

SCENARIUSZ ZAJĘĆ NR 5

Surowce orientalne stosowane w kuchni wegańskiej.

(4 h lekcyjne)

Dorota Rygiel, Tomasz Rygiel

**Przedmiot:**

Procesy technologiczne / zajęcia praktyczne / pracownia gastronomiczna

**Temat:**

Surowce orientalne stosowane w kuchni wegańskiej.

**Cel ogólne:**

Poznanie charakterystycznych przypraw i surowców orientalnych stosowanych w kuchni wegańskiej. Nabycie umiejętności zastosowania surowców orientalnych w przygotowywaniu potraw wegańskich.

**Środki dydaktyczne:**

receptury (podręcznik), surowce, wyposażenie pracowni technologicznej, ewentualnie instrukcje do zadań, teksty źródłowe „EKO-LOGIKA sztuka roślinnego gotowania”, rzutnik multimedialny

**Forma pracy:**

- grupowa
- indywidualna

**Cele operacyjne:****1. Uczeń zna:**

- surowce takie jak: miso, tofu, sos sojowy, seitan, tempeh, spirulina, makaron ryżowy, glony
- naczynie wok i jego zastosowanie w przygotowywaniu potraw orientalnych

2. Uczeń potrafi:

- przeprowadzić prawidłową obróbkę wstępną i cieplną wybranych orientalnych surowców
- zastosować wok w przygotowaniu potraw wegańskich
- zaplanować poszczególne etapy pracy
- przygotować stanowisko pracy
- czytać ze zrozumieniem instrukcję receptury gastronomicznej
- przygotować zaplanowane potrawy zgodnie z zasadami technologicznymi, zero waste i BHP
- estetycznie i prawidłowo podać potrawę do degustacji
- samodzielnie ocenić jakość potraw wykonanych przez siebie i inne osoby stosując kryteria oceny i formułując refleksję własną

**Metoda:**

- pogadanka
- pokaz
- obserwacja
- ćwiczenia praktyczne

**Hasło BHP:**

Dbanie o higienę w czasie ekspedycji potraw.

Przebieg zajęć:

I. Instruktaż wstępny:

1. Wstępne czynności organizacyjne:
 - sprawdzenie obecności
 - sprawdzenie przygotowania uczniów do zajęć (strój ochronny, wyposażenie).
2. Podanie tematu zajęć oraz zapoznanie z celem ogólnym zajęć.
3. Krótkie wprowadzenie w tematykę - pogadanka poruszająca następujące treści:
 - charakterystyka najczęściej stosowanych przypraw i surowców w kuchni orientalnej w żywieniu wegańskim
 - zasady i zalety przygotowywania potraw w woku.
4. Zapoznanie z przebiegiem praktycznej części zajęć (ewentualny podział na zespoły, podanie czasu itd.).
5. Omówienie receptur potraw i sposobu ich wykonania, zwrócenie uwagi na charakterystyczne, nowe cechy danej potrawy:
 - Miska Buddy
 - Vegański Pad Thai
 - Spring rolle
 - Indyjska zupa Rasam.
6. Przypomnienie kryteriów oceniania:
 - przygotowanie do zajęć (strój i wyposażenie)
 - organizacja pracy i stanowiska roboczego
 - przestrzeganie zasad higieny i czystości na stanowisku pracy
 - właściwa obróbka surowców
 - wiedza zawodowa i umiejętności praktyczne
 - umiejętność współpracy w grupie
 - jakość wykonanej potrawy (ocena organoleptyczna) oraz sposób jej podania.
7. Ewentualne pytania uczniów.

II. Instruktaż bieżący

1. Organizacja stanowisk pracy przez uczniów.
2. Podział surowców na zaplanowane potrawy.
3. Wykonywanie przez uczniów zaplanowanych potraw w oparciu o receptury.
4. Kontrola bieżąca połączona z instruktażem i pokazem dotyczącymi przygotowania oraz podania zaplanowanych potraw. Zwrócenie uwagi na:
 - dobór sprzętu do wykonywanych zadań
 - dobór i właściwy sposób obróbki surowców
 - dokładność i staranność wykonania potraw
 - właściwą organizację i tempo pracy
 - porządek na stanowisku w czasie pracy
 - prawidłowe posługiwanie się sprzętem
 - potencjalne błędy podczas sporządzania potraw
 - prawidłowe, estetyczne i atrakcyjne zaprezentowanie wykonanych potraw (propozycje nauczyciela oraz kreatywne pomysły młodzieży na aranżację potraw i stołu).

III. Instruktaż końcowy

1. Przygotowanie potraw do degustacji, nakrycie stołu.
2. Degustacja.
3. Ocena organoleptyczna wykonanych potraw.
4. Omówienie i ocena wykonanych zadań przez uczniów.
5. Czynności porządkowe.
6. Podsumowanie zajęć:
 - omówienie przebiegu zajęć
 - wskazanie dobrych i błędnych przykładów w toku pracy
 - podsumowanie wskazujące czy cel lekcji został osiągnięty poprzez zadanie pytań kontrolnych uczniom
 - pytania pomocnicze będą uzupełnione po dodaniu przepisów.
7. Indywidualna ocena uczniów przez nauczyciela.
8. Podanie tematu na następne zajęcia.

Prawa autorskie



Eko-logika. Sztuka roślinnego gotowania by Dorota i Tomasz Ryglowie w ramach TransferHUB www.transferhub.pl
CC BY-SA 4.0

Publikacja dostępna na licencji Creative Commons: Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0.
Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Inicjatyw Społeczno-Ekonomicznych i autorów. Zezwala się
na dowolne wykorzystanie

materiałów, w tym utworów, tworzenie i rozpowszechnianie ich kopii w całości lub we fragmentach,
wprowadzanie zmian i rozpowszechnianie utworów zależnych - pod warunkiem zachowania niniejszej
licencji i wskazania autorów oraz FISE, jako w właścicieli praw do utworu. Treść licencji jest dostępna na stronie
<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode.pl>