

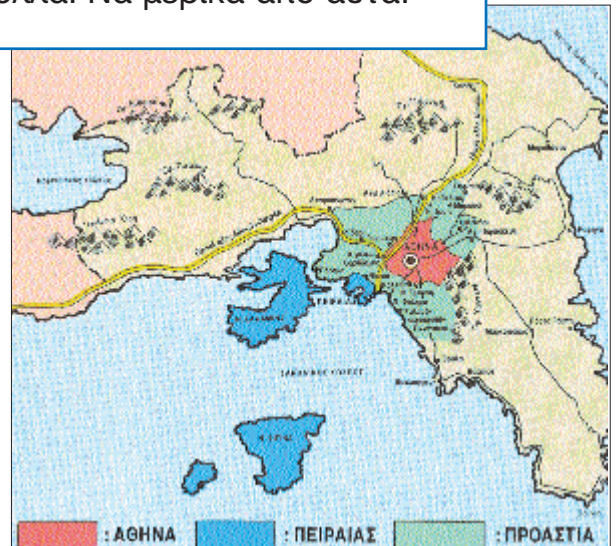
10

10η Ενότητα

ΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ.



Ο Κώστας και η Ρενάτα πέρασαν το καλοκαίρι τους στην Ελλάδα.
Εκεί είδαν, άκουσαν, διάβασαν και έμαθαν πολλά. Να μερικά από αυτά:



Χάρτης της Αθήνας, του Πειραιά
και των προαστίων.





Η Αθήνα σήμερα: 1 Παρθενώνας, 2 Προπύλαια,
3 Θέατρο Ηρώδου του Αττικού, 4 Λυκαβηττός, 5 Πλάκα.

α) Αθήνα: μια μεγαλούπολη.

Η Αθήνα είναι η μεγαλύτερη πόλη της Ελλάδας και η πρωτεύουσα της. Εδώ είναι η Βουλή των Ελλήνων, ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας και η Κυβέρνηση. Εδώ είναι τα ανώτερα δικαστήρια, η μεγαλύτερη αγορά της Ελλάδας και πολλά ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα. Εδώ βρίσκονται ακόμα τα μεγαλύτερα μουσεία, οι πλουσιότερες βιβλιοθήκες και πολλά θέατρα. Εδώ εκδίδονται οι περισσότερες ελληνικές εφημερίδες, καθώς και πολλά περιοδικά.

Παλιότερα η Αθήνα είχε λίγο πληθυσμό και ήταν μια από τις ωραιότερες πόλεις του κόσμου. Τα τελευταία χρόνια ο πληθυσμός της αυξήθηκε πολύ. Εκατομμύρια κάτοικοι των επαρχιών άφησαν τα χωριά τους και ήρθαν στην Αθήνα ψάχνοντας για δουλειά. Η εσωτερική αυτή μετανάστευση έλυσε πολλά προβλήματα αλλά και δημιούργησε πολλά.

Η πόλη στα αρχαία λεγόταν άστυ. Γι' αυτό και σήμερα ο πληθυσμός των πόλεων λέγεται αστικός πληθυσμός, το φαινόμενο της μετακίνησης πληθυσμών από το χωριό στην πόλη ονομάστηκε αστυφιλία.



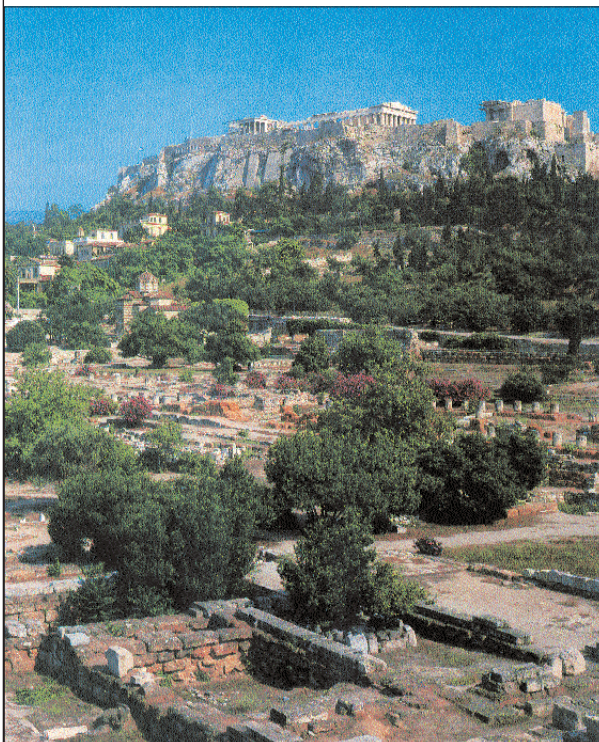
Η παλαιά Βουλή των Ελλήνων
και το άγαλμα του Θ. Κολοκοτρώνη.



Πολλές από τις εφημερίδες
που εκδίδονται στην Αθήνα.



Θέατρο Ηρώδου του Αττικού.



Αρχαία αγορά.

Δηλαδή,
Φίλιππε στην Αθήνα
είναι δίπλα - δίπλα μαρτυρίες
ολόκληρης της ιστορίας;

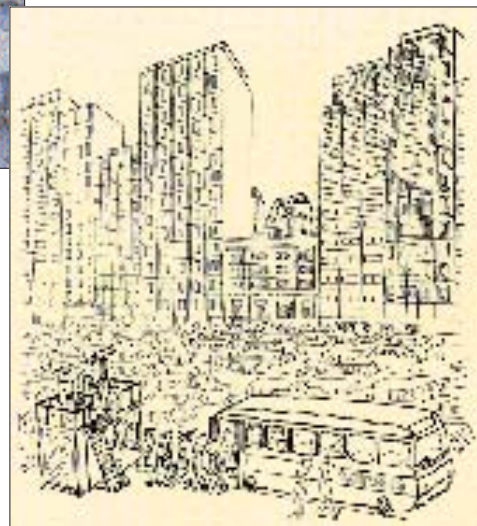




Ένας παλιός στίχος και μια σύγχρονη γελοιογραφία
"μιλούν" για την Αθήνα, αλλά λένε αντίθετα πράγματα.
Πώς το εξηγείτε αυτό;



"...Αθήνα, ζαφειρόπετρα
στης γης το δαχτυλίδι..."
Κωστής Παλαμάς



Σε δυο εικόνες, βλέπεις ορισμένα από τα
σημαντικότερα προβλήματα της Αθήνας.

- Ποια είναι;
- Πώς εξηγούνται;

Πώς πήρε το όνομα η Αθήνα.



Πρώτα η Αθήνα λεγόταν Κεκροπία από το όνομα του πρώτου της βασιλιά Κέκροπα. Κάποτε οι θεοί θέλησαν να αναλάβουν την προστασία των πόλεων. Τότε την Αθήνα τη ζήτησαν δύο θεοί, ο Ποσειδώνας και η Αθηνά. Για να λυθεί ειρηνικά η διαφορά αποφασίστηκε να την πάρει εκείνος που θα έδινε το πιο χρήσιμο δώρο στην πόλη.

Ανέβηκαν τότε στην Ακρόπολη, ήρθαν και οι άλλοι θεοί του Ολύμπου μαζί και ο Κέκροπας κι ο αγώνας άρχισε. Πρώτος ο Ποσειδώνας χτύπησε με την τρίαινά του το βράχο και ξεπετάχτηκε ένα άγριο άλογο. Μετά ήρθε η σειρά της Αθηνάς. Χτύπησε το βράχο και ένα μικρό φυτό ελιάς ξεπετάχτηκε γεμάτο με καρπούς.

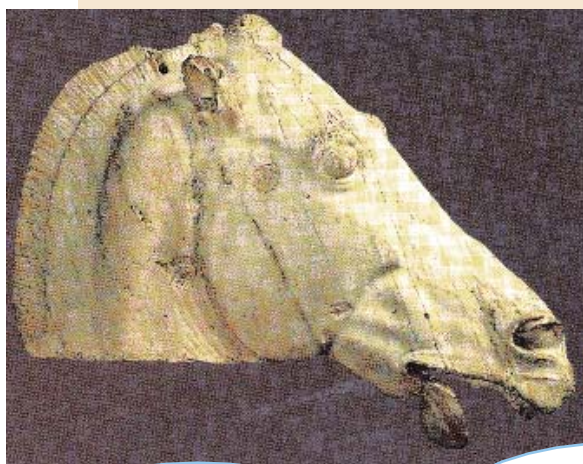
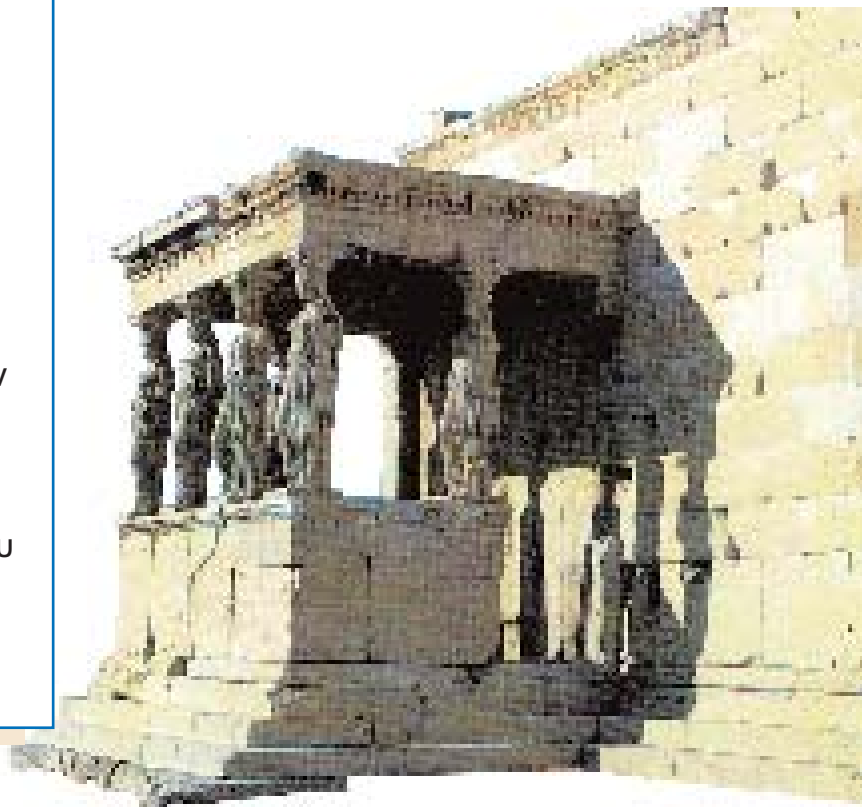
Το δώρο της Αθηνάς θεωρήθηκε πιο χρήσιμο κι από τότε η πόλη ονομάστηκε Αθήνα.

Από την ελληνική μυθολογία.



Στις αρχές του περασμένου αιώνα ο λόρδος Έλγιν, Άγγλος διπλωμάτης, κατάφερε να αποσπάσει και να μεταφέρει στην Αγγλία πολλά γλυπτά από την Ακρόπολη, τα γνωστά ως "ελγίνεια μάρμαρα", που σήμερα ακόμη βρίσκονται σε Μουσείο του Λονδίνου.

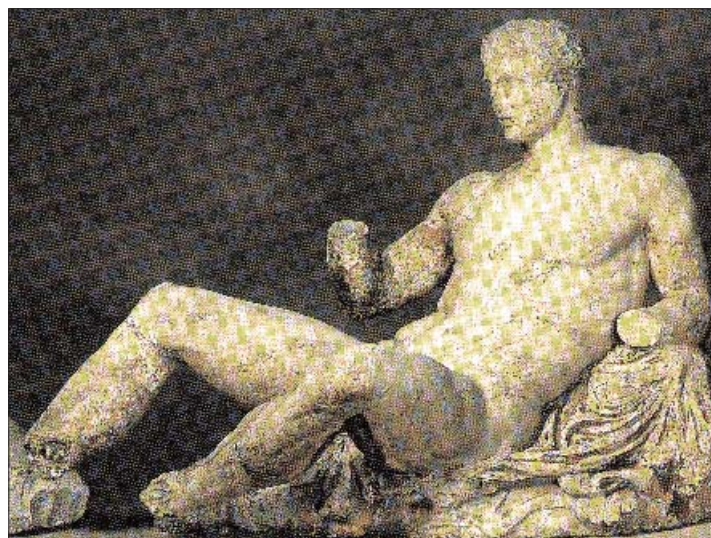
Μεταξύ αυτών ήταν και μια από τις Καρυάτιδες του Ερεχθείου.

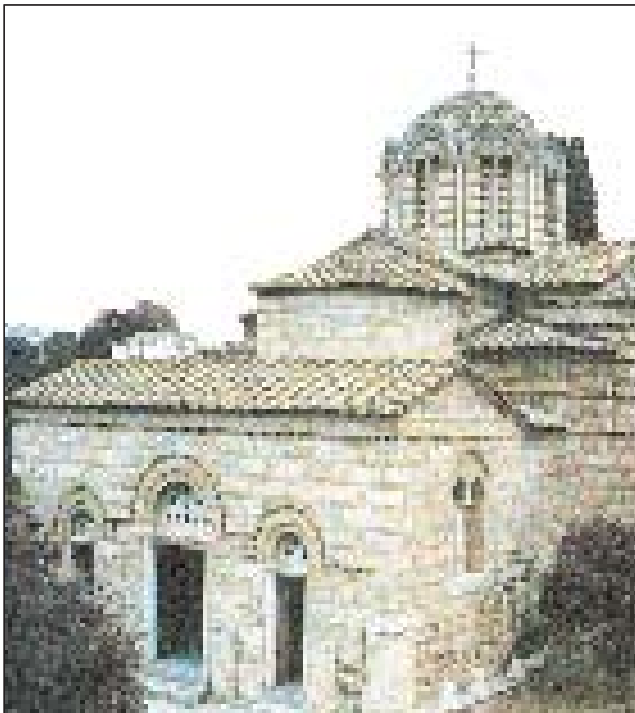


Ερέχθειο: Στα Δυτικά του κτιρίου υπήρχε η ιερή Ελιά της Αθήνας. Η μια από τις Καρυάτιδες που στηρίζουν τη στέγη είναι αντίγραφο της αληθινής που βρίσκεται στην Αγγλία.

Δηλαδή
πολλά από τα αρχαία
μας βρίσκονται σε ξένα
Μουσεία;

Ναι. Πώς σου
φαίνεται αυτό;
Είναι καλό ή κακό;

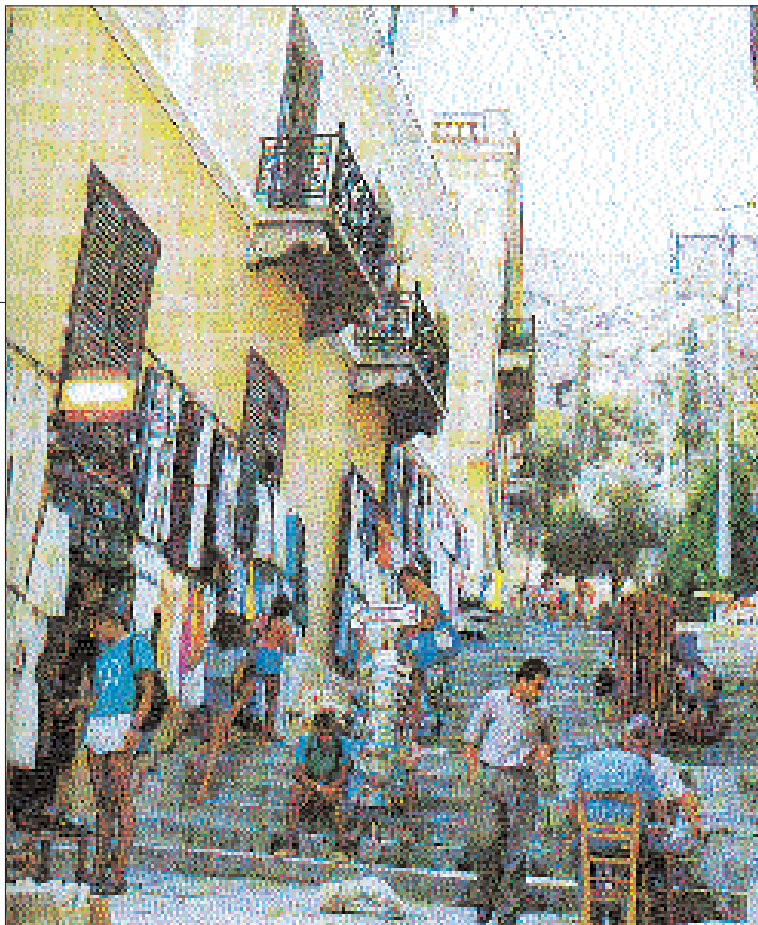




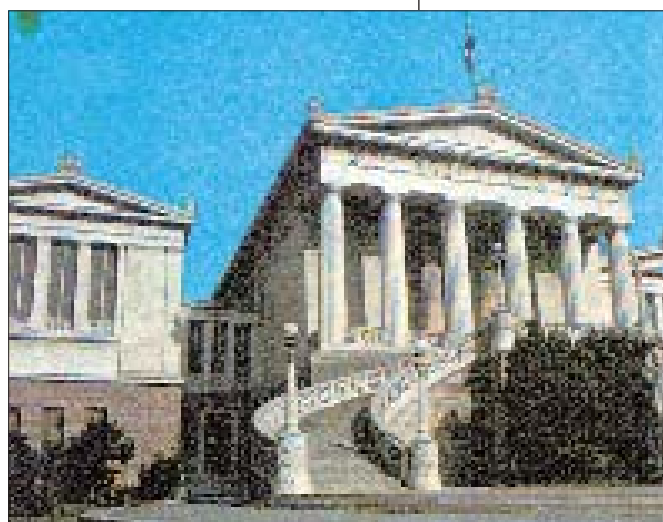
Οι Άγιοι Απόστολοι,
ένα εκκλησάκι βυζαντινού
ρυθμού που χτίστηκε πριν
από οχτακόσια χρόνια
περίπου! Βρίσκεται λίγο
παρακάτω από την πλάκα
και διηγείται κι αυτό την
παλιότερη ιστορία της
Αθήνας.



Ολυμπιακό στάδιο.



Η Πλάκα, μια συνοικία της παλιάς Αθήνας, διατηρείται σχεδόν, όπως ήταν πριν από εκατό χρόνια και σιωπηρά διηγείται την ιστορία της.



Η Εθνική Βιβλιοθήκη.



Το Ζάππειο Μέγαρο.



Τέτοιου είδους νεοκλασικά κτίρια βλέπω και σε άλλες χώρες.

Εγώ λέω πως κι αυτές τα πήραν απ' τους αρχαίους Έλληνες.

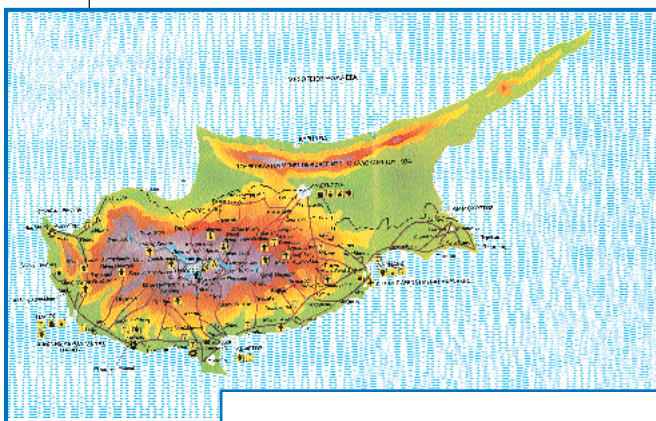


Εσύ με ποιο από τα δύο παιδιά συμφωνείς;



β) Ταξιδεύοντας στα ελληνικά νησιά και στην Κύπρο.

Το ταξίδι στα ελληνικά νησιά και στην Κύπρο έδειξε μια άλλη Ελλάδα, μα την ίδια πάντα Ελλάδα.



- Να δείξεις στο χάρτη και να μάθεις τα κυριότερα από τα νησιά της Ελλάδας και τις κυριότερες πόλεις της Κύπρου.



Αμμόχωστος: Η ιδιαίτερη πατρίδα του ποιητή και λογοτέχνη Κ.Μόντη.



Δειλινό στο Αιγαίο.



Σκιάθος: Εδώ έζησε για μεγάλο διάστημα ο Παπαδιαμάντης, ένας από τους μεγαλύτερους έλληνες διηγηματογράφους.



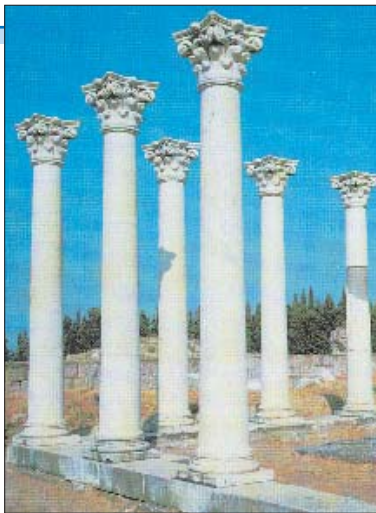
Αλέξανδρος Παπαδιαμάντης

ΠΩΣ ΣΧΗΜΑΤΙΣΤΗΚΑΝ ΤΑ ΝΗΣΙΑ



Κάποτε, έλεγαν οι αρχαίοι Έλληνες, ο Δίας μάλωσε με το θεό της θάλασσας και τον νίκησε. Οργισμένος τότε ο Ποσειδώνας χτύπησε με δύναμη τη γη με την τρίαινα του. Έκοψε μεγάλα κομμάτια και τα πέταξε στη θάλασσα. Έτσι σχηματίστηκαν τα νησιά.

Από την ελληνική μυθολογία.



Η **Κώς** είναι η πατρίδα του Ιπποκράτη του πατέρα της ιατρικής. Εδώ ήταν το Ασκληπιείο.



Δήλος: Το ακατοίκητο αυτό νησί είναι ένας απέραντος αρχαιολογικός χώρος. Εδώ γεννήθηκαν ο Απόλλωνας και η Άρτεμις.



Στην **Πάτμο** έζησε εξόριστος ο Ευαγγελιστής Ιωάννης. Εδώ λένε ότι έγραψε το "Κατά Ιωάννην Ευαγγέλιο" και την "Αποκάλυψη".



Εκκλησία από ένα ελληνικό νησί. Σύγκρινέ την με εκκλησίες που βλέπεις στο μέρος που ζεις.



Σύρος: Η κατηφοριά εμποδίζει την καλλιέργεια, οι κάτοικοι όμως έκαναν το νησί καλλιεργήσιμο.

- *Με ποιο τρόπο;*

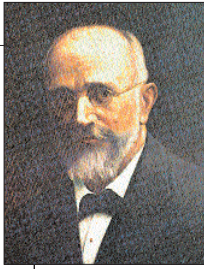


Κάλυμνος. Εδώ ακόμα υπάρχει το παραδοσιακό επάγγελμα του σφουγγαρά.



Η **Σάμος** είναι το νησί απ' όπου καταγόταν ο αρχαίος φιλόσοφος Πυθαγόρας.

- *Έχει σχέση άραγε ο πυθαγόρειος πίνακας με τον Πυθαγόρα; Τι λες;*



Ελ. Βενιζέλος. Ένας από τους μεγαλύτερους Έλληνες πολιτικούς που γεννήθηκε στην Κρήτη.

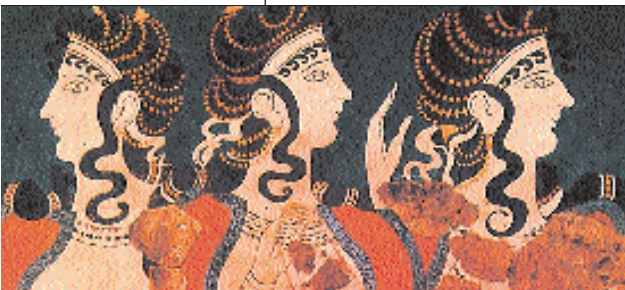


Ν. Καζαντζάκης. Μεγάλος Έλληνας συγγραφέας που επίσης γεννήθηκε στην Κρήτη.



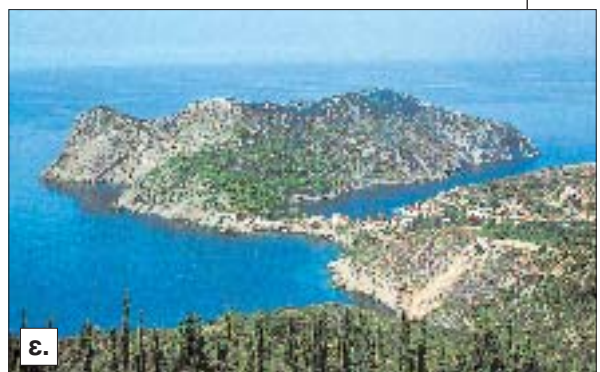
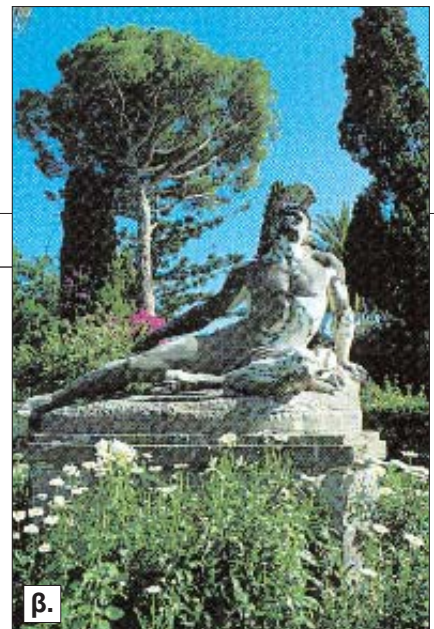
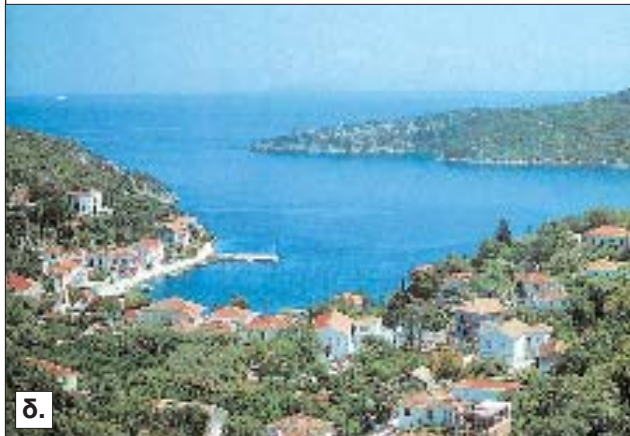
Ρέθυμνο Κρήτης.

Κρήτη: Είναι το μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας. Πάρα πολλοί εδώ ζουν από τον τουρισμό.



Κνωσός: πριν χιλιάδες χρόνια, εδώ γεννήθηκε ο μινωικός πολιτισμός.

Από τις ομορφιές των νησιών του Ιονίου.



α. Ζάκυνθος. Μπλε σπηλιά.
β. Κέρκυρα. Αχιλλείον.
γ. Κέρκυρα. Η πόλη.
δ. Ιθάκη, πατρίδα του Οδυσσέα.
ε. Κεφαλλονιά.



Ο Δ. Σολωμός έζησε
στη Ζάκυνθο και στην
Κέρκυρα.

Γι' αυτό κι έγραψε
πανεμορφους
στίχους.



ΦΑΙΝΩ ΚΑΙ ΞΕΦΑΙΝΩ

Είπα να φύγω μακριά
κι όμως δεν βρίσκω γιατροιά
νησί μου αγαπημένο
και φαίνω και ξεφαίνω.

Πάντα το 'χω στο μυαλό μου
να γυρίσω στο χωριό μου
με τα όνειρά μου μπλέκω
και στο ίδιο μέρος τρέχω

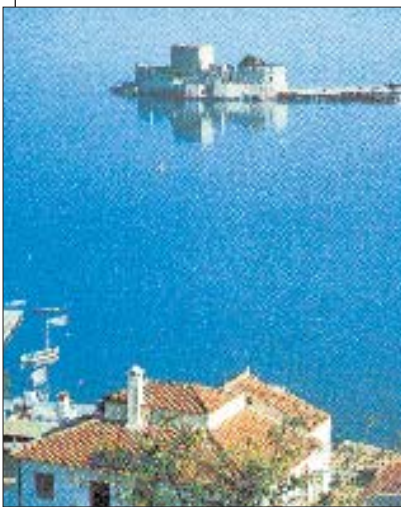
.....

Χαρακτηριστικός νησιώτικος σκοπός

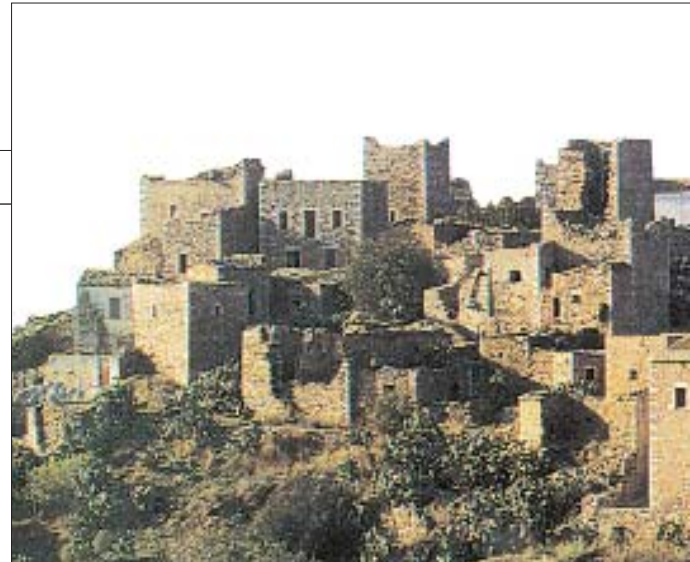
γ) Κάνοντας το γύρο της Πελοποννήσου.

Η Πελοπόννησος ονομάστηκε έτσι από το όνομα του πρώτου μυθικού βασιλιά Πέλοπα. Εδώ αναπτύχθηκε ο λαμπρός πολιτισμός των Μυκηνών κι εδώ αργότερα οι Δωριείς ίδρυσαν το κράτος της Σπάρτης. Ακόμη στα νεότερα χρόνια έπαιξε σημαντικό ρόλο στην επανάσταση του 1821.

Τα παιδιά στο γύρο της Πελοποννήσου χάρηκαν τα γραφικά ακρογιάλια, τις εύφορες πεδιάδες αλλά και την ορεινή Πελοπόννησο. Δοκίμασαν τις φημισμένες ελιές Καλαμών, καθώς και τα γλυκά σύκα της. Έφαγαν πορτοκάλια από τον κάμπο της Λακωνίας, μήλα Τριπόλεως, αλλά και την πασίγνωστη κορινθιακή σταφίδα. Και βέβαια, ακόμη δεν ξεχνούν τα ψάρια και τα θαλασσιά που πολλές φορές γεύτηκαν στα γραφικά παραλιακά ταβερνάκια.



Το Ναύπλιο, πρώτη πρωτεύουσα του νεοελληνικού κράτους και το Μπούρτζι με το φρούριο του.



Ο **Μυστράς** και στο βάθος η πεδιάδα της Λακωνίας. Ο Μυστράς χτίστηκε το 1249 από τους Φράγκους, σύντομα όμως έγινε σπουδαίο κέντρο του βυζαντινού πολιτισμού.



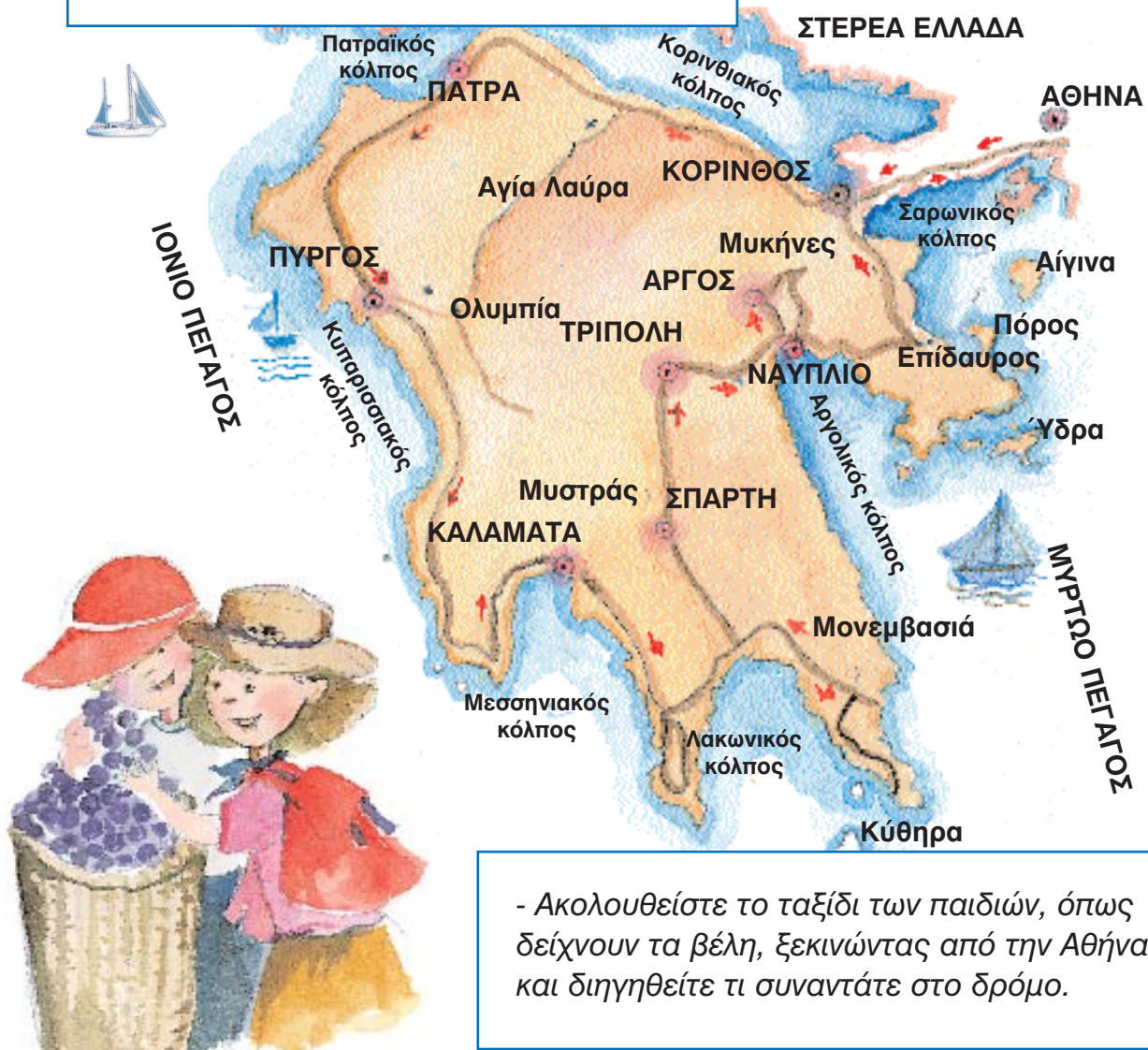
Ο ισθμός του Κορίνθου.

Χάρηκα την πρασινάδα, τα νερά, τα ήμερα λαγκάδια, τη μυρωδιά της θρούμπας, τα πρόσχαρα κυματιστά βουνά – το αιώνιο ελληνικό τοπίο, πλημμυρισμένο φως. Κάθε στιγμή, ενώ μένει το ίδιο, αλλάζει ανάλαφρα, παίζει κυματίζοντας την ομορφιά του, ανανεώνεται, δε σε κουράζει.

Ν. Καζαντζάκης: Ταξιδεύοντας

ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ

Χάρτης Πελοποννήσου



- Ακολουθείστε το ταξίδι των παιδιών, όπως δείχνουν τα βέλη, ξεκινώντας από την Αθήνα και διηγηθείτε τι συναντάτε στο δρόμο.

σταφύλια



σύκα



πορτοκάλια



Φρούτα της ελληνικής γης.

Από τις ανασκαφές στην Ολυμπία.

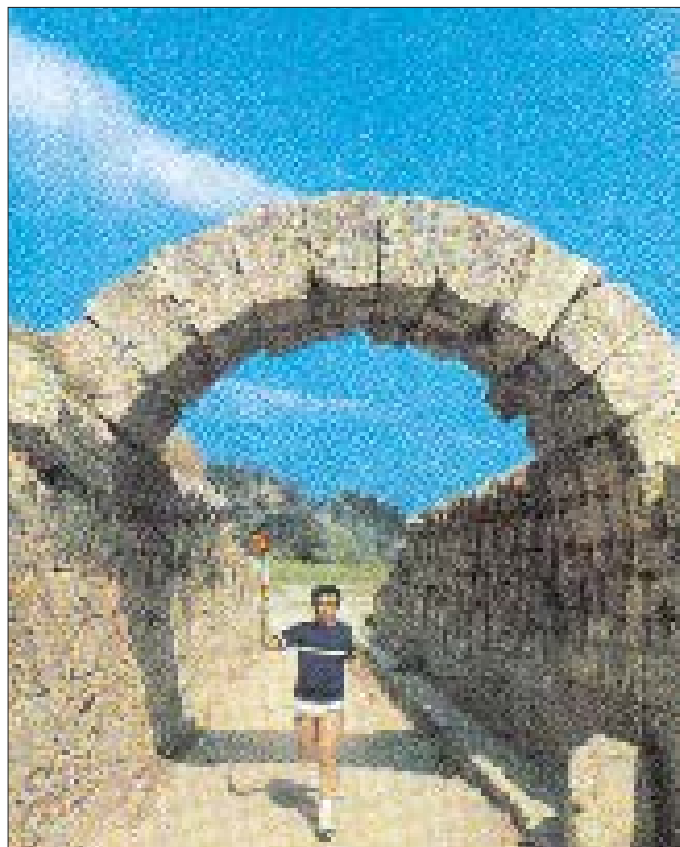


Ολυμπία: αέτωμα του ναού του Διός με θέμα τον πόλεμο των Λαπιθών και των Κενταύρων.



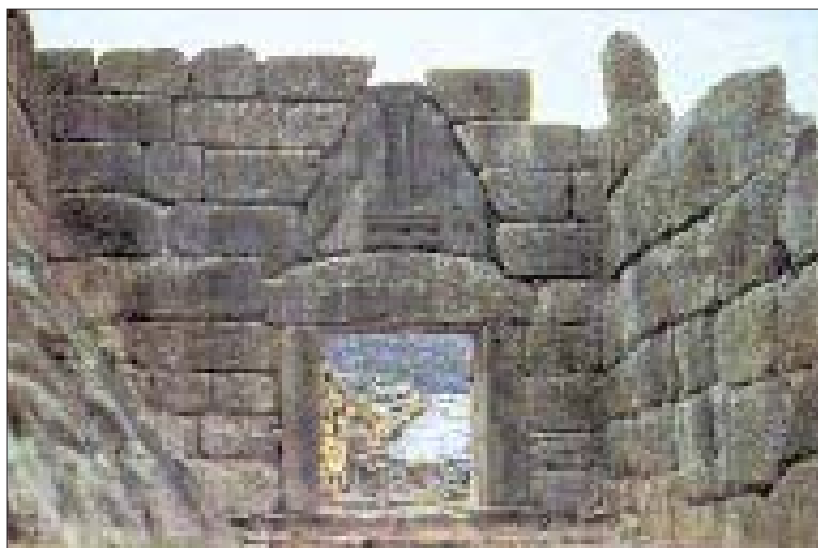
Ερμής: διάσημο έργο του Πραξιτέλη (330 π. Χ.), που βρέθηκε στην περιοχή της Ολυμπίας.

104



Κάθε τέσσερα χρόνια η ιερή φλόγα μεταφέρεται από την αρχαία Ολυμπία στα μέρη που γίνονται αγώνες με λαμπαδηφ



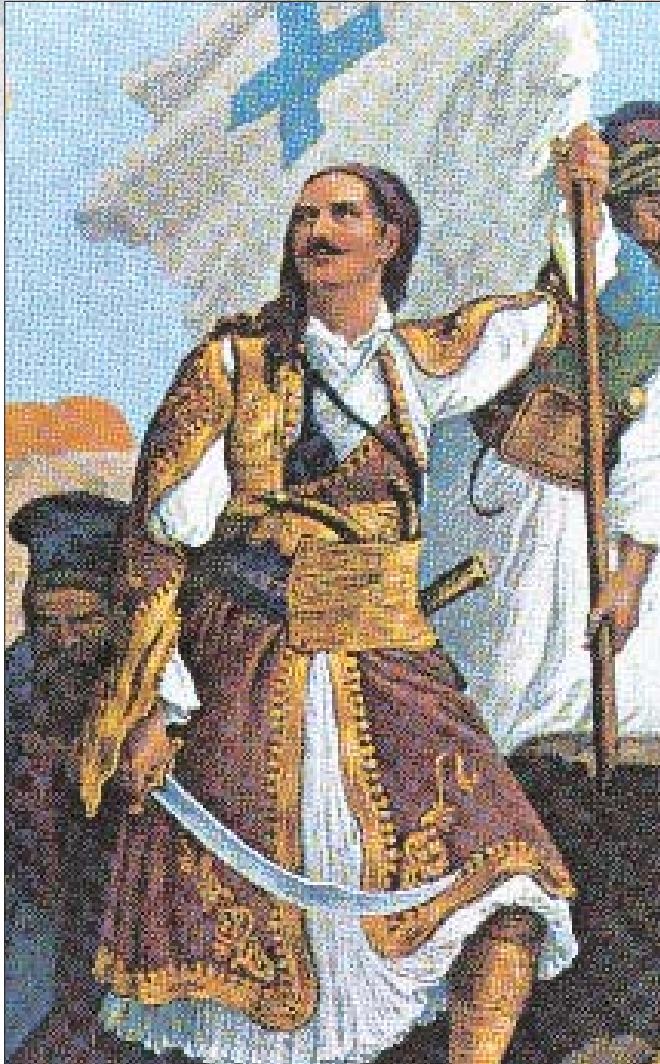
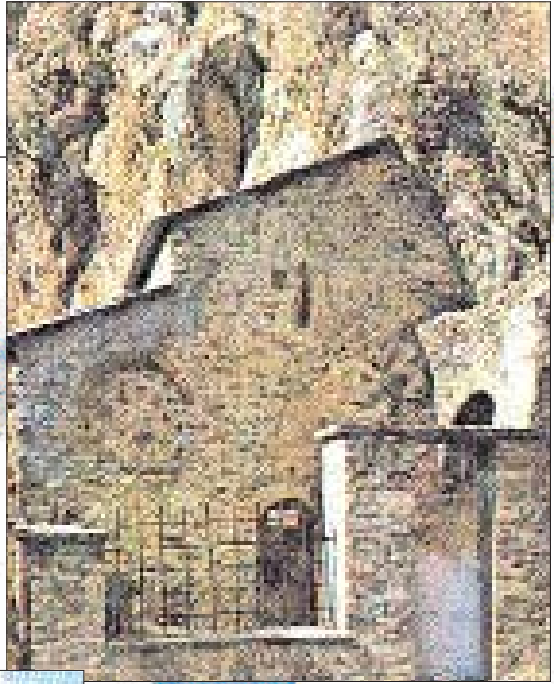


Μυκήνες:
Από το 1600 π.Χ.
ως το 1100 π.Χ.
γίνονται η καρδιά
της Ελλάδας και
η έδρα ενός
λαμπρού
πολιτισμού,
του μυκηναϊκού.

Το αρχαίο θέατρο
της Επιδαύρου.
Χτίστηκε τον 3ο
αιώνα π.Χ. και είναι
το καλύτερα
διατηρημένο από
τα αρχαία θέατρα.
Κάθε καλοκαίρι
παίζονται
σ' αυτό έργα
του Σοφοκλή,
του Αισχύλου, του
Ευριπίδη κ.ά.



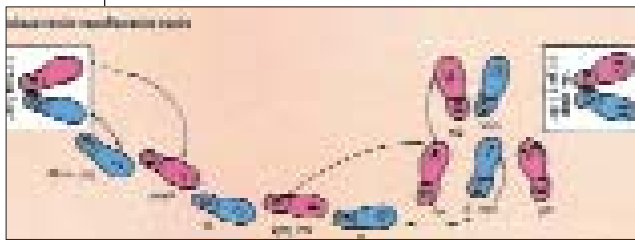
Ο Παναγιώτης
Κεφάλας υψώνει
τη σημαία
της ελευθερίας
στο φρούριο
της Τριπολιτσάς



“Παλαιά ιερά Μονή”
Αγίας Λαύρας.
Χτίστηκε το 961 μ.Χ.

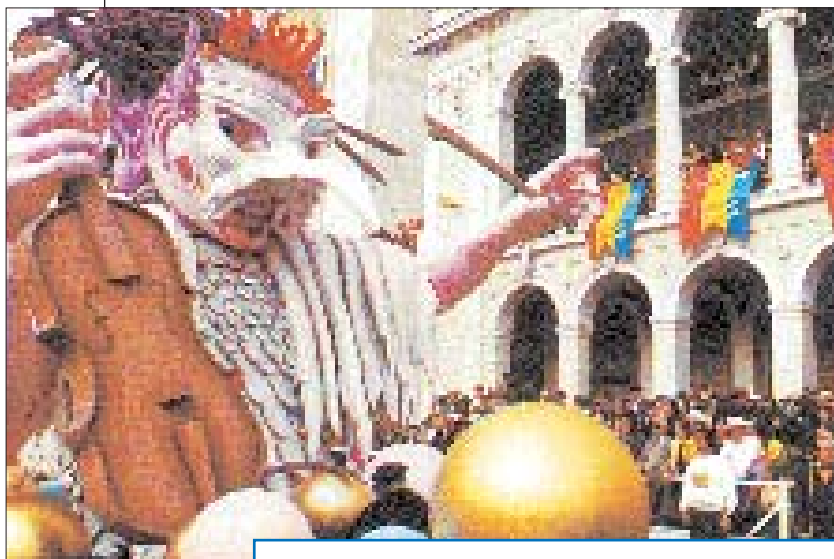


Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί



Καλαματιανός παραδοσιακός χορός

- Ακολούθησε τα βήματα και προσπάθησε να χορέψεις τον Καλαματιανό με τους συμμαθητές σου.



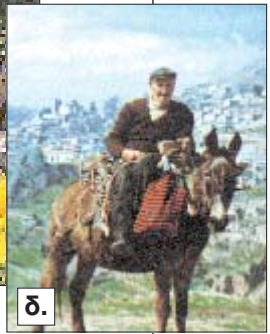
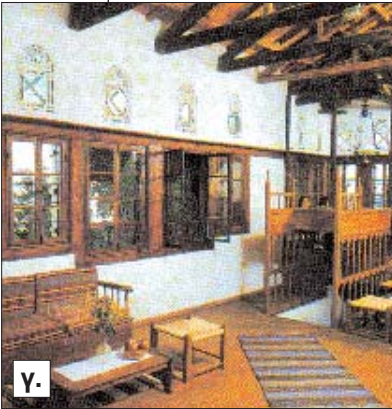
Στην Πάτρα κάθε χρόνο γίνεται το περίφημο Καρναβάλι. Χιλιάδες επισκέπτες φτάνουν εδώ για ν' απολαύσουν αυτό το ξέφρενο πανηγύρι, που οι ρίζες του βρίσκονται στα αρχαία χρόνια.



- Λες οι ρίζες του καρναβαλιού να βρίσκονται στις διονυσιακές γιορτές των αρχαίων; Ψάξε και βρες.

δ. Περιοδεύοντας στην Κεντρική Ελλάδα.

Στην κεντρική Ελλάδα ο Φίλιππος, η Ρενάτα και η παρέα τους είδαν την Εύβοια, τη Στερεά Ελλάδα και τη Θεσσαλία. Θαύμασαν πανέμορφες παραλίες, όπως της Εύβοιας, του Πηλίου κ.ά. Είδαν την απέραντη πεδιάδα της Θεσσαλίας με τις μεγάλες καλλιέργειες, απόλαυσαν όμως και τις έξοχες ομορφιές της ορεινής Ελλάδας. Όπως και σε όλη την Ελλάδα, έτσι κι εδώ είδαν και σημείωσαν αναρίθμητες “μαρτυρίες”, που διηγούνται έναν λαμπρό πολιτισμό που γεννήθηκε πριν τρεις χιλιάδες χρόνια περίπου.



- α. Πήλιο. Παραδοσιακός τρόπος οργώματος
β. Ευρυτανία: Κοπάδι πρόβατα
γ. Αράχοβα: Εσωτερικό παραδοσιακού σπιτιού
δ. Αράχοβα: παραδοσιακός τρόπος μεταφοράς.

Ωραία φαίνονται, Ρενάτα ...ήταν όλα ωραία;



Δε μου φαίνεται.

Οι παραπάνω εικόνες δείχνουν χαρακτηριστικά στοιχεία από την πολιτιστική μας κληρονομιά.

- Ποια είναι;
- Ποια από αυτά πάνε να ξεχαστούν;

ΣΤΕΡΕΑ ΕΛΛΑΔΑ - ΘΕΣΣΑΛΙΑ

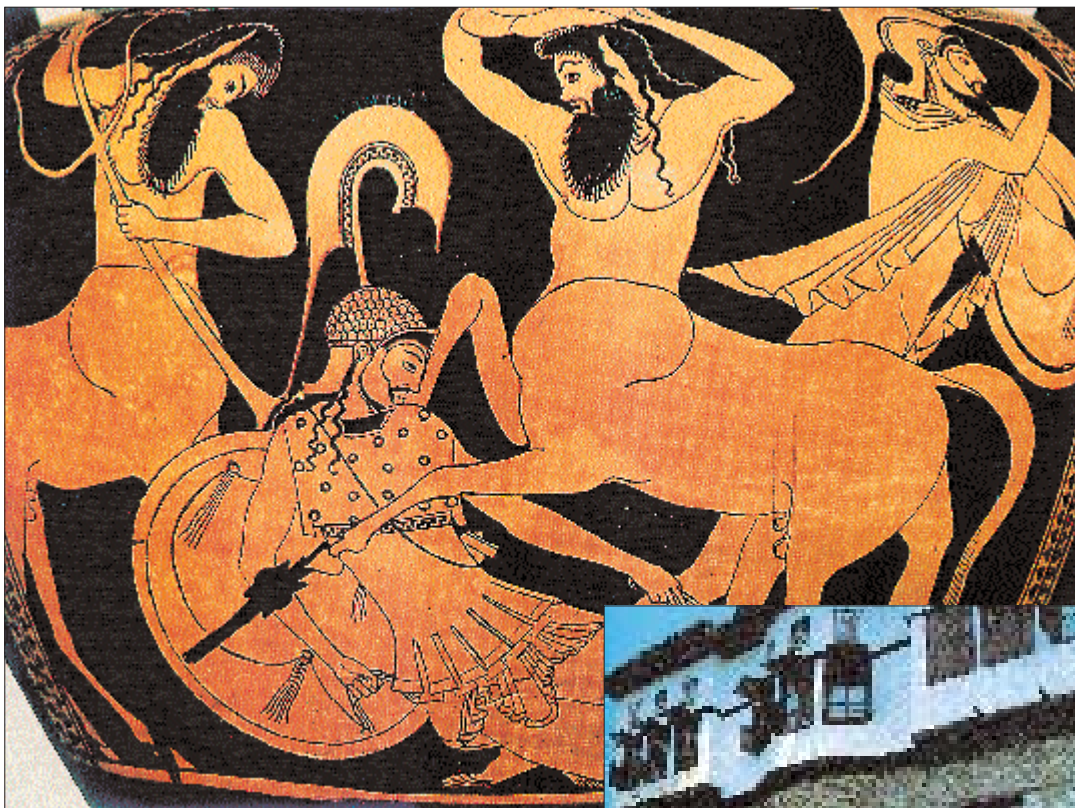


- Ακολουθήσε το ταξίδι των παιδιών, όπως δείχνουν τα βέλη, ξεκινώντας από την Αθήνα.
- Διηγείσου τι συναντάς στο δρόμο.

Στο Πήλιο ζούσαν τα ανθρωπόμορφα μυθικά τέρατα, οι Κένταυροι. Ήταν από τη μέση και πάνω άνθρωποι και από τη μέση και κάτω άλογα.

Ανάμεσά τους και ο Κένταυρος Χείρωνας που ήταν καλός, δίκαιος και σοφός. Γνώριζε την τέχνη του πολέμου, του κυνηγιού, την ιατρική, τη μουσική και πολλά άλλα. Για το λόγο αυτό σ' αυτόν μαθήτεψαν πολλοί νέοι που αργότερα έγιναν ξακουστοί για τα κατορθώματά τους, όπως ο Αχιλλέας, ο Θησέας, ο Οδυσσέας, ο Ασκληπιός κ. ά.

Από την ελληνική μυθολογία.



Οι Κένταυροι εναντίον
του βασιλιά των Λαπιθών
Κεναία.



Παραδοσιακό σπίτι του Πηλίου.



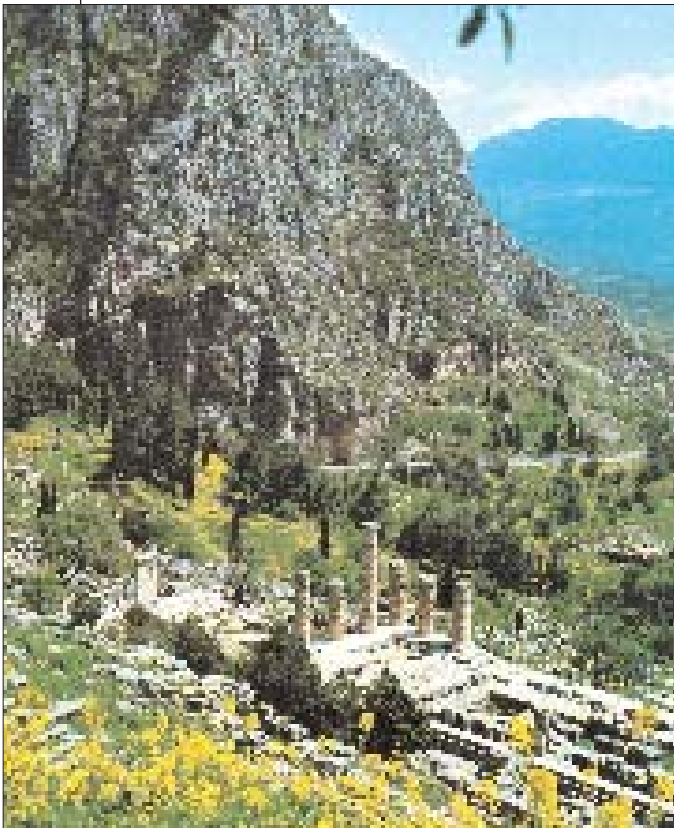
Μετέωρα



Όσιος Λουκάς



Ελληνικός παραδοσιακός χορός.



Δελφοί



ε. Δυο ταξίδια στη Βόρεια Ελλάδα.

Τα παιδιά έκαναν ένα μικρό γύρο στη Μακεδονία. Εκεί είδαν μεγάλα βουνά, αλλά και πολύ μεγάλες πεδιάδες. Είδαν μεγάλες πόλεις, όπως την Θεσσαλονίκη, και μικρότερες αλλά πανέμορφες, όπως την Έδεσσα, την Καστοριά κ.ά. Είδαν τη σημερινή Ελλάδα, αλλά ακόμη είδαν και διάβασαν μαρτυρίες από την πανάρχαια ιστορία της. Και φυσικά απόλαυσαν ξανά την ανεπανάληπτη ομορφιά των ελληνικών ακρογιαλιών της Μακεδονίας, όπως της Χαλκιδικής, της Καβάλας κ.λπ



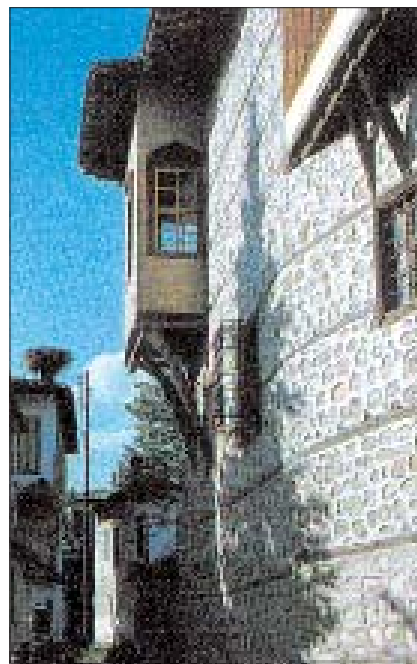
Ξάνθη:
Ζωγραφισμένο
ταβάνι



Βαμβάκι



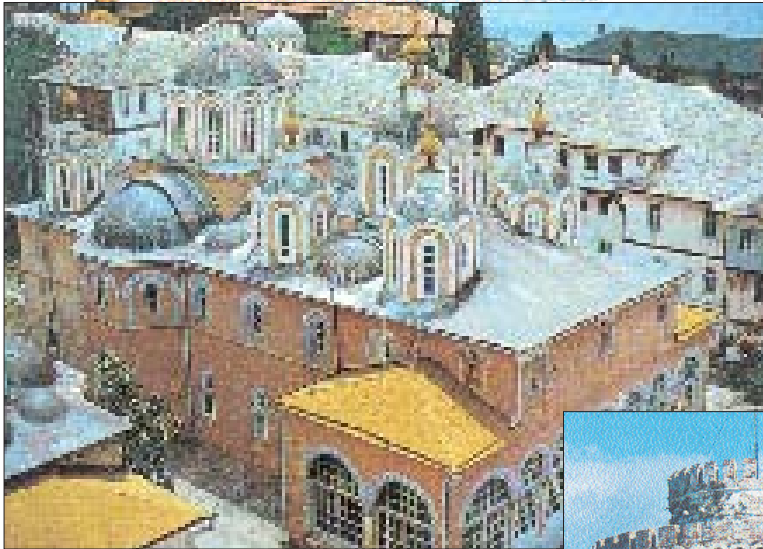
Σιάτιστα



Καστοριά

ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΘΡΑΚΗ

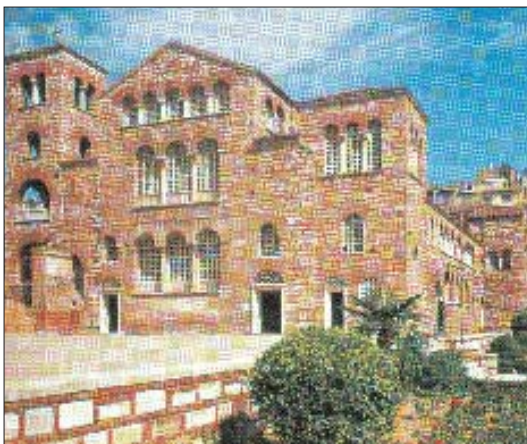
Χάρτης της Β. Ελλάδας



Άγιον Όρος



Βεργίνα



Ο Άγιος Δημήτριος Θεσσαλονίκης



Ο Λευκός Πύργος

Η Θεσσαλονίκη ιδρύθηκε από τον Κάσσανδρο, στρατηγό του Μ. Αλεξάνδρου, και πήρε το όνομά της από το όνομα της αδερφής του Μ. Αλεξάνδρου.



Ασπίδα που βρέθηκε στη Βεργίνα στον τάφο του Φιλίππου



Το αρχαίο Δίον



Ο Μέγας Αλέξανδρος και ο Καρτερός σε κυνήγι λιονταριού.

Μετά τη μάχη της Ισσού ο Μ. Αλέξανδρος έστειλε στον Δαρείο επιστολή που άρχιζε έτσι:

“... εγώ λοιπόν επειδή είμαι ηγεμόνας των Ελλήνων και θέλω να τιμωρήσω τους Πέρσες διέσχισα την Ασία...”

Αρριανός: Ανάβασις.

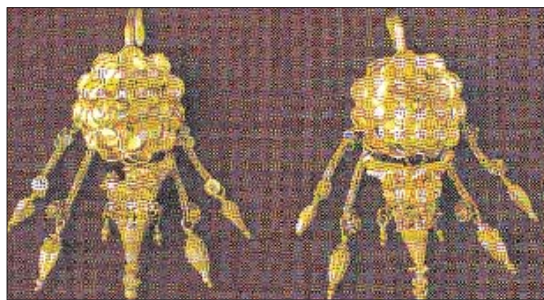
- Από την μαρτυρία αυτή συζήτησε με τους συμμαθητές σου, ιδιαίτερα το σημείο “...είμαι ηγεμόνας των Ελλήνων”.

Μια αναδρομή στο παρελθόν.



Χρυσό κόσμημα
από τάφο της Βεργίνας

Στην περιοχή της Μακεδονίας ήρθαν και εγκαταστάθηκαν σχεδόν δυο χιλιάδες χρόνια πριν από τη γέννηση του Χριστού, οι Μακεδνοί, που αργότερα πήραν το όνομα Μακεδόνες. Ήταν Έλληνες και από αυτούς γεννήθηκε ο αρχαίος ελληνικός πολιτισμός, που στην περίοδο του Μ. Αλεξάνδρου διαδόθηκε ως τα βάθη της Ασίας.



Χρυσά σκουλαρίκια που βρέθηκαν
στο Δερβένι, 4ος αι. π.Χ.



Φίλιπποι. Αρχαίο θέατρο.



Τοπίο της Μακεδονίας.



Ο σιδερένιος θώρακας που
βρέθηκε στον τάφο του
Φιλίππου.

- Πού αλλού είδαμε παρόμοιο θέατρο;
- Τι συμπεραίνετε;

στ. Γεύσεις από Ελλάδα



Τέλειωσε κι' αυτό το βιβλίο. Ελπίζουμε να πέρασες ευχάριστα και να έμαθες καινούργια πράγματα. Ο Φίλιππος, η Ρενάτα και η παρέα τους πριν σε αποχαιρετήσουν σου προτείνουν υπέροχες συνταγές για να τις μοιραστείς στο τραπέζι με τους γονείς ή τους δασκάλους σου.



Ελληνικά τυριά

Οι Έλληνες έφτιαχναν τυρί από τα αρχαία χρόνια. Ο Όμηρος και ο Αριστοφάνης μας δίνουν πολλές πληροφορίες. Το τυρί είναι υγιεινό, γευστικό και θρεπτικό και ταιριάζει με όλα. Να μερικά ελληνικά τυριά για να τα απολαύσεις με το φαγητό σου:

Φέτα (από πρόβειο γάλα)
Μανούρι (από πρόβειο γάλα)
Μυζήθρα (από τυρόγαλο και αποβουτηρωμένο γάλα)
Κασέρι (από πρόβειο γάλα)



Κεφαλοτύρι (από πρόβειο και κατσικίσιο γάλα)
Κεφαλογραβιέρα (από αγελαδινό και πρόβειο γάλα)
Γραβιέρα (από αγελαδινό γάλα)
Τουλουμοτύρι (από πρόβειο και κατσικίσιο γάλα)
Μετσοβόνε (από αγελαδινό ή πρόβειο και κατσικίσιο γάλα)
Τελεμές (από αγελαδινό γάλα)
Καλαθάκι Λήμνου (από πρόβειο γάλα)
Ανθότυρο (μαλακιά μυζήθρα)
Κοπανιστή (από πρόβειο γάλα)
Φορμαέλα Παρνασσού (από πρόβειο ή κατσικίσιο γάλα)
Λαδοτύρι (σκληρό τυρί σε λάδι)

Βυζαντινό φαγητό

Τα υλικά που χρειάζονται είναι:

- 6 μακριές και 2 στρογγυλές μελιτζάνες
- 2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα
- 1 ματσάκι μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 2 κουταλιές της σούπας σάλτσα ντομάτας
- 750 γραμμάρια μοσχαρίσιο κιμά
- 1 αυγό
- αλάτι και πιπέρι

Κόβουμε τις μακριές μελιτζάνες (στο Βυζάντιο τις έλεγαν και μαζιζάνια) στα δύο και χαράζουμε με μαχαίρι την ψίχα τους, τις αλοιφουμε απ'έξω με λάδι και τις ψήνουμε στο φούρνο για είκοσι περίπου λεπτά. Τις βγάζουμε απ'το φούρνο και αφαιρούμε την ψίχα, την ψιλοκόβουμε και την ανακατεύουμε καλά με τα κρεμμύδια, το μαϊντανό, το σκόρδο, τη σάλτσα, τον κιμά (το αρβελισμένον κρέας), το αυγό, το αλάτι και το πιπέρι. Μετά κόβουμε σε φέτες τις στρογγυλές μελιτζάνες και τις σωτάρουμε με λάδι. Λαδώνουμε ένα ταψάκι, το στρώνουμε με τις φλούδες από τις μακριές μελιτζάνες και το γεμίζουμε με στρώσεις: από τις φέτες μελιτζάνας και το μίγμα. Στο τέλος στρώνουμε τον κιμά. Ψήνουμε το φαγητό μας στους 180°C για μιάμιση περίπου ώρα. Το βυζαντινό πιάτο είναι έτοιμο. Ρίξτε λίγη ακόμη σάλτσα και καλή σας όρεξη! Για επιδόρπιο διάλεξετε ένα από τα ελληνικά τυριά.

(Μια συνταγή του Μιχ. Κωττάκη από το περιοδικό Gusto)



Αλήθεια, η συνταγή αυτή ποιο φαγητό σας θυμίζει;

Κρητικό ψωμί με ελαιόλαδο, τυρί και θυμαρίσιο μέλι

Τα υλικά που χρειάζονται είναι:











- 1 φλυτζάνα ελαιόλαδο και λίγο θυμαρίσιο μέλι
- 1 φλυτζάνι προζύμι ή μαγιά μπύρας
- χυμός από 1 πορτοκάλι
- 1 φλυτζάνα γάλα
- 250 γραμμάρια ανθότυρο
- 250 γραμμάρια μυζήθρα,
- λίγο τυρί φέτα
- 3 κουταλιές σούπας γραβιέρα τριμμένη
- αμύγδαλα ή καρύδια για γαρνιτούρα και
- αλεύρι



Το προζύμι ή τη μαγιά μπύρας τη διαλύουμε σε μια λεκάνη με ένα ποτήρι χλιαρό νερό. Προσθέτουμε το λάδι, το γάλα και το χυμό πορτοκαλιού. Αφού ανακατέψουμε όλα τα υλικά, προσθέτουμε το αλεύρι και το ζυμώνουμε μέχρι η ζύμη να γίνει μαλακιά. Σ' ένα μπολ ανακατεύουμε το μέλι, τη μυζήθρα, τον ανθότυρο, τη φέτα και τη γραβιέρα. Πλάθουμε τη ζύμη μας και φτιάχνουμε διάφορα σχήματα, στεφάνια ή μινωικά πιθάρια και τη γεμίζουμε με τα τυριά. Μετά γαρνίρουμε τα ψωμάκια με αμύγδαλα ή καρύδια και τα ψήνουμε σε φούρνο που τον έχουμε προθερμάνει. Σε λιγότερο από μία ώρα τα ψωμιά είναι έτοιμα για να συνοδεύσουν το γεύμα σας που το κύριο πιάτο του θα είναι ένα βυζαντινό φαγητό.

(Μια συνταγή της Β.Αθανασιάδου-Τζανιδάκη από το περιοδικό Gusto)

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Χρόνος.....	6
	Οικογένεια.....	16
	Η παρέα μου	28
	Παιχνίδια και αγώνισματa	34
	Δικαιώματα, ισότητα και ελευθερία	42
	Μικροί και μεγάλοι.....	52
	Πόλεμος και ειρήνη	58
	Από τον Ερμή στο Ίντερνετ	68
	Εκκλησία και γιορτές.....	76
	Γνωρίζουμε καλύτερα την Ελλάδα*	88

*Η 10η ενότητα, “Γνωρίζουμε καλύτερα την Ελλάδα” αποτελεί διασκευή της ομώνυμης ενότητας του Αχιλλέα Λεοντάρη που περιέχεται στο βιβλίο “ Η ΖΩΗ ΜΑΣ ΚΑΙ Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΜΑΣ, Στοιχεία πολιτισμού, (δοκιμαστική εφαρμογή)”, Υ.Π.Ε.Π.Θ. - Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, Ιωάννινα 1992, σσ. 26 - 57. Επιστημονικός υπεύθυνος για το συγκεκριμένο διδακτικό υλικό ήταν ο καθηγητής Δήμου Γεώργιος.

ΠΗΓΕΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΩΝ

- 1) Περιοδικό National Geographic.
- 2) Περιοδικό Experiment.
- 3) Τρούλη Μιχάλη, “Ρέθυμνο, Ιστορία – Περιήγηση – Σύγχρονη Ζωή”, εκδ. Μίτος, Ρέθυμνο, 1998.
- 4) Ιστορία του Ελληνικού Έθνους, εκδ. Εκδοτική Αθηνών, Αθήνα, 1978.
- 5) Σχολική εγκυκλοπαίδεια Υδρία, εκδ. Γ. Αξιωτέλλη & Σία Ε.Π.Ε., Αθήνα, χ.χ.
- 6) Ελληνική Μυθολογία, εκδ. Εκδοτική Αθηνών, Αθήνα, 1996.
- 7) Υ.Π.Ε.Π.Θ., Ελληνικός Πολιτισμός, Ο.Ε.Δ.Β., Αθήνα, 1997.
- 8) Βαλαβάνη Π., “Άθλα, αθλητές και έπαθλα”, εκδ. Ερευνητές, Αθήνα, 1996.
- 9) “Ελληνική τέχνη”, εκδ. Εκδοτική Αθηνών, Αθήνα, 1996.
- 10) Φακίνου Ευγενία, “Ελληνικό Πανόραμα. Πολιτισμός – Ιστορία - Φύση”, εκδ. Κέδρος, Αθήνα, 1995.
- 11) Θεοδώρου Λ. – Γκράτζιου Β., “Βεργίνα. Θησαυροί, μύθοι και ιστορία της Μακεδονικής γης”, εκδ. Άμμος, Αθήνα, 1993.
- 12) Υ.Π.Ε.Π.Θ., “Η ζωή μας και η ιστορία μας. Στοιχεία πολιτισμού”, εκδ. Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, Ιωάννινα, 1992.
- 13) Εγκυκλοπαίδεια Πάπυρος Λαρούς Μπριτάννικα, εκδ. Πάπυρος, Αθήνα, 1996.
- 14) Δεσύπρη Γ., Langenfass H., Σαντοριναίου Κ., “Κρήτη, χθες και σήμερα”, εκδ. Μιχ. Τούμπη, Αθήνα, 1991.
- 15) Περιοδικό Ανάπτυξη παιδιού.
- 16) “Παγκόσμια Μυθολογία”, εκδ. Εκδοτική Αθηνών.
- 17) “Παγκόσμια Ιστορία”, εκδ. Πατάκη.
- 18) Βάσω Ψαράκη, Κάρτα από τα Παιδικά Χωριά SOS.
- 19) Ρωμύλος Παρίσης, φωτογραφίες από το αρχείο του.
- 20) “Φώτα Παρακαλώ”, εκδ. Κέδρος.
- 21) Ε.Ο.Τ.
- 22) Περιοδικό «Η Λέξη».