

ODPRTA VRATA KOCERODA 20. 4. 2024



Tudi letos so se učenci naše šole predstavili na Odprtih vratih Koceroda.



Predstavili so zdravilne učinke kopriv tako za ljudi kot za rastline.



Pod mentorstvom učiteljic Renate Bašek in Damijane Poberžnik so sodelovali: Ema Kiri Ruter, Filipa Pranič Rotovnik, Neža Repnik, Tinka Kac, Žan Orter in Vid Smrtnik.

ODPRTA VRATA KOČERODA

20. 4. 2024



Delili so nasvete o okolju prijaznem gnojenju in škropljenju rastlin.

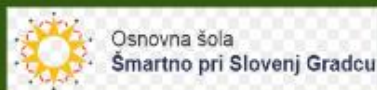
KOPRIVE

okolju prijazen način gnojenja in škropljenja



- Vas zanima kako pripravimo odlično domače gnojilo iz kopriv?
- Ste vedeli, da iz kopriv pripravimo tudi zeliščna pripravka, ki odganjata uši in pršice?
- Pripravite koprivno prevrelko, hladni izvleček in koprivno brozgo. Tako bodo rastline varne pred ušmi, pršicami in bogato pognojene.

ZELENI NASVETI EKOŠOLARJEV



Vir: <https://zelenisvet.com/gnojilo-iz-kopriv/>

KOPRIVNA PREVRELKA - ODLIČNO DUŠIČNO GNOJILO

Recept:

1 kg svežih ali 150 do 200g suhih kopriv narežemo in namočimo v 10 l vode. Dnevno mešamo, dokler se tekočina ne preneha peniti.

Uporaba:

Uporabljamo za zalivanje po tleh. Pred uporabo redčimo z vodo v razmerju 1:10 ali 1:20.



KOPRIVE

okolju prijazen način gnojenja in škropljenja



HLADNI IZVLEČEK - ŠKROPIVO

Recept:

1 kg svežih kopriv ali 150 do 200 g suhega zelišča namočimo v 10 l vode. Koprive namakamo 24 ur.

Uporaba:

Škropimo po listih. Krepi odpornost rastline ter odganja uši in pršice.



Koprivna brozga je nekoliko bolj učinkovita od hladnega izvlečka. Pri uporabi pazimo na to, da jo ustrezno redčimo.

Vir: <https://zelenisvet.com/gnojilo-iz-kopriv/>

KOPRIVNA BROZGA - ŠKROPIVO

Recept:

1 kg svežih kopriv ali 150 do 200 g suhega zelišča namočimo v 10 l vode. Koprive namakamo 24 ur, prekuhavamo ½ ure, ohladimo, precedimo.

Uporaba:

Redčimo z vodo v razmerju 1:5. Škropimo po listih ali zalivamo. Krepi odpornost rastline ter odganja uši in pršice.



ODPRTA VRATA KOČERODA 20. 4. 2024



Pekli so koprivne palačinke in kuhali čaj iz kopriv.

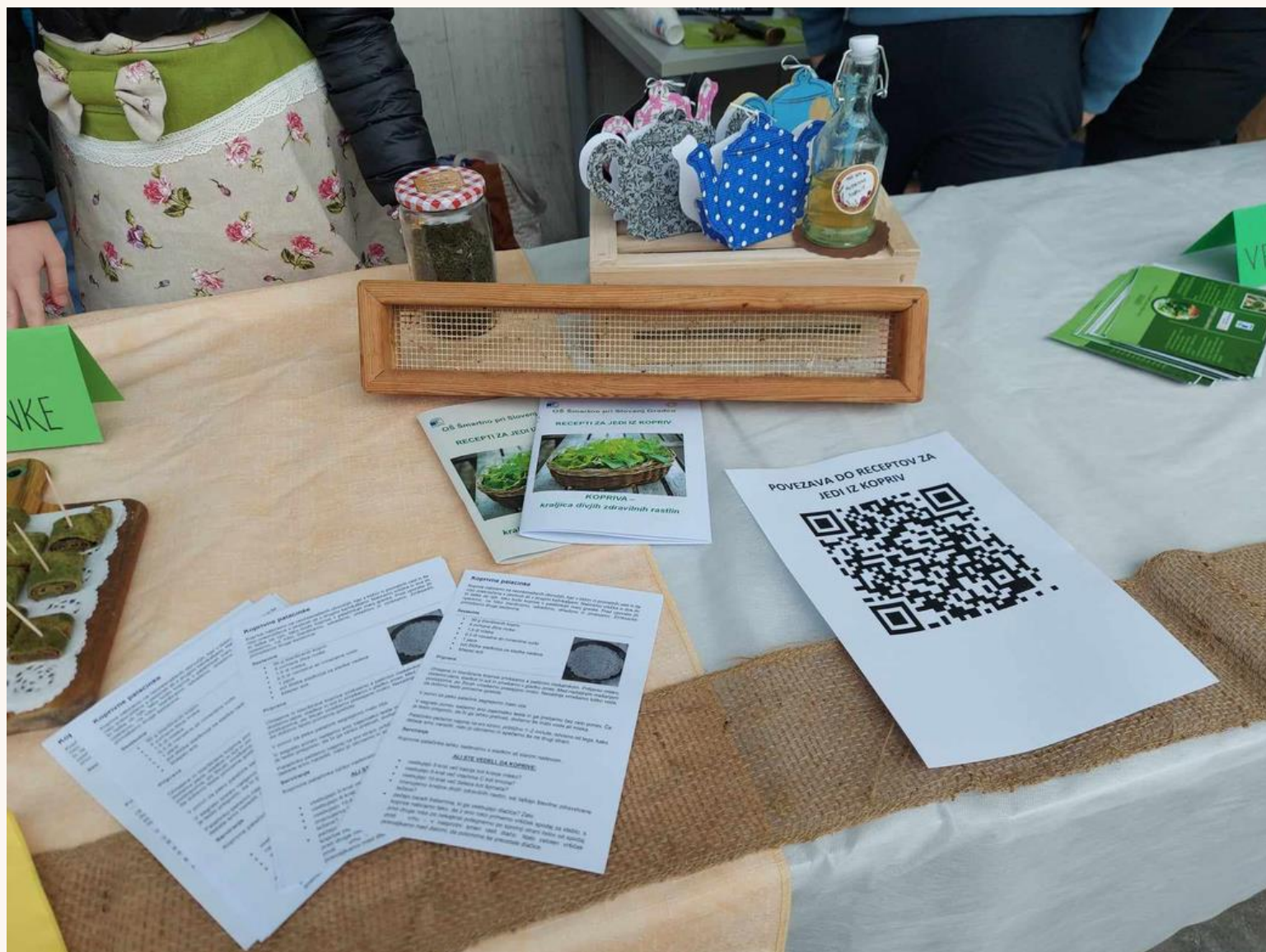


Obiskovalcem so delili nasvete, recepte in lepe misli.



ODPRTA VRATA KOCERODA

20. 4. 2024



ODPRTA VRATA KOCERODA

20. 4. 2024

ALI STE VEDELI, DA KOPRIVE:

- vsebujejo 5-krat več kalcija kot kravje mleko?
- vsebujejo 6-krat več vitamina C kot limona?
- vsebujejo 10-krat več železa kot špinača?
- imenujemo kraljice divjih zdravilnih rastlin, saj lajšajo številne zdravstvene težave?
- pečejo zaradi histamina, ki ga vsebujejo dlačice? Zato koprive nabiramo tako, da z eno roko primemo vršiček spodaj za steblo, s prsti druge roke pa nekajkrat potegnemo po spodnji strani listov od spodaj proti vrhu – v nasprotni smeri rasti dlačic. Nato celoten vršiček posvaljkamo med dlanmi, da polomimo še preostale dlačice.



OŠ Šmartno pri Slovenj Gradcu

RECEPTI ZA JEDI IZ KOPRIV



KOPRIVA –
kraljica divjih zdravilnih rastlin

IZ NARAVE NA KROŽNIK



Koprive so zelišča, ki si jih lahko privošči vsakdo in si tako obogati in popestri jedilnik. Z njimi si lahko pripravimo poceni in hranljiv obrok z obilo vitaminov in mineralov.

Koprive znižujejo krvni sladkor, lajšajo težave pri revmi, pomagajo pri virusnih obolenjih, pomagajo pri utrujenosti, izčrpanosti, slabokrvnosti ...

Koprive so naravni razstrupljevalec z veliko vsebnostjo kalcija, železa in magnezija. Mlade koprive vsebujejo 20-krat več vitamina C kot katerakoli druga zelenjava.

Koprivne palačinke

Koprive nabiramo na neonesnaženih območjih, kjer v bližini ni prometnih cest in tla niso onesnažena s pesticidi ali z drugimi kemikalijami. Nabiramo vršičke in dva do tri listke ob njih, tako bodo koprive v palačinkah manj grenke. Pred uporabo jih operemo, na hitro blanširamo, odcedimo, ohladimo in zmiksamo. Zmiksanim primešamo druge sestavine.

Sestavine

- 50 g blanširanih kopriv
- 4 zvrhane žlice moka
- 1,5 dl mleka
- pribl. 0,5 dl navadne ali mineralne vode
- 1 jajce
- pol žličke sladkorja za sladke nadeve
- ščepec soli



Priprava

Zavremo vodo za blanširanje koprivnih lističev. Blanširamo jih na hitro, da upadejo. Blanširane odcedimo in ohladimo.

Ohlajene koprive zmiksamo s paličnim mešalnikom. Prilijemo mleko, dodamo jajce, sladkor in sol in zmešamo v gladko zmes. Med nadaljnjim mešanjem postopoma, po žlicah vmešamo presejano moko. Nazadnje vmešamo toliko vode, da dobimo testo primere gostote.

V ponvi za peko palačink segrejemo malo olja.

V segreto ponev nalijemo eno zajemalko testa in ga prelijemo čez celo ponev. Če je testo pregosto, da bi ga lahko prelivali, dodamo še malo vode ali mleka.

Palačinko pečemo najprej na eni strani, približno 2–3 minute, odvisno od tega, kako debele smo naredili, nato jo obrnemo in spečemo še na drugi strani.

Serviranje

Koprivne palačinke lahko nadevamo s sladkim ali slanim nadevom.