

26. 01. 2018 Primorske novice

Stran/Termin: 9

Naslov: Manj sendvičev in presladkih pijač z mehurčki

Naklada: 21.000,00

Avtor: MIRJANA CERIN

Površina/Trajanje: 527,24

Rubrika/Oddaja: PRIMORSKA

Žanr: POROČILO

Gesla: ŠOLA, MLADI



Na Srednji šoli Izola o zdravi prehrani in športu - Od nedelje gostijo 30 dijakov iz Italije, Nizozemske in Španije

# Manj sendvičev in presladkih pijač z mehurčki

V enoti Srednje šole Izola v mestu, kjer že vrsto generacij izobražujejo kuharje in natakarje, se ta teden osredotočajo na šport in zdravo prehrano. Od nedelje pa vse do jutri namreč gostijo v sklopu projekta Šport in zdrava prehrana za integracijo programa Erasmus plus 30 dijakov in njihovih mentorjev iz Italije, Nizozemske in Španije.

**IZOLA** ▶ Zanimivo pri tem je, da se dijaki, ki so povečini stari 16 let, na svojih šolah ne učijo kuhati, servirati ali streči, saj obiskujejo splošne ali tehnično-naravoslovne programe. V Izoli pa sodelujejo s približno 30 učenci srednje šole in njihovimi učitelji praktičnega pouka kuharstva oziroma strežbe, med katerimi so **Branko Miklobušec**, **Milica Živkovič** in **Irena Ličen**.

"Cilj projekta je spremeniti sodelujoče šole v okolje, ki bo spodbujalo zdravje in dobro počutje dijakov in s tem zagotavljalo njihovo socialno vključenost. V projekt so vključene šole iz italijanskega Jesija, nizozemskega Schijndela in španske Cambre," pojasnjuje ravnateljica

**Adelija Perne**. Dijakom so pripravili tudi bogat kulturni program in ekskurzije po državi. V sredo so obiskali Škocjanske jame in kmetijo v Narinu, danes bodo Bled. Na spored so uvrstili tudi ogled Pirana in Kopra, kamor so se podali peš po stari obalni cesti.

## Pri Primorcih se lahko je še bolje kot pri Italijanih

Prav to, da so prehodili devet kilometrov ob morju, se jim je zdelo zelo lepo, pravi **Serena Mercuri** iz okolice Ancone, bodoči laboratorijski tehnik, ki si želi študirati medicino. Primorce opisuje kot "zelo gostoljubne in prijazne", pri katerih "se je tako dobro kot v Italiji ali pa še bolje, ko uporabijo sveže pridelke". Se torej njena generacija zaveda pomena zdrave prehrane? "Eni se, drugi ne, vendar prevladujejo prvi." Sama pri-sega tudi na gibanje, skupaj z bratom dvojčkom se ukvarja s športnimi plesi.

Všeč ji je, da so jim pripravili raznolike aktivnosti in jih najprej popeljali v telovadnico. Na delavnicah zdrave prehrane je sodelovala pri pripravi smutija.

## Pikantna solata kot smuti

Tri dijakinje z Nizozemske smo zmotili, ko so ravno v mešalnik stresale koščke paprike in kumarice, sirni namaz in dolile malo kisa, jogurta ter tabaska. Za oranžno zmes, ki je nastala, je **Anouk Velthuis**, dijakinja-naravoslovka, priznala, da je nekoliko pikanten smuti, ki so ga poimenovali "spicy salad", pikantna solata. Okus ji je bil všeč, ker ima rada začinjeno hrano. Tudi ona prisega na zdrave obroke in šport, saj igra nogomet. Pri nas pa ji je zelo

všeč, "ker je tako drugače kot na Nizozemskem". Ta drugačnost jo je očarala že pred dvema letoma, ko je prvič obiskala Slovenijo in videla tudi prestolnico.

Skupino mladih Nizozemk je vodila dijakinja tretjega letnika gastronomije **Nina Fatur**, doma iz Zagorja pri Pivki. Pogovarjale so se v angleščini, prisluhnile so vsem njenim napotkom.

"Od šestih dni dva namenimo pripravi enostavnih, a zdravih obrokov in napitkov, da si jih bodo mladi doma lahko sami pripravili in bodo manj posegali po sendvičih, čipsu in presladkih, mehurčkastih pijačah," pravi Pernetova, sicer presenečena nad pozitivnim odnosom mladih.

**MIRJANA CERIN**



Serena Mercuri



Foto: Mirjana Cerni

Dijaka Srednje šole Izola sta pripravila prigrizek iz albuminske skute in bučnih semen na ajdovem kruhu z orehi.



Foto: Mirjana Cerni

Španski, nizozemski in italijanski dijaki so skupaj oblikovali energijske ovsene kroglice.