

FRUTTI és VEGGI foglalkoztatófüzet



JÁTSZVA
ISMERHETED MEG A FRISS
ZÖLDSÉGEK ÉS GYÜMÖLCSÖK
KALANDOS VILÁGÁT!



ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

Ennek a promóciós kampánynak a tartalma csakis a szerző álláspontját tükrözi és közzétételét nem jelenti a szerzők részéről az Európai Bizottság és a Fogyasztó-, Egészség-, Élelmiszerügyi és Mezőgazdasági Végrehajtó Ügynökség (CHAFEA) semmilyen leteleződés, nem vállalja a kampányban szereplő információk esetleges tévesztéséért felelősséget.



AZ EURÓPAI UNIÓ
TÁMOGATÁSÁVAL
FINANSZÍROZOTT KAMPÁNY



NEKEMZETI
ASZTÁROGAZDASÁGI
KAMARA



Kalandra fel Vegapolisban!

Frutti, Veggi, Beni és barátai az év legnagyobb eseményére készülnek: a Friss Zöldségek és Gyümölcsök Ünnepe! Ekkor történik az Aranyvirág megöntözése, ami lehetővé teszi, hogy fennmaradjanak az évszakok Vegapolisban. Még sok mindent kell tenni az ünnep előkészítéséhez. Szerencsére te is itt vagy és segítesz! A küldetés minden újabb lépésének teljesítésével közelebb jutunk az ünnephez. Kóosz, a bajkeverő is tudomást szerzett a terveinkről. Bízunk abban, hogy nem húzza keresztül a számításunkat, és az ünnep jól fog sikerülni!



Ezt a foglalkoztató füzetet a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara (NAK) és a francia Friss Zöldség-Gyümölcs Szakmaközi Szervezet (INTERFEL) készítette egy európai uniós program keretében azért, hogy minél jobban megismerhesd a zöldségeket és a gyümölcsöket. Nem titkolt célunk, hogy azokat is megszeresd, amelyeket eddig nem igazán kedveltél.

NAK és INTERFEL, micsodaaa?

NAK

A Nemzeti Agrárgazdasági Kamara egyebek között azokat az embereket fogja össze, akik Magyarországon élelmiszerek termelésével, előállításával foglalkoznak, köztük a zöldség- és gyümölcstermelőket, feldolgozókat és árusítókat. Ők azok, akik nagyon sokat dolgoznak azért, hogy nap mint nap friss és jó minőségű zöldség és gyümölcs kerüljön az asztalokra és az uzsonnás táskákba.

INTERFEL

Az Interfel Franciaországban képviseli azokat, akik szintén azért dolgoznak, hogy finom zöldségek és gyümölcsök kerülhessenek a gyerekek tányérjára. Képviseletük a többi között azokat, akik a zöldséget, gyümölcsöt megtermelik, akik eljuttatják az üzletekbe, akik árusítják, és akik elkészítik (például az iskolai menzán) belőlük a finomabbnál finomabb egészséges ételeket (például salátákat, zöldségköreteket).

Fedezd fel az Európai Friss Kalandok világát az alábbi weboldalakon:

[facebook.com/europaifrissskalandok](https://www.facebook.com/europaifrissskalandok) • [instagram.com/europaifrissskalandok](https://www.instagram.com/europaifrissskalandok)
www.frutti-veggi.hu • www.frutti-veggi.fr • www.fructiveggi.eu

Bemutakozás

Mielőtt kalandra indulsz, Frutti és Veggi szeretne egy kicsit jobban megismerkedni veled! Ehhez légy szíves, mutatkozz be:

Vezetékneved:

Keresztneved:

Életkorod:

Kedvenc sportod:

Kedvenc tantárgyad:

Kedvenc zöldséged:

Kedvenc gyümölcsöd:



Vegapolis hősei



Üdvözlünk Vegapolisban!

Milyen szerencsénk van, hogy veled együtt készülhetünk a Friss Zöldségek és Gyümölcsök Ünnepeire! Ez a kedvenc időszakunk az évben, mert együtt ünnepelhetjük a frissesség erejét. Ha már szóba került az erő, itt kell megemlítenünk Káoszt, aki mostanában gyakran piszkálódik. Kicsit aggódunk, nehogy elrontsa az ünnepeket! Készen állsz, hogy segíts nekünk?



Veggi



Honnan származik? A hatalmas zöldségekkel teli Óriáspagonyból.

Kedvenc étele: a hideg paradicsomos uborkás zöldségkrémleves (néhány csepp citrommal).

Erősségei: a fantasztikus gyorsasága, amelyet a zöldségeknek köszönhet.

Gyengeségei: időnként túl sokat beszél (ezt Frutti és Beni is megerősíthetik).

Jelmondata: A hagymában az igazi erő!

Frutti

Honnan származik? A Lebegő-szigetéről.

Kedvenc étele: a barackos-meggyes-szamócás smoothie (2-3 mentalevéllel).

Erősségei: meg tudja növeszteni a növényeket és fénygömböket tud kibocsátani.

Gyengeségei: olyan viccei vannak, amiken sokszor csak ő nevet.

Jelmondata: Véd meg a barackot!



Szellő



Beni

Erősségei: igazi kalandor. Varázslat segítségével érkezett Vegapolisba. Minden kihívásnak meg tud felelni.

Gyengeségei: annyira aktív, hogy a barátai néha már nem is tudják követni a kalandjait.

Kedvenc gyümölcse: az alma, igazi vitaminbomba!

Kedvenc zöldsége: a spenót. Ebből merít energiát. És még azt mondják, hogy a gyerekek nem szeretik a spenótot!



Aranszakáll

Erősségei: Vegapolis bölcse. Mindig hasznos tanácsokat ad.

Gyengeségei: semmit sem lehet előtte titokban tartani.

Kedvenc gyümölcse: az ananász a kellemesen savanykás íze miatt, és mert pont úgy néz ki a frizurája, mint az ananász levele.

Kedvenc zöldsége: a sárgadinnye.





Az előkészületek

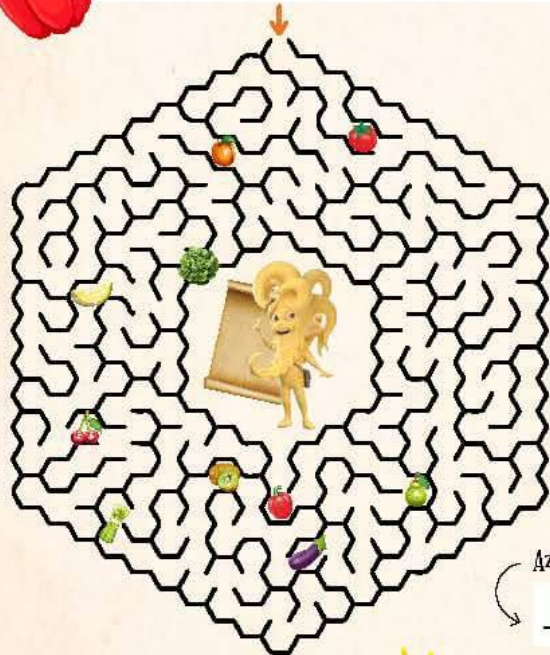


Vegapolis lakói minden évben hagyományosan megtartják a Friss Zöldségek és Gyümölcsök Ünnepét. Ezek a legszebb együtt töltött pillanatok az évben, amikor mindenki elhozza az általa készített finomságokat, valamint régiója legszebb és legfinomabb zöldségeivel és gyümölcseivel kínálja meg az ünneplőket. Talán ez lesz az első ilyen ünneped? Aranyzakáll listát készített számodra azokról a zöldségekről és gyümölcsökről, amelyekre szükséged lesz a nagy eseményen. Ahhoz, hogy a lista összeálljon, teljesítened kell a labirintus próbáját. Rajta, indulhat a játék!

1. játék:

ARANYSZAKÁLL LABIRINTUSA

Ebben a labirintusban megtalálod az Aranyzakáll listáján szereplő zöldségeket és gyümölcsöket, amelyekre szükséged lesz a Friss Zöldségek és Gyümölcsök Ünnepén. Csak akkor Aranyzakállhoz, ha összegyűjtötted az út során az összes zöldséget és gyümölcsöt!



- 1: _____
- 2: _____
- 3: _____
- 4: _____
- 5: _____
- 6: _____
- 7: _____
- 8: _____
- 9: _____
- 10: _____

Az elrejtett szó:



Tudtad?

A kajszi csonthéjas gyümölcs, a szilva közeli rokona. Héja puha, borsos, gyümölcshúsa cukorban és vitaminokban gazdag, rosttartalma magas. A spárga a föld alatt fejlődik. Addig, amíg a calajban van, a színe fehér, de ahogy napfény éri, zöld vagy lila színű lesz.

Szeretsz ételeket készíteni friss zöldségekből és gyümölcsökből?

Ha igen, akkor lapozz a 12-13. oldalra,

vagy keresd receptjeinket a www.frutti-veggi.hu weboldalon!



A piac



Most, hogy összeállt a bevásárlólista, itt az ideje, hogy beszerezd az ünnephez szükséges zöldséget és gyümölcsöt a piacon. Vegapolis piaca csodálatos hely! A város lakói itt kínálják portékáikat: a zamatos zöldségeket és gyümölcsöket. A hosszú asztalok csak úgy roskadoznak a sokféle színű és fantasztikus illatú friss zöldségtől és gyümölcstől.

2. játék:

ZÖLDSÉG-GYÜMÖLCS KERESŐ

Ebben a szórejtvényben 15 zöldséget és gyümölcsöt találsz. Koncentrálj, és hívd segítségül a megfigyelőképességedet!



M	I	O	D	D	A	W	Y	A	K	H	C	F	L	B
C	M	X	U	G	G	C	N	C	A	T	S	J	V	R
N	J	K	R	O	U	I	E	Ó	J	G	E	Z	J	O
G	M	Á	M	K	R	F	B	M	S	C	R	J	T	K
L	P	B	K	A	M	V	R	A	Z	U	E	D	B	K
S	A	I	T	Q	G	D	C	Z	I	O	S	P	S	O
R	N	K	H	I	B	K	Z	S	T	Q	Z	M	G	L
I	E	Y	D	I	N	N	Y	E	S	Q	N	E	A	I
N	L	P	A	D	L	I	Z	S	Á	N	Y	G	T	E
O	H	O	R	R	E	T	E	K	K	A	E	G	K	K
R	A	A	I	Q	B	F	U	R	H	Ö	M	Y	R	C
T	D	H	G	F	S	H	W	M	H	Y	R	L	C	R
N	F	M	X	M	R	G	W	U	G	E	T	T	A	J
A	P	J	W	R	I	A	P	M	J	Z	J	D	E	R
L	F	C	N	B	D	V	K	J	P	U	F	Y	Z	R

- 1:
- 2:
- 3:
- 4:
- 5:
- 6:
- 7:
- 8:
- 9:
- 10:
- 11:
- 12:
- 13:
- 14:
- 15:



Tudtad?

Minden zöldség és gyümölcs valamilyen család része. A tökfélék vagy kábabosok (latinul Cucurbitaceae) családjába tartozik a sütőtök, a főzötök, a patisszon, a cukkini, az uborka, a sárgadinnye és a görögdió.

A csonthéjas gyümölcsök, mint például a kajszi, a szilva vagy az őszibarack és a nektarin a rózsafélék (latinul Rosaceae) családjába tartoznak, de ennek a családnak a tagja a szamóca is. A citrusfélék közé soroljuk a narancsot, a citromot, a mandarint és a klementint. A paradicsom, a paprika és a padlizsán pedig a burgonyafélék (latinul Solanaceae) családjának tagja. Az ananász a trópusokon honos broméliafélék (latinul Bromeliaceae) családjából származik.



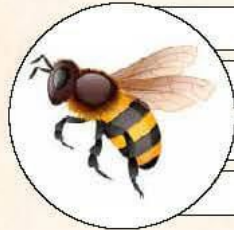
A jeges varázslat

Jaj, ne! Káosz minden rovart hibernált a Lebegő-szigeteken. Pedig ezek a rovarok nagyon hasznosak a beporzásban és a károsítók elleni védekezésben. Nélkülük a zöldségek és a gyümölcsök nem fejlődnének megfelelően, nem érnének meg az ünnepre. Aranyszakáll szerint a jégvarázslat megtöréséhez fontos, hogy helyesen nevezzük meg, mely rovarok fagytak meg! Gyerünk, rajtad a sor, segíts neki!

3. játék:

HASZNOS ROVAROK A KÁROSÍTÓK ELLEN

Karikázd be a képen látható rovar nevét, majd jelöld be a kis négyzetben, hogy a növények számára hasznos vagy károsító rovarról van-e szó!

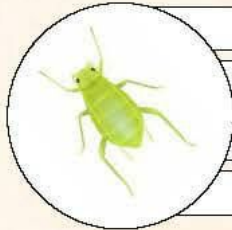


katicabogár

levéltetű

méh

darázs

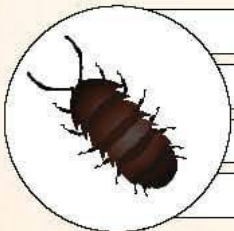
 hasznos káros

atka

levéltetű

ászka

pajzstetű

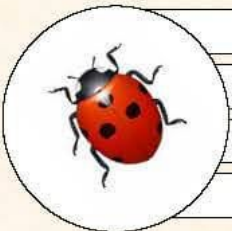
 hasznos káros

atka

levéltetű

darázs

ászka

 hasznos káros

méh

levéltetű

katicabogár

darázs

 hasznos káros

Tudtad?

Vannak olyan rovarok, amelyek növényekkel táplálkoznak (úgynevezett fitofág rovarok), és közben károsíthatják a termesztett növényeket, így a zöldségeket és a gyümölcsöket is. Ezek a károsító rovarok. Közöttük vannak olyanok, amelyek akkora bajt képesek okozni, hogy a termelőknak meg kell védeniük a növénykultúrákat annak érdekében, hogy megfelelő mennyiségű és minőségű terméket tudjanak előállítani. Azért, hogy a védekezéshez a lehető legkevesebb növényvédő szert használják fel, olyan hasznos rovarokat is alkalmaznak, amelyek a károsítók természetes ellenségei.

A fekete köd

A jeges varázslaton túl, Káosz fekete ködbe borította a völgyeket. A köd, amely apró, fekete varázskristályokat tartalmaz, beborította a völgy lakóházait. A varázslat következtében mindenki elfelejtette, hogy hol és hogyan kell zöldséget és gyümölcsöt termesztani. Milyen szerencse, hogy téged nem ért a varázslat! Te tudsz nekik segíteni, és meg tudod törni a varázslatot!

4. játék:

PÁROSÍTSD ÖSSZE!

Kösd össze, hogy hol teremnek az alábbi zöldségek, illetve gyümölcsök!



kajszi



sárgadinnye



sárgarépa



szamóca



kivi



fán



talajban



bokron



talajon



liánon



Tudtad?

A sárgarépa több mint négyezer éves kultúrnövény, vadon előforduló változata Kis-Ázsiában és Európában is őshonos. Ma Európában az egyik legnagyobb mennyiségben fogyasztott zöldségféle. A sárgadinnye talajon futó hosszú indákon terem, levelei kékeszöld színűek. Ázsiából származik. Már több ezer évvel ezelőtt az ókori Perzsiában és Egyiptomban is termesztették.





Kapd elő a ceruzád!

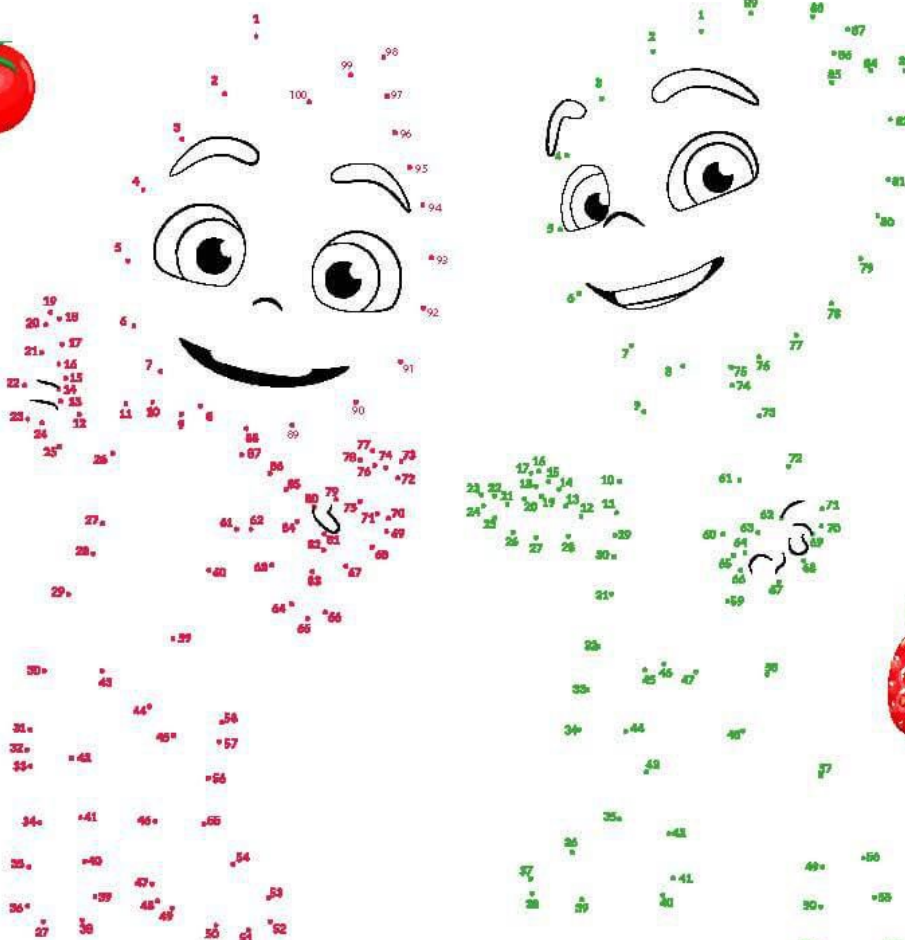


Bevásárlólisták összeállítása, a hozzávalók megrendelése – kezdesz egész jól belejönni!
Tudod már, mi a következő lépés? Frutti egyik kedvence: a díszítés.
Beni is megérkezett, hogy segítsen neki. Imád csapatban dolgozni.

5. játék:

KÖSD ÖSSZE!

Kösd össze a számokkal jelölt pontokat növekvő sorrendben, és meglátod, mi jelerik meg!



Elő a színesekkel!

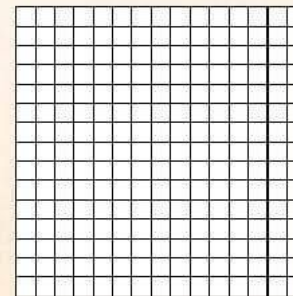
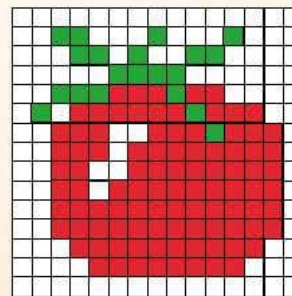
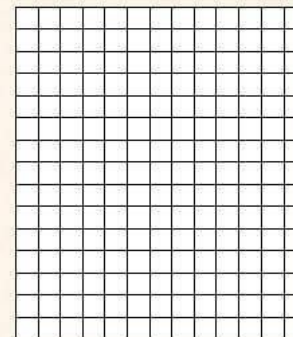
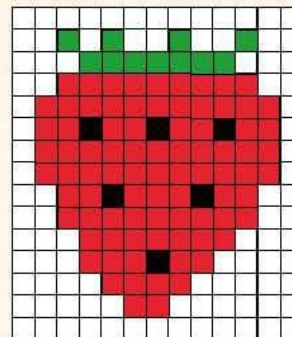
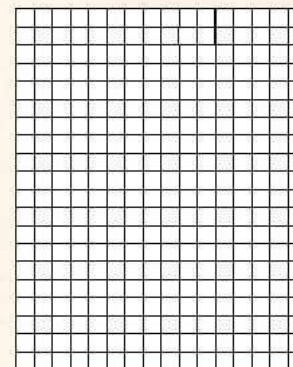
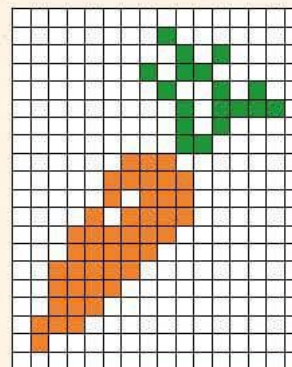


Beni az aprólékos munkát szereti.

6. játék:

PIXELES SZÍNEZŐ

Készítsd el ennek a három zöldségnek és gyümölcsnek a pixeles képét! Jól figyelj meg, hány négyzetec kell kiszínezned a jobb oldalon ugyanolyan színűre, mint ami a bal oldali képen látható!





101

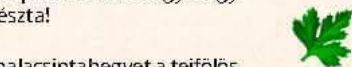
12 PALACSINTA



20 PERC



4 PERC PALACSINTÁNKÉNT



1. Mosd meg és reszeld le a cukkinit! Tedd szűrőtálba és sózd meg egy nagy csipet sóval! Hagyd 10 percig lecsöpögni!
2. Egy tálban keverd össze a tejfölt a fél citrom levével, a megtisztított, fokhagymanyomóval átpasszírozott fokhagymagerezdet, az apróra vágott petrezselyemlevelet (a szárát tartsd meg) olívaolajjal és sóval! Tedd félre az így elkészült öntetet!
3. Hámozd meg és reszeld le a répákat, vágd fel apróra a hagymát és a petrezselyemszárát, majd tedd őket egy nagyobb salátástálba! Add hozzá a kézzel kissé kinyomkodott cukkinit, a pirospaprikát, a tojásokat, a lisztet, egy mokkáskanál sót és élesztőt, majd kiméletesen keverd össze!
4. A palacsintasütőt kevés olajjal kend meg és forrósítsd fel! Majd egy kis merőkanálnyi (vagy 4 evőkanálnyi) tésztát merj bele és terítsd szét a serpenyőben! Hagyd sülni 2 percig, majd fordítsd meg és a másik oldalát is süsd 2 percig! A kisült palacsintákat egy nagy tányéron tedd nagyjából egymásra, amíg el nem fogy az összes tészta!
5. A tetejét uborka- vagy színes paprikaszettekkel díszítheted. A palacsintahegyet a tejfölös mártogatós öntettel tálald!

Hozzávalók

- 1 közepes cukkini
- 2 kis sárgarépa
- 1 kis fej vöröshagyma
- 85 g liszt
- 2 mokkáskanál élesztő
- 2 tojás
- 1 mokkáskanál pirospaprika
- 5 szál petrezselyem
- 200 g tejföl
- fél citrom leve
- 1 kis gerezd fokhagyma
- 3 evőkanál olívaolaj
- só
- napraforgóolaj a sütéshez

Recept: Anneliese Coudan
Fotó: @Julia Mészáros/istock/NAK



8 ADAG



30 PERC

1 ÓRA
30 PERC

Hozzávalók

- 500 g szamóca
- 500 g kajszli
- 4 tojásfehérje
- 350 g porcukor
- 1 kávéskanál borecet
- 1 kávéskanál kukoricakeményítő
- 2,5 dl tejszín

1. Melegítsd elő a sütőt 170 °C-ra!
2. Mosd meg a szamócat, szedd le a szárát, vágd félbe a szamócaszemeket és tedd őket egy hőálló kis tálba, majd sózd meg 40 g cukorral!
3. Mosd meg, vágd félbe a kajszikat és tedd őket szintén egy hőálló kis tálba 40 g cukorral! Tedd a két kis tálat az előmelegített sütőbe 30 percre!
4. Vedd ki a két tálat a sütőből és csökkentsd 130 °C-ra a sütő hőmérsékletét! Amikor a gyümölcsök kihűltek, külön-külön turmixold össze mindegyiket 2-2 evőkanál vízzel a szamóca- és kajsziszósz készítéséhez!
5. Egy nagy salátástálban verd habbá a tojásfehérjéket elektromos habverővel! Amikor már kezd keményedni a hab, adj hozzá 220 g cukrot kanalanként, apránként adagolva, amíg fényes, sűrű tojásfehérjekrémet kapsz. Kevergetés közben add hozzá az ecetet és a kukoricakeményítőt!
6. Oszd szét a tojásfehérjekrémet 8 egyenlő adagra, és tedd a sütőpapírral takart tepsire! A habcsók készítéséhez formáld ki mélyedést mindegyik tojásfehérjekrémszalomban, és kávéskanál segítségével felváltva töltsd meg őket szamóca-, illetve kajsziszósszal! Gyümölcszósza mártott fogpiszkáló segítségével rajzolj körkörös vonalakat a tojásfehérjekrémbé!
7. Sütőben 130 °C-on 30 percig süsd, majd kapcsold le a sütőt és hagyd még benne a habcsókot 30 percig!
8. Tálaláskor tegyél minden habcsókra egy kiskanál tejszínhabot, cseppents rá egy kis szamóca- vagy kajsziszószot, végül díszítsd friss szamóca- vagy kajszidarabokkal!

Recept: Anneliese Coudan
Fotó: @Julia Mészáros/istock/NAK



Kezdődik az ünnep!



Magasgyökéren már napok óta pezseg az élet: játék, tánc, előadások követik egymást. Az évnek ebben az időszakában Vegapolis lakói összegyűlnek, és együtt ünneplik a zöldségek és gyümölcsök erejét. Eljött az ünnep legfontosabb eseménye: Kim Pu'ara három próbája, ami megvédi az Aranyvirágot a veszélyektől. Készen állsz? Idén Aranyszakáll elhatározta, hogy nehezít egy kicsit a három próbán, De ez nem kell, hogy elriasszon: csak vedd elő a logikád és a megfigyelőképességed, és sikerülni fog! Készen állsz?

7. játék:

MISZTIKUS SZÁMOK

Milyen számokat jelentenek a zöldségek és a gyümölcsök? Jól figyelj az elejént!

$$\text{broccoli} + \text{broccoli} + \text{broccoli} = 21$$

$$\text{broccoli} + \text{strawberry} + \text{strawberry} = 19$$

$$\text{cucumber} - \text{strawberry} = 3$$

$$\text{cucumber} + \text{broccoli} + \text{strawberry} = ?$$



Tudtad?

Tudtad, hogy a gasztronómiában igazi sikere van az édes és a sós ízek párosításának? Vannak olyan gyümölcsök, amelyek kiválóan illenek a sós ételekhez. Például szamócából finom saláta készíthető uborkával, mentával és citrommal összekeverve. Próbáld csak ki!

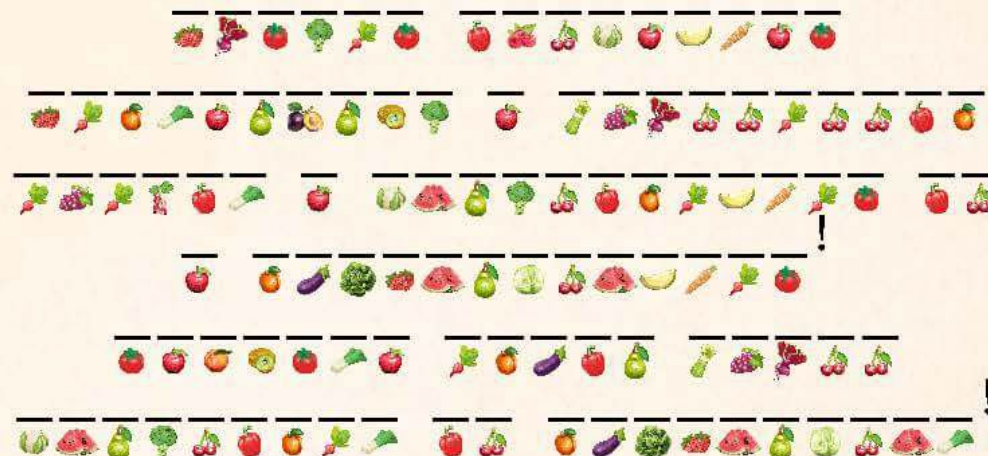
További recepteket találsz a www.fructi-veggi.hu oldalon.

8. játék:

KÓDOLT ÜZENET

Fejtsd meg Aranyszakáll üzenetét az itt található táblázat segítségével, amely megmutatja, hogy melyik betű melyik zöldségnek vagy gyümölcsnek felel meg.

A	Á	B	C	D	E	É	F	G
H	I	Í	J	K	L	M	N	O
Ó	Ó	Ó	P	Q	R	S	T	U
Ú	Ű	Ű	V	W	X	Y	Z	



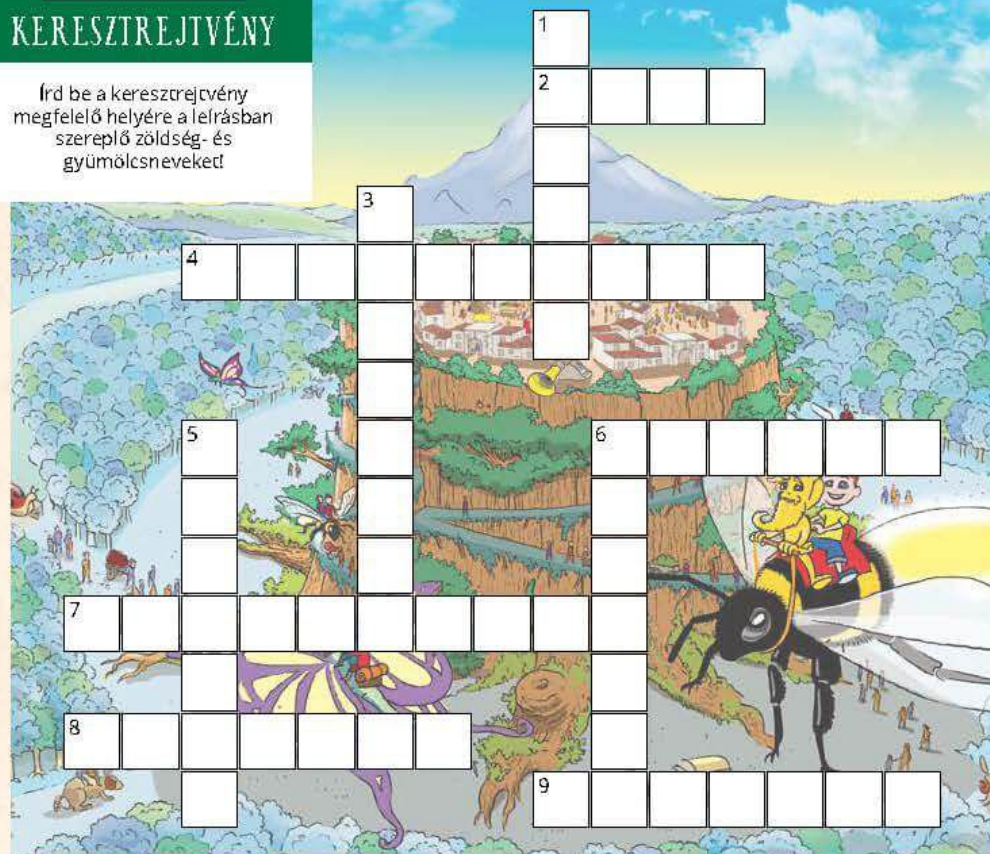
Tudtad?

Tudod, hogy kik tartoznak a zöldség-gyümölcs ágazatba? Azok az emberek, akik megtermelik és eljuttatják a piacok standjaira vagy az üzletek polcaira a friss zöldségeket és gyümölcsöket. Vagyis minden szereplő – a termőföldtől a tányérodig!

9. Játék

KERESZTREJTVÉNY

Írd be a keresztrejtvény megfelelő helyére a leírásban szereplő zöldség- és gyümölcsneveket!



Vízszintes

2. A világon a legelterjedtebb termesztett gyümölcs. Lehet édes vagy savanykás, nyersen és pitében is nagyon finom!

4. Ezzel a gyümölccsel kezdődik a nyár. Csonthéjas és sokszor párban nő.

7. Kerek, piros zöldség, a saláták egyik elengedhetetlen összetevője.

6. Hosszú, sipalakú, zöld vagy fehér tavaszi zöldség.

8. Hosszúkás alakú, a tökfélék családjába tartozó zöldség.

Függőleges

1. Csonthéjas nyári gyümölcs, héja bársonyos, színe narancs, narancsos-piros, húsa édes és rostos.

3. Zöld színű zöldség, alakja egy fára emlékeztet.

5. Magas C-vitamin tartalmú, fehér, zöld vagy piros színű zöldségünk.

6. Májusban érő piros bogyós gyümölcs (a „Gyümölcsfelhők” recept egyik hozzávalója).

9. A káposztafélék közé tartozó zöldség, amelynek a fehérszínű virágzatát fogyasztjuk el.



Veggi: Barátaim, megvendéjelem magam!

Frutti: Hé, egy pillanat, nem osztjuk meg?



Kaosz: Ha-ha-ha! Minden víz elpárolog!



Frutti: Víz nélkül Vegapolis el fog tűnni!
Veggi: A zöldségeknek és a gyümölcsöknek a fejlődéshez vízre van szükségük!



Beni: Gyorsan, elő Aranyszakáll varázskönyvével!

Aranyszakáll: Tudtátok, hogy a görögdinnye vízben nagyon gazdag?



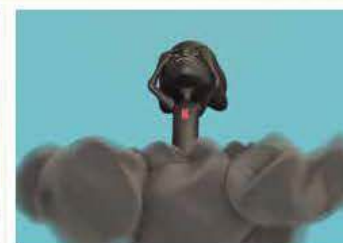
Frutti: A görögdinnye? Az egy gyümölcs! Kövessetek!
Veggi: Nem mégis inkább zöldség? Hiszen a tökfélék családjába tartozik és...



Frutti: Ó, Veggi, nincs vesztegetni való időnk!
Veggi: Hű, de friss!



Beni, Frutti és Veggi: A frissesség ereje!



Kaosz: Anyatermészet és pokol! Még visszatérek!

Beni: Úgy gondolom, hogy az erőfeszítésünk meghozta... a gyümölcsöt!



Veggi: Meghozta a zöldségét, hiszen, ahogy mondtam, a görögdinnye...
Frutti megfog egy paradicsomot és **Veggi** szájába teszi.
Beni és Frutti: Ha-ha-ha!!!

EUROPÁI FRISSKALANDOK

Fedezd fel az
„Európai Friss Kalandok”
játékapplikációt!

Nincs kedved abbahagyni a kalandokat? Csatlakozz Fruttihoz, Veggihez és Benihez, és mentésétek meg együtt Vegapolist! A játékapplikáció ingyen letölthető a Google Play áruházból és az Apple Store-ból.

További játékokat, recepteket és még sok érdekes séget találsz a weboldalunkon:

www.fruttiveggi.eu és www.frutti-veggi.hu

A kaland folytatódik a friss zöldségek és gyümölcsök erejével! Légy te is részese!



Megoldások oldala

6. oldal

7. oldal

* PARADICSOM
 * KAJSZI
 * SALÁTA
 * SÁRGADINNYE
 * CSERESZNYE
 * SPÁRGA
 * KIVI
 * PADLIZSÁN
 * KÖRTE
 * PAPRIKA

Hasznosnak
PALACSINTA

X	I	O	D	Z	W	A	R	B	C	F	L	D			
C	X	X	O	G	G	O	R	C	A	I	S	J	V	A	
R	J	R	O	O	L	E	O	O	G	E	Z	J	O		
G	X	A	L	A	L	E	D	M	S	C	R	J	I	R	
L	P	B	O	X	X	V	R	A	Z	U	E	O	D	A	R
S	A	L	I	Q	G	O	C	I	O	O	S	P	S	O	
R	N	R	B	I	B	R	Z	S	T	Q	I	M	G	L	
L	C	Y	O	L	R	N	Y	E	S	Q	N	E	A	L	
W	C	P	A	O	C	E	I	S	A	X	Y	O	I	E	
O	B	O	R	R	C	I	E	K	R	X	E	G	R	R	
R	A	A	L	Q	D	F	U	R	B	O	X	Y	R	C	
I	O	B	G	E	S	B	W	X	B	Y	R	L	C	R	
R	F	X	X	X	R	O	W	O	G	E	I	L	D	J	
A	F	J	W	R	C	A	P	X	J	I	J	O	D	R	
L	F	C	N	D	O	V	R	J	P	U	F	Y	Z	R	

9. oldal

8. oldal

katicabogár
levéltetű
méh
darázs

hasznos káros

atka
levéltetű
észke
pajzstetű

hasznos káros

atka
levéltetű
darázs
észke

hasznos káros

méh
levéltetű
katicabogár
darázs

hasznos káros

10. oldal

11. oldal

14. oldal

3 zöldség + 3 gyümölcs = 21
 2 zöldség + 2 gyümölcs = 19
 1 zöldség - 1 gyümölcs = 3
 2 zöldség + 2 gyümölcs = 22

15. oldal

HINDI EGYHÁZOK
 HÍVATALOS A PÁRIZSI
 KALIT A FOLDSÉKELI
 A SZÜNDI
 HAZI LÉVELI
 HÁNDI EGYHÁZOK

16. oldal



facebook.com/europaifrissskalandok • instagram.com/europaifrissskalandok
www.frutti-veggi.hu • www.frutti-veggi.fr • www.fruttiveggi.eu