

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.

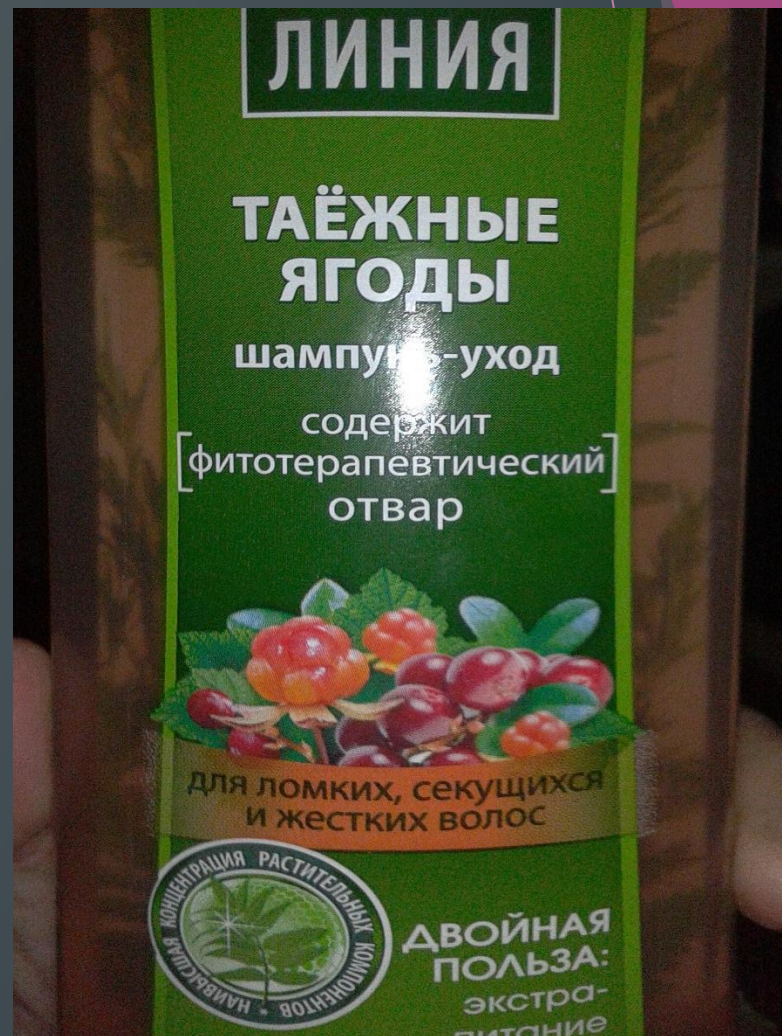


# Морошка известна народам Ямала как лекарственное средство

- ▶ 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 морошку





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

