

Alkuvalmistelut: Irroita kuva- ja faktakortit toisistaan leikkaamalla viivoja pitkin.



**YHDEN KILON KASVATTAMINEN VIE VESIVAROJA VÄHINTÄÄN 400 JA MAKSIMISSAAN 2 000 LITRAA.**

(Vertaa: Keskiverto suomalainen käyttää päivässä vettä n.140 litraa.)



**PERINNERUOKA TALKKUNAN RAAKA-AINE.**

(Talkkuna on jauhoa, joka syödään viiliin tai piimään sekoitettuna vellinä, tai marjoihin sekoitettuna. Nykyään on suosittua sekoittaa talkkuna myös jäätelöön.)



**SISÄLTÄÄ NÄKÖKYVYLLE JA LUUSTOLLE TÄRKEÄÄ A-VITAMIINIA.**



**SUOMESSA KÄYTTÖ ALKOI YLEISTYÄ VASTA 1960-LUVULLA.**

**VALTAOSA NÄISTÄ VALMISTEISTA SISÄLTÄÄ PALJON SOKERIA, EIKÄ SIKSI OLE TERVEELLISTÄ RUNSAASTI KÄYTETTYNÄ.**



**KUN TUOTETTA VALMISTETAAN KILON VERRAN, KULUU SIIHEN MAITOA NOIN 10 LITRAA**



**SUURIN OSA RUUAN HAITALLISISTA YMPÄRISTÖVAIKUTUKSISTA SYNTYY TÄMÄN TUOTANNOSTA.**



**VILLINÄ KASVANEIDEN PYYDYSTÄMINEN POISTAA RAVINTEITA VEDESTÄ JA VÄHENTÄÄ REHEVÖITYMISTÄ.**

**SEN SIJAAN NÄIDEN VILJELEMINEN LISÄÄ VESISTÖJEN REHEVÖITYMISTÄ.**



**PÄÄRAAKA-AINE ON PAPU, JONKA SUURIMPIA TUOTTAJIA OVAT NORSUNLUURANNIKKO, GHANA JA INDONESIA.**

**TÄMÄ TUOTE EI KOSKAAN VOI OLLA TÄYSIN SUOMALAINEN.**



**METSÄNTUTKIMUSLAITOKSEN  
MUKAAN VUOSITTAIN NOIN 90% TÄTÄ  
JÄÄ POIMIMATTA.**

**SISÄLTÄÄ RUNSAASTI TERVEYDELLE  
SUOTUISIA RAVINTO-AINEITA, KUTEN  
E-VITAMIINIA.**



**JOKA PÄIVÄ SYÖTYNÄ TÄMÄ  
EPÄHEDELMÄ SUOJELEE AIVOJA JA  
MUISTIA SEKÄ TORJUU VÄSYMYSTÄ JA  
STRESSIÄ.**



**VANHIMMAT LÖYDÖT ON TEHTY LÄHI-  
IDÄN VARHAISISTA  
MAANVILJELYS-PAIKOISTA AJALTA 7500  
E.KR.**

**HYVÄ PROTEIININ LÄHDE.**



**RASVAA NÄMÄ SISÄLTÄVÄT 20-30  
GRAMMAA JA SUOLAA NOIN 2  
GRAMMAA 100 GRAMMASSA TUOTETTA.**

(Vertaa: ruisleivässä rasvaa on 1,7g ja suolaa  
1,1, g/ 100g leipää.)