



School Gardening
Resources

PRIMARY LEVEL

BORD BIA
IRISH FOOD BOARD

Toir Torthaí agus Biabhóg





Am na Bliana

Is féidir toir torthaí i bpotaí a phlandáil ar feadh na bliana. Ba chóir biabhóg a chur i mí na Samhna go hidéalach.

Ábharthacht Thraschuraclaim

OSIE: Nithe Beo, Feasacht agus Cúram imshaoil, Iniúchadh, taighde, gréasán na beatha
Amharcealaín: Comharthaí a dhéanamh, limistéar torthaí a phleanáil, léarscáil a tharraingt
Litearthacht: Lipéadú toir torthaí, ainmneacha plandaí nua
Curacclam Neamhfhoirmiúil: Food Dudes, Bia Sláintiúil, baint agus cócaireacht, ag blaiseadh torthaí



Toir Torthaí a Phlandáil / Torthaí Sceiche

- ★ Bí cinnte dul trí shábháilteacht uirlisí roimh thosú ar an tionscadal seo. Múin an caoi le spád a iompar agus conas é a sheasamh nuair nach bhfuil sé in úsáid (seasamh nó taca a bhaint as balla).
- ★ Tomhais an spásáil do phlandaí, thart ar 1 go 2m óna chéile, cuir potaí ina mbeidh an planda le dul nó marcáil le plúr/bambú.
- ★ Déan poill, ag fágáil ithir in aice leis an bpoll le cur ar ais ina dhiaidh. Cuir cúpla scúp de mhúirín leis; meascán ithir agus múirín i bpoll le chéile.
- ★ Seiceáil doimhneacht an phoill ag suí an phota sa pholl. Ní mór an planda a chur ag an doimhneacht chéanna ithreach agus a bhí sé sa phota.
- ★ Taispeáin conas an planda a bhaint as an bpota (gearrfhréamhacha ach amháin más fíor-riachtanach). Cuir an planda sa talamh; cuir ithir ar ais ann; ithir daingean timpeall plandaí leis na cosa.
- ★ Crainn móta le 1m de phlaisteach (is féidir leat cairtchláir & gearrthacha féir; duilleoga lus na gcnámh briste, feamainn; nó múirín a úsáid freisin), bain úsáid as spád chun imill phlaisteach a thochailt; brúigh síos le móta/gearrthacha féir srl.





Ag cur Biabhóige

Is torthaí ilbhliantúla é biabhóige. Teastaíonn limistéar ar leith uaidh le fás (is féidir fás i spásanna tais, scáthaithe). Iarr ar thuismitheoirí a fhásann biabhóg a gcuid plandaí a roinnt (is é Samhain an t-am is fearr) agus roinnt a thabhairt don scoil nó ceannaigh cuid acu san ionad garraodóireachta áitiúil.

- ★ Úsáid imeall géar an spáid chun an fód a iompú. Déan poll domhain; níos mó, níos leithne agus níos doimhne ná an pota plandaí.
- ★ Cuir go leor aoileach nó múirín dea-lofa ó do charn.
- ★ Cuir an choróin isteach, agus líon ar ais é le hithir timpeall na corónach.
- ★ Móta le tuí agus cairtchlár.

NB: NÁ bain aon bhiabhóg ón bplanda sa chéad bhliain fáis. Tógann siad bliain iomlán chun socrú isteach agus a bheith ina phlanda láidir!



Samplaí de thoir torthaí féideartha

- | | |
|--------------------|------------------|
| ★ Sútha craobh | ★ Caora Miortail |
| ★ Cuiríní dubha | ★ Sútha Tatha |
| ★ Spíonán | ★ Baghsanchaora |
| ★ Cuirín Dearg/Bán | |



Sláinte agus Sábháilteacht

- ★ Úsáid uirlisí go sábháilte i gcónaí.
- ★ Nigh na lámha tar éis seisiún gairdín.



Smaointe le haghaidh tionscadal taighde

Mata: iarr ar na páistí meastachán a dhéanamh ar an méid talún atá ag teastáil chun roinnt tor torthaí a fhás le pota subh a tháirgeadh.

Tíreolaíocht: Cad iad na toir torthaí a fhástar i do cheantar áitiúil agus cad chuige a n-úsáidtear iad?

Tionscadal Taighde: Cad is lus na gcnámh briste ann? Cad is beatha leachtach ann agus conas a dhéantar é?

Focail Taighde: MÓTÚ, ILBHIAINTÚIL



Chun Bearradh Nó Gan Bearradh?

Féadann sé seo a bheith mearbhlach i gcónaí, mar sin is iad na rialacha ginearálta ná craobhacha ar bith atá:

- ★ Marbh
- ★ Damáistithe
- ★ Galrach
- ★ Ag trasnú thar a chéile



Déan Mionbhruair Biabhóige

Comhábhair:

- ★ 700g biabhóige nó caora measctha
- ★ 35-50g siúcra donn
- ★ 50g siúcra
- ★ 50g im bog nó leáite

Mionbhruair:

- ★ 110g plúr (breisiúcháin eile - minchoirce, gránóla)

Modh:

1. Glan agus gearr an bhiabhóg ina slisíní. Nigh caora.
2. Stobh go réidh leis an siúcra os cionn teocht íseal. Lig dó fuarú agus cuir i mias bÁCála.
3. Cuir an siúcra leis an bplúr agus cuimil isteach an t-im, go dtí go bhfuil sé cosúil le blúiríní aráin. Clúdaigh na torthaí leis an mionbhruair.
4. BÁCáil ar feadh 30-40 nóiméad go dtí go bhfuil an barrán órga ag 180 céim nó gáis 6.



Giosáil Biabhóige

Comhábhair:

- ★ 1 kg biabhóige
- ★ 3 chupán siúcra
- ★ 6 taespúnóg fínéagar bán
- ★ 4 lítear uisce
- ★ 2 líomóid

Modh:

1. Gearr an bhiabhóg i bpíosaí beaga; cuir le babhla/coimeádán mór. Gearr líomóid ina shlisíní le craiceann air.
2. Cuir slisíní líomóide agus an chuid eile de na comhábhair leis an mbiabhóg. Clúdaigh agus fág ar feadh 48 uair an chloig, ag corrú uaireanta. Síothlaigh 3 huair.
3. Buidéal agus lipéad. Fág ar feadh dhá sheachtain chun aibí.

Conas a thugaimid aire do na plandaí?

- ★ Seiceáil na plandaí go rialta.
- ★ Cuir uisce orthu más gá.
- ★ Nuair a thosaíonn siad ag fás bláthanna, cuir tús le beathú leachtach lus na gcnámh briste.
- ★ Clúdaigh le líontán le héin a choinneáil ó gach caora a ithe.
- ★ Coinnigh saor ó fhiaílí trí mheá agus mhótú.
- ★ Breathnaigh agus taifead rátaí fáis & athruithe séasúracha.
- ★ Is maith le biabhóg go leor bia - mótaigh le múirín nó aoileach gach bliain.



Tuilleadh eolais

An t-idirlíon

An leabharlann

Garden Organic

www.gardenorganic.org.uk

Irish Seed Savers Association

www.irishseedsavers.ie