

RUOKA

- Mistä ruoasta sinä pidät? Mikä on sinun lempiruokasi?
- Mitä söit tänään?
- Tykkäätkö kahvista vai teestä? Mitä muuta tykkäät juoda?
- Oletko enemmän makean vai suolaisen ystävä?
- Mikä on tyypillinen ruoka sinun kotimaassasi?
- Osaatko tehdä jotain ruokaa itse?

Kerro yksi esimerkki näistä (esim. vihannes -> porkkana)

- vihannekset, hedelmät, marjat, liha, kala
- makea, suolainen, hapan, tulinen, mieto
- Missä syöt mieluummin: kotona vai ravintolassa? Miksi?
- Oletko maistanut karjalanpiirakkaa / ruisleipää / lohikeittoa?
- Onko ruokakulttuuri erilainen Suomessa kuin kotimaassasi?
- Millainen on hyvä aamiainen?
- Mitä ruokaa teet arkena kotona, jos sinulla on kiire?
- Kuinka valmistat ruoan?
- Mitä mieltä olet ruuan hinnasta Suomessa? Onko ruoka täällä kallista?
- Mitä ruokaa ostat kaupasta joka kerta?
- Pitäisikö syödä enemmän kasvisruokaa? Miksi / miksi ei?
- Miten ruoka liittyy juhliin ja perinteisiin?
- Miten ruokavalinnat vaikuttavat terveyteen ja ympäristöön?
- **Oma resepti:** Kirjoita yksi ruokaresepti suomeksi, voit piirtää tai liimata kuvia
- **Arvaa ruoka:** kuvaile ruokaa, muut arvaavat



ESIMERKKI

Jauhelihakeitto

400 g jauhelihaa
1 l vettä
1-2 lihaliemikuutiota
(suolaa)
1-2 sipulia
100 g lanttua
2 (150 g) porkkanaa
25 g palsternakkaa
25 g selleriä
500 g perunoita
50 g purjoa
persiljaa



1. Kuori ja pilko kasvikset.
2. Lisää kasvikset kiehuvaan lihaliemeen kypsyysjärjestyksessä.
3. Ruskista jauheliha ja lisää keittoon, kun kasvikset ovat melkein kypsiä.
4. Mausta esimerkiksi valkosipulilla ja lisää hienonnettu persilja keiton päälle ennen tarjoilua.