



Metodický materiál pro učitele

Metodický materiál k výuce vaření a přípravy jídel pro učitele základních škol

„Domácí nudle aneb variace s nudlovým těstem“

Cílová skupina: žáci základní školy, 6. - 9. ročník

Očekávaný výstup:

Žák:

- připraví těsto na nudle
- vykrájí nudle
- připraví pokrm z čerstvých nudlí podle vlastní fantazie nebo receptu a zdůvodní jeho volbu z hlediska kritérií zdravého stravování
- naučí se pojmenovávat rozmanité druhy těstovin

Vazby a přesahy v RVP – mezipředmětové vztahy:

- pracovní činnosti – vaření a příprava pokrmu
- český jazyk – rozvoj čtenářské gramotnosti
- výchova ke zdraví
- člověk a jeho svět

Blok I

Aktivita „Nejen nudle“ (10 minut)

Pomůcky: papír, tužky

Žáci (ve dvojicích nebo ve skupinkách) mají za úkol sepsat co nejvíce různých označení pro nudle (např. špagety, penne, vruty, mušličky, lasagne, tortellini, vlasové nudle, ravioli...). Názvy pak prezentují ostatním skupinkám.

Možné rozšíření:

- skupinka dětí pantomimicky předvádí nějaký druh těstoviny a ostatní hádají, o jaký druh se jedná,
- učitel nebo žáci sami si přinesou rozmanité druhy těstovin a pak je po skupinkách zkouší pojmenovat,
- žáci se mohou pokusit těstoviny určovat pouze hmatem (práce ve dvojicích, jeden žák dává ohmatat druhému ve dvojici, nebo si děti těstoviny posílají po kruhu a zkusí si danou těstovinu ohmatat a nakonec hádají název).

Aktivita: (ne)obyčejné nudle (25 minut)

Učitel oznámí, že při příští hodině vaření si děti vyzkouší přípravu nudlí. Úkolem skupinek nyní bude vymyslet nebo najít recept z nudlí, který budou příští hodinu vařit a sepsat postup a suroviny, které budou potřebovat. Zároveň by děti měly obhájit, že recept splňuje kritéria zdravé výživy.

Příprava na další hodinu vaření (10 minut)

Žáci si po skupinkách rozdělí suroviny a případně pomůcky na příští hodinu vaření. Ve skupinkách se dohodnou, jaký pokrm z nudlí uvaří a jaké ingredience bude potřeba donést.

Blok II

Vaření (80 minut)

Pomůcky: vál, váleček, ostrý nebo příborový nůž na krájení nudlí (případně nůžky, ostré vykrajovačky, rádýlko), pečicí papír, hrnec, cedník, naběračka

Suroviny: na 100 gramů mouky jedno vejce (mouku lze použít hladkou, pohankovou, žitnou, špaldovou nebo jejich kombinaci), špetka soli

Postup: nejprve vypracujeme tuhé těsto, rozválíme co nejvíce do tenka a krájíme nudle. Děti mohou krájet nudle nožem, rádýlkem, stříhat, vykrajovat formičkami. Při práci s těstem je důležité dostatečně podsypávat moukou, aby se nudle k sobě nelepily.

Hotové nudle různých tvarů klademe na pečicí papír, aby se neslepily. Část nudlí můžeme usušit a schovat, část můžeme použít na přípravu pokrmu.

Možná inspirace na přípravu pokrmu:

- nudle uvaříme a podáváme buď nasladko (s trochou sušené třtinové šťávy, mákem, semínky, kokosovým tukem) nebo naslano.

– taštičky: z nudlového těsta vytvoříme obdélníčky, které plníme buď ovocem (např. jablky nebo švestkami) nebo slanou náplní, okraje lehce potřeme vodou, aby dobře držely u sebe, a vaříme.

Možné rozšíření:

- děti zajímavě pojmenovávají pokrm z nudlí,
- skupinky dětí mohou sepsat svůj recept, doplnit fotografií a celá třída může prezentovat „zdravou nudlovou kuchařku“.

Blok III

Reflexe (10 minut)

Pomůcky: nudle

Děti z nudlí na lavici vytvoří takovou známku, jakou by ohodnotily svoji práci v hodině. Známkou mohou, ale nemusí komentovat v kruhu.

Autorka metodiky: Mgr. Jitka Sedláčková, Lesní klub Oříšek