**PRVI GOZDOLJUB DOMA 3**

GUM Zapoj tisto pesem o trobentici …

SLO Beri o trobentici.

 Trobentica, nedvomno spada med znanilke pomladi. Opazimo jih lahko že zelo zgodaj, v januarju, če je zima topla. Vsekakor pa na plan pokukajo v začetku pomladi. Zakaj trobentici rečemo trobentica je jasno. Le kdo ni, pihal na cvetove trobentice, ki je služila za glasbilo? Ko trobentica neha ”trobentati”, pa jo pojemo, kot posladek. In kako prav je, da se trobentice jedo,saj je trobentica zelo zdrava.

Trobentico lahko uporabimo tudi v kulinariki. In sicer je trobentica prijetna popestritev solatam. Lahko pa si v solati pripravite kar samo trobentico. V solato v manjši količini, dodajte tudi liste trobentice, ti so še posebej polni vitamina C. Vendar, naj napišem opozorilo, ko se boste lotili nabiranja cvetov trobentice, ne nabirajte vseh na enem mestu. Nekaj jih pustite še naravi, naj se bohotijo in oznanjajo pomlad še naprej.

Trobentica je trajnica in je znana po svojih nagubanih zelenih listih, ki so spodaj nekoliko dlakavi. Rumeni cvetovi trobentice rastejo na dlakavih svetnih pecljih. Cvetovi imajo prijeten vonj po medu. Tudi okus cvetov spominja na med. Korenine trobentice so kratke in razvejane.

Trobentica raste na travnikih in na svetlih območjih v gozdovih. Cvete vse od marca pa tja do maja (v primeru tople zime cveti že prej).

 Cvetove nabiramo v času cvetenja. Ko nabiramo cvetove pazimo, da jih ne pomečkamo. ***In nikakor jih NE smemo splakovati pod vodo, saj bi tako iz njih odplaknili vse dobro.***  Cvetove trobentice, tako kot cvetove [vijolic](https://mojpogled.com/vijolica-drobna-lepoticka-ki-disi-po-zdravju/), na hitro posušimo in jih spravimo v ne preveč tesno zaprti posodi.

ZAPIŠI pet stvari o trobentici, ki so ti po branju ostale najbolj v spominu.

**Sedaj pa sledi tvoja naloga:** Nabrali boste za eno svojo dlan trobentic in jo dodali solati ali pa naredili solato iz samih trobentic. Ker pa vem, da večina od vas ni kaka velika ljubiteljica solat, vam priporočam čaj. Če boste zelo neučakani, boste sveže trobentice poparili z vročo vodo. Pokrili za nekaj minut in nato spili. Čaja ne sladkamo. Tako pripravljen čaj iz svežih cvetov trobentice, bo iz tvojega telesa odplaknil vso ”navlako”, ki se je v njem nabirala tekom zime. Čaj iz poparjenih posušenih cvetov trobentice pa bo pomagal lajšati kašelj. Blaži tudi bronhitis, prav tako pa preprečuje nastanek pljučnice oziroma jo blaži. Čaj čisti naša dihala. Čaj trobentice čisti kri, ledvice in sečila. Deluje odvajalno, saj odvaja seč. Pomaga tudi, če ne moreš spati pa še kaj bi se našlo. Prava čudežna rožica je tale naša trobentica.

Pa na zdravje in se beremo v ponedeljek zjutraj. Do takrat pa ostanite zdravi in lepo se imejte. Vaša učiteljica Tinkara