



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego
numer projektu: WND-POKL.03.03.04-00-028/12

Nauka i technologia dla żywności

gimnazjum

Tytuł projektu:

Jak przechować smaki lata?

Wprowadzenie:

Która z nas nie zna smaku domowego dżemu truskawkowego albo powidełek śliwkowych? Mimo że w sklepach można dostać w tej chwili wszystko, ja chcę zachęcić Was do podtrzymywania tradycji rodzinnych i spróbuję pokazać jak na różne sposoby można zatrzymać smaki i zapachy lata. Wiem, że samodzielnie przygotowane przetwory są z pewnością dużo zdrowsze od tych robionych przemysłowo. Będziecie mieć dużą satysfakcję, kiedy wasi rodzice, dziadkowie, rodzeństwo czy koleżanki, koledzy będą zajadać się ze smakiem, np. bułeczką z serkiem i malinową konfiturą lub do obiadu wypiją Waszej - domowej roboty sok wiśniowy czy kompocik. Nie będę oszukiwać, to czasochłonne zajęcie, ale do pracy możecie zaangażować całą rodzinę. Taka praca to niezapomniane wspomnienia i naprawdę wspaniała zabawa dla wszystkich, a na dodatek przyjemnie w zimie jest spojrzeć na bukiet z suszonych kwiatów, który przypomina nam o letnich i jesiennych spacerach, kiedy zbieraliśmy kwiaty na łąkach oraz o roślinach z naszego ogrodu, które również postanowiliśmy zasuszyć i wykorzystać w dekorowaniu domu.

Cel projektu:

Przygotowanie szkolnej wystawy przetworów pt. „Dużo zdrowiej się czuję, gdy smaki i zapachy lata sama przechowuję”, połączonej z degustacją oraz prezentacjami i filmami o domowej produkcji przetworów.

Opracowanie mini książki kucharskiej – „Robię sam i polecam...”

PROJEKT REALIZOWANY W PARTNERSTWIE:

Człowiek – najlepsza inwestycja



Dobre Kadry
Centrum badawczo-szkoleniowe.
Sp. z o.o.



Uniwersytet Ekonomiczny
we Wrocławiu

BIURO PROJEKTU:
ul. Jęczyńska 10/1
53-507 Wrocław
tel. 71 343 77 73-74
fax 71 343 77 72
www.dobrekadry.pl



Cele kształcenia i wychowania:

Uczeń:

- wyjaśnia na czym polegają chemiczne przemiany zachodzące w przechowywanej żywności,
- wyjaśnia na czym polegają poznane sposoby konserwacji żywności,
- omawia procesy wrzenia, parowania w związku z różnymi sposobami przetwarzania warzyw i owoców,
- wie, jak przebiega proces pasteryzacji i tyndalizacji,
- definiuje pojęcie gęstości substancji,
- wyjaśnia pojęcie próżni,
- wymienia zalety opakowań próżniowych,
- wykorzystuje pompę próżniową do próżniowego pakowania produktów spożywczych,
- bada trwałość produktów spożywczych zapakowanych hermetycznie,
- planuje i przeprowadza proste doświadczenia.

Pytanie kluczowe:

Dlaczego warto i jak przechować smaki i zapachy lata?

Etapy projektu:

Etapy	Działania
Przygotowanie	<ol style="list-style-type: none">1. Wprowadzenie do projektu: dyskusja z uczniami na temat domowych sposobów przetwarzania żywności, rodzajów opakowań, domowych sposobów konserwowania żywności, bezpieczeństwa podczas prac przygotowywania przetworów, higieny pracy w kuchni.2. Podział uczniów na 4 zespołów3. Ustalenie zadań dla zespołów; wyłonienie liderów zespołów
Planowanie	<ol style="list-style-type: none">1. Omówienie zadań (praca samodzielna, dom, biblioteka, Internet, konsultacje z nauczycielami)2. Omówienie zasad współpracy w zespole3. Ustalenie terminów konsultacji z nauczycielem4. Ustalenie terminów wykonania poszczególnych zadań5. Wybór przez grupę sposobów prezentacji wyników realizacji swojego zadania.
Realizacja	<ol style="list-style-type: none">1. Poszukiwanie informacji na temat domowych sposobów przetwarzania żywności, rodzajów opakowań, domowych sposobów konserwowania żywności, bezpieczeństwa podczas prac przygotowywania przetworów, higieny pracy w kuchni.2. Wyjaśnienie pojęć: próżnia oraz pakowanie próżniowe, stężenie procentowe, rozcieńczanie, mieszanie, rozpuszczanie, roztwór, roztwór jednorodny i niejednorodny.3. Samodzielne „wyprodukowanie” przetworów, konserwowanie żywności w najprostszy dostępny sposób.4. Uzyskanie zgody rodziców/prawnych opiekunów na realizację warsztatów w domach uczniów.<ul style="list-style-type: none">- uzyskanie zgody na korzystanie z prywatnego sprzętu gospodarstwa domowego.5. Nakręcenie filmów przedstawiających domową produkcję przetworów6. Przygotowanie prezentacji (zdjęcia, plakaty, prezentacje w programie PowerPoint, film).7. Przygotowanie szkolnej wystawy wykonanych przetworów pt. „Dużo zdrowiej się czuję, gdy smaki i zapachy lata sama przechowuję”, połączonej z degustacją, oraz prezentacjami i filmami o domowej produkcji przetworów.8. Opracowanie mini książki kucharskiej – „Robię sam i polecam...”
Prezentacja	<ul style="list-style-type: none">- Przygotowanie szkolnej wystawy przetworów pt. „Dużo zdrowiej się czuję, gdy smaki i zapachy lata sama przechowuję”,- Degustacja przygotowanych przetworów,- Prezentacje i filmy o domowej produkcji przetworów.- Opracowanie mini książki kucharskiej – „Robię sam i polecam...”

Szczegółowy opis działań na etapie realizacji:

L.p.	Zespół uczniów	Treści	Sposób realizacji zadania	Efekt realizacji zadania	Wsparcie	Termin
1.	Wszyscy uczestnicy projektu.	Rodzaje opakowań i ich znaczenie dla przechowywania żywności. Metody konserwacji produktów spożywczych: suszenie, wędzenie, solenie, cukrzenie, zamrażanie, zakwaszanie, pasteryzacja, tyndalizacja, sterylizacja. Konserwanty. Chemiczne przemiany zachodzące w przechowywanej żywności. Zjawisko wrzenia (gotowania), parowania. Pojęcie gęstości. Pojęcie próżni.	Zajęcia z nauczycielem: - skojarzenia i doświadczenia życiowe uczniów, - dyskusja uczniów w oparciu o informacje wyszukane w różnych źródłach, - wyodrębnienie głównych problemów w tym projekcie	Podział na zespoły i przydział zagadnień do opracowania	Nauczyciele przedmiotów przyrodniczych Nauczyciel bibliotekarz, polonista.	3 godziny.
<p>Opis zadania: Nauczyciel przedstawia uczniom projekt, jego cel, zasady realizacji. Prosi uczniów o wyrażenie swoich opinii na temat tego projektu. Warto, żeby przedyskutować z uczniami „Co może spowodować, że projekt nie uda się nam zrealizować?” a potem „ Co możemy i co</p>						

	<p>powinniśmy zrobić, żeby nie doszło do takiej sytuacji?”. Warto zawrzeć z klasą kontrakt. Następnie nauczyciel rozpoczyna z uczniami merytoryczną (związaną z tematem) dyskusję, żeby uczniowie byli dobrze do niej przygotowani nauczyciel może zadziałać na dwa sposoby:</p> <p>1. wcześniej poprosić uczniów o wyszukanie stosownych informacji, zapoznanie się z nimi, przyniesienie ich na zajęcia lub</p> <p>2. samemu albo z pomocą nauczyciela bibliotekarza przygotować pakiety materiałów dla uczniów i rozdać je w trakcie zajęć. Celem dyskusji jest:</p> <ul style="list-style-type: none"> - uświadomienie ważności poruszanej problematyki - wprowadzenie do projektu oraz - danie możliwości uczniowi określenia jaki konkretny problem z tego tematu jest dla niego ciekawy i chciałby nad nim popracować. <p>W ten sposób budujemy 4 zespoły zadaniowe, pilnujemy jednak, żeby miały one zbliżony liczebnie skład osobowy.</p> <p>Uczniowie dzielą się swoją wiedzą na temat domowych sposobów przetwarzania produktów: suszenie, wędzenie, solenie, smażenie cukrzenie, zamrażanie, zakwaszanie, oraz przemysłowych: pasteryzacja, tyndalizacja, sterylizacja. Omawiają zjawiska fizyczne i procesy chemiczne zachodzące w ich trakcie. Wyjaśniają pojęcia: próżnia, konserwanty, gęstość. Opowiadają o tradycjach swojej rodziny w tym obszarze. Wybierają problemy nad którymi chcą pracować. Wspólnie z nauczycielem omawiają zasady higieny i bezpieczeństwa pracy podczas domowej produkcji przetworów.</p>					
2.	Zespół A	Suszenie i pasteryzacja jako sposoby utrwalania żywności.	<ul style="list-style-type: none"> - Praca z Internetem oraz książką: na czym polega proces suszenia, co – jakie produkty możemy suszyć, jak prawidłowo należy przechowywać suszone produkty – opakowania, - Zalety produktów suszonych - proces pasteryzacji, jakie produkty możemy pasteryzować - osoba Ludwika Pasteura - Praca z kamerą lub aparatem fotograficznym - Plakat: „Ludwig Pasteur i znaczenie jego odkrycia”. 	Przygotowanie na szkolną wystawę: <ul style="list-style-type: none"> - plakatu, - filmu lub fotoreportażu, - prezentacji - zielnika - suszonych owoców, warzyw, ziół lub kwiatów 	Nauczyciel biblioteki, biologii, chemii oraz informatyki i plastyki.	Trzy tygodnie, w tym obowiązkowo 2 godziny konsultacji u nauczyciela.

			- Warsztat: przygotowanie suszonych owoców, warzyw, ziół lub kwiatów (do wyboru).			
<p>Opis zadania:</p> <p>Nauczyciel omawia z uczniami wybrane zadanie, ustala z nimi harmonogram realizacji tego zadania oraz terminy konsultacji, Pomaga w wyborze zgromadzonych materiałów. Wyjaśnia zasady tworzenia prezentacji programie w PowerPoint. Może ze względu na małą ilość uczniów w zespole – po przedyskutowaniu z zespołem uczniów – zwolnić go z realizacji niektórych działań przypisanych do tego zadania. Nauczyciel omawia z uczniami proces parowania, ustala kiedy, w jakich warunkach, parowanie zachodzi najszybciej. Ustalają jak goście będą mogli degustować produkty przygotowane przez zespół.</p> <p>Uczniowie szukają informacji w Internecie lub opracowaniach zwartych informacji dotyczących: na czym polega proces suszenia, co – jakie produkty możemy suszyć, jak prawidłowo należy przechowywać suszone produkty – opakowania, zalety produktów suszonych. Ustalają jakie owoce, warzywa będą suszyć np. jabłka, śliwki, por, marchew, zioła (mięta). Proces pasteryzacji, jakie produkty możemy pasteryzować. Osoba Ludwika Pasteura. Uczniowie przygotowują woreczki papierowe lub bawełniane, w których będą prezentować suszone owoce. Powinni przemyśleć jak te opakowania ozdobić, żeby zachęcały do zajrzenia do nich.</p> <p>Ważne jest, żeby umożliwić uczniom dostęp do suszarek, zapoznać ich z instrukcją działania tego urządzenia elektrycznego. Kwiaty, zioła można suszyć między kartkami w książkach, a następnie stworzyć z nich zielnik.</p> <p>Zespół suszy (do wyboru) owoce, warzywa, zioła lub kwiaty (instrukcja nr 2). Przygotowuje prezentacje (instrukcja nr1).</p> <p>Efekty pracy zespół przedstawia w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zielnika - plakatu: „Ludwig Pasteur i znaczenie jego odkrycia” - pięknie zapakowanych suszonych owoców, warzyw, ziół lub bukietów kwiatów - filmu lub fotoreportażu z produkcji suszonych owoców, warzyw, ziół lub kwiatów - prezentacji w programie PowerPoint pt. „Polskie tradycyjne potrawy zawierające w swoim składzie suszone warzywa lub owoce” na szkolnej wystawie. 						
3.	Zespół B	Solenie i cukrzenie jako sposób na utrwalanie	- Praca z książką oraz Internetem w zakresie: - znaczenie soli, spożywanie soli a	Przygotowanie na wystawę: - przygotowanych	Nauczyciel bibliotekarz, informatyki,	Trzy tygodnie, w tym obowiązkowe

	żywności.	<p>nadciśnienie,</p> <ul style="list-style-type: none"> - kopalnia soli w Wieliczce, symbolika soli, historia- legenda powstania pokładów soli w Polsce - znaczenie cukru, - rodzaje opakowań dla dżemów, -przykłady wykorzystywania procesów solenia i cukrzenia do utrwalania żywności np. szynka parmeńska - Praca z kamerą filmową lub aparatem fotograficznym - Zajęcia warsztatowe: produkcja kandyzowanych owoców - Prezentacja w programie PowerPoint 	<p>produktów</p> <ul style="list-style-type: none"> -albumu -filmu „Domowe kandyzowanie owoców” lub fotoreportażu -prezentacji - plakatu - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję kandyzowanych owoców 	<p>biologii, języka polskiego, plastyki. Rodzice lub dziadkowie</p>	<p>dwie godziny konsultacji z nauczycielem.</p>
<p>Opia zadania</p> <p>Nauczyciel może ze względu na małą ilość uczniów w zespole – po przedyskutowaniu z zespołem uczniów – zwolnić go z realizacji niektórych działań przypisanych do tego zadania. Omawia z uczniami wybrane zadanie, ustala z nimi harmonogram realizacji tego zadania oraz terminy konsultacji, Pomaga w wyborze zgromadzonych materiałów. Wyjaśnia zasady tworzenia prezentacji. Omawia zasady higieny i bezpieczeństwa podczas pracy w kuchni.</p> <p>Uczniowie pracują z książką, Internetem w poszukując informacji dotyczących: cukrzycy i jej powikłań, diety dla diabetyków, znaczenie soli i cukru w odżywianiu człowieka, symboliki soli, historii- legendy powstania pokładów soli w Polsce. Rodzaje opakowań – w czym i dlaczego warto przechowywać kandyzowane owoce, warzywa?</p> <p>Przykłady wykorzystywania procesów solenia i cukrzenia do utrwalania żywności np. produkcja szynki parmeńskiej. zastanawiają się w jakich warunkach najlepiej przechowywać sól kuchenną, żeby nie traciła swoich walorów odżywczych (jodu). Wyjaśniają pojęcia: dyfuzja</p> <p>Pracują z kamerą filmową lub aparatem fotograficznym pokazując cały cykl produkcji kandyzowanych owoców lub warzyw.</p> <p>Najważniejsza część projektu dotyczy warsztatów kandyzowania owoców (instrukcja nr 3).</p> <p>Przy realizacji warsztatów w kuchni domowej pamiętają o zasadach bezpieczeństwa i higieny pracy. Ostrożnie korzystają z kuchenki gazowej, prawidłowo obchodzą się z gorącymi naczyniami i produktami – stosują rękawice ochronne i pracują pod nadzorem osób dorosłych. Ustalają w jakich opakowaniach i jak będą prezentować na wystawie swoje produkty oraz jak udostępnią je do degustacji.</p>					

	<p>Efekty pracy zespół przedstawia w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przygotowanych do degustacji produktów - prezentacji w programie PowerPoint „Sól, a choroby cywilizacyjne: nadciśnienie, choroba wieńcowa” - albumu pt. „Kopalnia Soli w Wieliczce i jej wsapaniałości”. - plakatu: „Cukrzyca można z nią żyć”. - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję kandyzowanych owoców lub warzyw - filmu lub fotoreportażu „Jak sami możemy przygotować dodatki do deserów” - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję kandyzowanych owoców lub warzyw na szkolnej wystawie 					
4.	Zespół C	Zakwaszanie i wędzenie sposobami utrwalania żywności.	Praca z Internetem - Praca z książką lub innym materiałem źródłowym: proces fermentacji, „żywe kultury bakterii”, konserwanty żywności, chemia w domowym utrwalaniu żywności. - Praca z kamerą lub aparatem fotograficznym - zajęcia warsztatowe (do wyboru): produkcja napojów mlecznych fermentowanych np. zsiadłego mleka lub kiszenie ogórków lub marynowanie papryki.	Przygotowanie na wystawę: - przygotowanych produktów - filmu lub fotoreportażu - dwóch Prezentacji - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję kiszonych ogórków, kapusty i ...	Nauczyciel chemii, biologii, informatyki, bibliotekarz, rodzice dziadkowie	Trzy tygodnie, w tym obowiązkowe dwie godziny konsultacji z nauczycielem.
<p>Opis zadania Nauczyciel omawia z uczniami zasady realizacji tego zadania, ustala harmonogram jego realizacji oraz terminy konsultacji. Wspiera uczniów podczas realizacji, w szczególności doborze materiałów. Pomaga uzyskać konsultacje u nauczyciela biologii, chemii oraz przy tworzeniu prezentacji. może po rozmowie z uczniami zwolnić ich z realizacji niektórych działań przypisanych do tego zadania. Omawia z nimi proces fermentacji, znaczenie „żywych kultur bakterii – probiotyków, czym są i gdzie ich szukać?</p> <p>Uczniowie Pracują z Internetem, książką lub innym materiałem źródłowym poszukują informacji na tematy: chemiczne sposoby utrwalania żywności,</p>						

	<p>konserwanty stosowane w przemyśle spożywczym, naturalne (kiszenie, fermentowanie) i sztuczne (marynowanie) metody zakwaszania żywności. Poznają proces wędzenia np. śliwek i mięs, budowę prostej wędzarni, dowiadują się o „żywych kulturach bakterii”, chemii w domowym utrwalaniu żywności. Wyjaśniają znaczenie kwasu octowego w utrwalaniu żywności. Opisują najprostsze - domowe sposoby konserwowania żywności. Realizują warsztat na którym mogą kisić ogórki (instrukcja nr 4), marynować paprykę (instrukcja nr 5) lub produkować zsiadłe mleko (instrukcja nr 6). Przy realizacji warsztatów w kuchni domowej pamiętają o zasadach bezpieczeństwa i higieny pracy. Pracę wykonują pod nadzorem osoby dorosłej. Ustalają sposób dekoracji i prezentowania swoich wytworów oraz sposób podania do degustacji.</p> <p>Efekty pracy zespół przedstawia w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - przygotowanych do degustacji produktów - prezentacji w programie PowerPoint pt. „Żywe kultury bakterii i ich znaczenie dla zdrowia” -prezentacji w programie PowerPoint pt. „Konserwanty żywności – jesteśmy za, a nawet przeciw?” - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową marynowanie papryki, kiszenie ogórków lub produkcję zsiadłego mleka -filmu lub fotoreportażu „Domowe kiszenie ogórków lub marynowanie papryki ” lub „Domowa produkcja zsiadłego mleka” - kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję marynowanej papryki lub kiszonych ogórków na szkolnej wystawie. 					
5.	Zespół D	Smażenie i mrożenie sposobami utrwalania żywności.	<ul style="list-style-type: none"> - Rozmowa z rodzicami, dziadkami na temat domowych sposobów utrwalania żywności - Analiza przepisów w różnych książkach kucharskich - Praca z Internetem: - Praca z aparatem fotograficznym lub kamerą filmową - Warsztaty: smażenie konfitur, -Opracowanie kart do mini książki kucharskiej. 	Przygotowanie na szkolną wystawę: <ul style="list-style-type: none"> - produktów - filmu lub fotoreportażu - prezentacji - plakatu -kart do mini książki kucharskiej z przepisami na domową produkcję dżemów 	Rodzice, dziadkowie, nauczyciel fizyki, chemii, biologii, informatyk, plastyk, bibliotekarz.	Trzy tygodnie, w tym obowiązkowe dwie godziny konsultacji z nauczycielem.
<p>Opis zadania</p> <p>Nauczyciel omawia z uczniami zasady realizacji tego zadania, ustala harmonogram jego realizacji oraz terminy konsultacji. Wspiera</p>						

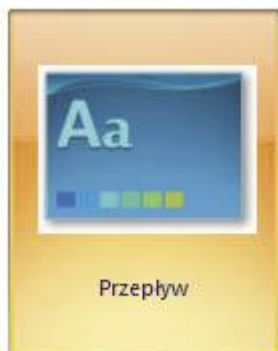
	<p>uczniów podczas realizacji, w szczególności doborze materiałów. Pomaga uzyskać konsultacje u nauczyciela biologii, chemii oraz przy tworzeniu prezentacji. może po rozmowie z uczniami zwolnić ich z realizacji niektórych działań przypisanych do tego zadania.</p> <p>Uczniowie</p> <p>Dzielą poszczególne działania realizowane w ramach tego zadania między siebie. Wyjaśniają procesy parowania, zagęszczania substancji, krzepnięcia. Wskazują na zalety produktów mrożonych. Omawiają sposób korzystania z mrozonek, zwracają uwagę na niewłaściwe przechowywanie mrożonych produktów. Omawiają jak prawidłowo przechowujemy produkty w lodówce – jaki produkt na której półce? Przeprowadzają rozmowy z rodzicami lub dziadkami jakie przetwory owocowe przygotowywali oni na okres zimowy dla swojej rodziny, gdzie i jak je przechowywali. Wspólnie decydują w jaki sposób „opakują” swoje dżemy na wystawę i jak przygotowują je do degustacji. Omawiają zasady higieny obowiązujące podczas przetwarzania produktów spożywczych. Omawiają zalety i wady opakowań szklanych. Bezpiecznie korzystają z kuchenki gazowej, stosują fartuszki i rękawice ochronne. Filmują własną produkcję smażenia dżemów (instrukcja nr 7). Smażenie dżemów odbywać się powinno pod nadzorem osób dorosłych.</p> <p>Efekty pracy zespół przedstawia w formie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - film lub fotoreportaż „Lubimy, więc sami smażymy” . - przygotowane, pięknie (pomysłowo) opakowane dżemy. - prezentacja w programie PowerPoint „Różne sposoby utrwalania żywności: smażenie, mrożenie, tyndalizacja, zagęszczanie, sterylizacja”. -plakat – „Prawidłowy układ produktów spożywczych w lodówce” - karty do Mini książka kucharskiej – tajemne przepisy rodziny na dżemy i inne smażone smakołyki na szkolnej wystawie. 					
6.	Wszyscy uczestnicy projektu.	Podsumowanie zadań realizowanych przez poszczególne zespoły	Zajęcia z nauczycielem: - doświadczenia projektowe uczniów, - dyskusja uczniów w oparciu o informacje wyszukane w różnych źródłach oraz wypracowane materiały - przedstawienie przygotowanych (wypracowanych) materiałów przez zespoły	Każdy zespół wie co i jak ma przygotować na szkolną wystawę – zna zakres swojej odpowiedzialności.	Nauczyciel prowadzący projekt	3 godziny.

	<p>Opis zadania: Nauczyciel prosi uczniów o podzielenie się swoimi doświadczeniami wynikającymi z realizacji projektu: co im się udało zrobić, czego się nauczyli, co sprawiało im trudności. Wspólnie poszukują odpowiedzi na pytanie kluczowe projektu: Dlaczego warto i jak przechować smaki i zapachy lata? Uczniowie pokazują przygotowane przez siebie materiały, wybierają te którymi chcą się pochwalić na szkolnej wystawie. Łączą karty z przepisami w całość tworząc mini książkę kucharską. Wspólnie z nauczycielem wybierają miejsce i termin wystawy. Omawiają jaki sprzęt będzie im potrzebny (np. laptopy, rzutniki i ekrany do wyświetlania filmów). Wybierają spośród siebie osoby, które będą oprowadzały po wystawie i omawiały projekt. Ustalają jak przeprowadzić degustację przygotowanych produktów.</p>					
7.	Wszyscy uczestnicy projektu.	Szkolna wystawa: „Jak przechować smaki lata?”.	Nauczyciel wraz ze wszystkimi uczestnikami projektu dba o prawidłowy – zgodny z wcześniejszymi ustaleniami przebieg uroczystości.	Z rezultatami realizacji projektu zapoznani są wszyscy uczniowie szkoły oraz zaproszeni goście. Wybrane materiały zostaną umieszczone na stronie internetowej szkoły.	Wszyscy zaangażowani nauczyciele oraz zaproszeni goście.	Wystawa trwa 2 dni (degustacja potraw w godzinach zajęć tylko w pierwszym dniu).
<p>Opis zadania: Dzień wcześniej uczniowie przynoszą do sali wystawowej plakaty, ulotki i inne wypracowane przez siebie materiały, na honorowym miejscu ustawiają mini książkę kucharską. Produkty żywnościowe przygotowane przez uczniów do degustacji przynoszone są do szkoły w dniu wystawy.</p>						

Instrukcja nr 1

Tworzenie prezentacji w programie PowerPoint.

1. Klikamy kolejno: Start, Wszystkie programy, Microsoft Office, Microsoft Office PowerPoint 2007.



Klikamy na przycisk pakietu Office, następnie na Nowy oraz Zainstalowane motywy.

Na liście Zainstalowane motywy zaznaczamy kliknięciem jeden z motywów, na przykład Przeływ.

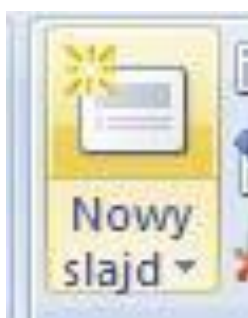
Klikamy na przycisk Utwórz.

2. Na ekranie widzimy pierwszy slajd naszej prezentacji. Jest to tak zwany slajd tytułowy.



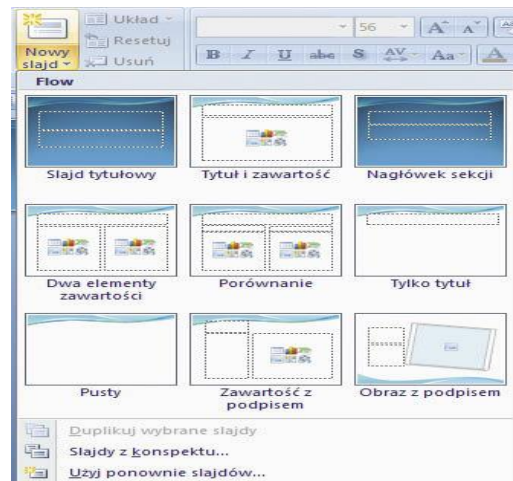
W odpowiednich polach możemy wpisać tytuł i podtytuł prezentacji.

3. Na zakładce Narzędzia główne znajduje się przycisk Nowy slajd. Gdy umieścimy na nim kursor myszy, okaże się, że składa się on z dwóch obszarów.

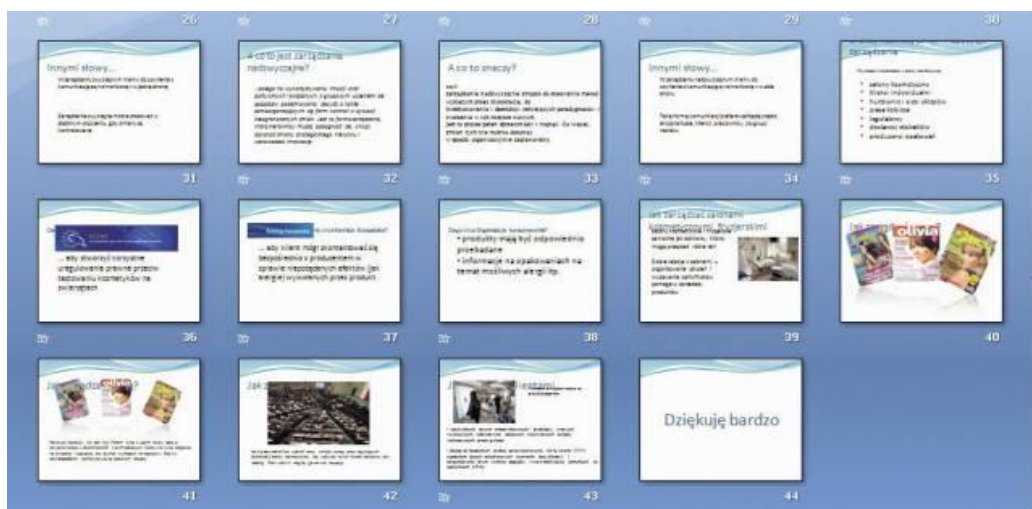


Po kliknięciu na górną część przycisku do prezentacji zostaje dodany slajd tego samego typu jak aktualnie zaznaczony. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy zaznaczony jest slajd tytułowy, ponieważ program słusznie zakłada, że taki w prezentacji powinien wystąpić jedynie raz. W tym wypadku kliknięcie na górną część przycisku sprawia, że dodany zostaje slajd typu Tytuł i zawartość.

4. Jeżeli chcemy mieć większy wpływ na typ dodawanego slajdu, klikamy na dolną część przycisku Nowy slajd. Na ekranie pojawia się lista rodzajów slajdów, które możemy wstawić. Właściwy wybieramy kliknięciem. Jeżeli rozmyślił się i chcemy jednak zmienić rodzaj wstawionego slajdu - nic prostszego. Wystarczy kliknąć na przycisk Układ. Rozwinięta zostanie identyczna lista slajdów, jak po kliknięciu na przycisk wstawiania nowego slajdu. Z niej kliknięciem wybieramy właściwy slajd.



5. Jeżeli chcemy mieć większy wpływ na typ dodawanego slajdu, klikamy na dolną część przycisku Nowy slajd. Na ekranie pojawia się lista rodzajów slajdów, które możemy wstawić. Właściwy wybieramy kliknięciem. Jeżeli rozmyślił się i chcemy jednak zmienić rodzaj wstawionego slajdu wystarczy kliknąć na przycisk Układ. Rozwinięta zostanie identyczna lista slajdów, jak po kliknięciu na przycisk wstawiania nowego slajdu. Z niej, kliknięciem wybieramy właściwy slajd.
6. Równie łatwo jest też usunąć slajd z naszej prezentacji. Klikamy na przycisk Usuń.
7. Jeśli chcemy zmienić kolejność slajdów w prezentacji, za pomocą lewego przycisku myszy przeciągamy miniaturę danego slajdu w nowe miejsce. Ponieważ w normalnym widoku PowerPointa nie widzimy zbyt wielu slajdów, warto wówczas przełączyć program do widoku miniatur.



1

Najszybciej zrobimy to, klikając w dolnej części ekranu na przycisk przedstawiający cztery kwadraciki. Jest to środkowy przycisk na obrazku obok.

Aby wrócić do widoku normalnego, klikamy sąsiedni przycisk z tego samego paska - żółty, po lewej stronie

¹Opis ze strony: <http://www.komputerswiat.pl/poradniki/programy/powerpoint/2008/12/powerpoint-2007---rozpoczynamy-prezentacje-i-wstawiamy-slajdy.aspx>

Instrukcja nr 2

Suszenie owoców, warzyw, ziół lub kwiatów
(do wyboru).

Przepis nr 1.

1. Jabłka dokładnie umyj, usuń gniazda nasienne i pokrój w plastry (do pół cm). Tak pokrojone jabłka włóż do miednicy z wodą zakwaszoną kwaskiem cytrynowym lub obgotuj (wystarczy włożyć pokrojone jabłka na około 2 minuty na cedzaku do gotującej się wody, a następnie włożyć na chwilę do zimnej wody, aby gwałtownie je ostudzić). Osusz jabłka z wody.
2. Pokrojone i wysuszone z wody jabłka rozłóż na kratce do pieczenia wyłożonej papierem i susz w piekarniku rozgrzanym do 100-150 stopni C z włączonym termoobiegami na jednej z niższych półek (niekoniecznie na najniższej) oraz z uchylonymi drzwiczkami piekarnika.
3. Długość suszenia jabłek zależy od ich grubości. Cienkie plasterki ususzą się w przeciągu 1 - 2 godzin. Im grubsze tym dłużej trzeba będzie je suszyć. Możesz sprawdzić czy jabłka są już gotowe poprzez uciśnięcie ich palcem - jeśli się nie gniotą i nie wypływa z nich sok to znaczy że są już dobre.

Uwaga:

Zamiast suszyć jabłka w piekarniku i zużywać dodatkowo gaz czy energię elektryczną to możesz je suszyć przy kaloryferze, kominku czy piecu (jeśli go masz). Możesz też wykorzystać specjalną suszarkę do suszenia grzybów, warzyw i owoców.

Przepis nr 2.

Chipsy jabłkowe (suszone jabłka)

Jabłka - ilość zależy od tego, jak dużo chcecie zrobić. Ja zwykle robię z ok. 2 kg ;

1. Jabłka umyć. Nie trzeba ich obierać, ale zdecydowanie polecam obrane, ponieważ skórka po wysuszeniu robi się twarda i trudno ją pogryźć.
2. Przekroić na ćwiartki, wydrążyć gniazda nasienne, pokroić w plasterki o grubości ok. 3 mm.
3. Dużą blachę wyłożyć papierem do pieczenia. Wrzucić na blaszkę jabłka starając się, aby nie ułożyły się jedne na drugich. Włożyć je do piekarnika.
4. Piekarnik ustawić na 50°C (czyli "suszenie"), najlepiej z termoobiegami - i suszyć jabłka przez ok. 3-4 godziny. Oczywiście można suszyć je dłużej lub krócej, w zależności od tego, jakie lubicie: bardziej "mięiste" czy zupełnie wysuszone.

Przed suszeniem można jabłka posypać cynamonem lub inną, ulubioną przyprawą: kminkiem, czerwoną papryką... Radzę próbować, aż znajdziecie swój smak.

Przepis nr 3.

Suszenie śliwek.

Do suszenia nadają się śliwki w pełni dojrzałe i oczywiście zdrowe, bez uszkodzeń spowodowanych przez szkodniki czy choroby. Najlepiej gdy są to owoce, które same opadły z drzew, a o dojrzałości świadczy marszczenie się skórki przy ogonku. Z popularnie uprawianych śliwek w naszych ogrodach, najlepiej zasuszają się Węgierki.

Owoce przebieramy, aby odrzucić te chore lub niedostatecznie dojrzałe i usuwamy im ogonki. Następnie je myjemy i blanszujemy przez około 30-60 sekund w temp. 80-90°C. W praktyce po prostu zalewamy śliwki wrzątkiem z czajnika i po chwili wodę odlewamy. Dzięki temu zabiegowi skórka śliwek zmięknie i lepiej podda się suszeniu. Teraz śliwki muszą obeschnąć, aby nie były wilgotne. Następnie kroimy je na pół i wyjmujemy pestki. Śliwki gotowe do suszenia, pora rozgrzać piekarnik!

Suszenie śliwek w piekarniku wymaga dobrego obiegu powietrza, dlatego śliwki warto rozłożyć bezpośrednio na kratce. Jeżeli piekarnik ma termoobieg, możemy się spodziewać znacznie lepszego efektu suszenia śliwek. Rozgrzewamy piekarnik do temperatury 60°C i wkładamy do niego śliwki na dobę. Po 24 godzinach śliwki można wyjąć i dosuszyć jeszcze w przewiewnym miejscu przez kolejne 24 godziny.

Dobrze ususzone śliwki powinny być mięsiste, słodko-kwaśne, z czarną lśniącą skórką. Zajadając się nimi, pamiętajmy, że choć bardzo zdrowe, suszone śliwki są znacznie bardziej kaloryczne niż świeże.

Przepis nr 4

Suszenie ziół

Rośliny zakurzone czy pobrudzone ziemią trzeba po zerwaniu dokładnie opłukać pod delikatnym strumieniem wody i ostrożnie osuszyć papierowymi ręcznikami lub miękkim płótnem łatwo wchłaniającym wodę.

To, czy zioła przeznaczone do przechowania zachowają swoją wartość, zależy od tego, jak są suszone.

Zioła powinno się suszyć:

- jak najszybciej po ich zebraniu,
- możliwie jak najkrócej,
- w miejscu przewiewnym i czystym, bez obcych zapachów (do suszenia ziół nie nadaje się na przykład pomieszczenie świeżo malowane, w którym wyczuwalny jest jeszcze zapach farby),
- w zacienionym miejscu, ponieważ rośliny przyprawowe wystawione podczas suszenia na działanie promieni słonecznych tracą swoją barwę, wartości smakowe i lecznicze.

Pomieszczenie, w którym suszy się zioła, nie musi być ciepłe – dużo ważniejsze jest, aby było przewiewne. Zioła dobrze schną w wiatach, szopach, spichlerzach, na poddaszach czy też w altankach ogrodowych (ale **uwaga** – nie w sąsiedztwie nawozów ani środków ochrony roślin). Można to też robić w zamkniętych, ale dobrze wietrzonych pomieszczeniach (można użyć wentylatora, ustawionego w pobliżu suszonych ziół).

Jeśli z jakichś względów (na przykład z powodu wilgotnej pogody) musimy wysuszyć zioła w piekarniku, trzeba to robić bardzo powoli i koniecznie pozostawić przez cały czas otwarte drzwiczki piekarnika, aby umożliwić ujście pary wodnej. Temperatura nie powinna

przekraczać

35°C.

Najlepiej i najszybciej suszy się zioła w elektrycznej suszarce z nawiewem, przeznaczonej do suszenia owoców i grzybów.

Kuchnia nie jest właściwym miejscem do suszenia ziół. Zawsze jest w niej sporo pary, powstającej w czasie przygotowywania potraw, a to utrudnia schnięcie ziół. Ponadto, suszone w kuchni zioła wchłaniają obce zapachy i tracą własny charakterystyczny smak i aromat.

Jeżeli suszymy same liście, wierzchołki pędów lub kwiaty, to rozkładamy je cienką warstwą na podłożu przepuszczającym powietrze, takim jak: juta, siatka metalowa, taca wiklinowa, ściereczka z naturalnego włókna czy mata słomiana.

Jeżeli suszymy całe rośliny, to wiążemy je w niewielkie, luźne pęczki i zawieszamy tak, aby nie stykały się ze sobą nawzajem, wierzchołkami do dołu. Pod nimi rozpościeramy tkaninę lub papier, gdyż podczas suszenia bardzo łatwo odpadają liście lub inne drobne części roślin.

Przepis nr 5.

Suszenie kwiatów.

Kwitnące pędy, kłosa traw i gałązki z dekoracyjnymi owocami zbieramy przy bezdeszczowej pogodzie, a gdy dzień jest słoneczny, czekamy na obeschnięcie rosy. Pojedyncze kwiaty ścinamy w momencie, gdy są w pełni rozwinięte, a kwiatostany - rozwinięte przynajmniej częściowo. Niektórzy układają z zebranych roślin wielogatunkowe, różnobarwne kompozycje, związują ich łądźki i w takiej postaci suszą.

W kaszy lub piasku.

Kwiaty o mięsistych płatkach (np. róże i goździki) najlepiej suszyć w kaszy mannie lub w suchym piasku. Substancje te "odciągają" wilgoć z tkanek, a płatki ładnie zachowują kształt. Na dno pojemnika wsypujemy trochę kaszy (lub piasku) i wbijamy w nią łądźki kwiatów. Kaszą stopniowo obsypujemy kwiaty. Zasychają po kilku tygodniach

Na suszki nadaje się wiele roślin. Latem najczęściej suszy się róże, ostróżki, lawendę, hortensje, gipsówkę, dekoracyjne trawy.

8 zasad domowego sposobu suszenia kwiatów:

1. Najlepiej zrywać kwiaty wtedy, gdy są w pełni rozkwitu. Przekwitłe osypią się podczas suszenia. Nie mogą być mokre, więc nie zbieraj ich po deszczu.
2. Suszenie w wazonie jest najprostszą metodą, jednak nadają się do tego kwiaty o mocnych łądygach, np. hortensje albo trawy. Na dno wazonu warto wlać trochę wody. Będzie stopniowo parować, dzięki czemu rośliny nie stracą gwałtownie naturalnych barw.
3. Główkami do dołu suszy się m.in. róże, miechunki, ostróżki. Rośliny o dużych kwiatostanach wieszaj pojedynczo, drobniejsze zwiąż w niewielkie pęczki.
4. Do ciężkich kwiatów (np. niektórych róż) warto wykorzystać kratkę z drutu. Kratkę opiera się na wierzchu pudełka i układa na niej główki kwiatów, wpuszczając łądygi do środka.
5. Na „suszarnię” nadają się pomieszczenia o niskiej wilgotności i dobrej cyrkulacji powietrza. Dzięki temu cały proces suszenia będzie krótszy, a kwiaty nie zgniją. Ważne jest też, aby rośliny nie były umieszczone zbyt ciasno i powietrze mogło swobodnie

przepływać między nimi. Jeżeli mają zachować naturalną barwę, trzymaj je z dala od słońca, w jak najciemniejszym miejscu. Pod wpływem słońca barwniki roślinne szybko ulegają rozkładowi, kolory kwiatostanów blakną, a liście brązowieją lub żółkną.

6. Nie tylko dzieci wkładają kwiaty między kartki książek. Ususzone tak bratki, liście, fiołki, pojedyncze róże można wykorzystać do wyklejanych obrazków. Rośliny układa się między kartkami papieru chłonnego wodę, np. bibuły, i wsuwa do książki.
7. Suszone kwiaty będą jak świeże, zasypane piaskiem i boraksem (3:1) lub krzemionką. Te środki pochłaniają wilgoć.
8. Susząca się lawenda wygląda bardzo dekoracyjnie. Odwracaj kwiaty, gdy będą w pełni suche, inaczej stracą pokrój.

Instrukcja nr 3

Kandyzowanie warzyw – marchewki.

Przepis nr 1.

Składniki

ilość porcji: 4

- 450 g marchewek, oskrobanych i pokrojonych na 5 cm kawałki
- 30 g (2 łyżki) masła, pokrojonego w kostkę
- 55 g (1/4 szklanki, dobrze ubitego) brązowego cukru
- 1 szczypta soli
- 1 szczypta czarnego mielonego pieprzu.

Wykonanie:

Przygotowanie: 10min. > Gotowanie: 30min. > Gotowe w: 40min.

1. Zalać marchewkę wodą i osolić. Doprowadzić wodę do wrzenia, po czym zmniejszyć temperaturę i gotować na wolnym ogniu około 20 do 30 minut. Nie rozgotować marchwi na papkę!
2. Marchew odcedzić, zmniejszyć ogień do minimum i z powrotem włożyć marchewkę do garnka. Dodać masło, brązowy cukier, sól i pieprz i wymieszać. Gotować przez około 3 do 5 minut, aż cukier zacznie się gotować. Podawać na gorąco.

Przepis nr 2.

Kandyzowana marchew do dekoracji ciast, babeczek i muffinków.

Składniki:

- 1 duża lub 2 średnie marchewki
- 1 szklanka cukru
- 1 szklanka wody
- 2 ziarna kardamonu opcjonalnie

Wykonanie (całkowity czas przygotowania ok. 60 min):

1. Marchew obrać i obieraczką do warzyw wyciąć płaskie plastry wzdłuż marchwi.
2. W małym garnku połączyć wodę i cukier i kardamon jeśli używamy i zagotować, żeby się cukier rozpuścił, dodać plastry marchewki i gotować 15 minut.
3. Odląć syrop i odczekać 15 minut.
4. Włączyć piekarnik na 107°C. Teraz rozłożyć plastry marchwi na silikonowej formie do pieczenia, ja nie mam to wyłożyłem blachę woskowanym papierem do pieczenia i wstawić do piekarnika na 30 minut tak, żeby plastry były suche ale miękkie.

Trzeba uważać bo zbyt długie pieczenie wysuszy plastry za dużo i albo się nie odkleją od papieru albo będą zbyt twarde i się połamią.

5. Wyjąć blachę, ale nie wyłączać piekarnika, teraz każdy plaster owinać na trzonku łyżki drewnianej spiralnie, zdjąć i położyć na tej samej blaszce i wstawić do piekarnika na 30 do 45 minut, wyciągnąć i zostawić do całkowitego ostygnięcia.

Można zrobić na kilka dni przed użyciem, przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku w temp. pokojowej, użyć do dekoracji przed podaniem bo po dłuższym czasie zmiękną w kremie.

Przepis nr 3.

Kandyzowanie skórki pomarańczowej.

1. Przygotuj 2 pomarańcze, pół szklanki cukru i szklankę wody.
2. Pomarańcze dokładnie wyszoruj. Ściągnij skórkę z pomarańczy w jak największych kawałkach. Biały środek skórek wytnij czubkiem ostrego noża.
3. Zalej skórki wrzątkiem i zagotuj. Gotuj na małym ogniu przez 15 min. Po ugotowaniu zestaw skórki z ognia i pozostaw w wodzie do wystygnięcia.
4. Wystudzone skórki osusz ręcznikiem papierowym i pokrój na cieniutkie paseczki.
5. Skórki i cukier wsyp na patelnię. Zalej wodą i zagotuj. Mieszaj do momentu, aż cukier się rozpuści.
6. Kiedy woda z syropu całkiem odparuje, a skórka stanie się szklista, przełóż ją na metalową kratkę i zostaw na kilka godzin do wystudzenia i wyschnięcia.
7. Gotową skórkę przechowuj w suchym i zamkniętym opakowaniu.

Przepis nr 4.

Kandyzowany imbir.

Pyszny jest kandyzowany imbir obsuszony i ocukrzony, i imbir kandyzowany w syropie. A duża ilość syropu imbirowego też ma swoje zastosowania – można nim słodzić kawę lub herbatę, można też stosować jako polewę do deserów na przykład do budyniu waniliowego...

Składniki:

1. 0,5 kg korzenia imbiru
2. 75 dkg cukru ciemnego (lub chociaż pół na pół ciemnego i białego)
3. 0,9 l wody

Wykonanie:

1. Imbir obieramy dokładnie ze skórki. Otrzymamy wtedy około 45 dkg oczyszczonego imbiru, kroimy go na cienkie plasterki – około 1-2 mm grubości – koniecznie w poprzek włókien.
2. Pokrojony imbir przekładamy do garnka zalewamy wodą tak żeby imbir był przykryty i doprowadzamy do wrzenia. Ja lubię pikantny imbir, więc na tym kończę proces obgotowywania.
3. 5 dag ciemnego cukru ucieramy w moździerzu prawie na cukier puder.
4. Pozostały cukier wsypujemy do garnka i dolewamy 0,9 litra wody. Mieszamy i wkładamy obgotowany wcześniej imbir. Imbir w syropie gotujemy, aż nam syrop zgęstnieje do konsystencji rzadkiego miodu. Syrop trzeba cały czas pilnować, żeby nie wykypiał. W międzyczasie próbujemy, czy aby imbir już jest dobry. Powinien się gotować około 2 godziny na bardzo wolnym ogniu bez przykrycia.

5. Ugotowany imbir wyjmujemy z syropu łyżką cedzakową jeszcze gorący. Zostawiamy, żeby nam trochę odparował i obsechł. Partiami wkładamy do talerza z utartym w młynku cukrem i obtaczamy w cukrze ze wszystkich stron.
6. Pozostawiamy do obeschnięcia, a następnie przechowujemy w szczelnym pojemniku w suchym miejscu.
7. Część imbiru możemy włożyć do słoika i zalać syropem. Taki słoik po prostu zakręcamy. Imbir w takiej ilości cukru na pewno nam się nie popsuje przez co najmniej pół roku. Tylko czy jest szansa, że miesiąc później jeszcze coś Wam zostanie? Pozostałą część syropu zlewamy do słoika lub jeszcze lepiej do butelki – wygodniej się potem nalewa.

Instrukcja nr 4

Kiszenie ogórków.

Przepis nr 1.

Proporcja na zalewę: 2 łyżki soli na 1 litr wody (dobrze jest użyć jodowanej soli ciechocińskiej, która jest gruboziarnista i dość wilgotna, stosując zwykłą sól kamienną trzeba dać tylko 1 łyżkę). Zalewę przygotuj z gorącej wody (sól lepiej się w niej rozpuszcza) i odstaw do przestudzenia.

Do czystych, wyparzonych słoików ułóż pionowo ogórki (starannie umyte) – im ciaśniej tym lepiej. Ogórki powinny być oczywiście świeże, najlepiej proste (dużo lepiej mieszczą się w słoiku) nie za duże.

Na ogórkach ułóż przyprawę:

- koper (dużo, pędy wraz z baldachami)
- czosnek,
- gorczyca,
- liście chrzanu,
- liście wiśniowe,
- czasem też liście dębowe (dają ogórkom specyficzny aromat, jakby kiszone były w dębowej beczce).

Ogórki w słoikach zalej przygotowaną wcześniej zalewą i zakręć wygotowanymi przykrywkami.

Przepis nr 2.

Składniki:

- ogórki
- czosnek
- koper
- chrzan

Zalewa:

- 1 l przegotowanej wody (zimnej)
- 1 łyżka soli

Wykonanie:

Ogórki i koper - umyć. Czosnek, chrzan obrać i rozdrobnić. Ogórki układać w słoikach pionowo, jaśniejszym końcem do góry. Do każdego słoika dodać 2 ząbki czosnku, 3 kawałki chrzanu, niedużą gałązkę kopru. Można również dołożyć 1-2 liście wiśni, czarnej porzeczki lub liść dębu. Zalać słoje z ogórkami zimną zalewą, dobrze zakręcić i odstawić do ukiszenia.

Instrukcja nr 5

Marynowanie papryki.

Przepis nr 1.

Kolorowa papryka w słodko-kwaśnej marynacie octowej.

Czas przygotowania : ok. 30 minut + 10 min. pasteryzacji

Składniki na 5-6 słoików pojemności 0,5l :

- ok. 1500 g papryki kolorowej o mięsistych strąkach
- 2 duże ząbki czosnku
- 2 nieduże cebule
- liście laurowe
- ziele angielskie
- pieprz ziarnisty
- gorczyca biała
- gałązki świeżego tymianku

Zalewa:

- 1 l wody
- 400 ml octu spirytusowego 10 %
- 200 g zwykłego cukru
- 15 g soli

Wykonanie:

Zalewa: wodę zagotować. Dodać cukier, sól i ocet, podgrzać ponownie do wrzenia i odstawić żeby przestygła.

Cebule i czosnek obrać. Czosnek pokroić w cienkie plasterki a cebulę w piórka. Papryki umyć. Przekroić najpierw na połówki usuwając gniazda nasienne, a potem pokroić na mniejsze kawałki. Opłukać i włożyć do dużej miski. Zalać wrzątkiem, wymieszać i od razu odcedzić. Ten zabieg ma na celu lekkie zmiękczenie papryki dzięki czemu będzie łatwiej układać ją w słoikach.

Przygotować wyparzone słoiki. Do każdego włożyć po 1 liściu laurowym, 2 ziarna ziela angielskiego, 5 ziarenek pieprzu, 1/3 łyżeczki gorczycy i gałązce tymianku. Wrzucić też po kilka piórek cebuli i plasterków czosnku.

Do tak przygotowanych słoików nałożyć dość ściśle kolorowe kawałki papryki. Wlać przestudzoną zalewę wypełniając słoiki prawie po brzegi. Zakręcić i ustawić w dużym garnku wyłożonym na dnie ściereczką. Wlać do garnka tyle letniej wody, żeby sięgała do 3/4 wysokości słoików. Pasteryzować 10 minut licząc od zagotowania wody w garnku. Po pasteryzacji wyjąć słoiki, sprawdzić czy zakrętki są mocno dokręcone i zostawić do wystudzenia stawiając je do góry dnem.

Przepis nr 2.

Składniki:

- 1,5 kg papryki
- 5 szklanek wody,
- 1 szklanka octu 10 %
- 1 szklanka cukru
- 1 płaska łyżka soli
- liście laurowe, gorczyca, kilka ziaren pieprzu, ziela angielskiego
- olej

Wykonanie:

1. Paprykę umyć i pokrojoną sparzyć wrzątkiem
2. Przygotować zalewę : 5 szklanek wody, szklanka octu, cukru i łyżka soli. Zagotować.
3. Paprykę ułożyć ciasno w słoikach, zalać zalewą i dołożyć do każdego słoika pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, gorczycę. Na koniec wlać łyżkę oleju. Zamknąć słoiki.
4. Pasteryzować 10-15 minut w gorącej wodzie (patrz: przepis nr 1).

Instrukcja nr 6

Produkcja zsiadłego mleka.

Przepis nr 1.

Składniki:

1. 1l mleka niepasteryzowanego 3,2%
2. 2 łyżki kwaśnej śmietany 18%

Wykonanie:

1. Mleko połącz ze śmietaną i pozostaw na 1-2 dni w ciepłym miejscu.
2. Gdy się zetnie jest gotowe.

Mleko możesz również zagotować i zimne połączyć ze śmietaną

Instrukcja nr 7

Smażenie dżemów.

Przepis nr 1.

Składniki:

- 1 kg truskawek
- 600 g cukru
- sok z dwóch cytryn

Wykonanie:

1. Przygotowuj truskawki , obierz je z szypulek i dokładnie umyj na sicie .
2. umyj cytryny i wyciśnij z nich sok
3. teraz osączone truskawki pokrój na mniejsze kawałki , większe przekrój na cztery części a mniejsze tylko na pół (można je rozgnieść ale nie polecam lepiej pokroić wtedy w dżemie truskawkowym ładnie wyglądają większe kawałki truskawek)
4. pokrojone truskawki wsyp do garnka , zasyp je cukrem i dodaj sok z cytryny
5. dokładnie wymieszaj i odstaw garnek na około 2 godziny, żeby truskawki puściły sok .

Po 2 godzinach

6. Po dwóch godzinach zacznij gotowanie dżemu truskawkowego
7. Garnek postaw na gazie, od momentu zagotowania dżem truskawkowy gotuj na średnim ogniu od 30 do 50 minut – długość gotowania zależy jak gęsty dżem truskawkowy chcesz uzyskać - czym dłużej gotujesz tym dżem jest gęstszy ponieważ odparowuje sok z truskawek .
8. W czasie gotowania dżem mieszaj, żeby się nie przypalił .
9. Aby sprawdzić jaką konsystencję będzie miał dżem truskawkowy po ostygnięciu możesz przeprowadzić tak zwany test zimnego talerzyka, na schłodzony w lodówce talerzyk nałóż troszkę dżemu i po ostygnięciu będzie miał taką konsystencję , jeżeli Ci nie odpowiada jest za rzadka to nadal gotujemy dżem .
10. najlepiej jest gotować około 35 minut.
11. pod koniec gotowania dżemu truskawkowego zbierz z jego powierzchni piankę (szumowinę) po zebraniu zakręć gaz , dżem jest gotowy można nakładać go do przygotowanych słoików
12. słoiki powinny być wyparzone i osuszone, najpierw włóż po łyżce gorącego dżemu, żeby zagrzać słoik, wtedy masz pewność, że słoik nie pęknie od gorącego dżemu
13. Gdy słoiczki są już pełne wytrzyj ręcznikiem papierowym dokładnie górę, żeby była sucha i zakręć z całych sił wieczko, po zakręceniu odłóż do góry dnem słoik na ściereczkę, słoiki stoją tak około 30 – 40 minut, żeby dobrze złąpały wieczka
14. jeżeli wieczko nie odskakuje po naciśnięciu to znaczy że złąpały i można odstawiać słoiki do spiżarki.

Pasteryzacja

15. Jeżeli wieczka odskakują lub nie jesteś pewna czy wieczka złąpały trzeba pasteryzować.
16. garnek wyłóż ściereczkami, ściereczki ułóż tak, żeby słoiki się nie stykały podczas pasteryzowania.

17. wstaw słoiki i zalej je ciepłą wodą do 3/4 wysokości słoików; od momentu zagotowania się wody w garnku pasteryzuj je przez około 15 minut na małym ogniu tak, żeby woda delikatnie się ruszała, a nie mocno gotowała (długość pasteryzacji zależy od wielkości słoików czym większe tym dłużej pasteryzuj)
18. następnie wyjmij słoiczki , ustaw je do góry dnem i poczekaj aż ostygną; po ostygnięciu odstaw do spiżarki.

Przepis nr 2.

Dżem z jabłek – przepis z cytryną

Wykonanie:

Cytryny umyć pod bieżącą wodą, a następnie sparzyć wrzątkiem. Pokroić na plasterki, usuwając pestki. Cytryny zalać szklanką wody, gotować przez godzinę. W międzyczasie umyć i obrać jabłka. Usunąć gniazda nasienne, pokroić na kawałki. Jabłka dusić na małym ogniu aż powstanie mus. Następnie wlać do jabłek ugotowaną cytrynę, cukier, cynamon i goździki. Smażyć przez 15 minut. Dżem z jabłek przełożyć do słoiczków, zakręcić i postawić do góry dnem, aby się zassały. Gdy dżem z jabłek wystygnie odstawić w ciemne, chłodne miejsce.