

15.02.22

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.

Как сварить рассыпчатую кашу

Рассыпчатые каши варят из ядровых зёрен гречки, риса, пшена, перловой крупы. В процессе приготовления крупу не перемешивают, иначе целые зёрна можно повредить и нарушить консистенцию каши.

1. Налей в кастрюлю отмеренное количество жидкости и доведи на огне до кипения, посоли.
2. Засыпь подготовленную и отмеренную крупу, помешай и доведи до кипения на сильном огне.
3. Закрой кастрюлю плотно крышкой и вари до готовности на слабом огне, не открывая крышку, чтобы не выпускать пар.
4. Усиль огонь, если каша сварилась, а вода ещё не выкипела. Выпарь воду, не закрывая крышку.

*Общие положения по правилам безопасности на уроке труда*

- К уроку допускаются только школьники, одетые в специальную рабочую форму;
- Нельзя приступать к выполнению задания без ознакомления с техникой безопасности и разрешения учителя;
- Нельзя пользоваться инструментами и оборудованием не по назначению, а также поврежденными предметами;
- Задания надо выполнять внимательно и аккуратно, чтобы не нанести вред себе и окружающим;
- Рабочее место надо содержать в чистоте, предметы хранить в соответствии с техникой безопасности;
- При получении травмы немедленно прекратить выполнения учебного задания и сообщить об этом учителю;

- 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