

Gospodinjstvo 6. C – 1. skupina (učiteljica Saša Femc Knaflič)

V današnji uri boš spoznal:

- kako pripravimo mafine.

1. Naloga:

Ker imaš ta teden na urniku 2 uri gospodinjstva in bi rada, da vsaj pri tem predmetu vstaneš in se malo razmigaš :), boš enkrat do konca tedna pripravil jed, ki je primerna za malico ali sladico. Lahko izbereš karkoli želiš, ti pa priporočam mafine, ki so preprosti za pripravo in odličnega okusa. Lahko jih pripraviš tudi iz bolj zdravih sestavin, kot je polnozrnata moka ali ovseni kosmiči. Dodaš lahko tudi manj sladkorja ali pa sladkor delno nadomestiš s sadjem, kot je to v primeru bananinih mafinov. Spodaj imaš priložen preizkušen recept za bananine mafine, lahko pa, kot sem že omenila, narediš karkoli.

Nujno naredi nekaj fotografij, ki dokazujejo, da si jed res pripravil. Fotografiraj pripravljene sestavine (že stehtane), postopek priprave (npr. mešanje) in končni izdelek (npr. pečene mafine). Fotografije (3 – 5, ne več) pošlji na moj elektronski naslov (sasa.femc@guest.arnes.si), in sicer kadarkoli do sobote, 11. 4.

Recept za bananine mafine

Sestavine:

3 srednje velike zrele banane

220 g moke

2 čajni žlički pecilnega praška

¼ čajne žličke jedilne sode (če je nimaš, jo lahko nadomestiš z dodatno ½ čajne žličke pecilnega praška)

125 g masla (sobne temperature)

65 g sladkorja

1 večje jajce

po želji: 80 g temne čokolade, narezane na koščke

Priprava:

1. Pečico segrej na 180°C (zgornji in spodnji grelec).
2. Olupi banane in jih pretlači z vilicami.
3. V skledi zmešaj moko, pecilni prašek in jedilno sodo (suhe sestavine).
4. Maslo in sladkor penasto umešaj (mešaj z metlicami električnega mešalnika ali ročno). Dodaj jajce in mešaj, da dobiš gladko maso. Nato s kuhalnico primešaj pretlačene banane. S kuhalnico narahlo vmešaj še čokoladne koščke in suhe sestavine.
5. V pekač za mafine položi papirčke za peko. V vsako vdolbino naloži približno 2 jedilni žlici testa.
6. Mafine peci od 20 do 25 minut. Če so pečeni preveriš tako, da v največji mafin zapičiš jedilni nož ali zobotrebec. Če se nanj testo ne prime, so mafini pečeni.

DOBER TEK!

Gospodinjstvo 6. C – 2. skupina (učiteljica Bernarda Potočnik)

SPLOŠNA NAVODILA

- glej navodila prejšnjega tedna

Kontakt z učiteljico:

- e-poštni naslov: bernarda.potocnik1@guest.arnes.si
- Kanal v Komunikaciji eA: Gospodinjstvo 6

Utrjevanje: Utruj poglavja Energijska in hranilna vrednost ter Razvrščanje živil v skupine.

PUD: MEHANSKI IN TOPLOTNI POSTOPKI OBDELAVE HRANE

Kar nekaj učencev je to nalogo že opravilo. Od ostalih učencev pričakujem, da boste nalogo opravili do **torka, 7. 4. 2020 do 15. h.**

Za uspešno opravljeno nalogo je potrebno poslati na moj e-naslov:

- 3 fotografije mehanskih postopkov obdelava,
- 3 fotografije toplotnih postopkov obdelave.
- Ime učenca in razred.
- Ime pripravljene jedi.
- Zapisane male in velike gospodinjske aparate, pripomočke in posodo pri pripravi vaših jedi.

NALOGA: OZNAČEVANJE ŽIVIL

Danes boš spoznal različne oznake in podatke na pakiranih živilih. Pri pouku smo si že ogledali naslednje podatke in oznake:

- ime živila,
- seznam sestavin,
- informacijo o hranilni vrednosti živila,
- oznako ekološko živilo.

1. Preberi poglavje Označevanje živil v U str. 70 – 73.

2. Izberi si **eno pakirano živilo** in na njem poišči vse podatke in oznake, ki so omenjeni v U. Vpiši jih v priloženo razpredelnico. Če kateri podatek ni naveden, označi to s poševnico /. Po želji si lahko razpredelnico natisneš ali prepíšeš na list papirja.

3. Svojo razpredelnico fotografiraj in jo pošlji na e-naslov: bernarda.potocnik1@guest.arnes.si najkasneje do **torka, 7. 4. 2020 do 15. h.**

VRSTE OZNAKE	PODATKI			
Ime živila				
Seznam sestavin				
Pogoji shranjevanja				
Navodila za uporabo				
Informacija o hranilni vrednosti živil (na 100 g)	energijska vrednost (kJ/kcal)	maščobe (g)	ogljikovi hidrati (g)	beljakovine (g)
Neto količina				
Ime in naslov proizvajalca				
Rok uporabnosti				
Znaki za varnost in kakovost živil (nariši)				
Posebne oznake (nariši)				