

Zajęcia gospodarstwa domowego: gotowanie

Placki ryżowe - nabycie umiejętności łączenia produktów sypkich.

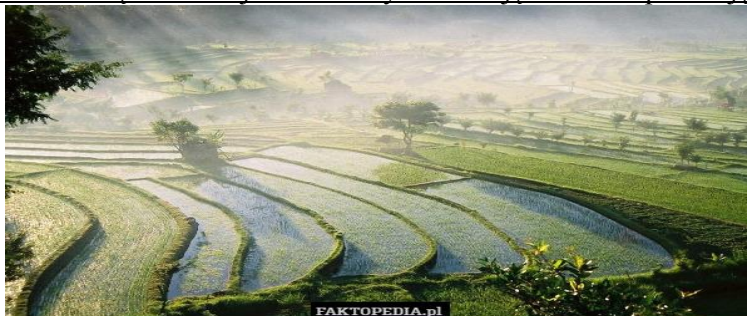
Głównym celem zajęć kulinarnych będzie nabycie umiejętności rozpoznawania ziaren (dzisiaj ziaren ryżu), Dziecko postara się określić właściwości odżywcze ryżu oraz jego pochodzenie (na podstawie informacji przeczytanych samemu lub przez rodzica).

Przygotuje samodzielnie produkty potrzebne do przygotowania placków ryżowych;

Wszystkie czynności wykona zgodnie z zasadami bezpiecznej obsługi urządzeń AGD poznanymi w czasie zajęć w grupie wychowawczej pod nadzorem rodzica.

Kolejnym celem będzie nabycie umiejętności łączenia produktów sypkich o różnej strukturze (mąka, ryż); oraz odmierzanie produktów przy pomocy łyżki i szklanki;

A teraz troszkę informacji na temat ryżu: na zdjęciu widać plantację ryżu



Ryż uprawiany jest w wodzie, mimo iż nie jest rośliną wodną. Efekty uprawy ryżu w wodzie są o wiele lepsze. Przede wszystkim, woda utrzymuje stałą temperaturę dolnych partii rośliny, chroni ją przed szkodnikami i dostarcza więcej tlenu. Jednak roślina nie może zostać zalana wodą po sam czubek, gdyż szybko zginie. Poziom wody w celach pola ryżowego musi być stale kontrolowany, tak by jedna trzecia rośliny zawsze wystawała nad powierzchnią.

Ryż – rodzaj zbóż obejmujący 25 gatunków. Występuje w strefie klimatów gorących i ciepłych na całym świecie. Ryż spożywczy, będący podstawą wyżywienia 1/3 ludności świata, jest produktem otrzymywanym z ziarna ryżu siewnego. Walory odżywcze ryżu znane są połowie świata. W Azji ryż znaczy tyle, co w Europie chleb i ziemniaki. Ryż stosuje się w diecie bezglutenowej i wszystkich dietach lekkostrawnych. Osoby dbające o linię chętnie jedzą ryż, który dodaje energii i uwalnia od głodu.

W kulturze azjatyckiej ryż ma specjalne miejsce, jest czymś więcej niż zwykłym produktem spożywczym – to symbol życia i podstawa dań. Ryż jada się sam i z dodatkami. Robi się z niego mąkę, makaron, płatki, olej, piwo, sake i papier. Każda kuchnia ma swoje własne sposoby przyrządzania i podawania ryżu.

Dziś plantacje ryżu można spotkać niemal na całym świecie. Uprawia się go na wodnych albo suchych polach. Jednak najbardziej cenione są odmiany pochodzące z plantacji wodnych. W zależności od odmiany ryż dojrzewa 100–250 dni. Dojrzały ścina się po spuszczeniu wody, suszy się w suszarniach lub na groblach, zawieszony na żerdziach.



Ryż ma wiele odmian różniących się kolorem, długością ziaren, zawartością składników odżywczych i smakiem

Ryż można podzielić ze względu na długość ziaren:

Ryż krótkoziarnisty, Ryż średnioziarnisty, Ryż długoziarnisty – najbardziej popularny w Polsce.

Odmiany ryżu - spośród 40 tys. odmian ryżu zaledwie kilka jest dostępnych na naszych sklepowych półkach np: Arborio, Basmati, Dziki ryż, Ryż paraboliczny (parboiled), Ryż perłowy, Ryż jaśminowy .

A teraz już gotujemy.

Proszę przygotować :

przepis, garnek, patelnia, przybory kuchenne,

PRZEPIS NA PLACKI RYŻOWE

Składniki:

1 kubek śmietany, 1 szklanka mąki, 1 jajko, 1 woreczek ryżu, sól, cukier

Wykonanie:

- 1. Ryż ugotować w woreczku (ok. 20 min.),**
- 2. wysypać do miski i ostudzić,**
- 3. dodać śmietanę,**
- 4. dodać jajko,**
- 5. dodać mąkę**
- 6. dodać sól i cukier do smaku.**
- 7. Wszystko dobrze wymieszać.**
- 8. Rozgrzać na patelni olej.**
- 9. Nakładać łyżką placki i smażyć z obu stron na złoty kolor.**
- 10. Podawać z dżemem, miodem, jogurtem lub cukrem.**



Placuszki mogą być podane jako przekąska, obiad oraz rodzaj deseru

SMACZNEGO!!