



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Kód ITMS: 26130130051

číslo zmluvy:

Metodicko – pedagogické centrum

Národný projekt

**VZDELÁVANÍM PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNIT**

PaedDr. Leona Bartošová

Ako varili naše babičky

2014

Vydavateľ: Metodicko-pedagogické centrum,
Ševčenkova 11, 850 01
Bratislava

Autor UZ: PaedDr. Leona Bartošová
leonabartos@gmail.com

Kontakt na autora UZ: ZŠ sv. Michala, Školská 1,
Spišské Tomášovce

Názov: **Ako varili naše babičky**

Rok vytvorenia: 2014

**Oponentský posudok
vypracoval:** PaedDr. Maroš Labuda

ISBN 978-80-565-0061-3

Tento učebný zdroj bol vytvorený z prostriedkov projektu Vzdelávaním pedagogických zamestnancov k inklúzii marginalizovaných rómskych komunit. Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov Európskej únie.

Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Obsah

1. Receptár	4
2. Bezpečnosť pri práci v kuchyni	6
3. Moja kuchyňa	8
4. Kuľša	10
5. Makové šúlance	12
6. Bryndzové pirohy	14
7. Prekvapenie z hrnca	16
8. Spišské plnené zemiaky	18
9. Plnený kapustný list	20
10. Jablká v župane	22
11. Fanky	24

1. Pracovní list – Receptár



Vysvetli slovo „RECEPTÁR“

.....

.....

.....



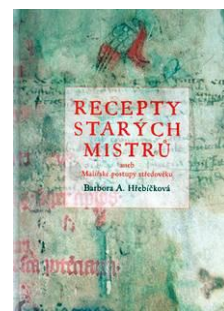
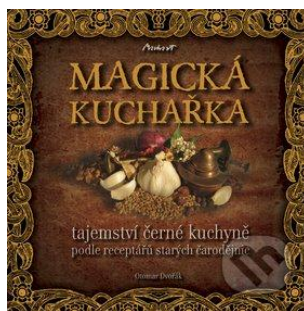
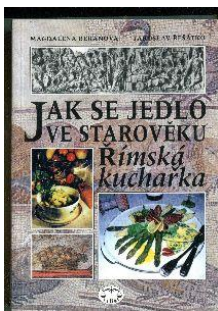
Doplň vetu, chýbajúce slovo nájdeš v tajničke:

Už od staroveku si kuchári spisovali svoje do kníh.

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	R
↶	↷	↵	↴	↱	↲	↸	↵	↷	↶	↱	↲	↵	↷	↶	↱	↲

S	T	U	V	Z	X	Y
↶	^	↵	└	↵	↷	↷

↶ ↱ ↵ ↲ ↵ ^ ↷



Oprav chyby vo vetách:

↷ v stredoveku mohli byt' kuchármí iba muži

.....

↷ kuchárske knihy spisovali iba králi

.....

↷ na kráľovskom dvore sa podávali aj žaby a jašterice

.....
☞ recept je kresba kuchynského riadu
.....



Vpíš do knihy recept svojho obľúbeného jedla.



Zorad' poprehadzované písmená a do tabuľky vpíš písmeno podľa pokynov.

- | | |
|------------------------------|--------------------|
| ☞ dičlka V i - | 1. písmeno - |
| ☞ avi P can - | 7. písmeno - |
| ☞ cire H n - | 2. písmeno - |
| ☞ haer V ca - | 4. písmeno - |
| ☞ ož N - | 1. písmeno - |
| ☞ toki S - | 2. písmeno - |
| ☞ čak V le - | 5. písmeno - |
| ☞ á S rokp - | 1. písmeno - |
| ☞ ižc L ya - | 1. písmeno - |
| ☞ ál Š ka - | 2. písmeno - |
| ☞ dt S úolarh - | 1. písmeno - |
| ☞ n H čer - | 6. písmeno - |

.....
✂ Zakrúžkuj obrázky, pri ktorých sa porušuje bezpečnosť pri práci:



- napíš ako sa konkrétne porušuje bezpečnosť

.....
.....

✂ Dopíš, na čo môžeme využiť ochranné pomôcky a čo nimi chránime:



-
-
.....



-
-



-
-

3. Pracovný list – Moja kuchyňa



Pomenuje predmety a zariadenie v kuchyni:



Vysvetli, na čo slúži:

🕒 **sporák** -

🕒 **mikrovlnná rúra** -

🕒 **chladnička** -

🕒 **rýchlovarná konvica** -

🕒 **mixér** -

🕒 **digestor** -

🕒 **mraznička** -

😊 **Čo môže byť položené na pracovnej doske v kuchyni:**

.....
.....
.....

😊 **Napiš aspoň 3 elektrické spotrebiče, ktoré používa tvoja mamka v kuchyni:**

.....
.....

😊 **Zelenou farbičkou zakrúžkuj predmety, ktoré sa používajú v kuchyni a preškrtni červenou tie, ktoré do kuchyne nepatria.**



4. Pracovní list – Kul’áša



Poznáš toto spišské jedlo? Napíš, z čoho by si ho uvaril?

.....
.....
.....
.....



Babičky nám zanechali recept, no myšky nám ho obhrýzli. Doplň chýbajúce slová v recepte:



1. očistíme, pokrájame a zalejemetak, aby boli zakryté. Pridáme soľ a dáme
2. Keď sú uvarené popučíme a plameň stiahneme na minimum.,
3. pridáme preosiatu hladkú múku a dobré zapracujeme do
4. Urobí sa hladká kaša. Odstavíme.
5. Potom kul’ášu servírujeme na tanieri Rozotrieme ju po obvode celého taniera, tak aby v strede bola jamka na maslo.

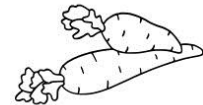
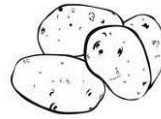
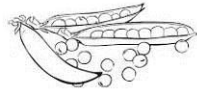


Označ obrázky receptu správne podľa pracovného postupu:





😊 ť do hrnca (spoj čia tie suroviny, ktoré p ujeme na prípravu kul'áše a vymaľuj ich

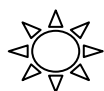


😊 Nájdi 5 rozdielov



5. Pracovný list – Makové šúlance

Suroviny: 250 g hladkej múky, 250 g hrubej múky, 1 vajce, 6 zemiakov uvarených v šupke, 1 dcl vody, mak, kryštálový cukor, 1 vrecúško vanilínového cukru, maslo



Babička nám zanechala starý recept, ale akosi sa jej vety v receptári pomotali. Pomôžeš jej ich opraviť?

Postup: Zemiaky zamrazíme v slanej vode a necháme vychladnúť. Potom ich ošúpeme a najemno nastrúhame. Na lúčnej doske zmiešame dva typy múky, nastrúhané zemiaky, vajce a vodu podľa potreby. Z týchto surovín vypracujeme cesto, ktoré rozdelíme na niekoľko častí. Jednotlivé časti na tabuli vysušíme do dlhých palcov, ktoré potom pokrájame na malé húsčky. Tieto malé kúsčky na pomúčenej doske ešte dobre pošušíme a hotové šúlance hodíme do vriacej vody na 10-15 minút, aby sa uvarili domäkka. Kryštálovú aj vanilínovú soľ roztopíme

a primiešame maslo. Touto zmesou polejeme hotové šúľance na tanieri a posypeme ich pomletým makom.

Oprav a napíš správne pracovný postup:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

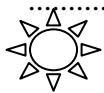
.....

.....

Vypíš z postupu, aké suroviny potrebujeme na prípravu šúľancov:

.....

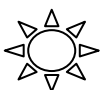
.....



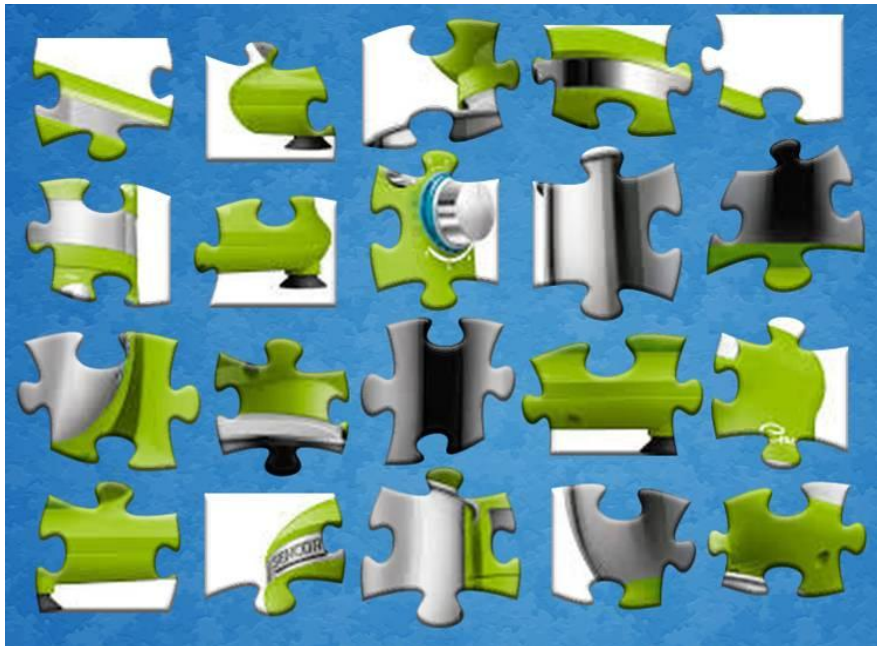
Vyrieš tajničku, slovo dopíš do vety:

Základnou surovinou, ktorú používali staré babičky na varenie boli
....., kyslá kapusta a bryndza.

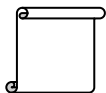
The crossword puzzle grid consists of 10 rows and 10 columns. A vertical bar of 10 blue cells is on the left side, starting from the second row and ending at the eleventh row. The letter 'Y' is written in the bottom-most cell of this bar. Arrows point from the following cells to images: the top-most cell of the blue bar to a blue pen; the cell at row 2, column 4 to a carton of milk; the cell at row 3, column 1 to a bowl of green peppers; the cell at row 4, column 6 to a close-up of teeth; the cell at row 5, column 8 to a bunch of onions; and the cell at row 6, column 9 to a head of cabbage.



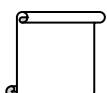
Vystrihni a poskladaj správne puzzle. Nájdeš kuchynský nástroj, o ktorom naše babičky ani nesnívali.



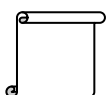
6. Pracovní list – Bryndzové pirohy



Dopíš k obrázkom, čím sa dajú naplniť pirohy?



Do pergamenu dopíš, čo všetko budeme potrebovať na prípravu cesta na bryndzové pirohy:



Zakrúžkuj správnu odpoveď:

- ♣ pirohy sa varia v polievke
- ♣ pirohy môžu byť slané aj sladké
- ♣ do plnky sa môže zamiešať káva
- ♣ zemiakové pirohy sa môžu opekať na ohni
- ♣ pirohy si môžeme posypať makom
- ♣ pirohy sú jedlo starých materí

áno

nie

W

B

R

A

P

Y

K

N

DZ

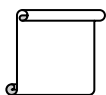
G

A

U

--	--	--	--	--	--

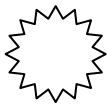
(z rum. brânză), je mäkký, miesený a solený ovčí syr vyrábaný z hrudkového ovčieho syra. Vyrába sa na Slovensku, v Poľsku, Rumunsku, Ukrajine a v Bulharsku



Zakrúžkuj nástroje, ktoré použijeme pri príprave bryndzovej pochúťky:



7. Pracovní list – Prekvapenie z hrnca

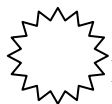


Vyrieš osemsmierovku a dozvieš sa názov obľúbeného spišského jedla.

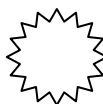
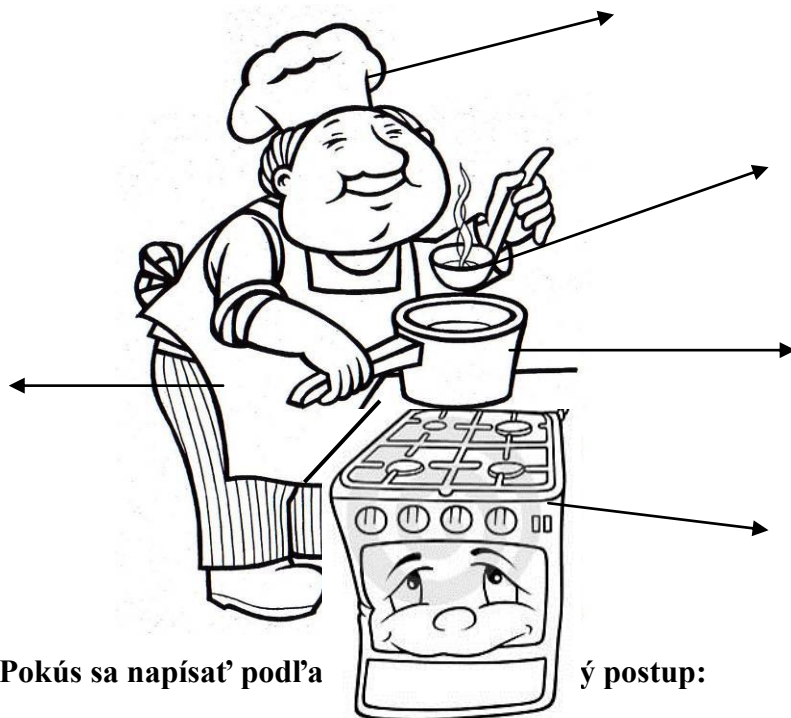
T	V	A	R	E	N	I	E	A	R
R	O	B	O	T	S	I	L	N	Á
Á	S	P	O	T	I	S	E	E	H
V	K	U	S	A	P	Ž	K	P	O
E	A	T	O	C	O	M	T	A	P
N	Z	C	A	N	M	Ú	R	N	P
I	Á	I	Ú	N	U	K	I	V	E
E	V	A	R	E	CH	A	N	I	K
M	I	X	É	R	A	N	A	C	Á
E	C	I	N	Ž	O	N	J	A	Č



slová: trávenie, elektrina, varecha, robot, mixér, varenie, rana, vosk, pekáč, nože, vkus, list, váza, sito, múka, ocot, čaj, nožnice, mucha, pohár, pena, panvica, viac.



Pomenuj kuchynský riad a oblečenie, ktoré kuchár potrebuje pri práci:



Pokús sa napísať podľa

ý postup:



1.

Do hrnca dáme,
soľ a



2.

na masť orestujeme cibuľku a pridáme vegetu (kto má rád, môže pridať aj huby)



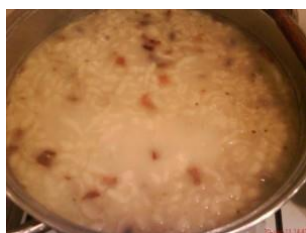
3.

Pridáme k zemiakom a necháme



4.A

pripravíme si z a
vláčne cesto na papcúniky – malé halušky



5.

opatrne vlejeme do polievky, dochuťíme kyslou
smotanou alebo šťavou z kyslej kapusty

Čo sme teda dnes varili?

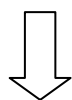


.....

8. Pracovný list – Spišské plnené zemiaky



0,5 kg údeného bravčového stehna, 6 veľkých
zemiakov, pol KL mletého čierneho korenia, soľ, 2
strúčiky cesnaku, 2 malé cibuľky, 1 vajce, 1 PL
polievkového korenia

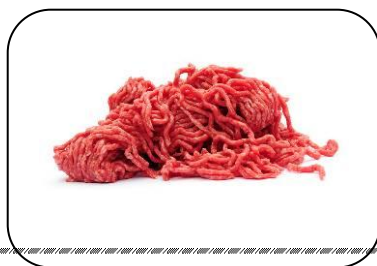


Pokús sa podľa obrázkov napísať pracovný postup na prípravu
plnených zemiakov:

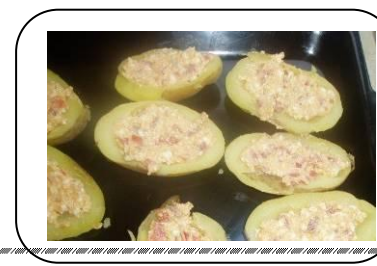
1. uvarené zemiaky



2.



3.



4.



.....

.....

.....

.....

.....



Správne doplň text:

Mäso, vyberieme a necháme vychladnúť. Ošúpané umyjeme a do stredu vydlabeme dieru. Mäso pomelieme spolu s a cibuľkou, okoreníme,a pridáme vajce a vzniknutou zmesou naplníme zemiaky. Do pekáča dáme vodu s cibuľkou, nakrájanou na kolieska a polievkové korenie. Zemiaky uložíme do, prikryjeme ich vrchnákom, prípadne alobalom a pečieme asi 1 a pol hod. pri 180⁰C.

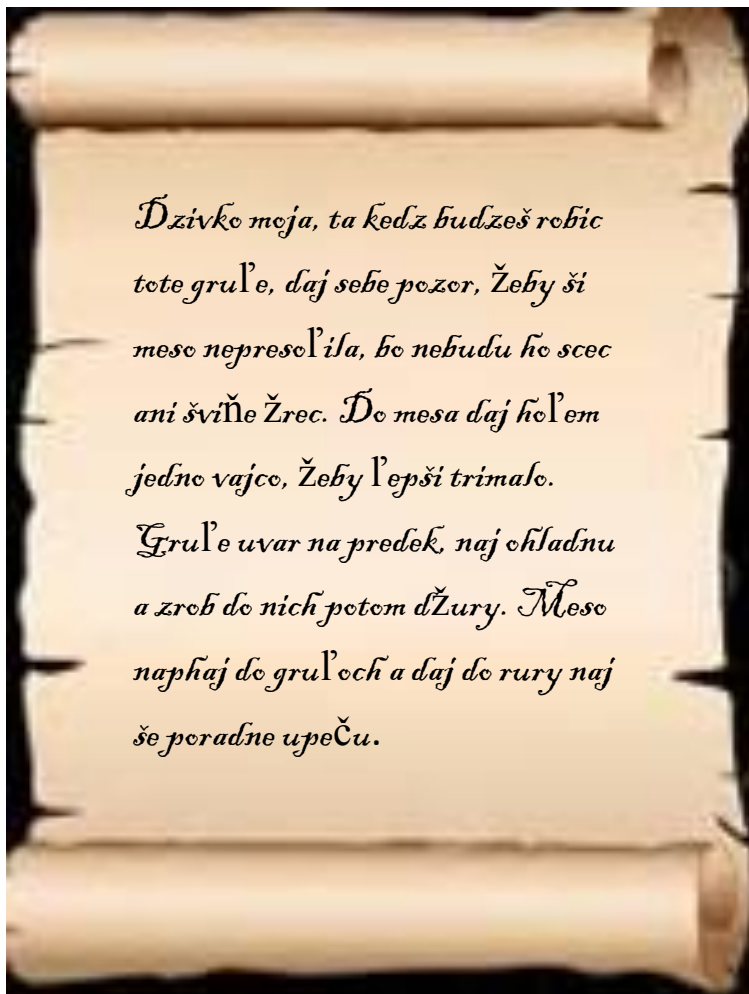
(pekáča, cesnakom, osolíme, uvaríme, zemiaky)



Babička nám napísala odkaz v nárečí. Vieš, ako sa toto nárečie volá?

Pokús sa text preložiť do slovenského jazyka.

Nárečie:



*Dzivko moja, ta kedz budzeš robic
tote gruľe, daj sebe pozor, Žeby ši
mese nepreseľiša, bo nebudu ho scec
ani šviňe Žrec. Do mesa daj ho ľem
jedno vajce, Žeby ľepši trimalo.
Gruľe uvar na predek, naj chľadnu
a zrob do nich potom džury. Mese
naphaj do gruľoch a daj do rury naj
še poradne upeču.*

Slovenský preklad

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

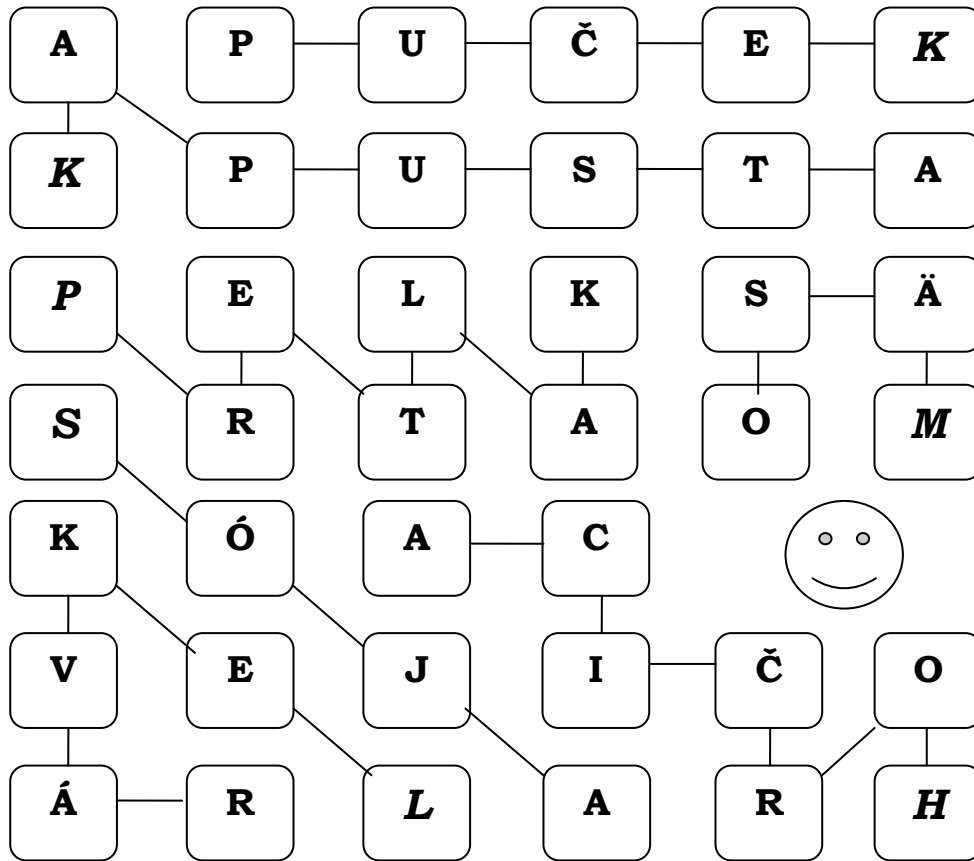
.....

9. Pracovní list – Plnený kapustný list



V tajničke nájdí 7 slov, napiš ich a zakrúžkuj tie, ktoré sa dajú využiť pri tomto recepte.





.....

.....

.....



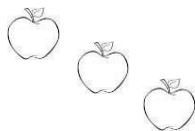
Doplň do receptu chýbajúce slová:

Kapustové uvaríme a necháme ochladnúť. Mäso pomelieme, ochutíme ako na fašírky, pridáme uvarenú ryžu – vytvoríme plnku. Do kapustového listu dáme a stočíme ako kornútok. Vrchnú časť listu vtláčime dovnútra tak, aby mäso nevypadlo. Na spodok hrnca vložíme zvyšné kapustné, poukladáme na ne mäsové kornútky, zalejeme pretlakom rozmiešaným s vodou. Osolíme. Varíme asi 1,5 hod.




Mamička ma poslala do špajze pre mlynček na mäso. No našla som ich tam niekoľko. Pomôž mi roztriediť, čo pomeliem na ktorom mlynčeku. Dvojice zakrúžkuj rovnakou farbou.





10. Pracovní list – Jablká v župane

 Mamička kúpila v obchode niekoľko drobností. Čo by sa z nich dalo uvariť alebo upiecť? Oprav prehodené písmenká a vymysli nejakú dobrôtku....

☺ IboJak -



- ☺ jačVioK -
 - ☺ dáHalk úakM -
 - ☺ ikeoIM -
 - ☺ loinýVainv rokuC -
-
-
-



Jablká v župane

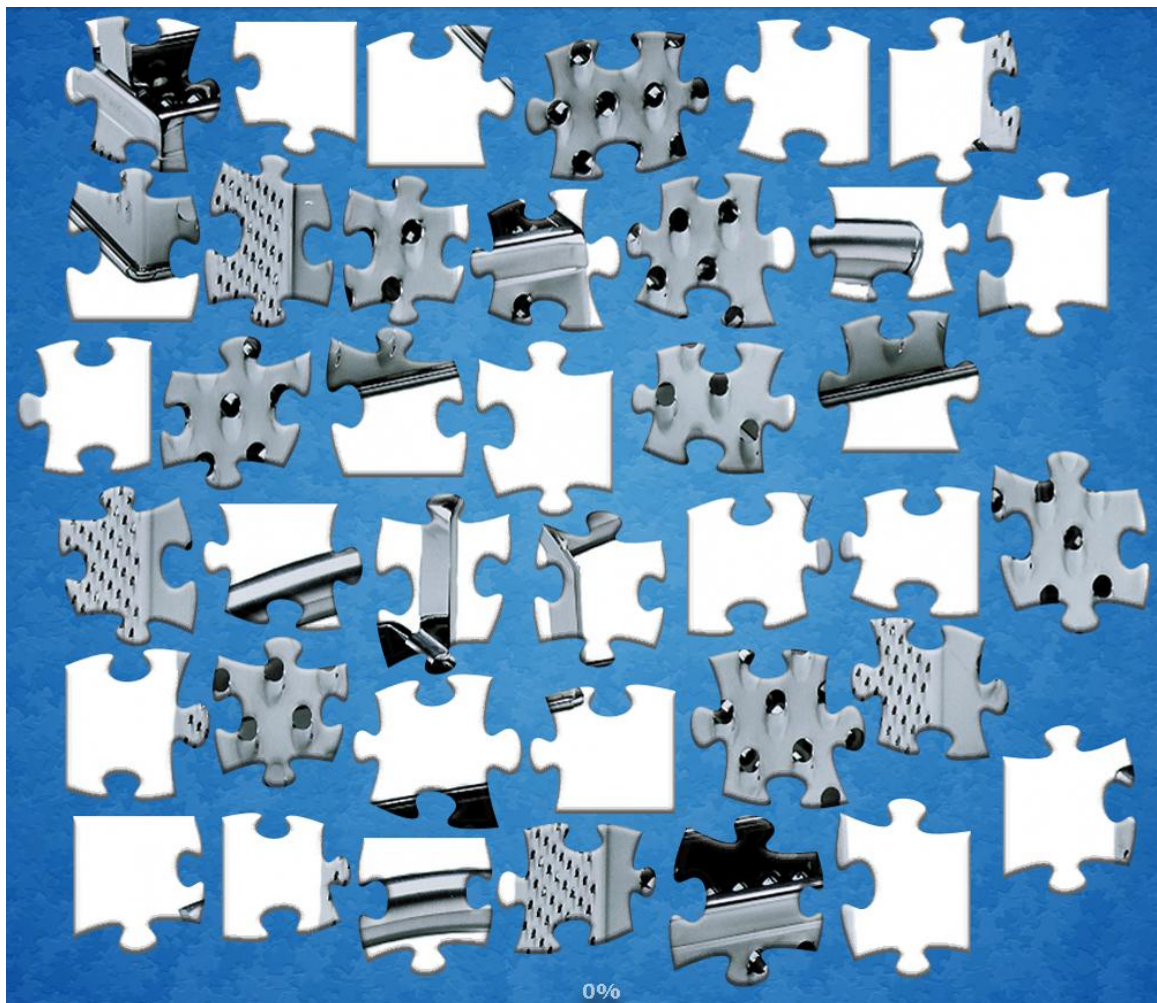
Na ich prípravu potrebujeme všetky suroviny z predchádzajúcej úlohy, zmiešane ich a vypracujeme redšiu kašu. Na strúhadle (na akom sa dozvieš, ak správne rozstriháš a poskladáš puzzle v nasledujúcej úlohe) do kaše postrúhame očistené jablko, všetko spolu premiešame. Pečieme na predhriatej a vymastenej panvici.



Vyber si a zakrúžkuj, na akej panvici by si piekol „jablká v župane“?



Vystrihni si puzzle, správne poskladaj a dozvieš sa, aký nástroj budeš potrebovať na strúhanie jablák.



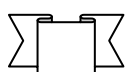
 Čím by sa dali jablká v župane natriet?

Napíš, z čoho sa dá vyrobiť lekvár.



11. Pracovný list – **Fainky**



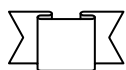


Vysvetli skratky v recepte:

- ↪ PL –
- ↪ KL -
- ↪ bal. –
- ↪ ml -

čo budeme potrebovať?

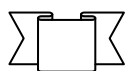
- ✎ 400 g polohr. múky
- ✎ 1 KL soli
- ✎ PL masla
- ✎ 2 žltka
- ✎ 1 PL kryš. cukru
- ✎ 0,5 bal. prášku do pečiva
- ✎ 2 PL rumu
- ✎ 200 ml kyslej smotany



Doplň do textu chýbajúce slová:

Preosiatu zmiešame so soľou, kryštálovým a práškom do pečiva. Pridáme postrúhané maslo, žĺtky, rum, a vypracujeme vláčne cesto. Zakryjeme utierkou a necháme cca 1 hod. odpočívať. Potom ho natenko rozvalkáme na pomúčenej doske a vykrajujeme obdĺžniky alebo štvorce. Do každého stredu narežeme otvor. Vyprážame na rozohriatom do ružova. Oleja má byť toľko, aby v ňom fánky plávali. Vypražené fánky necháme odkvapkať na servítkach. Pred podávaním ich posypeme zmesou práškoveho a vanilkového cukru.

(pomôž si receptom z predchádzajúcej úlohy)



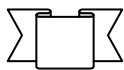
Dopíš, na čo sa používa kuchynské náradie:



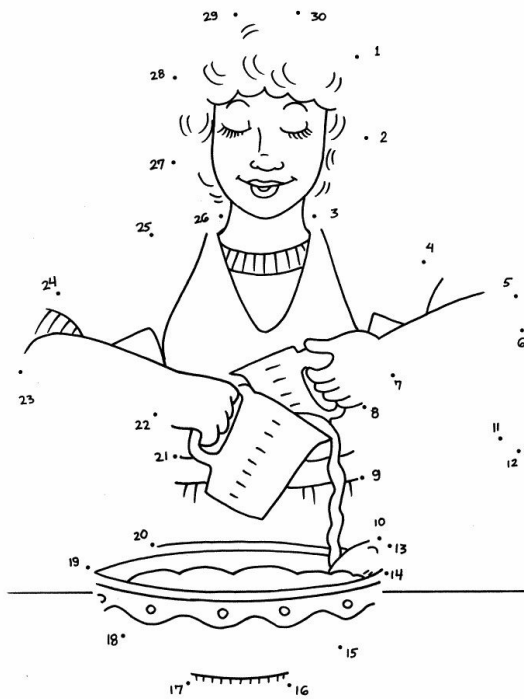
.....



.....



Pospájaj čísla a dozvieš sa...



Kto nám doma s láskou varí?

.....

Použité zdroje:

- <http://www.guard7.cz/skoleni/rozsirujici-vzdelavaci-seminare-bozp-a-po>
- <http://varecha.pravda.sk/recepty/kulasa-ktora-sa-varila-na-spisi-fotorecept/4892recept.html>

- <http://plnielanu.zoznam.sk/c/1292/overene-recepty-starych-mam-vratte-sa-do-detstva-s-pochutkami-zo-zemiakov>
- <http://www.pixmac.cz/fotka/pergamen+s+%C4%8D%C3%ADhaj%C3%ADc%C3%AD+%C5%BEenou+kucha%C5%99e/000082859845>
- <http://sk.wikipedia.org/wiki/Bryndza>
- <http://varecha.pravda.sk/recepty/papcun-z-hubami-a-skvarkami-fotorecept/20113-recept.html>
- http://www.predskolaci.cz/?attachment_id=6339
- <http://www.dobre-recepty.sk/detail/6214-spisske-plnene-zemiaky/>
- <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-photography-vector-old-papyrus-image2545177>
- <http://www.szlovakia-utazas.hu/ubytovanie/presovsky-kraj/mountain-resort-cha/?lang=sk>
- <http://www.thevision.sk/zazracnamysel>
- <http://www.panvice.sk/novinky/detail/panvica-na-lievance-26cm-od-ballarini.htm>
- <http://receptvaros.hu/recept-tipus/lekvarok/>
- <http://varecha.pravda.sk/recepty/fasiangove-fanky/48717-recept.html>
- <http://www.predskolaci.cz/?p=7546>