

# Yrttijuomaa? Kyllä kiitos!

## Tavoite

Oppilas pääsee keräämään luonnonyrttejä ja tiedostaa, että Suomen luonnossa kasvaa useita luonnonyrttejä, joista valmistettuja juomia voidaan käyttää vaihtoehtoina kahville ja teelle. Oppilaalla on perustiedot siitä, kuinka yrttijuomaa valmistetaan. Oppilas tuntee yrttijuoma-ainesten käsittelytavat sekä termin hiostaminen eli fermentointi.

## Toteutus

Paras aika yrttijuoma-aiheiselle rastille on toukokuu tai elokuu, jolloin luonnosta on parhaiten löydettävissä hyvälaatuisia tuoreita yrttejä juomien raaka-aineiksi. Jos tehtävä tehdään myöhemmin syksyllä, voidaan havainnoida ja tunnistaa kasvilajeja. Tällöin juoma-ainekset tuodaan mukaan maastoon kuivattuina. Yrttijuomaa voidaan valmistaa esim. koivun ja vadelman lehdistä sekä kanervan, apilan ja horsman kukista.

### 1. Esittely

Ohjaaja esittelee oppilaille, millaisia yrttijuoma-aineiksi soveltuvia kasvilajeja maastosta löytyy. Hän esittelee myös hyvät keruutavat.

### 2. Keruu

Oppilaat keräävät ryhmissä kaikkia mahdollisia maastosta löytyviä yrttilajeja.

### 3. Keskustelu

Kerätyt yrtit käydään yhdessä läpi. Samalla ohjaaja kertoo kunkin lajin erilaisista käyttömahdollisuuksista.

### 4. Juomien valmistaminen ja maisteleminen

Valmistetaan joko kerätyistä tai kuivattuina maastoon tuoduista yrteistä yrttijuomia. Yrtit voidaan uuttaa joko nuotiolla pakissa tai pannussa lämmitettyyn veteen tai maastoon termospullolla tuotuun lämpimään veteen.

### 5. Yhteenveto

Yrttijuoman maistelun lomassa keskustellaan seuraavista aiheista: Mitä yrteistä jäi mieleen? Mitä yrttijuomaa voisit ajatella joskus valmistavasi? Mitä muita juomia yrteistä voi tehdä, kuin lämpimään veteen uutettua teetä?

## Resurssit

1-2 yrtit varmuudella tunnistavaa ja niiden käyttötavat tietävää ohjaajaa. Aikaa noin 30 minuuttia riippuen ryhmän koosta ja ohjaajien määrästä.

## Materiaalit

Elintarvikkeiden käsittelyyn tarkoitettuja kertakäyttökäsineitä ja koreja yrttien keruuseen. Kuumaa vettä termospulloon (tai puhdasta käyttövettä), pakki/nokipannu veden lämmittämistä varten. Kuivattuja yrttijuoma-aineita riippuen maastosta ja vuodenaikasta. Teesiivilöitä, mukeja ja lusikoita

## Luonnosta Sinulle

Tehtävän valmistusta on tuettu maa- ja metsätalousministeriön tuen avulla

