

Skutečně  
zdravá škola

# VÝROBA JABLEČNÉHO MOŠTU

**Lisování jablečné šťávy je skvělý způsob, jak naučit děti o sezónnosti místních jablečných plodů.**





**Na podzim naplánujte návštěvu  
místního sadu nebo použijte svá  
vlastní jablka ze školní zahrady.**

**V sadu se děti mohou dozvědět o  
různých odrůdách jablek, které se  
běžně pěstují.**

# Skutečně zdravá škola



**Děti nebo žáci mohou sami sbírat spadená jablka nebo je trhat z nižších stromů.**

**Skutečně  
zdravá škola**

**Jablka mohou sbírat  
do velké krabice,  
bedýnky, kbelíku  
nebo koše.**



# Skutečně zdravá škola



**Děti nebo žáci mohou společně přenášet nádoby s jablky na místo moštování.**



**Promluvte si s majitelem sadu a zjistěte, zda by bylo možné zapůjčit si lis na jablka do školy.**

**Pokud máte ve škole své jabloně, zvažte koupi vlastního lisu.**

## Skutečně zdravá škola



Před lisováním by se jablka měla nakrájet, aby bylo lisování snazší. Poté, co dětem ukážete, jak správně držet nůž, mohou jablka nakrájet na malé kousky.





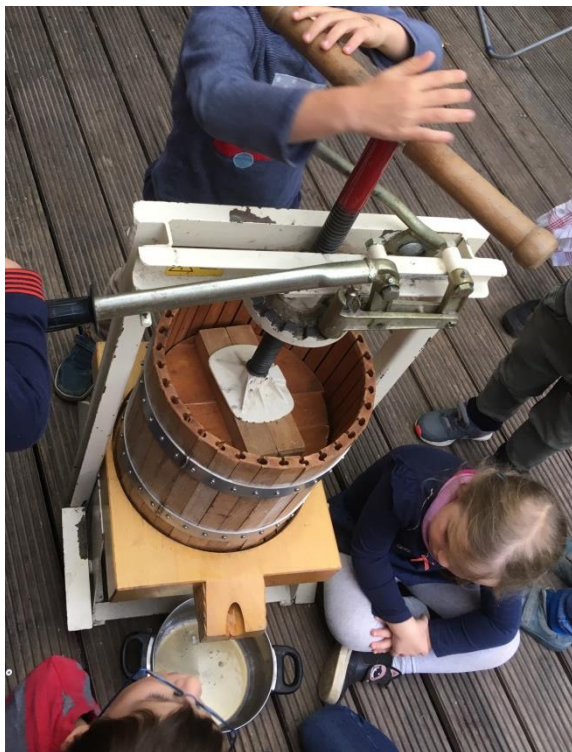
# Skutečně zdravá škola



Prvním krokem procesu  
moštování je nakrájení  
jablek na kusy.



# Skutečně zdravá škola



Po nakrájení nebo nastrouhání jablek, se mohou konečně moštovat! Děti rády sledují první kapky šťávy, které se vylisují!



## Skutečně zdravá škola

Po vymoštování děti konečně ochutnají šťávu. Domácí a čerstvá - skutečný chuťový zážitek! Pokud se používají různé druhy jablek, pak je rovnováha sladkých a kyselých chutí vyvážená a šťáva je ještě chutnější.



**Tento materiál vznikl v rámci projektu „Rozvoj programu Skutečně zdravá škola“, který je spolufinancován Státním fondem životního prostředí České republiky na základě rozhodnutí ministra životního prostředí.**

[www.sfzp.cz](http://www.sfzp.cz)

[www.mzp.cz](http://www.mzp.cz)



---

Ministerstvo životního prostředí