

Απ' το στάρι ...

Η Δήμητρα, θεά της γεωργίας για τους αρχαίους Έλληνες, δίνει στον Τριπτόλεμο, γιο του βασιλιά της Ελευσίνας, τους πρώτους σπόρους σταριού για να δείξει την ευγνωμοσύνη της στην οικογένειά του που τη φρόντισε, όταν απελπισμένη για το χαμό της κόρης της Περσεφόνης τριγυρνούσε και δεν άφηνε τίποτα να φυτρώσει πάνω στη γη. Ο γενναιόδωρος Τριπτόλεμος γύρισε όλο τον κόσμο προσφέροντας παντού το πολύτιμο αυτό δώρο και δείχνοντας πώς καλλιεργείται.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Μεγάλο μέρος των δραστηριοτήτων πραγματοποιούνται από τις παιδαγωγούς. Είναι σημαντικό τα παιδιά να παρακολουθήσουν τη διαδικασία και τα στάδια των δραστηριοτήτων, συμβάλλοντας κατά το δυνατόν.

Το εκπαιδευτικό υλικό που αποτυπώνει μέσα από την τέχνη όλη την πορεία από το στάρι στο ψωμί, προτείνεται να μεγεθυνθεί και να συζητηθεί με τα παιδιά. Μπορεί να συζητηθεί και ως μια διαδικασία που πραγματοποιείται σε πολλές περιοχές του κόσμου, από την αρχαιότητα ως σήμερα (διαπολιτισμική διάσταση).

Η σπορά



Vincent Van Gogh, *Ο σπορέας*, λάδι σε μουσαμά, 1888.



Σπορά. Μεσαιωνική μινιατούρα από τη Γαλλία, 1470-1480 περίπου.

Το όργωμα

Γαλλο-ρωμαϊκό μωσαϊκό



Ο θερισμός



Ανάγλυφο από την αρχαία Αίγυπτο, 2338-2298 π.Χ. περίπου.



Kasimir Malévich, *Γυναίκα που θερίζει*, λάδι σε μουσαμά, 1912.

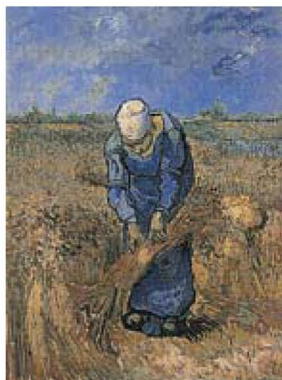


Δημήτριος Γιολτάσης, *Θημωνιές*, λάδι σε μουσαμά.

Τα δεμάτια και το μάζεμα των σταχυών

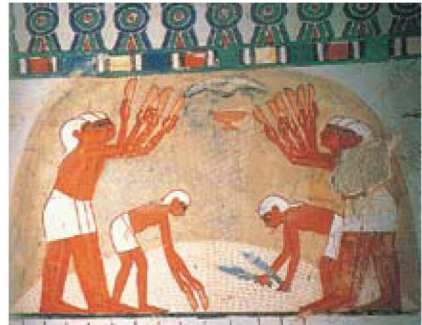


Jean-François Millet, *Οι σταχομαζώχτρες*, λάδι σε μουσαμά, 1857



Vincent Van Gogh, *Χωρική δένει δεμάτια*, λάδι σε μουσαμά, 1889.

Ο διαχωρισμός του καρπού: το αλώνισμα, το λίχνισμα, οι θημωνιές



Λίχνισμα με ξύλινα φτυάρια. Από αιγυπτιακό τάφο, 1400 π.Χ. περίπου.



Nicolo Dell' Abate (1509-1571), *Αλώνισμα*, λάδι σε μουσαμά.

Jacques Hap, *Πορτρέτο της φύσης, άχυρα και μπρούντζος*, 1987.



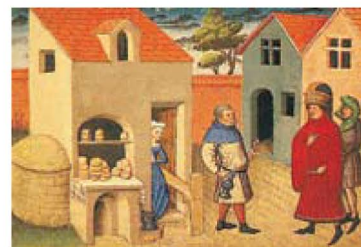


Βελισσάριος Βουτσάς, *Μεταφέροντας το αλεύρι*.
Φωτογραφία από την Κάρπαθο, Μουσείο Ελληνικής Λαϊκής Τέχνης.

...στο ψωμί



Το ζύμωμα, γύψινο
αγαματάκι από αρχαίο
αιγυπτιακό τάφο, 2350 π.Χ.
περίπου.



Το μαγαζί του φούρναρη,
από χειρόγραφο του 15ου
αιώνα.



Αδελφοί Les Nain, *Γεύμα χωρικών*,
λάδι σε μουσαμά, 1642



Θεόφιλος, *Μέγα αρτοποιείον*
εκ Θεσσαλίας της πρωτεύουσας
Λαρίσης. Λεπτομέρεια.

Paul Cézanne, *Ψωμί και αυγά*,
λάδι σε μουσαμά, 1865



René Magritte, *Ο χρυσαφένιος
μύθος*, λάδι σε μουσαμά, 1958.



Fabrice Domercq, Χωρίς τίτλο, ψωμί και ακουαρέλα, 2001.



Le Prisonnier de Bâle,
Χωρίς τίτλο, Γλυπτική με ψίχα ψωμιού,
ανάμεσα στο 1928 και το 1934.



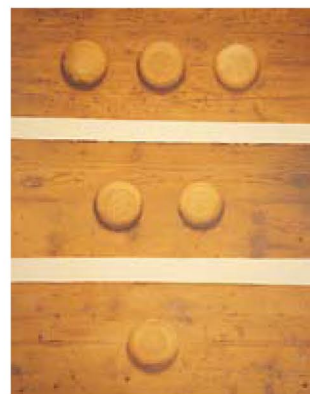
Pétra Werlé, Το τσίρκο της αγάπης,
ψίχα ψωμιού, κόρα ψωμιού,
οδοντογλυφίδες, 2002.



Αλέξανδρος Καλούδης, Κουλουράκια, λάδι σε μουσαμά.



Θ. Παπαγιάννης, εγκατάσταση, 1996.

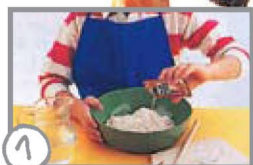


Χ. Μπακόρας,
Άρτος επιούσιος, 1997.



Νικόλαος Γύζης, Επιτραπέζιο με ψωμιά, λάδι σε μουσαμά.

Ψωμί, ψωμάκι νόστιμο



Τα παιδιά ανακατεύουν το αλεύρι με το αλάτι και τη μαγιά. Κάνουν στο κέντρο μια γούβα.



Ρίχνουν το χλιαρό νερό λίγο λίγο και ανακατεύουν καλά τη ζύμη μέχρι να γίνει ομοιογενής.



Πλάθουν καλά τη ζύμη για 10' με 15', μέχρι να γίνει πολύ ελαστική και την κάνουν μια μεγάλη μπάλα.



Βάζουν τη ζύμη σε μια λεκάνη και τη σκεπάζουν με διαφανή μεμβράνη. Την αφήνουν να «ξεκουραστεί» για 40'-45' σε ζεστό μέρος: η ζύμη θα γίνει διπλάσια.



Με τα δάχτυλα ζυμώνουν τη ζύμη απαλά, σαν να τη χαϊδεύουν, χωρίς να την ανοίξουν και τη χωρίζουν σε πολλές μικρές μπάλες. Προσοχή: κάθε ρωγμή πρέπει να την κλείνουν με τα δάκτυλά τους.



Τα παιδιά πλάθουν τις μπάλες κατευθείαν στο ταψί στα σχήματα που θέλουν. Αλείφουν τα ψωμάκια με τον κρόκο του αυγού για να έχουν χρυσαφί χρώμα όταν θα ψηθούν.



Με τα δημητριακά, το γλυκάνισο και τον παπαρουνόσπορο διακοσμούν τα ψωμάκια και η/ο παιδαγωγός τα βάζει για 30' περίπου σε μέτριο φούρνο.

Υλικά που χρειάζονται

- 500 γραμμάρια αλεύρι
- ένα κουταλάκι αλάτι
- μαγιά (ένα φακελάκι)
- 300 γραμμάρια χλιαρό νερό
 - ένα αυγό
 - σουσάμι
- νιφάδες από διάφορα δημητριακά
 - ξερές σταφίδες
 - γλυκάνισο
- παπαρουνόσπορος
 - μια λεκάνη
 - ένα ταψί
 - ένα πινέλο μαγειρικής
- διαφανής μεμβράνη



Ψωμί, ψωμάκι*

Το ψωμί είναι μια τροφή με μεγάλη ιστορία, που κρατά εδώ και οκτώ χιλιάδες χρόνια. Υπήρξε η πιο βασική τροφή, που δεν έλειπε ποτέ από το τραπέζι.

Σε δύσκολους καιρούς, όταν κάθε άλλη τροφή έλειπε, το ψωμί ήταν αυτό που κρατούσε τους ανθρώπους στη ζωή. Έτσι, σε πολλά μέρη του κόσμου έγινε από τα αρχαία χρόνια ιερό σύμβολο της τροφής, αλλά και της ίδιας της ζωής.

Στη γέννηση, τη βάφτιση, το γάμο, αλλά και στις μεγάλες γιορτές ετοιμάζονται ειδικά ψωμιά που πιστεύεται ότι προσφέρουν δύναμη και προστασία.

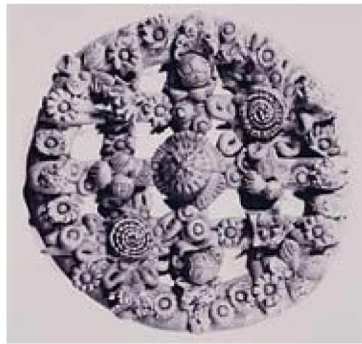
«Φάγαμε ψωμί κι αλάτι» λένε οι άνθρωποι που η ζωή τούς έδωσε με βαθιά φιλία. Καθένας μας δουλεύοντας «κερδίζει το ψωμί του».

Αλλά και η διεκδίκηση μιας καλύτερης ζωής έχει συμπυκνωθεί στη φράση: «Ψωμί, Παιδεία, Ελευθερία».

Πρώτα θεμέλια του σπιτιού ψωμί, κρασί και λάδι



Κουλούρα γάμου από τον
Ασπρόπυργο Αττικής



Χριστουγεννιάτικη
κουλούρα από την Κρήτη



Κουλούρα του σπιτιού
από τη Σίφνο



Ψωμί γάμου
από την Ήπειρο

Άνθρωπος που δεν πεινάσει τι θα πει ψωμί δεν ξέρει.

Ο φούρνος φτιάχνει το ψωμί κι ο ήλιος τη μπουγάδα!

**Καλύτερα να σου τρώει η γάτα το ψωμί,
παρά οι ποντικοί τ' αλεύρι.**

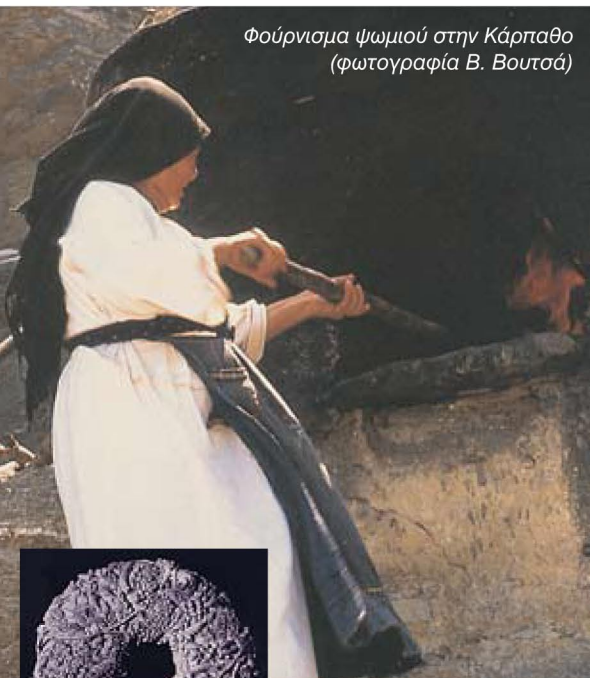
Εφτά νομάτοι δυο ψωμιά κι εγώ ο καημένος ένα.

Τραγούδι του γάμου από τα Δωδεκάνησα

Ελάτε όλα τα πουλιά
να κάμετε ζυμάρι.
Οπου 'σμιξε το μάλαμα
με το μαργαριτάρι.
Κουλούρι πλάθω του γαμπρού
Κουλούρι του κουμπάρου.

* Το φωτογραφικό υλικό της δραστηριότητας, καθώς και το παραπάνω κείμενο προέρχονται από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Πινακωτή πινακωτή, από το άλλο μου τ' αυτό» που σχεδιάστηκε από τη Βάσω Πολυζώη, φιλόλογο-μουσειοπαιδαγωγό για το Λαογραφικό Μουσείο Στεμνίτσας.

...λαζαράκια και πασχαλινά κουλούρια



Φούρνισμα ψωμιού στην Κάρπαθο
(φωτογραφία Β. Βουτσά)



Κουλούρα γάμου
από τα Ανώγεια
της Κρήτης

Είπε το ψωμί ψωμάκι.

**Ο χορτάτος λέει ψωμί
κι ο νηστικός ψωμάκι.**

Πασχαλινά κουλούρια από τη Σίφνο (φωτ. Διαμαντή)



Κατασκευή κουλουριών στη Σίφνο (Φωτ. Διαμαντή)

Οι γυναίκες παλιότερα συνήθιζαν το Σάββατο του Λαζάρου να πλάθουν κουλούρια σε σχήμα ανθρώπου, τα λαζαράκια ή λαζάρους. Όμως και στα πασχαλινά κουλούρια συχνά έδιναν σχήμα ζώου ή ανθρώπου. Πολλές φορές έβαζαν στο κέντρο τους ένα κόκκινο πασχαλινό αυγό.



Λαζαράκια
και κουλούρια
διακοσμητικά

**Υλικά που χρειάζονται
για τα διακοσμητικά
λαζαράκια**

- ένα ποτήρι αλάτι
- ένα ποτήρι νερό
- δύο ποτήρια αλεύρι
- διαφανές βερνίκι
- κόκκινα αυγά
- μια λεκάνη
- ταψί
- ένα κουτάλι

Ανακατεύουμε το νερό με το αλάτι. Ρίχνουμε το αλεύρι και ζυμώνουμε καλά, μέχρι να γίνει η ζύμη ελαστική.

Αν η ζύμη γίνει ξερή, προσθέτουμε λίγο νερό. Αν γίνει πολύ μαλακή, προσθέτουμε λίγο αλεύρι. Φτιάχνουμε με τη ζύμη ανθρωπάκια και ζώα. Αν θέλουμε, βάζουμε στη μέση ένα κόκκινο αυγό. Ψήνουμε τα κουλούρια σε μέτριο φούρνο για 30'-40', μέχρι να ροδίσουν. Τα λαζαράκια αυτά είναι τόσο αλμυρά που δεν τρώγονται, αλλά διατηρούνται πολύ καιρό. Για να διατηρηθούν περισσότερο καιρό, όταν κρυώσουν μπορούν να περαστούν με διαφανές βερνίκι.