

Проект «Школа кулинаров»



Проект
«Школа кулинаров»
(«Печенье по – Бибаевски»)

Бибаев Илья
Выполнил:ученик 3 «Б» класса
МОБУ «СОШ №172»

учитель начальных классов

Назаренко Т.И.

п.Архара

2017

Цель:

- * **1. Выяснить полезность продуктов, которые необходимы для приготовления «Печенья по- Бибаевски», научиться самому готовить это печенье.**
- * **2. Развивать вкус, творческую инициативу, расширить знания и кругозор о правильном питании.**

Задачи:

- 1.Выяснить, какую роль в повседневной жизни человека занимает тесто? Какая же польза и, одновременно, вред от печеного теста?**
- 2.Научиться готовить печенье по рецепту мамы.**
- 3.Рассказать о полезных свойствах печенья.**

- * **Форма работы:** *индивидуальная*
- * **Сроки работы:** *неделя*
- * **Способ оформления результатов:**
презентация
- * **Продукт:** *печенье*

Рецепт песочного печенья по – Бибаевски

- * *1 пачка сливочного масла*
- * *1/2 ч.ложки соды, гашеная уксусом*
- * *1/2 стакана сахара*
- * *1,5 стакана муки*
- * **Арахис (по желанию)**

Химический состав арахиса состоит из таких веществ:

- * 42 % масел, около 25-30% белка, что зависит от сорта арахиса.**
- * В состав также входят витамины А, Д, В, РР, Е.**
- * Арахис является рекордсменом среди орехов по вхождению в состав кальция, магния, марганца, калия и меди.**

1 этап «Замешиваем тесто»



2 этап «Даём тесту отдохнуть 20 -40 минут»

- * Тесто для печенья должно быть пластичным и не прилипать к рукам. Для облегчения раскатывания и работы получившееся тесто убираем в пакет и в холодильник на 20-40 мин., можно просто в пакет и дать «отдохнуть», закутав в полотенце на 20 мин**

3 этап «Раскатываем тесто»



**Присыпаем мукой
стол и раскатываем
полученное тесто.**

4 этап «Вырезаем печенье»



**Из полученного
блина вырезаем
печенье различной
формы**

5 этап «Завершающий»



Выкладываем печенье на противень, разогреваем духовку до 180 градусов.

Ставим противень в духовку на 20 минут.

Приятного аппетита!



Печенье готово!

Пищевая ценность нашего печенья:

- * Среднее значение данных о пищевой ценности на 100 гр. печенья:
- * Белков 7,17 г
- * Жиров 18,57 г
- * Углеводов 49,97 г
- * Калорийность 504,00 ккал

Вывод:

- * - В результате работы над проектом я узнал о калорийности продуктов, входящих в состав теста для печенья, о пользе и вреде печёного теста.
- * - Научился замешивать тесто до состояния пластичности, узнал, что означают термины: пластичность, эластичность, вязкость, сила муки, упругость; под присмотром мамы научился пользоваться духовкой электроплиты.
- * - Мне понравилось доставлять радость другим людям (Своё печенье я продемонстрировал в классе на конкурсе, угостил одноклассников.)

ИСТОЧНИКИ:

- * **1. Воспользовался рецептом, который предложила мама.**
- * **2. Интернет – ресурсы:**
<http://www.hlebopechka.net/h45.php>
- * http://www.topauthor.ru/kak_chasto_est_testo_vred_i_polza_pechenogo_6365
- * **3. А.А.Плешаков Окружающий мир
3 кл. Р.т. 1ч. с.80,81**