

11.02.22

6 класс,технология

Тема: «Технология приготовления блюд из круп и бобовых».

### 1. Изложение нового материала.

На сегодняшнем уроке мы будем изучать новую тему «Технология приготовления блюд из круп и бобовых. Человек использует для своего питания зёрна растений.

Путём специальной обработки получают цельные зёрна (ядрицу) и раздробленные ядра, которые варятся очень быстро.

*Гречневую крупу* получают из гречихи. Покупая гречку в магазине, нужно отдать предпочтение светло-коричневым ядрам — они сохранили после обработки больше полезных свойств. Почитай дополнительно об этой ценной крупе, и ты поймёшь, почему пчёлы так любят собирать с гречихи нектар.

*Рисовая крупа*) — самый употребляемый на планете злаковый продукт. Наибольшее распространение в мире получил шлифованный рис белого цвета — блюда из него получаются вкусными и красивыми. Однако гораздо полезнее коричневый рис. Он подвергается слабой шлифовке, благодаря этому в зёрнышке сохраняются все питательные вещества и витамины. Коричневый рис ценят диетологи и любители здоровой пищи.

Из растения просо получают *пшено* Больше ценятся зёрна ярко-жёлтого цвета. Они быстрее варятся, лучше усваиваются. Из пшена готовят каши и запеканки.

Из растения овёс получают *овсяную крупу*) и овсяные хлопья — полезный и питательный продукт.

Кроме того, есть крупы из пшеницы — пшеничная, манная; из ячменя — ячневая, перловая

В кулинарии используют также *бобовые*— фасоль, горох, сою, чечевицу, бобы — для приготовления блюд и консервирования.

*Макаронные изделия* также имеют зерновое происхождение. Из муки твёрдых сортов пшеницы и воды замешивают тесто, из которого получают макаронные изделия различной формы.

### Подготовка продуктов к приготовлению блюд

Перед приготовлением блюд крупы нужно перебрать, удаляя посторонние примеси и неочищенные зёрна; мелкие и дроблёные крупы — просеять. Затем промыть несколько раз, пока вода не станет чистой. Исключение составляет манная крупа, её не моют. Пшённую крупу моют 6—7 раз, последний раз — в горячей воде.





- По окончании урока труда необходимо убрать рабочее место, сложить инструменты на места и тщательно вымыть руки с мылом.

**5. Домашнее задание: Написать технологическую карту как сварить любую кашу, продолжить изготовление поделки на 8 марта**

**6. Итог урока: Прочитали материал, выполнили практическую работу, заполнили технологическую карту**