

Quiz delle verdure

ANCO+707

 1	 2	 3	 4	B 5	 6	 7	 8
 23	 24	L 25 C	 26	 27	 28	 9	R 10
 22				 29		 11	
 21				S 30 P		 12	
F 20	 19	 18	 17	 16	Z 15 A	 14	 13

Regole del gioco

Numero di giocatori

Da 2 a 4 giocatori singoli, oppure in numero superiore ma, in questo caso, in squadra.

Svolgimento della partita

Ciascun giocatore posiziona la propria pedina sulla casella "partenza ", poi lancia il dado. Inizia il giocatore che ottiene il numero più alto.

Il primo giocatore lancia il dado, poi avanza di tante caselle quanti sono i punti del lancio. Il giocatore scopre il tema su cui verterà la sua domanda:

- Peperone : *cucina e sensoriale*
- Broccolo : *botanica*
- Mais: *chi sono?*
- Pisello: *lo sai?*

Il vicino di sinistra del giocatore pesca una carta, gli propone di scegliere il livello di difficoltà e gli legge la domanda.

Ciascuna carta contiene due domande: la prima (in verde) è facile, o adatta a un bambino di otto anni, la seconda (in rosso) è difficile.

Se il giocatore dà la risposta esatta, avanza di 1 casella (se la domanda era della categoria *facile* – colore verde) o di 2 caselle (se la domanda apparteneva alla categoria *difficile* - colore rosso).

Altrimenti, passa il turno al suo vicino di destra.

Vince il primo giocatore che riesce a raggiungere la casella "Arrivo".

Attenzione: quando un giocatore si posiziona su una casella contenente una o più lettere dell'alfabeto, dovrà dire il nome di un frutto e/o di una verdura che inizi con le lettere indicate. Se il giocatore non troverà i nomi di frutta e verdura con quelle iniziali, sarà costretto a tornare indietro di 3 caselle.

Consigli per l'utilizzo

Complimenti, avete scaricato un gioco fantastico!

Prima di iniziare a divertirvi, seguite queste istruzioni:

1. Stampate tutto il file
2. Ritagliate tutte le carte e componete dei mucchietti per ciascun tema : *cucina/sensoriale, botanica, chi sono?, lo sai.*
3. Ritagliate le figurine che vi serviranno come pedine
4. Procuratevi un dado
5. Giocate !

Buono a sapersi:

Le domande cosiddette "facili" sono adatte bambini di almeno 8 anni e sono scritte in *verde*. Questo gioco è adatto anche a giocatori di età maggiore, a cui si consiglia di rispondere alle domande "difficili" riportate in *rosso*.

Prima di cominciare, è meglio sapere che gli ortaggi si dividono in tante diverse tipologie, anche in base alla pianta di cui fanno parte e a come viene usata nella nostra alimentazione. Esistono infatti:

- a) ortaggi a frutto: cetriolo, zucchina, zucca, peperone, melanzana, pomodori
- b) ortaggi a stelo: carciofo, cavolfiore, broccolo, asparago
- c) ortaggi da seme: legumi (fava, pisello, fagiolo, cece, lupino)
- d) ortaggi a foglia: lattuga, radicchio, indivia, borragine, spinacio, catalogna, cavolo, bietola
- e) ortaggi da fusto: sedano, finocchio, cardo
- f) ortaggi da radice: ravanello, carota, barbabietola, rapa
- g) ortaggi da tubero: patata, topinambur (patata americana)
- h) ortaggi da bulbo: cipolla, aglio, scalogno, porro, cipollotto

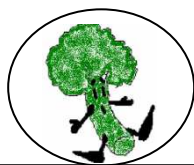
Le vostre pedine sono loro!



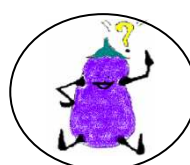
CLEOPATRA, la rapa



CARLOTTA, la carota



ROMOLO, il broccolo



LILIANA, la melanzana



Cucina e sensoriale



Nomina un ortaggio che si mangia crudo ed è croccante.
Ravanello, cetriolo, carota, peperone.

Qual è l'ortaggio ingrediente principe della parmigiana?
Melanzana



Cucina e sensoriale



Il cetriolo è un ortaggio tenero o croccante?
Croccante

Qual è il legume che, per tradizione, deve si mangia l'ultimo giorno dell'anno?
Le lenticchie



Cucina e sensoriale



Trova 3 aggettivi per descrivere l'asparago (forma, consistenza, gusto)

Qual è l'ortaggio che non può mancare sulla pizza?
Il pomodoro



Cucina e sensoriale



La carota cruda è un ortaggio tenero o croccante?
Croccante

Immergendolo nell'acqua calda il ravanello diventa tutto rosso. Vero o Falso?
Falso, ma succede immergendolo in acqua e limone!



Cucina e sensoriale



La barbabietola rossa è un ortaggio tenero o croccante?
Tenero

Qual è l'ortaggio che si trova maggiormente nella salsa alla bolognese?
Il pomodoro



Cucina e sensoriale



La zucchina cotta è un ortaggio tenero o croccante?
Tenero

Qual è il legume che si trova maggiormente nell'oumos?
Salsa di ceci



Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più amara: fagiolino, indivia, mais?
L'indivia

Quale verdura se mangiata in abbondanza garantisce un'abbronzatura dorata?
La carota



Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più amara: pisello, lattuga riccia, carota?
Lattuga riccia

Qual è la forma di un ortaggio tagliato a julienne?
Bastoncini o lamelle sottili



Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più amara: lenticchia, peperone verde, carciofo?
Peperone verde

Come si fa a evitare che la polpa dell'avocado annerisca?
Spruzzandola con succo di limone.





Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più dolce:
lattuga, mais, zucchina?

Mais

Vero o Falso: E' vero che mangiare la patata cruda favorisce l'assorbimento dei nutrienti in essa contenuti?

Falso. Per le patate la cottura è sempre necessaria in quanto favorisce la scomposizione degli amidi.



Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più dolce:
barbabietola rossa, spinacio,
cetriolo?

La barbabietola rossa

Che cos'è una patata in camicia?

Una patata cotta con la buccia.



Cucina e sensoriale



Qual è la verdura più dolce:
indivia, broccolo, carota?

Carota

Vero o falso: È il colore della buccia dell'avocado che ci indica se è maturo

Falso. Indipendentemente dal colore della buccia, quando è maturo deve essere leggermente tenero.



Cucina e sensoriale



Che gusto ha il finocchio?

Di anice

Con quale ortaggio le patate si sposano bene all'insalata e diventano rosa?

La barbabietola rossa



Cucina e sensoriale



Trova 3 aggettivi per
descrivere il pomodoro (forma,
consistenza, gusto)

La carota si può mangiare come dessert. Vero o Falso?

Vero. è l'ingrediente base per molte ciambelle (con le mandorle, il cioccolato o lo zenzero)



Cucina e sensoriale



Trova 3 aggettivi per
descrivere cavolfiore (forma,
consistenza, gusto)

Quale ortaggio si trova nel tzaziki?

Il cetriolo (greco)



Botanica



Di che colore è la carota?

Arancione

Sono una zucchina cresco in aria, sul terreno o dentro il terreno?

Sul terreno



Botanica



Di che colore è la zucchina?

Verde

Sono un cavolo, cresco in aria, sul terreno o dentro il terreno?

Sul terreno



Botanica



Di che colore è la melanzana?

Viola

Sono una carota, cresco in aria, sul terreno o dentro il terreno?

Dentro il terreno



Botanica



Di che colore è il pomodoro?

Rosso

Sono un porro, cresco in aria, sul terreno o nel terreno?

Dentro il terreno



Botanica



Di che colore è il cavolfiore?

Bianco

Sono un ravanella, in quale stagione è possibile raccogliermi?

Primavera - estate



Botanica



L'avocado è un vegetale a foglia, radice, stelo o frutto?

Frutto

Sono un broccolo, in quale stagione è possibile raccogliermi?

Estate - autunno



Botanica



Il peperone è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Frutto

Sono un fagiolino, in quale stagione è possibile raccogliermi?

Estate - autunno



Botanica



La carota è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Radice

Trovate l'intruso: cetriolo, peperone, rapa.
rapa (unico ortaggio a radice)



Botanica



La rapa è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Radice

Trovate l'intruso: lattuga, spinacio, barbabietola.
Barbabietola (unico ortaggio a radice)



Botanica

Il finocchio è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Stelo

Trovate l'intruso: ravanella, rapa, pisello.
Pisello (unico ortaggio verde)



Botanica

L'asparago è un ortaggio in foglia, radice, stelo o frutto?

Stelo

Trovate l'intruso: cetriolo, zucchina, pomodoro.
Pomodoro (unico ortaggio rosso)



Botanica

L'insalata è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Foglia

Cos'è il ciuffo della carota?
Le foglie



Botanica

Lo spinacio è un ortaggio a foglia, radice, stelo o frutto?

Foglia

Il crescione è una varietà di cavolo?
vero (famiglia delle Brassicacee, denominata anche Crucifere)



Botanica

Sono un pomodoro, cresco in aria, sul terreno o dentro il terreno?

In aria

Gli avocado nascono su un albero o a terra?
Nascono su un albero, la pianta di avocado.



Botanica

Sono il mais, cresco in aria, sul terreno o dentro il terreno?

In aria

Dì un colore di peperone
Verde, giallo o rosso





Chi sono?



Mi si raccoglie per terra, nel bosco in autunno, chi sono?
Il fungo

Di forma rotonda o lunga, di colore rosa o nero, sono un ortaggio a radice che si mangia crudo, chi sono?
Il ravanello



Chi sono?



Sono lungo, sottile e verde, chi sono?
Il fagiolino

Assomiglio ad un fiore, con i petali più rigidi e lo stelo più grosso, chi sono?
Il carciofo



Chi sono?



Sono piccolo, verde e posso rotolare nei vostri piatti, chi sono?
Il pisello

Sono utilizzata in insalata, ma anche per nutrire gli animali o per fare lo zucchero, chi sono?
La barbabietola



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola carota?

Lascio il mio colore rosa/viola su tutto quello che mi tocca, chi sono?
La barbabietola rossa



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola barbabietola?

Sono fresco e buono se mi mescoli all'insalata. Per alcuni le mie fettine, poggiate sugli occhi, sono un ottimo rimedio contro la stanchezza. Chi sono?

Il cetriolo



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola porro?

Alimento preferito da Braccio di Ferro, sono uno degli ortaggi più leggeri, chi sono?
Lo spinacio



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola pomodoro?

I guerrieri del Galles mi portavano come segno distintivo, chi sono?
Il porro



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola cetriolo iniziando dalla fine?

Assomiglio al peperoncino, posso essere verde, rosso, arancione o giallo, chi sono?
Il peperone



Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola zucchina iniziando dalla fine?

Nelle favole mi trasformo in carrozza e ad Halloween in maschera. Se mi cucini, invece, posso diventare un'ottima zuppa.
La zucca





Chi sono?



Sai suddividere in sillabe la parola sedano iniziando dalla fine?

Quando mi cucinano emanano un odore fortissimo, chi sono?
Il cavolfiore



Chi sono?



Chi è verde tra il broccolo e il cavolfiore?

Il broccolo

Sotto una pila di materassi, solo una vera principessa può accorgersi di me, chi sono?
Il pisello



Chi sono?



Sono verde e croccante. Generalmente immerso nell'aceto, ho un sapore forte, chi sono?

Il cetriolino

Farò piangere chi tenderà di spogliarmi, chi sono?

La cipolla



Chi sono?



Faccio fuggire i vampiri, chi sono?

L'aglio

Mi chiamano Lollo, riccia o crespina, chi sono?
L'insalata



Chi sono?



Sono grande e lungo, il mio stelo è bianco e tenero e la mia testa è verde. Chi sono?

Il porro

Sono buona frita, al forno, bollita e anche nella minestrina, chi sono?

La patata



Chi sono?



Sono piccolo, rotondo, rosso, dolce e acido. Piaccio con l'aperitivo, chi sono?

Il pomodoro ciliegino

Sono lungo e sottile. Il mio nome assomiglia a quello di un legume. Ma non sono né bianco né bollito, sono verde! Chi sono?

Il fagiolino



Chi sono?



Piccoli chicchi dorati, sono il primo cereale mondiale. Chi sono?

Il mais

Una volta riscaldato e scoppiato, mi si mangia zuccherato o salato, al cinema o all'aperitivo, chi sono?
Il mais (pop corn)



Chi sono?



Di colore arancione, sono l'ortaggio preferito dai conigli, chi sono?

La carota

Antenato del cavolfiore, sono verde e molto utilizzato nella cucina italiana. Chi sono?

Il broccolo



Lo sai?

Per quanto tempo si può conservare una melanzana in frigorifero? 1 giorno, 1 settimana o 2 settimane
Una settimana

Vero o falso: Le lenticchie contengono più fibre delle zucchine

Vero, gli alimenti più ricchi di fibre sono i cereali e i legumi secchi!



Lo sai?

In quale occasione si decorano le case con le zucche?
Halloween

Vero o falso: l'avocado è un vegetale che gli Aztechi e i Maya in Messico consumavano già 8000 anni fa

Vero



Lo sai?

Vero o falso: solo i conigli mangiano i ciuffi delle carote
Falso, li mangiamo anche noi, nella zuppa!

Vero o falso: nel Medio Evo, la carota era uno degli ortaggi più cari

Falso, grazie al suo prezzo basso era uno degli ortaggi più consumati



Lo sai?

Quanti frutti e ortaggi è consigliabile mangiare al giorno?
5 frutti e ortaggi

Vero o falso: la zuccina è nata nel sud della Francia nel XII secolo
Falso, viene dall'Italia.



Lo sai?

Vero o falso: i fiori di zuccina non sono commestibili
Falso

Vero o falso: il faraone Cheope amava ricompensare i suoi guerrieri migliori offrendo loro un mazzo di porri
È vero!



Lo sai?

Vero o falso: Si raccomanda di mangiare 5 frutti e verdure ogni giorno per dimagrire
Falso, è per crescere bene e rimanere in buona salute per tutta la vita

Qual è il più grande produttore di rape?
Il Regno Unito



Lo sai?

Vero o falso: lo spinacio è l'alimento che apporta più ferro.
Falso, è la carne che dà il maggiore apporto di ferro

Vero o falso: l'aglio, consumato regolarmente, diminuirebbe il tasso di colesterolo.
Vero



Lo sai?

Vero o falso: La castagna è una verdura
Vero!

Vero o falso: ci sono più vitamine del gruppo C nel cavolo che nella carota
Vero



Lo sai?

Convien scegliere un carciofo con le foglie aperte o chiuse?
Piuttosto chiuse. Proprio come un fiore, quando le brattee sono aperte, rischia di essere troppo maturo.

In Francia il pomodoro si coltiva dal XVI secolo.
Falso, si iniziò a coltivarlo solo nel XVIII secolo e a consumarlo correntemente soltanto dopo la prima Guerra Mondiale





Lo sai?



La rutabaga è: una caramella al gusto di fragola, un ortaggio a radice parente della rapa, un ortaggio a foglia parente dello spinacio?
Un ortaggio a radice, parente della rapa

Qual è il più grande produttore di barbabietole rosse?

L'italia



Lo sai?



Le verdure surgelate contengono la stessa quantità di vitamine delle verdure fresche acquistate al supermercato, e perfino di più. Vero o Falso?

Vero, perché, restando sugli scaffali del supermercato o nel vostro frigorifero in attesa di essere mangiate, le verdure perdono progressivamente le loro vitamine, mentre una volta surgelate non le perdono!

Vero o falso: un francese consuma in media più di 9 Kg di carote all'anno

Vero



Lo sai?



Vero o falso: È in Italia che il broccolo è più popolare

Vero

Quando è fresco, un calvolfiore contiene la stessa quantità di vitamina C di un'arancia

Vero

