

В яркой летней ягушке  
Среди болотных кочек  
Стоит на одной ножке.

Что это?

(ненецкая загадка)



# Интересно о морошке



Морошка содержит:

1. витамин С (больше в 3 раза, чем в апельсинах);
2. витамин А (каротин) - его в морошке больше, чем в моркови;
3. железо, фосфор, калий;
4. антиоксиданты (вещества, замедляющие старение)



# Разнообразие блюд из морошки

Варенье из морошки...



Мочёная морошка...



## Анкета

В анкете приняли участие 15 человек.

Ответили они на такие вопросы:

1. Что ты знаешь о морошке?
2. Когда вы собираете морошку?
3. В каком виде употребляете?

8 человек знают, что ягода полезна, но не знают, чем именно.

В тундре её собирают незадолго до Ильина дня - 2 августа.

Употребляют, в-основном, в свежем и мочёном виде.





# Морошка известна народам Ямала как лекарственное средство

- ▶ 1. профилактика цинги;
- ▶ 2. кровоостанавливающее средство;
- ▶ 3. противовоспалительное средство;
- ▶ 4. мочегонное при определённых заболеваниях;
- ▶ 5. профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.





В современной медицине и косметологии  
также используется морошка



Великий русский поэт очень  
любил северную ягоду

Тяжело раненный на дуэли, Александр  
Сергеевич Пушкин попросил мочёную  
морoshку





Основоположник ненецкой  
литературы Леонид  
Васильевич Лапцуй посвятил  
морошке свои стихи:

И всюду алеет морошка,  
Она из-под листьев тугих  
За мной наблюдает сторожко  
в сто тысяч глазёнок своих.  
«Щедрость земли»

У хантыйского поэта  
Романа Прокопьевича Ругина  
читаем о морошке:

Пойдем со мной в наш тихий лес,  
Там есть черника и морошка.  
Там всевозможнейших чудес  
Сто тысяч и ещё немножко...  
«Мелодии леса»





# Морошка - «царская ягода» и за границей

Праздник Королевы  
Морошки в Финляндии



Монета номиналом 2 евро с  
изображением морошки

