



Metodický materiál pro učitele

Metodický materiál k výuce vaření a přípravy jídel pro učitele základních škol „Vánoční cukroví- plněné košíčky“

Cílová skupina: žáci základní školy od 3. - 5. ročníku

Očekávaný výstup

Žák:

- Připraví vánoční cukroví – košíčky
- Seznámí se jiným druhem sladidla, než je bílý, rafinovaný cukr
- Porovnájí chuťové vlastnosti sladidel

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 „ Když se řekne cukroví“ (15 minut)

Žáci jednotlivě, po dvojicích nebo ve skupinkách tvoří asociace na téma: cukroví . Potom mají za úkol zjistit tři věci, které jsou společné všem asociacím, které vytvořili (jedním ze společných věcí je, že všechno cukroví obsahuje cukr, proto se taky jmenuje cukroví).

Aktivita: „ochutnávka jiných druhů sladidel“ (20 minut)

Pomůcky: některé druhy zdravějších sladidel např.: med, sladěnka ječmenná, sladovit, rýžový sirup, datlový sirup, xylitol...ve skleničkách pro 4 skupinky dětí označené pouze číslem

Postup: děti po skupinkách ochutnávají a snaží se sladidlo pojmenovat a v průběhu si zaznamenávají, co jim nejvíce chutnalo, co nejméně a které sladidlo pro ně bylo nejsladší. Pokud žáci některá sladidla nepoznali, učitel jim správné názvy sladidel řekne.

Příprava na další hodinu vaření (10 minut)

Žáci si po skupinkách rozdělí suroviny a případně pomůcky na příští hodinu vaření.

Blok II

Vaření (80 minut)

Pomůcky: vál, formičky na košíčky, plech, peroutka

Ingredience: 500 gramů grahamové mouky, 250 gramů tuku Ceres, 250 gramů pšeničné sladěnky, 150 gramů mletých oříšků, špetka soli, podle potřeby voda, olej na vymazání formiček.

Postup: Tuk smícháme se sladěnkou a zpracujeme s ostatními ingrediencemi na vláčné těsto. Pokud se těsto drobí, přidáme vodu. Formičky na košíčky vytřeme olejem. Vtlačíme dovnitř kousek těsta tak, aby okraje byly zarovnané. Pečeme ve vyhřáté troubě a vyklápíme teplé. Plníme kvalitními povidly nebo marmeládou, zdobíme oříšky, mandlemi.

Poznámka: košíčky je třeba dělat velmi tenké, při pečení se „nafouknou“.

Blok III

Reflexe (10 minut) „věž z prázdných formiček“

Pomůcky: formičky na košíčky

Děti staví tak vysokou věž z prázdných formiček, jak se jim pečení líbilo, a stavbu komentují. (Např.: postavil(a) jsem věž jen ze tří košíčků, protože se mi košíčky při pečení polámaly...)

Inspirace receptu z knihy Makrobiotické nedělní vaření od Dagmar Lužné

Autor metodiky:

Mgr. Jitka Sedláčková, Lesní klub Oříšek

Odborný garant:

Mgr. et Mgr. Bohuslav Sedláček, Skutečně zdravá škola, z.s.

Jazyková korektura:

PhDr. Helena Burianová, Skutečně zdravá škola, z.s