

HISTÓRIAS COM OS MONSTRINHOS

HUGUI E A RECEITA QUE JUNTOU TODA A GENTE

Era uma vez um monstrinho verde chamado Hugui, que vivia numa casa onde havia sempre lugar para mais uma pessoa à mesa.

O Hugui adorava receber pessoas. Se um amigo aparecesse à porta, arranjava logo uma cadeira. Se alguém estivesse triste, oferecia um abraço. E, se levasse um lanche para a escola, era quase certo que acabava a partilhá-lo com os colegas.

Certo dia, a professora anunciou uma missão especial.

— Esta semana, vamos descobrir como podemos cuidar melhor do planeta através das nossas escolhas alimentares. Quero que observem o que acontece aos alimentos e pensem em formas de evitar o desperdício alimentar.

O Hugui ficou tão entusiasmado que abriu os braços para abraçar a turma inteira.

— Vamos salvar todos os alimentos!

— Um de cada vez, Hugui! — riu-se a professora.

Durante os dias seguintes, a turma reparou em pequenos gestos que podiam fazer a diferença: fazer sempre a lista de compras, levar para casa apenas o necessário, servir a quantidade de comida que conseguiam comer, guardar os alimentos corretamente e pensar em novas formas de aproveitar as sobras.

A professora lançou então um desafio: cada aluno devia levar para casa uma ideia para partilhar com a família.



O Hugui passou o caminho inteiro a imaginar receitas e a pensar em todas as pessoas que queria ajudar.

Quando chegou a casa, encontrou a família a preparar o jantar. Em cima da bancada estavam alguns legumes, pão do dia anterior e fruta madura.

— Tenho uma missão para nós! — anunciou. — Vamos descobrir como podemos aproveitar melhor os alimentos!

1 | 3

A avó sorriu.

— Isso parece-me uma excelente ideia. Mas primeiro, vamos ver o que temos e quais os alimentos que ainda estão em boas condições para consumir

Juntos, verificaram os alimentos e começaram a pensar em receitas. Os legumes podiam dar origem a uma sopa, o pão podia transformar-se em torradas e a fruta madura podia ser aproveitada numa salada de fruta.

De repente, uma pequena estrela verde apareceu por cima do frigorífico.

Plim! Plim!

Era a Fada do Desperdício, que trazia uma colher de pau brilhante.

— Hugui, ouvi dizer que tens um coração enorme e uma criatividade ainda maior. Esta colher brilha sempre que alguém encontra uma forma de aproveitar melhor os alimentos!

O Hugui pegou nela com cuidado.

— Então, vai brilhar muito nesta cozinha!

Com a ajuda da família, preparou uma refeição com os alimentos que tinham decidido aproveitar. A mãe tratou da sopa, o pai preparou as torradas e o Hugui ajudou a lavar e cortar a fruta e a pôr a mesa.

Quando todos se sentaram, a colher de pau começou a brilhar tanto que parecia uma pequena estrela.

— Conseguimos! — exclamou o Hugui.

— Conseguimos porque fizemos isto juntos — lembrou a avó.



Durante o jantar, o Hugui contou à família tudo o que tinha aprendido na escola. Falaram sobre o desperdício alimentar, as pequenas mudanças que podiam fazer em casa e a importância de planear as refeições.

No dia seguinte, levou a sua história para a escola. Os colegas partilharam as ideias que tinham experimentado com as famílias e, juntos, criaram um mural chamado Pequenos gestos, grandes mudanças.

Havia desenhos de sopas coloridas, caixas para guardar alimentos, listas de compras e receitas inventadas.

2 | 3

A professora ficou tão contente que pendurou o mural à entrada da sala, para que toda a escola pudesse conhecer as ideias da turma.

O Hugui olhou para os desenhos e sorriu. Afinal, não precisava de uma varinha mágica para fazer a diferença. Bastava começar por casa e partilhar aquilo que aprendia.

E, a partir desse dia, a família do Hugui passou a planear melhor as refeições, a guardar os alimentos com cuidado e a procurar novas formas de aproveitar aquilo que já tinha.

FIM



3 | 3