

# LA XEF POTA VERDA

## L'herència de la meva rebesàvia

Hola nois i noies! Soc la Xef Pota Verda (bé, deixem-ho en aspirant a xef, ha, ha, ha). Durant els propers dos anys viurem moltes aventures juntes. Descobrirem un munt de coses sorprenents sobre els aliments i el nostre planeta i sobretot desitjo poder transmetre-us les meves grans passions: **la cuina saludable i sostenible i l'estima per la natura.**

## Curiositats sobre mi



Sento admiració pels **galls de pota blava** que ha criat tota la vida la meva àvia. Per això, he rebut el sobrenom de Xef Pota Verda.



M'encanta seure al costat d'un arbre, passar hores a l'hort familiar i llegir contes. El conte "El Cuc i la Lluna" és fantàstic. Us l'enviaré!



Em quedo bocabadada quan arriba la primavera i els arbres fruiters comencen a florir. Les flors blanquinoses dels ametllers són un espectacle pels sentits!



M'apassiona investigar receptes antigues i aliments que es menjaven abans i que s'han oblidat.



Crec 100% que cada acció, per petita que sigui, compta. I els infants podem marcar la diferència.



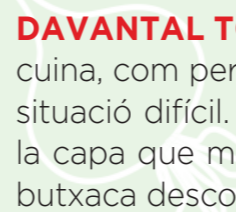
M'agrada visitar els mercats i les parades de pagesos i pageses per conèixer millor els aliments de proximitat i de temporada.



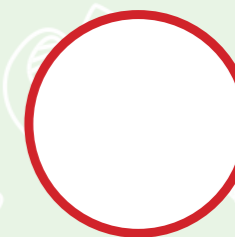
Menja sa  
per tu i  
pel planeta!



**BARRET CARXOFA:** Gràcies a aquest barret puc viatjar a qual-sevol lloc del món i veure el que està passant en tot moment. Però encara té molts altres poders per descobrir.



**DAVANTAL TOT S'HI VAL:** Tant serveix per anar ben neta a la cuina, com per donar-me forces quan m'haig d'enfrontar a una situació difícil. Només cal donar-li una volta i es converteix en la capa que m'encoratja a l'acció. I si us atreviu a xafardejar la butxaca descobrireu mil i una curiositats.



**CULLEROT COMUNICADOR:** Remena que remenaràs el cullerot comunicador posa ordre a les millors olles de grills. Ajuda a resoldre conflictes, a comunicar-se amb animals i plantes, i fins i tot, aconseguir que les persones amb els punts de vista més allunyats s'asseguin i dialoguin.

## La meva història

Vinc d'una saga de cuineres molt antiga. De petita em passava el dia entre olles i cassoles i recollint de l'hort familiar tot d'herbes i verdures per fer els plats més saludables i saborosos que heu vist mai.

Recordo com si fos avui el dia que vaig decidir preparar-me com a Xef. Aquell dia **la meva rebesàvia em va entregar uns objectes molt especials: un barret, un davantal i un cullerot.** La primera vegada que me'ls vaig posar se'm va obrir un món totalment nou! Em podia comunicar amb les plantes, els aliments, els animals, en definitiva, amb tot el regne natural. Va ser llavors quan **vaig comprendre que la natura és increïble, que nosaltres en som part i que cap espècie és millor que l'altra.**

Ara fa uns mesos la tortuga Poruga i l'abella Mel es van posar en contacte amb mi per explicar-me algunes coses. Després d'escoltar-les penso que necessitem moltes mans i molta creativitat per ajudar-les.

**Ep! compto amb totes i tots vosaltres!**

