

Guia educativa
Tornem
a la **TERRA**
tradicions del camp

Unitat Didàctica 1
Les conserves



Unitat Didàctica 1: Les conserves

1. Presentació del projecte “Tornem a la Terra”
2. Justificació del projecte “Tornem a la Terra”
3. Guia educativa “Tornem a la Terra”
 - 3.1. Objectius
 - 3.2. Competències
 - 3.3. Metodologia
4. Unitat didàctica 1 (UD1): “Les conserves”
 - 4.1. Objectius específics de la UD1 “Les conserves”
 - 4.2. Continguts
 - 4.3. Criteris d'avaluació
 - 4.4. Material per al professorat: les conserves
 - 4.5. Activitats generals sobre les conserves
 - 4.6. Capítol 1.1: etnoclip “Olives trencades”
 - 4.6.1. Activitats específiques
 - 4.6.2. Transcripció etnoclip “Olives trencades”
 - 4.7. Capítol 1.2: etnoclip “Conserva de tomata”
 - 4.7.1. Activitats específiques
 - 4.7.2. Transcripció etnoclip “Conserva de tomata”
 - 4.8. Capítol 1.3: etnoclip “Xereques”
 - 4.8.1. Activitats específiques
 - 4.8.2. Transcripció etnoclip “Xereques”



1. Presentació del projecte

“Tornem a la terra” és un projecte educatiu dirigit als cursos de 5è i 6è de primària i a 1r, 2n, 3r i 4t de l'ESO. La finalitat d'aquest projecte és preservar el coneixement i les tradicions rurals de la mà de dones eivissenques, acostant-les a les generacions més joves. Amb això es pretén que aquestes generacions siguin capaces de posar en pràctica aquestos coneixements que proporcionen aprenentatges d'autosuficiència al camp.

El projecte consta d'una sèrie d'etnoclips sobre productes artesanals i d'una guia didàctica per treballar-los amb l'alumnat. Els productes presentats en els etnoclips són elaborats per dones en finques rurals de diferents municipis d'Eivissa.

L'etnoclip és un format audiovisual de curta durada, dinàmic i atractiu, amb un llenguatge visual que combina el documental i l'etnografia, ciència que estudia els pobles i la seua cultura.

D'aquesta manera, el projecte “Tornem a la terra” s'ofereix com un registre de tradicions i maneres de vida de la comunitat eivissenca mitjançant l'observació i la descripció de la seua identitat i estil de vida.

2. Justificació del projecte

Les dones han jugat un paper fonamental en el desenvolupament sostenible del medi rural i en la perpetuació de les tradicions culturals. Han elaborat molts dels productes necessaris per a la família, com aliments, medicines, vestimentes, utensilis i objectes decoratius i lúdics. El que no podien fabricar ho aconseguien a través de l'intercanvi o la venda dels seus productes artesanals, la qual cosa al seu torn suposava una entrada econòmica complementària per a la unitat familiar.

El coneixement d'aquestes dones per transformar matèria primera local en productes artesanals s'adquireix des de la infantesa i s'ha anat transmetent de manera oral de generació en generació. És aquest un llegat cultural molt valuós per a la societat eivissenca, que ha estat fonamentalment invisibilitzat pel fet de desenvolupar-se en l'àmbit domèstic.

Els etnoclips pretenen ser un registre audiovisual d'aquesta saviesa abans que aquestes dones desapareguin. Un registre que, acompanyat de la guia educativa, permet acostar el medi rural als i les joves, proporcionant-los eines d'autosuficiència i transmetent la importància de preservar la riquesa del camp de la nostra illa. Mitjançant la transformació de matèries primeres locals reduïm la nostra petjada ecològica, eliminam l'impacte del transport i de l'envasament dels productes, i contribuïm així a recuperar l'equilibri natural del planeta.



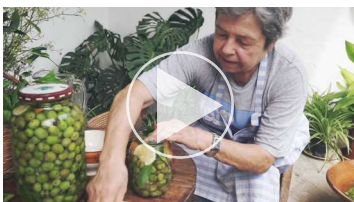
3. Guia educativa

Aquesta guia educativa està pensada com un recurs per al professorat. S'organitza en unitats didàctiques que al seu torn recullen diferents capítols. Cada capítol ve acompanyat d'un etnoclip amb una durada aproximada de 5 minuts.

Aquest projecte es concep com una biblioteca de coneixement que estarà en constant creixement a mesura que es vagin gravant nous etnoclips. Fins al moment comptem amb les següents unitats didàctiques:

Unitat Didàctica 1

LES CONSERVES



Cap.1.1 Olives trencades



Cap.1.2 Conserva de tomata



Cap.1.3 Xereques "figues seques"

Unitat Didàctica 2

ARTESANIA



Cap.2.1 Ceràmica



Cap.2.2 L'espart

Unitat Didàctica 3

PLANTES AROMÀTIQUES



Cap.3.1 Herbes eivissenques



Cap.3.2 El romaní

Unitat Didàctica 4

REBORISTERIA



Cap.4.1 Orelletes



Cap.4.2 Flaó

Unitat Didàctica 5

ALIMENTS BÀSICS



Cap.5.1 Formatge



Cap.5.2 Mel



Cap.5.3 Oli d'oliva

3.1. Objectius

Els objectius generals d'aquesta guia són els següents:

- Presentar la riquesa del món rural a les aules per fomentar-ne la protecció.
- Valorar i preservar la riquesa de les tradicions de l'entorn rural.
- Promoure la recuperació de les tradicions per a viure de manera autosuficient.
- Visibilitzar el coneixement que han aportat les dones al món rural.
- Reconèixer i analitzar els rols de gènere en l'entorn rural.
- Posar de manifest el valor i importància de les activitats del sector primari per al manteniment dels ecosistemes.
- Destacar com l'elaboració de productes tradicionals protegeix el medi ambient a curt, mitjà i llarg termini.



Aquesta guia educativa s'alineja amb 4 dels 17 *ODS (Objectius de Desenvolupament Sostenible) de l'Agenda 2030 de la Nacions Unides¹:



"L'educació promou oportunitats d'aprenentatge, ajuda a millorar la vida i el desenvolupament sostenible"



"La importància de la igualtat de gènere radica en el fet que és la base necessària per a aconseguir un món pacífic, pròsper i sostenible"



"Reduir la petjada ecològica mitjançant un canvi en els mètodes de producció i consum és urgent per a un creixement econòmic i un desenvolupament sostenible"



"Protegir, restablir i promoure l'ús sostenible dels ecosistemes terrestres"

¹ <https://www.agenda2030.gob.es/objetivos/home.htm>

3.2. Competències

A través de les activitats proposades en aquesta unitat didàctica es treballen les següents competències:



Competència en comunicació lingüística

Aprendre a seleccionar i organitzar la informació rellevant

Escoltar i dialogar de forma ordenada i respectuosa en treballar en grup

Utilitzar el llenguatge per a desenvolupar preguntes que facilitin la interlocució en el treball de camp



Sentit de la iniciativa i esperit emprenedor

Plantejar metes assolibles, transformant les idees en accions

Utilitzar diverses estratègies per a dur a terme el projecte plantejat

Desenvolupar actituds de creativitat, confiança, responsabilitat, sentit crític i cooperació

Desenvolupar hipòtesis i contrastar-les a través de l'observació i l'experimentació en el treball de camp



Competència a aprendre a aprendre

Desenvolupar l'atenció, concentració, memòria, comprensió i expressió lingüística

Motivar el treball autònom i la presa de decisions

Tenir la capacitat de cooperar amb els altres per treballar en equip

Planificar, observar i registrar la informació de les entrevistes

Seleccionar, organitzar i presentar la informació obtinguda



Competències socials i cíviques

Respectar els valors socials i mediambientals

Avaluar les conseqüències ambientals dels nostres hàbits

Prendre decisions de consum més responsable que puguin beneficiar la societat

Valorar el treball i dedicació de les persones entrevistades



Competència digital

Buscar i seleccionar la informació en la xarxa

Utilitzar els recursos tecnològics per a gravar i editar la informació recollida



Consciència i expressions culturals

Utilitzar l'art audiovisual per documentar la informació

Desenvolupar la imaginació i la creativitat

3.3. Metodologia

Les activitats detallades en aquesta unitat didàctica s'han pensat per a un rang d'edat flexible, les quals, mitjançant el criteri del professorat, hauran d'adaptar-se al nivell educatiu corresponent, des de 5è de primària a 4t de l'ESO:

El principal recurs didàctic amb el qual treballarem són els etnoclips, vídeos en què es presenten breus seqüències dels processos d'elaboració de diferents productes tradicionals del camp d'Eivissa.

Es proposen activitats per realitzar abans i després del visionat de l'etnoclip, a l'aula i fora de l'aula. El professorat pot seleccionar prèviament les activitats, en funció del temps que es vulgui dedicar al projecte.

En aquesta guia es busca fomentar diferents competències i capacitats en l'alumnat aplicant les següents estratègies metodològiques:

- Treball per competències amb activitats experimentals, pràctiques, innovadores i creatives.
- Metodologia participativa amb treballs cooperatius en grup potenciant l'escolta, la presa de decisions en consens i la participació igualitària.
- Foment del treball autònom i l'ús de noves tecnologies per a obtenir informació.
- Desenvolupament d'hipòtesis que puguin ser contrastades a través de l'observació i l'experimentació en el treball de camp.
- Creació d'estratègies de comunicació, enunciant preguntes que facilitin la interlocució durant els processos de recerca social en el treball de camp.



Unitat didàctica 1

4. Les conserves

Aquesta unitat didàctica se centra en la temàtica de les conserves i consta de dos capítols:

Capítol 1.1: "Olives trencades"

Capítol 1.2: "Conserva de tomata"

Capítol 1.3: "Xereques"

Les primeres activitats proposades en aquesta unitat didàctica treballen de forma més genèrica el tema de les conserves.

Dins dels capítols es proposen altres activitats relacionades directament amb els productes elaborats en els etnoclips.



4.1. Objectius específics de la UD1 "Les conserves"

- Els objectius específics d'aquesta unitat didàctica són:
- Conèixer els mètodes de conservació d'aliments.
- Conèixer algunes varietats de plantes del camp eivissenc i els seus usos.
- Aprendre les receptes de conserves que realitzen les dones de l'illa d'Eivissa.
- Descobrir els beneficis de produir conserves:
 - Aprofitament dels productes del camp.
 - Eina d'autosuficiència.
 - Reducció de la petjada ecològica.



4.2. Continguts

Els continguts de la unitat didàctica de les conserves es presenten en tres grups interrelacionats: els conceptes i sabers, els procediments que faciliten l'aprenentatge, i les actituds i els valors que es desenvolupen durant l'aprenentatge:



Conceptuals

El valor i ús dels productes del camp a través de la transformació de matèries primeres

El rol de les dones en el medi rural

La relació entre l'elaboració de productes del camp i la protecció del medi ambient

Les similituds i les diferències en l'elaboració de conserves al món



Procedimentals

Trobar informació a internet o a través d'una enciclopèdia

Les tècniques per elaborar conserves a partir de matèria primera

La identificació d'herbes aromàtiques per realitzar-hi conserves

L'adquisició de coneixements a través del contacte i la transmissió intergeneracional

L'elaboració d'una entrevista

L'ús del vídeo com a eina de recerca



Actitudinals

La presa de consciència del valor de la vida rural i la importància de la protecció del camp

L'apoderament de les generacions joves en el seu rol per conservar l'entorn rural

Valorar el treball de les dones en el medi rural

Tenir curiositat per aprendre de les dones de l'entorn rural

4.3. Criteris d'avaluació

Els criteris d'avaluació són indicadors perquè l'alumnat aconseguir objectius i adquireixi competències.

Per valorar si l'alumnat ha après i ha adquirit coneixements, habilitats i actituds que l'ajudin en la seua realització i desenvolupament personals, el professorat pot orientar-se amb els següents criteris d'avaluació:

- Valora el treball de la dona en el medi rural.
- Coneix la varietat de tècniques per a elaborar conserves amb els recursos naturals de la zona i d'altres parts del món.
- Adquireix coneixements per transformar matèries primeres.
- Aprèn a elaborar una conserva seguint una recepta.
- Treballa de manera cooperativa i valora el treball en grup per enriquir la recerca.
- Formula preguntes per realitzar una entrevista.
- Fa ús de l'eina audiovisual per enriquir la recerca.
- Descobreix els avantatges de la producció de conserves per ser més autosuficient.
- Comprèn i valora el medi rural com a font de vida.
- Desenvolupa hàbits de cura i respecte cap a la naturalesa.
- Reconeix algunes plantes autòctones i els seus usos.
- Aprèn a través del contacte intergeneracional de persones de l'entorn pròxim.
- Entén el rol que tenen els i les joves en la conservació del medi ambient i l'entorn rural.



4.4. Material per al professorat: Les conserves

A continuació es detalla informació específica sobre les conserves que ajudarà el professorat a dinamitzar les activitats de reflexió a classe:

1. Quina és la importància de les conserves en les nostres vides?

L'estacionalitat dels aliments i la seva caducitat va empènyer a les societats antigues a buscar maneres de conservar els aliments peribles, allargant la seva durabilitat i alentint la seva deterioració de manera que poguessin estar proveïts en èpoques d'escassetat.

Actualment els processos de conservació que s'apliquen als aliments són industrials, però en moltes zones rurals encara es continuen aplicant mètodes artesanals de conservació d'aliments.

2. Per què s'espatllen o deterioren els aliments?

Conservar els aliments redueix la humitat i evita la reproducció de bacteris, el creixement de llevats, fongs i altres microorganismes que poden emmalaltir a l'ésser humà, així com retarda l'oxidació dels greixos que provoquen el seu enranciment.

Per a saber si un aliment està en condicions aptes de consum podem simplement usar els cinc sentits i reconèixer així si s'ha espatllat. En la majoria dels casos emprar la vista i l'olfacte ens servirà.

3. Quins productes es conserven?

Tot tipus de fruites, vegetals, llegums, cereals, carn i peix. Pràcticament tots els aliments es poden conservar emprant diferents tècniques.

4. Quins productes naturals s'usen per a conservar els aliments?

- El sucre
- La sal (embotits i peixos en salaó)
- El vinagre
- L'oli i els greixos
- La mel
- El gel

5. Quines tècniques s'usen per a conservar aliments de manera natural?

Per matar i evitar que tornin a créixer els bacteris i els fongs en els aliments existeixen diverses tècniques de conservació i, encara que no totes mantenen les propietats dels aliments, sí que permeten que siguin comestibles.

La humitat i la calor
acceleren la deterioració per això convé conservar-los en llocs secs i foscos.

L'envasament al buit:
evita l'oxidació i allarga la conservació dels aliments.

Adobats:

El vinagre i la sal en l'aigua (salmorra) suposen un mitjà hostil per als microorganismes. Se solen fer adobats amb pastanagues, cebes, cogombres, olives, tàperes, entre altres.

El concentrat en sucre:

addició de sucre a preparats de fruites com l'almívar o la mermelada. D'aquesta manera s'evita l'oxidació del fruit. També la mel pot usar-se.

Assecat o deshidratat:

llevar tota l'aigua i la humitat d'un aliment a través de la calor per a així evitar que es reproduixin els bacteris (fruites, carns i peixos).

Salaó:

l'aliment es cobreix amb sal per a deshidratar i evitar l'atac de gèrmens, actuant com a antisèptic i protegint els aliments (carn, peix i a vegades fruites i vegetals).

Fumats:

col·locar l'aliment en el fum del foc. Es conserva amb l'efecte antimicrobià del fum de la fusta cremada, la deshidratació i la destrucció de gèrmens (carn, peix i formatge).

Conserves en oli o greixos:

es cobreixen amb oli els aliments perquè aquest els aïlla i impedeix el seu contacte amb microorganismes (formatge, peixos, carns).

4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 1 "Conserves per viure"



Lloc: Al'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Accés a una enciclopèdia o connexió a internet.

Descripció: A l'alumnat se li proposa una sèrie de preguntes sobre les conserves. En grups reduïts primer realitzen una pluja d'idees i a continuació contrasten els seus coneixements investigant a internet:

- Per què es varen començar a fer conserves?
- Quins són els mètodes de conserves tradicionals?
- Es pot aconseguir ser autosuficient en una finca al camp?
- Quins són els productes què es conserven?

Reflexió: Finalment s'estableix un diàleg obert entre els grups per compartir els resultats de les seues recerques i fer una reflexió grupal sobre la importància de les conserves i els seus usos.



4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 2

"Les conserves i les dones"



Lloc: Dins i fora de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: Reflexió en grup i elaboració d'entrevista: 120' | Rodatge i edició: 180'.
Reflexió final a l'aula: 60'.

Materials i recursos: Càmera de vídeo, gravadora de veu o mòbil.

Descripció:

1. En parelles o en grups, penseu en una dona d'Eivissa que que conegui el procés d'elaboració tradicional d'alguna conserves (per exemple: olives, xereques, tomata, peix sec, confitura...) per a fer-li una entrevista i gravar-la. Podeu investigar en el vostre entorn més pròxim, en el centre cultural, en mercats artesanals...

2. Redactau conjuntament les preguntes per fer una entrevista a aquesta dona. Algunes preguntes per a la recerca podrien ser: Qui realitza tradicionalment aquesta activitat, homes o dones? Qui li va ensenyar a desenvolupar-la? Quina època de l'any es realitza aquestes conserves? Quins recursos naturals utilitzen i d'on extreuen la matèria primera? Com és el procés d'elaboració, des de l'obtenció dels materials fins a la finalització del producte?

3. Dissenyau el pla de rodatge: la localització de l'entrevista, el calendari per a cada acció i la distribució de rols. Per exemple: Qui fa la producció? Qui gravarà? Qui entrevistarà? Qui editarà?

4. Posteriorment es visualitzen en classe els enregistraments i es fa una reflexió grupal per extreure conclusions, per exemple: Quins conserves es realitzen a Eivissa? Per què era important l'elaboració d'aquestes conserves? A qui se li assignava tradicionalment l'elaboració d'aquestes conserves? A qui s'assignava tradicionalment l'elaboració d'aquests productes? Per què creis que se'ls assignava aquest rol?

4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 3

"Les conserves i el medi ambient"



Lloc: A casa i a l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: Elaboració 60' | Reflexió a l'aula: 60'.

Materials i recursos: Accés a una enciclopèdia o connexió a internet.

Descripció:

1. **Individualment, escull una conserva de supermercat que trobis a la teva cuina**, com per exemple: confitures, menjar en pot de vidre o entlatada, fruits secs, embotits...
2. **Investiga a l'etiqueta del producte:** lloc de envasat, ingredients i material amb què estan fets els envasos que es fan servir per conservar aquests aliments.
3. **Investiga per internet (amb ajuda del professor o professora) com s'obté aquest producte i quines matèries primeres s'utilitzen** quina distància recorre el producte des del lloc de fabricació fins a ca teua, quines problemàtiques socials/ecològiques/de salut planteja obtenir aquests productes (per exemple: uso de conservants, ús de pesticides...).
4. **Investiga per internet (amb ajuda del professor o professora) com es fabrica els envasos.** i quines problemàtiques mediambientals i residus es generen durant la fabricació i l'ús.- Com puc contribuir jo per a consumir aliments que siguin més respectuosos amb el medi ambient?
5. **Emplena aquesta taula comparativa** de la conserva de supermercat seleccionat per comparar-la amb conserves fetes a casa o elaborat tradicionalment.
6. **Comparteix les teues recerques amb la resta de la classe** i elaborau una taula conjunta de tots els resultats obtinguts.



4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 3

Taula

Conserva triada de supermercat	KM. des de l'origen de envasat	Coste económic (preu de compra)	Conservants que s'hi afegeixen (llegir l'etiqueta)	Residus que genera quan es consume	Conserva elaborat tradicionalment	KM. des de l'origen de envasat	Coste económic (preu de producció aprox.)	Conservants que s'hi afegeixen	Residus que genera quan es consume

4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 3

"Les conserves i el medi ambient"



7. Investiga i reflexiona a l'aula sobre els resultats d'aquesta taula, a continuació es detallen algunes preguntes que poden orientar-te:

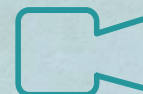
- Quines diferències observau entre les conserves fetes a casa o de forma artesanal i els produïts industrialment?
- Què aporta l'elaboració pròpia i el consum de les conserves locals a cura del medi ambient i la salut?
- Quina diferència hi ha entre els residus que generen els productes industrials davant dels productes de proximitat elaborats amb tècniques tradicionals?
- Quines conseqüències pot tenir per a nosaltres perdre el coneixement de les tècniques tradicionals de producció de conserves?
- Com puc contribuir jo per a consumir aliments més respectuosos amb el medi ambient?



4.5. Activitats generals sobre les conserves

Activitat 4

"Les conserves en el món"



Lloc: Dins i fora de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: Reflexió en grup i elaboració d'entrevista: 120 ' | Rodatge i edició: 180'.
Reflexió final a en classe: 60'.

Materials i recursos: Càmera de vídeo, gravadora de veu o mòbil.

Descripció:

1. En parelles o en grups, **penseu en una dona d'una altra nacionalitat diferent de l'espanyola** que conegui, hagi realitzat o continuï realitzant conserves del seu país (per exemple: qualsevol aliment conservat) per fer-li una entrevista i gravar-la. Podeu investigar en les vostres famílies, el vostre barri, centres culturals, en mercats artesanals...
2. **Elaboreu conjuntament les preguntes per a fer una entrevista** a aquesta dona. Algunes preguntes per a la recerca podrien ser: Qui realitza tradicionalment aquesta activitat, homes o dones? Qui la va ensenyar a desenvolupar-la? Quins recursos naturals utilitza i d'on extreu la matèria primera? Com és el procés d'elaboració des de l'obtenció dels materials fins a la finalització del producte? Quins tipus de productes s'elaboren i quines funcions o finalitat té el producte?...
3. **Dissenyar el pla de rodatge:** la localització de l'entrevista, el calendari per a cada acció i la distribució de rols. Per exemple: Qui fa la producció? Qui gravarà? Qui entrevistarà i qui editarà?
4. **Posteriorment es visualitzen a classe** els enregistraments i es fa una reflexió grupal per a extreure conclusions, per exemple: Quines conserves es realitzen en aquest país? A qui se li assigna tradicionalment la seua elaboració? Per què creis que se'ls assignava aquest rol? Quines diferències i similituds hi ha entre aquestes conserves realitzades per dones d'altres països i les realitzades per dones d'Eivissa? Aquestes diferències tenen a veure amb l'adaptació a l'entorn?



4.6. Capítol 1.1. Olives trencades

Aquest capítol es relaciona amb l'etnoclip "Olives trencades". Les activitats descrites a continuació estan orientades per ser treballades abans i després de visionar el dit etnoclip. Hi ha activitats grupals i individuals, per a dins i per a fora de l'aula.



Cap.1.1 Olives trencades

4.6.1. Activitats específiques

Activitat 6

"Usos i costums de les olives"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Accés a una enciclopèdia o connexió a internet.

Descripció: Abans del visionat es proposa a l'alumnat una sèrie de preguntes sobre les olives. En grups reduïts, contesten en primer lloc sobre la base dels seus coneixements previs. A continuació, els contrasten investigant a internet:

- En quina època de l'any es recullen les olives?
- En quins moments es consumeixen tradicionalment les olives?
- Qui solia elaborar les olives a les finques i per què?
- En quines parts del món s'elaboren conserves d'olives?



4.6.1. Activitats específiques

Activitat 7

"Visionat de l'etnoclip "Olives trencades"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Connexió a internet per visionar l'etnoclip "Olives trencades", a través de l'enllaç següent:

Descripció: Després del visionat, el professorat llança unes preguntes per consolidar els coneixements adquirits a través del etnoclip "Olives trencades":

- Quins tipus d'olives existeixen i quins productes s'hi elaboren?
- Què es necessita per fer conserva d'olives?
- Quant de temps s'ha d'esperar abans de menjar-les?
- Per què per a na Pepa és important la conservació de l'entorn natural?
- Què diu na Pepa sobre el rol que tenen les generacions més joves en la conservació de l'entorn rural?



4.6.1. Activitats específiques

Activitat 8

"Elaboració de conserva d'olives trencades"



Lloc: Fora de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 1 setmana de preelaboració, 1 hora d'elaboració.

Materials i recursos:

- Olives "ullastres".
- Pot de vidre esterilitzat (bullit en aigua prèviament durant uns 20 minuts).
- Llimó verd, fulles de llimoner, fulles de llorer, frígola, fonoll, codony i bitxet.
- Sal, ou i fulles de garrover.

Descripció: En aquesta activitat seguirem la recepta de na Pepa per preparar olives trencades. Al vídeo es descriuen dues formes de conservació d'olives: les olives senceres, que es deixen macerar tres mesos aproximadament, i les olives partides, que es poden menjar en un dia. Els passos a seguir per a la seua elaboració són els següents:

- Sortir al camp o a alguna finca d'algú conegut a reconèixer i recollir les olives i les herbes que es necessiten per elaborar la recepta.
- Deixar les olives ullastres una setmana en aigua i canviar-los l'aigua cada dos dies.
- Partir una per una les olives amb una maça o pedra.
- Ficar al pot de cristall les herbes prèviament recol·lectades: llimó verd, fulles de llimoner, fulles de llorer, frígola, fonoll, codony i bitxet.
- Fer la salmorra amb sal i aigua fins a aconseguir que un ou hi suri.
- Posar-hi fulles de garrover perquè les olives no surtin del pot.



4.6.2. Transcripció etnoclip "Olives trencades"

“El que és important és que cuidem la naturalesa, cuidem el nostre camp, cuidem el nostre entorn, els nostres patis i tot això.

Perquè nosaltres que ja som majors ho puguem aprofitar, i vosaltres encara ho pugueu aprofitar més, perquè si ho heu cuidat els que venen darre-re també podran.

Una manera de viure lliure i sí, sana.

Mentre que si la gent jove escolta el que se'ls va explicant sabran el que s'ha fet a Eivissa i que es pot continuar fent, perquè qui tenia oli sabia que tenia de que trempar el menjar.

He acabat d'agafar les olives, ara les posarem en remull, que estiguin una setmaneta, uns dies.

(cantant)

Això són ullastres, els ullastres són redons i no tenen oli i les olives són allargadetes i és amb el que feim oli.

Crec que aquí dins ja en tenc suficients, he de preparar les coses per posar-hi.

Au, crec que ja en tenim prou...

Ara verd, que li dona gust, ara ens falten unes fulles de llimoner, una mica de frígola verda, una

mica de llorer, una mica de fonoll i ara això ho lligarem així.

Unes fulles de llorer, una mica de codony, una fulla de llimoner.

Ara hem de preparar la salmorra, és a dir perquè ho conservi.

Posam un ou aquí dins, hi posam aigua, i ara anirem posant-hi sal i removent. Ara provarem si l'ou hi sura o si encara li falta.

Veig que ja res, ja res, perquè ja ho tenim preparat.

Agafam l'aigua de salmorra, au, ara fins que estigui fins a dalt unes fulletes de garrover, que així no surten les olives.

Aquestes són les dues classes més normals, aquestes són les olives senceres, és a dir, les hem agafat, les hem deixat en remull en aigua una setmaneta i al cap de tres mesos o així, més endavant, perquè ja te les pots menjar també, si no les vas tastant, com això es pot destapar sense cap problema.

Aquestes es poden menjar demà mateix, perquè ja estan partides.

Perquè, au, a fer olives, a menjar-vos-les i que llavors els que sigueu jòvens pugueu ensenyar a fer-les als que venen darrere.

Que us surtin bones i pugueu passar-ho bé!

És feina de tots, cuidem la terra, cuidem el nostre entorn.”



Pepa Prats Ribas
Can Pou, Sant Josep de Sa Talaia

4.7. Capítol 1.2. Conserva de tomata

Aquest capítol es relaciona amb l'etnoclip "Conserva de tomata". Les activitats descrites a continuació estan orientades per ser treballades abans i després del visionar el dit etnoclip. Hi ha activitats grupals i individuals, per a dins i fora de l'aula.



Cap.1.2 Conserva de tomata

4.7.1. Activitats específiques

Activitat 9

"Usos i costums de la tomata"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Accés a una enciclopèdia o connexió a internet.

Descripció: Abans del visionat es proposa a l'alumnat una sèrie de preguntes sobre les tomates. En grups reduïts, contesten en primer lloc sobre la base dels seus coneixements previs. A continuació, els contrasten investigant a internet:

- En quina època de l'any es recullen les tomates?
- En quins plats s'usa la conserva de tomata?
- Qui solia fer la conserva de tomata a les finques i per què?
- En quins parts del món s'usa la conserva de tomata?



4.7.1. Activitats específiques

Activitat 10

"Visionat de l'etnoclip "Conserva de tomata"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Connexió a internet per visionar l'etnoclip "Conserva de tomata" a través de l'enllaç següent:

Descripció: Després del visionat, el professorat llança unes preguntes per consolidar els coneixements adquirits a través de l'etnoclip "Conserva de tomata".

- Per què és important fer conserva de tomata?
- Què es necessita per fer conserva de tomata?
- Quant pot durar la conserva de tomata?
- Segons na Maria, per què és important el camp?



4.7.1. Activitats específiques

Activitat 11

"Elaboració de conserva de tomata"



Lloc: Fora de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 1 hora d'elaboració.

Materials i recursos:

- Tomates madurs.
- Pot de vidre esterilitzat (bullit en aigua prèviament durant uns 20 minuts).
- Un colador, un recipient, una cullera, una olla, aigua i una cuina.

Descripció: En aquesta activitat seguirem la recepta de na Maria per preparar conserva de tomata. Al vídeo es descriu de forma molt senzilla l'elaboració de la salsa de tomata per conservar-la durant tot l'any. Els passos a seguir són els següents:

- Es recullen o es compren les tomates madures.
- S'escalden en aigua calenta uns minuts.
- Es pelen i es tallen a trossos. Com que tenen molta aigua, les posam en un colador, l'aigua passa baix i així no queda la salsa tan líquida.
- Es fiquen en un pot esterilitzat.
- Es treu l'aire del pot i es tanca.
- Es bullen 30 minuts en una olla per conservar-los al buit.



4.7.2. Transcripció etnoclip "Conserva de tomata"

“Per viure, idò, salut i ànim per seguir endavant, Viure, clar, sense el camp és molt difícil viure, és necessari perquè, clar, tot el menjar surt del camp, les verdures, farratge per als animals, farina per fer el pa, tot, tot surt del camp.

Si no el coneixen que el coneguin, perquè és una cosa meravellosa, és la vida, és una cosa que t’ho dona tot, és molt agradable, un plaer molt gros.

Es recullen les tomates per fer la conserva. N’hem trobat poques perquè les altres encara estan verdes.

Ara estic tallant les tomates per ficar-les al pot.

Pots escalfar aigua, poses les tomates dins d’un plat o el que sigui.

Com que tenen molta d’aigua posam aquest colador, l’aigua passa baix i així no queda la salsa tan líquida.

La tomata tallada es va col·locant als pots. Has de ficar-hi alguna cosa perquè no hi quedi aire, perquè si no a vegades hi queda molt aire dins.

Es tapa el pot i quan està ben atapeït es fica dins de l’olla.

Perquè, mira, una aprofita que és la temporada de tomates, i després si hi ha temporades que gaire-

bé no n’hi ha, bé, ara sempre n’hi ha, per vendre, però al camp en ple hivern no n’hi havia, tret que tenguessis un hivernacle o una cosa així, i així un dia et queda aquesta reserva, i si necessites fer una salsa de tomata n’agafes un pot i ja està.

Es posa a bullir i quan porta mitja hora bullint ja queda esterilitzada per poder guardar-la. Agafam l’olla i la posam a la cuina.

Quan bulli, es bull mitja hora i després ja es pot treure del foc, es deixa refredar i quan sigui es pot treure i guardar-la per a tot l’any.

Sí, jo crec que és la vida, és la vida, el camp. El miris pel costat que el miris sense el camp no hi ha vida.”



María Prats Ribas
Cas Costas, Sant Josep de Sa Talaia

4.8. Capítol 3.1. Xereques

Aquest capítol es relaciona amb l'etnoclip "Xereques". Les activitats descrites a continuació estan orientades per ser treballades abans i després de visionar el dit etnoclip. Hi ha activitats grupals i individuals, per a dins i per a fora de l'aula.



Cap.1.3 Xereques "figues seques"

4.8.1. Activitats específiques

Activitat 11

"Usos i costums de les figues"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Accés a una enciclopèdia o connexió a internet.

Descripció: Abans del visionat es proposa a l'alumnat una sèrie de preguntes sobre les figues. En grups reduïts primer realitzen una pluja d'idees i a continuació contrasten els seus coneixements investigant en internet:

- Quines varietats de figues tenim a Eivissa?
- En quina època de l'any es recullen les figues?
- Qui solia fer les xereques o les figues seques en les finques i per què?
- En quines parts del món s'elaboren figues seques?



4.8.1. Activitats específiques

Activitat 12

"Visionat de l'etnoclip "Xereques"



Lloc: Dins de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 30'.

Materials i recursos: Connexió a internet per visionar l'etnoclip "Xereques" a través de l'enllaç següent:

Descripció: Després del visionat, el professorat llança unes preguntes per consolidar els coneixements adquirits a través de l'etnoclip "Xereques".

- Què diu el refrany eivissenc per saber que una figa està llesta per collir?
- Per què la figuera s'adapta al clima d'Eivissa?
- Què es necessita per fer xereques?
- Segons Marina, per què és important escoltar el teu pare, mare i avant-passats?



4.8.1. Activitats específiques

Activitat 13

"Elaboració de xereques"



Lloc: Fora de l'aula | Dirigida a edats de 10 a 16 anys.

Temps estimat: 1 hora d'elaboració.

Materials i recursos:

- Figes flors.
- Pot de cristall net, assecador que traspassi l'aire.
- Frígola i fulla de garrover.
- Un colador, una olla, aigua i una cuina.

Descripció: En aquesta activitat seguirem la recepta del Marina per a preparar xereques. En el vídeo es descriu de forma molt senzilla l'elaboració de xerques i figes seques per a la seva conservació durant tot l'any. Els passos a seguir són els següents:

- Es recullen les figes flors quan estiguin madures però encara no clivellades.
- Partir per la meitat i assecar-les al sol sobre un canyís durant 4 o 5 diS'escalden en aigua calenta uns minuts.
- Donar la volta cada dia i guardar-les a la nit perquè no agafin humitat.
- Uniu-les en forma de cor, escaldau-les en infusió de frígola, 30 segons en tres vegades.
- Escampau-hi frígola i guardau-les en un pot ben pitjades amb fulla de garrover.



4.8.2. Transcripció etnoclip "Xereques"

"Trobo que és molt important el fet que hi ha un moment de sa vida que comiences a escoltar els teus pares i els teus avantpassats, no? Jo a sa abuela la tinc molt en consideració, al papà també, i la veritat és que hi ha coses que són molt importants que no es perdin, que sempre es mantinguin.

Al començament de sa temporada, veure ses plantes petites i ara cap a l'estiu veure que ho estàs recollint tot i portant-lo a casa per sa teva família, pels teus amics... Per mi és una sensació que m'agrada molt, que m'enorgulleix molt. Can Puvil és una finca ecològica, i el que intentem és que sigui el més sostenible possible. Sa figuera és un arbre local, i no necessita molta aigua, i això és molt important per a una illa que pateix de sequia. Nosaltres cogim ses figues, normalment las comencem a cogir ses breves a principi d'estiu. Ens agrada molt fer xereques o figues seques.

Aquest ganxo va molt bé per acostar les branques. Hi ha un dit eivissenc que diu: "Una figa per ser bona ha de ser clivellada, secaiona i bequejada per el pardal". Aquí tenim "verdals", que aquesta està bona, aquesta una mica oberta però encara està bona per menjar. I en canvi, en tenim aquestes, que ja estan més obertes. La figa és una flor, i com veieu estan més madures i comencen a obrir-se. Jo, de totes aquestes, utilitzaria aquesta d'aquí que encara està bona, no s'ha obert molt. Aquestes ja les deixaria per els pardals. Ses "blanques" són molt bones per assecar, la veritat, perquè són grosses i les pots obrir molt bé i fer una bona "xereca". Mira, aquests són "alborcor". Aquesta es molt bona, està clivellada, secaiona, només li falta, per sort no l'han bequejad els pardal. Lo curiós d'aquesta figa tan grossa i tan pulita, i al començament de juliol, també fa lo que le diuen la figa flor, que és per excel·lència les

que fariem les xereques. Aquí tenim tres figues negres, i aquí es veu molt bé sa diferència. Ses "martinencas" són negres i més petites. Les "alborcor" són més grosses i allargades. Les "bordissot" són molt paregudes a sa "martinencas", però d'un tamaño molt més gross. La "coll dama" sa diferencia de ses altres, de sa "verda", de sa "verdall" o de sa "blanca", perquè els coll el tenen més allargat. Les "orioles" són les últimes que sortin, ja per a setembre. Com diferenciar-les de les altres? Són bé redondetes i tenen aquesta petita coloració una miqueta lila.

El procés de fer-les és molt senzill, es simplement les partim, les eixugam durant quatre o cinc dies, li anem donant sa volta, super important, amagar-les per la nit perquè no li done sa rosada de la nit. I després, quan ja estan més eixutes, les unim, i fem aquesta forma pulita que té la "xereca" com un cor una miqueta, i les escaldem uan miqueta en una infusió de frígola. Una vegada que les hem escaldat, les tornem a eixugar. Super important que sa figa quedi bé eixuta, perquè és un producte de conservació. A mi m'agrada molt empolverar-li amb frígola, perquè li dona molt bon sabor i també ajuda molt per a sa conservació. I després les posem en pots, xafar-les bé, ficar-les en el pot ben apretades, com menys aire millor, per a així garantir sa conservació. Nosaltres lo feim un pot de vidre perquè comercialment perquè és més vistós. Ara agafarem fulles de garrover, les posarem dins del pot. Perquè van molt bé ses fulles de garrover per guardar sa humitat.

Com el meu exemple hi ha moltes aquí a Eivissa, moltes dones que han decidit agafar una miqueta aquesta batuta, de donar un pas i sortir d'aquella zona de confort, de sa feina asalariada, i ficar me en els camp. Per a mi lo més difícil no ha sit convertir-me en agricultora sinó decidir-ho. El fet de dir: Ho

faré! Jo animo a tothom que si té un somni, o vol fer feina en els camp, o de sa pesca, o de coses locals, que es decideixi i ho faci. Una vegada que estàs ficat, tot roda".



Marina Cardona Baos

Finca Ecològica Can Puvil, Sant Josep de Sa Talaia

Per fer xereques o figues seques:

- S'han de recollir les figues flors quan estiguin madures però encara no clivellades.
- Les heu de partir per la meitat i assecar-les al sol sobre un canyís durant 4 o 5 dies.
- Cada dia se'ls ha de donar la volta i guardar-les a la nit perquè no agafin humitat.
- Uniu-les en forma de cor, escaldau-les en infusió de frígola, 30 segons en tres vegades.
- Escampau-hi frígola i guardau-les en un pot ben pitjades amb fulla de garrover.

Bibliografia:

<http://www.eeif.es>

www.ibizaisla.es/gastronomia

<https://es.wikipedia.org/>

<https://www.terrafoodtech.com/metodos-de-conservacion-de-alimentos/>

Un project de



Financiat per



Realització i redacció de projecte "Tornem a la Terra": **Harmony Hita Torres**

Càmera i edició: **Jorge Pineda Bruges** | Foto fixa: **Jorge Pineda Bruges, Malaika Comet Asensio**

Disseny, il·lustració collage digital, grafisme: **Azucena Giganto Díez** | Assessorament Tècnic Guia Educativa: **Beatriz de Astorza Vergara**

Eivissa 2022