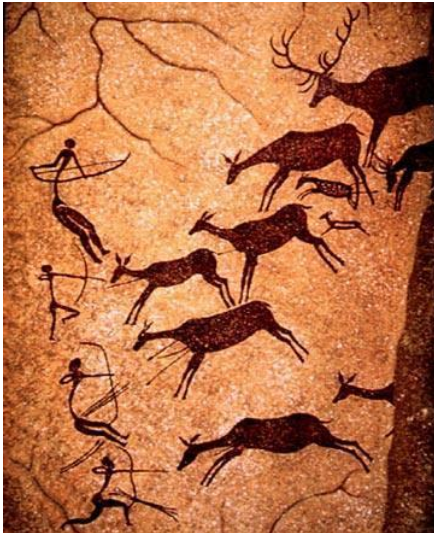
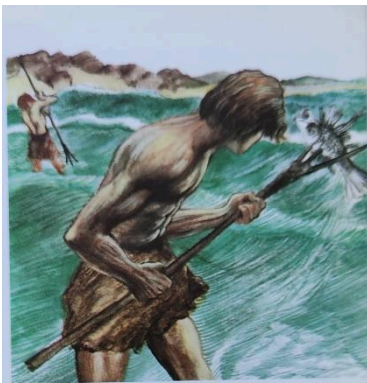


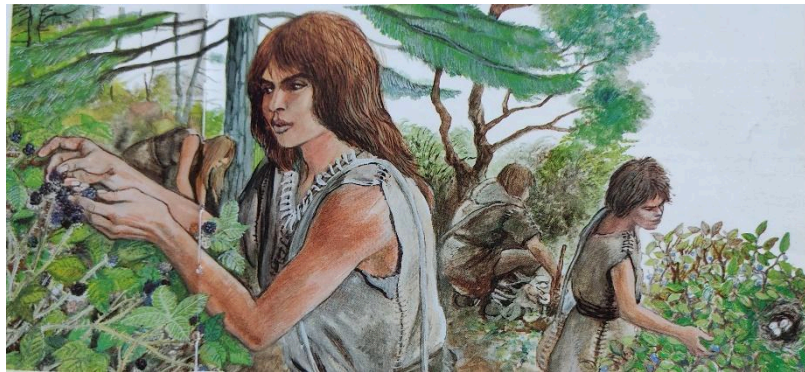
LA RICERCA DEL CIBO NEL PALEOLITICO: come i Sapiens facevano la spesa? Osserva le immagini e descrivi



Grotta dei Cavalli
Spagna



Qui i pescatori arpionano i pesci armati d'una specie di tridente, che era poi un'asta di legno con tre punte di zagaglia d'osso.



L'animale viene ferito prima di essere abbattuto da un gruppo di cacciatori, che lo fissano a colpi di zagaglia.

LA RICERCA DEL CIBO OGGI. Disegna come tu e la tua famiglia fate la spesa.

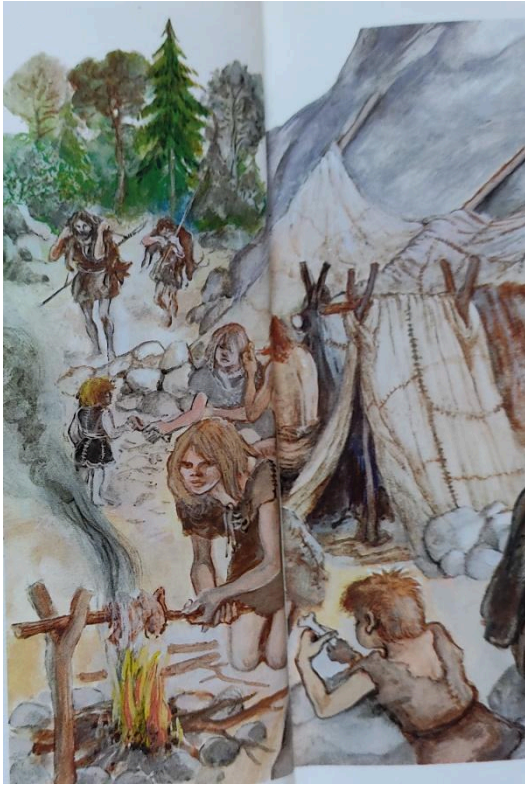
Rifletti:

1. Quali differenze ci sono tra la spesa di oggi e quella del paleolitico? Secondo te nel paleolitico gli uomini e le donne trovavano tutto il cibo che volevano velocemente?

LA CUCINA AL TEMPO DEL PALEOLITICO

LA CUCINA NELLA TUA FAMIGLIA

Disegna

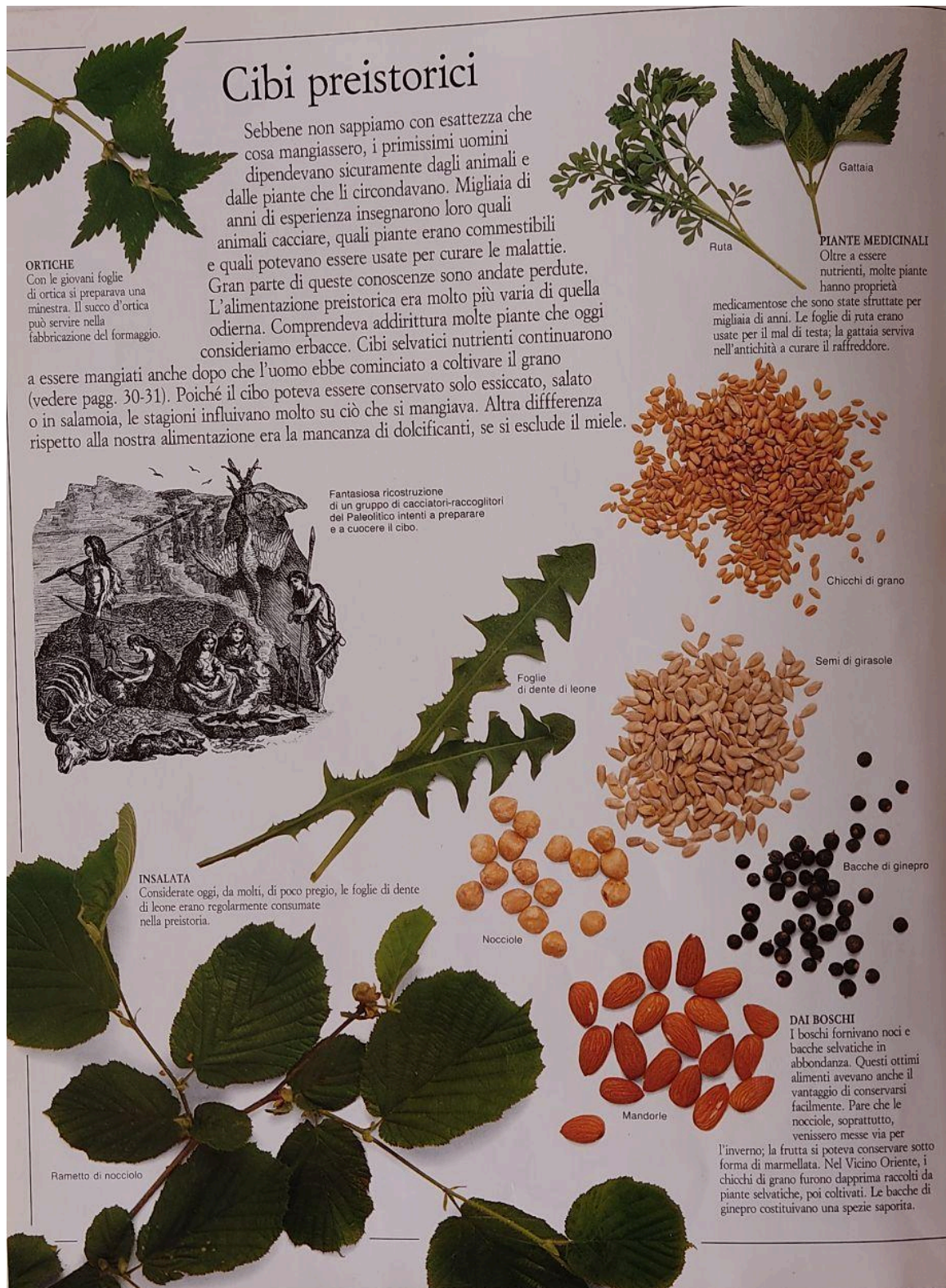


SOMIGLIANZE E DIFFERENZE

IL MENÙ DEL PALEOLITICO: Cosa mangiavano i nostri antenati?

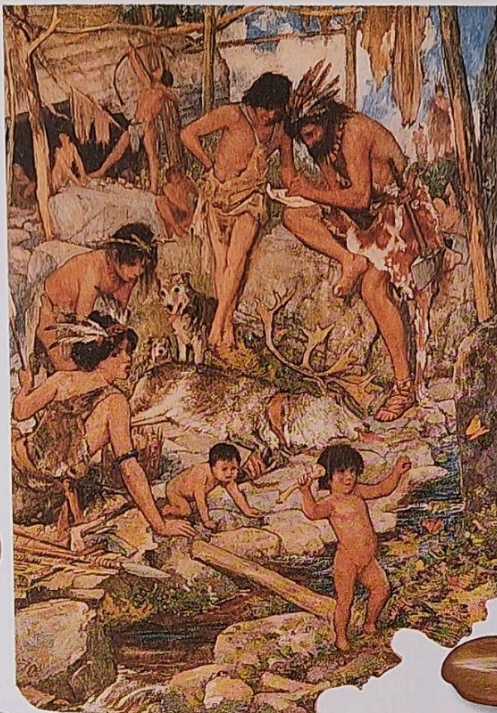
Secondo gli storici i Sapiens del Paleolitico mangiavano questi cibi. I cacciatori – raccoglitori trovavano questo cibo intorno a loro quando era possibile e la stagione era adatta. Noi al supermercato troviamo sempre tutto quello che ci serve?

Circonda i cibi che mangi anche tu



CIBI PER LA FAMIGLIA

Dallo studio di società recenti, possiamo dedurre, per analogia, che i cacciatori-raccoglitori preistorici avevano un'alimentazione molto varia; ogni membro della famiglia svolgeva la sua parte nella ricerca del cibo. Gli uomini cacciavano gli animali selvatici, come il cervo maschio mostrato in figura. La maggior parte del cibo, però, era spesso raccolto dalle donne e dai bambini, e consisteva di piante, uova, noci e, forse, pesci.



Uova di quaglia

SALMONE

Dal 10 000 a.C. almeno, l'uomo usò lunghe fiocine per catturare i salmoni nei fiumi europei.



Damigella aromatica



Basilico



Menta

ERBE

Nella preistoria, come ancora oggi, molte erbe venivano raccolte per dare sapore al cibo.



Salvia



Granelli di pepe nero



LA CACCIA
Pittura parietale: uomini che cacciano l'alce gigante.

FRUTTA

La frutta costituiva un importante alimento per i popoli primitivi del Mediterraneo. Oltre ad essere ricca di sostanze nutritive, poteva essere seccata e conservata. Con l'uva si faceva anche il vino.



Uva



Datteri

Fichi

Fieno greco



Coriandolo

VARIETÀ DI SAPORE

Oltre al sale, usato più per conservare il cibo che per insaporirlo, esistevano numerosi condimenti e spezie tuttora in uso. Alcune, come il coriandolo, erano apprezzate anche perché stimolavano il sistema digestivo.



Le foche erano una buona fonte di cibo per i popoli settentrionali.



COTTURA DELLA CARNE

Questa è la ricostruzione di un antico metodo per cuocere la carne. Il taglio di carne era avvolto in un involuoco di pelle fissato con un ramoscello, poi buttato in un recipiente d'acqua portata all'ebollizione immergendovi pietre preventivamente arroventate sul fuoco (vedere alle pagg. 16-17). Più comunemente la carne veniva arrostita sulle braci ardenti con l'aiuto di uno spiedo.

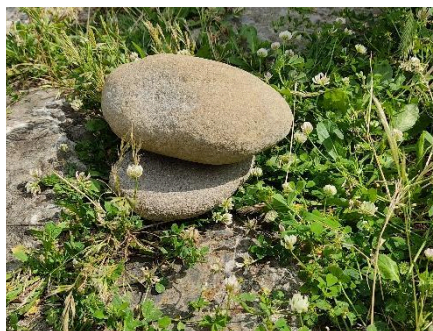
E TU COSA MANGI?

Disegna o elenca alcuni cibi che non vedi nella foto ma che sono presenti spesso nella tua cucina

Tra gli alimenti del presente forse avrai disegnato il pane o la schiacciata. Intervista i tuoi genitori o i nonni per sapere:

1. Quali ingredienti servono per fare il pane?
2. Hai mai fatto il pane in casa?
3. Hai mai visto fare il pane?
4. Se ti rispondono che sanno fare il pane chiedi loro di insegnarti
5. Poi scrivi e disegna come si fa
6. Se nella tua famiglia non hanno mai fatto il pane chiedi al fornaio quali ingredienti servono e come si fa
7. Disegna e scrivi il tipo di pane che mangiate di solito a casa tua (esempio pane bianco, pane integrale, pane senza lievitazione, baguette ecc.).

Per finire osserva la foto di Maurizio con un reperto archeologico. Secondo te cosa è? A cosa serve? Cosa sta facendo Maurizio? Poi guarda il video e racconta quello che vedi.





https://drive.google.com/file/d/14oIKKdMlxXBq-_bC-KZyvQ4TU65QT1eh/view?usp=share_link

Questi sono alcuni indizi per scoprire come è cambiata l'alimentazione degli uomini e delle donne. Quando tornerai a scuola ne parleremo insieme e scoprirai tante cose...