaan **eniten**. Puolukan poiminta tapahtuu syksyllä **elokuusta lokakuun** loppuun. Marjat ovat hyvin terveellisiä, koska ne sisältävät runsaasti **C-** ja **A-vitamiiniä**.

Puolukasta voidaan valmistaa **hilloa**, **mehua** ja hyytelöä tai käyttää sitä jälkiruuissa, leivonnaisissa tai **juomissa** sekä **liha-** ja riistaruokien kanssa. Puolukkaa voidaan säilöä **ilman säilöntäaineita** koska marjat sisältävät runsaasti **sokeria** ja luonnollista bentsoehappoa.

I

- 1 enkel
- 2 naturlig
- 3 innehåller
- 4 gelé
- 5 tjocka
- 6 järn

J

Mustikka esiintyy koko **Pohjolassa** ja sitä kasvaa eniten runsasravinteisissa havumetsissä, tunturimaastossa ja rannoilla. **Kukat** ovat vaaleanpunaisia ja **lehdet** vaaleanvihreitä. Korjuu-aika ulottuu **heinäkuusta syyskuun** alkuun. Mustikka on toiseksi **tärkein** metsämarja Pohjolassa. Mustikka sisältää runsaasti karoteenia, C- ja **B6-vitamiinia**, flavonoideja ja kivennäisaineita, jotka ehkäisevät tartuntatauteja ja **syöpää**. Marjat lievittävät **ripulia** ja suolistokatarria. Marjoja voi käyttää tuoreena keittoon, kiisseliin, **puuroon**, leivonnaisiin, **hilloihin** ja **mehuihin**. Mustikka pitää käyttää tai säilöä **heti poimimisen jälkeen**, koska ne pilaantuvat nopeasti.

K

- 1 barrskogar
- 2 sylt
- 3 blå
- 4 bakverk
- 5 växer
- 6 diarré

L

Metsävadelma on sukua **lakalle** ja karhunvatukalle ja kasvaa harvoissa **metsissä** ja avoimessa maastossa koko Pohjolassa. Vadelmaa poimitaan **elokuussa**. Marjat sisältävät suuria määriä hedelmähappoja, **sokeria**, kivennäisaineita ja **C-vitamiinia**. Vadelmista voi valmistaa aromikasta **hilloa**, **mehua** sekä herkullisia leivonnaisia ja **jälkiruokia**. Oman viinietikan valmistamiseen tarvitset puoli litraa vadelmia ja puoli litraa valkoviinietikkaa. Tätä sekoitusta säilytetään sitten **kuukausi** suljetussa pullossa ja siivilöidään sen jälkeen. Vadelmaviinietikka sopii mm. liha- ja riistaruokien kanssa sekä salaatin **kastikkeena**. Vadelmanlehdistä voi myös valmistaa **teetä**, joka auttaa tulehduksiin.

M

- 1 hjälper
- 2 flaska
- 3 mjölk
- 4 glass
- 5 skogar
- 6 hallonbusken

N

Karpalo kasvaa kosteassa maastossa, nevoilla, soilla ja rämeillä koko **Pohjolassa**. Kukat ovat väriltään **vaaleanpunaisia** ja lehdet **talvenvihreitä**. Suuret **punaiset** marjat ovat happamen makuisia, koska ne sisältävät paljon **sitruunahappoa** ja C-vitamiinia. **Sokeroimatonta** karpalomehua voidaan käyttää ennaltaehkäisemään virtsa- ja munuaisvaivoja. Karpalosesonki on parhaimmillaan myöhään **syksyllä** syyskuusta **lokakuun** loppuun. Karpaloista voi valmistaa herkullista **mehua**, **keittoa**, kiisseliä, **hilloa**, hyytelöä ja likööriä. Karpaloista voi myös tehdä hyviä, vanhanaikaisia **karpalomakeisia** kastamalla ne ensin munanvalkuaiseen ja pyörittämällä niitä sitten tomusokerissa.

O

- 1 saft
- 2 sylrig
- 3 bladen
- 4 hösten
- 5 blommor
- 6 kräm
- 7 florsocker

P

Lakka on sukua mesimarjalle ja lillukalle. Se viihtyy kosteassa suomaastossa. Lakka kasvaa koko **Pohjolassa** paitsi Etelä-**Ruotsissa**, **Tanskassa** ja Öölannissa. Lehdet ovat **kirkkaanvihreät** ja suuret kukat **valkoiset**. Kypsymättömät marjat ovat kovia ja **punaisia** väriltään, kypsät marjat ovat **keltaisia** ja **mehukkaita**. Lakkoja voidaan poimia **heinäkuun** puolivälistä **syyskuun** alkuun saakka. Lakka sisältää paljon **C-, A- ja E-vitamiinia**. Tuoreet marjat ovat oikea terveispommi, koska ne sisältävät noin **neljä** kertaa enemmän C-vitamiinia **kuin appelsiinit**.

Q

- 1 hårda
- 2 juli
- 3 plocka
- 4 likör
- 5 sylt
- 6 tillverka
- 7 konserveras
- 8 använda

R

Tyrni on piikikäs pensaskasvi, joka kasvaa **pitkin merenrannikkoa**. Suomessa tyrniä esiintyy vain **Ahvenanmaalla** ja **Pohjanlahden** rannikolla sekä maan lounaisosissa. Kukat ovat **pieniä** ja **ruskeankeltaisia** ja marjat kirkkaan **oranssinpunaisia**. Tyrnin marjat ovat **pehmeitä** ja **mehukkaita**. Marjoja voidaan poimia myöhäissyksyllä **syyskuun** alusta **lokakuun** loppuun. Tyrni sopii **mehuihin, hilloihin, hyttelöihin, marmelaadeihin** ja erilaisiin **jälkiruokiin**. Tyrni on myös oikea vitamiinipommi. Se sisältää **C-, A-, B12, E-** ja **K-vitamiinia**. Marjat sisältävät noin kymmenen kertaa enemmän C-vitamiinia kuin **appelsiini**. Tyrnikasvin avulla voi hoitaa vaikeaa C-vitamiinin puutosta. Se ehkäisee **tulehduksia** ja auttaa **vatsavaivoihin**.

S

- 1 hälsosam
- 2 Åland
- 3 buskväxt
- 4 taggig
- 5 Bottenviken
- 6 orange
- 7 vitaminbomb

T

- Vilka bär finns det?

- åkerbär
- björnbär
- blåbär
- hallon
- havtorn
- hjortron
- lingon
- tranbär

- Vad kan du göra av bär?

- bakverk
- bärpiller
- bärpulver
- drycker
- efterrätter
- gelé
- kosmetik
- kräm
- marmelad
- saft
- sallader
- soppa
- sylt
- vinäger

- Var kan du hitta bär?

- i affären
- i fjällmarker
- i kärr
- i mossar
- i myrar
- i skogar
- på stränder
- på torget
- vid kusten

- Hurdana är bären?

- blå
- färska
- gratis
- gula
- hälsosamma
- orange
- röda
- syrliga
- söta

- Vad kan du göra med bär?

- baka
- frysa
- koka
- konservera
- laga
- plocka
- safta
- sylta
- torka

- Vad innehåller bären?

- antioxidanter
- fibrer
- flavonoider
- fruktsyror
- järn
- mineralämnen
- socker
- vitaminer

U

Blanda!	=	Sekoita!
Bred!	=	Levitä!
Servera!	=	Tarjoile!
Skala!	=	Kuori!
Skär!	=	Leikkaa!
Tvätta!	=	Pese!

V

Dekorera
Rosta
Skiva
Skölj
Vänd

X

puolukkaa
punasipuli
margariinia
fariinisokeria
omena- tai balsamiviinietikkaa

Y

Enkeliruokaa puolukoilla

2 dl kermavaahtoa
1 rkl sokeria
1 tl vaniljasokeria
3 dl kuivia kakun, korpun tai keksin murusia
2 dl hapahkoa puolukkahilloa

Vispaa kerma vaahdoksi ja sekoita siihen **sokeri** ja **vaniljasokeri**. Pane kerroksittain **kakunmuru**, **kermavaahtoa** ja **puolukkahilloa** suurempaan lasivuokaan tai korkeajalkaisiin annoskuuluihin. Laita hiukan **kermavaahtoa** ja **hilloa** päällimmäiseksi. Tarjoile **heti!**

Z

- 1 bröd
- 2 julbord
- 3 ost
- 4 knytkalas
- 5 memma
- 6 lutfisk
- 7 fastlagsbullar
- 8 kål
- 9 fårkött
- 10 recept
- 11 struvor
- 12 matkultur
- 13 ärtsoppa
- 14 strömming

Suomenruotsalaista **ruokakulttuuripäivää** juhlitaan vuosittain 9. lokakuuta.

Ä

- a) svamp
- b) kök
- c) maträtter
- d) hemma
- e) skog
- f) mjöd

ESIM.

- a) När kan du plocka svamp?
- b) Vad gör du i köket?
- c) Vilka maträtter tycker du om?
- d) Vem lagar mat hemma?
- e) Hur ofta går du i skogen?
- f) När dricker du mjöd?