

# ВОЛГОГРАДСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПЕРЕДПОДГОТОВКИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ

Кафедра теории и методики непрерывного профессионального образования

## Контрольная работа

Тема: «Активизация самостоятельной познавательной деятельности учащихся с использованием модульно- кейсовой технологии обучения.»

Разработка учебного кейса по разделу «Кулинария»

Тема « Каши»

Выполнила: Учитель технологии  
МОУ «Медведицкая СОШ»

Жирновского р-на

Волгоградской области

Слушатель курсов 275/2

Литвиненко Лариса Борисовна

Проверил:

Д.т.н. профессор

Каунов Александр Михайлович

Волгоград 2011г

# Ситуация

«Опять каша...» - вздыхают многие ребята, увидя её на столе. А ведь крупы наряду с хлебом являются основным поставщиком растительных белков и углеводов.

А почему о некоторых людях говорят: «Он мало каши ел». Так обычно говорят о слабых. А каша — самая полезная еда на завтрак, она помогает ребятам вырасти здоровыми и сильными. Кашу полезно есть и взрослым. Но ведь каждый день есть кашу невкусно! Ученицы шестого класса решили собрать полную информацию о кашах и рассказать об этом на празднике русской каши.

# Уточнение задания

- Как вы думаете, почему некоторые ребята так не любят кашу?
- Какую информацию должны собрать девочки, чтобы убедить остальных в том что каша является полезным продуктом?

# Контекст задания

- Подберите и изучите информацию о многообразии каш.
- Выясните, каким требованиям должна соответствовать каша.
- Найдите пословицы и поговорки о каше.

# Русская каша: история и традиции

Каша – одно из самых популярных русских национальных блюд. Первоначально это было обрядовое, торжественное яство, употребляемое в основном на праздниках. В XII веке слово «каша» даже было синонимом слова «пир».

Согласно старорусским традициям, во время свадебного церемониала жених с невестой обязательно готовили кашу. Очевидно, от этой традиции и зародилась поговорка: «С ним (с ней) каши не сваришь».

Кашу варили не только на свадьбу, но и при рождении ребенка, на крестины и именины, на поминки или похороны. Без каши собственного оригинального приготовления нельзя было принять гостей. Причем каждая хозяйка имела собственный рецепт, который хранился в тайне. Готовилась каша обязательно перед большими сражениями, а уж на победных пирах без «победной» каши не обходилось. Каша служила символом перемирия: для заключения мира обязательно нужно было готовить «мирную» кашу.

Кашу обязательно готовили и по случаю начала большого дела. Отсюда пошло выражение «заварить кашу». Готовились рождественские каши, и каши по случаю окончания уборки урожая.

Утратив постепенно свой обрядовый смысл, каша, тем не менее, на долгие века стала главным повседневным блюдом россиян. Это также отразилось и в бытовом языке. Слово «каша» на долгие годы приобрело значение слова «коллектив» («быть в одной каше» — означало вместе работать, жить или учиться). В России до сих пор бытует слово «однокашник» — соученик, товарищ по школе, институту.

Каша находила признание не только на народном, но даже и на царском столе. Петр I, например, так любил ячневую кашу, что объявил ее «любимой романовской». Чтобы «облагородить» царскую любимицу, ячневую крупу в XIX веке переименовали в «перловую», т.е. «жемчужную» (от слова «pearl»). Похвальную преемственность поколений и близость к народу продемонстрировал и Николай II: на торжественном обеде в честь его коронации в 1883 году гостям была подана ячневая каша.

Кроме ячневой каши в России любили гречневую, пшеничную, ржаную, овсяную, рисовую, манную, гороховую. Такое многообразие каш связано с тем, что в России производилось огромное количество круп из самых разных видов злаков.

Что примечательно, на фоне возрастающей популярности русской национальной кухни в целом, каша также входит в моду. Сейчас в меню лучших ресторанов обязательно встречаются каши. Гречневая с белыми грибами – излюбленное блюдо в пост (поститься, кстати, сейчас тоже становится ультрамодно), гурьевская – один из самых популярных десертов. Помимо простых, привычных способов приготовления каш, в ресторанах можно встретить самые неожиданные сочетания: перловка с чесноком, тимьяном и обжаренными на гриле кальмарами, пшенка со сладкой тыквой и ягодами. В общем, на любой вкус. И это прекрасно, потому что каша – не только вкусное и крайне полезное блюдо, но и неотъемлемая часть российской истории, национальной традиции.

# История Гурьевской каши

..Однажды графа Гурьева пригласил отобедать к себе в имение отставной майор Оренбургского драгунского полка Юрисовский. На десерт была подана очень красиво оформленная и прекрасная на вкус каша. Попробовав ее, граф был настолько удивлен и растроган, что велел позвать повара и, когда тот явился, расцеловал его. Такой вкусной каши министр никогда не ел, хотя слыл большим гурманом. Завязался торг. И вскоре граф купил крепостного повара и изобретателя каши Захара Кузьмина с семьей.

Кого только не потчевал Гурьев удивительной кашей, и всегда она вызывала у гостей неподдельное восхищение. Постепенно эту кашу научились готовить во многих домах московской знати, а поваренные книги сделали ее известной далеко за пределами России, и везде она называлась кашей гурьевской. Имя же действительного ее изобретателя, повара Захара Кузьмина, как это случается часто, забылось .

# Посуда и инвентарь





# Каши различают:

**Вязкие**



**Жидкие**



**Рассыпчатые**



# Рецепты

## Гурьевская каша

1,25 л сливок \* 0,5 стакана манной крупы \* 0,5 кг орехов (лещины, кедровых, грецких) \* 10 орехов горького миндаля или 4—5 капель миндальной эссенции » 0,5 стакана сахара \* 0,5 стакана варенья (клубничного, земляничного, вишневого без косточек) \* 2 ст. ложки сливочного масла \* 1 капсулка кардамона или 3—4 ч. ложки молотой лимонной цедры, или 2 ч. ложки корицы \* 0,25 ч. ложки молотого бадьяна

**Подготовка орехов.** Орехи, очищенные от скорлупы, залить кипятком на 2—3 мин, очистить от тонкой кожицы, подсушить и истолочь в ступке, подливая по 1 ч. ложке теплой воды к каждой полной столовой ложке орехов. Сложить в чашку.

**Подготовка пенки.** Сливки вылить в плоскую посуду (чугунную эмалированную сковороду), поставить в нагретую духовку и снимать образующиеся крепкие пенки, когда они начнут румяниться, складывая их в отдельную посуду.

Собрать 12—15 пенки.

**Подготовка манной каши.** На оставшихся сливках или молоке сварить густую хорошо разваренную манную кашу, всыпать в нее толченые орехи, сахар, масло, растертые пряности, перемешать.

**Приготовление гурьевской каши.** В огнеупорную эмалированную сковороду с высокими краями или широкий плоский сотейник налить немного подготовленной манной каши, чтобы образовался слой в 0,5—1 см, закрыть его пенкой, вновь налить слой каши потоньше, вновь переслоить пенкой и т. д. В предпоследний слой добавить немного варенья и бадьяна. Поставить на 10 мин в предварительно хорошо нагретую духовку, но со слабым огнем. Затем вынуть, залить сверху оставшимся вареньем (большой частью) и подать в той посуде, в которой готовили кашу.

# Коливо

- 2 стакана ячневой крупы \* 3 л воды \* 1 стакан молока \* 0.75—1 стакан мака \* 2—3 ст. ложки меда \* 2 ст. ложки клюквенного или смородинового варенья
- Крупу промыть, отварить в воде на умеренном огне, снимая все время пену. Как только крупа начнет выделять слизь, лишнюю воду слить, кашу переложить в другую посуду, добавить молоко и варить до мягкости крупы и загустения, все время помешивая.
- Отдельно подготовить мак: залить его крутым кипятком, дать распариться, через 5 мин воду слить, мак промыть, вновь залить крутым кипятком, сразу же слить его, как только начнут появляться капельки жира на поверхности воды. Затем распаренный мак перетереть в ступке (фарфоровой), добавляя по полчайной ложечке кипятку к каждой столовой ложке мака.
- Подготовленный мак смешать с загустевшей, размягченной ячневой кашей, добавить мед, прогреть на медленном огне 5—7 мин, непрерывно помешивая, снять с огня, заправить вареньем.

# Глоссарий

- **Кутья или кутия** — каша с изюмом, медовым взваром, приготовленная из ячменя, пшеницы или риса, приносимая в церковь при поминках и подаваемая за поминальным столом, а в некоторых местностях и в рождественский сочельник.
- **Путря** — каша из ячменя, яровой пшеницы, гречихи или проса, заправленная квасом и солодом.
- **Сочельник** - название происходит от слова «сочиво» (первоначально— пшеничные зёрна, размоченные водой).
- **Саго** — зернистая крупа из крахмала, добываемого из саговых пальм, а также сходная по вкусу крупа из картофельного или кукурузного крахмала.
- **Смоленская крупа** — не крупно дробленая ядрица гречихи.
- **Солод** — проросшие зерна ячменя, а также пшеничные или ржаные.
- **Сочиво(коливо)** - сладкая каша из пшеничной, рисовой или другой крупы.

# Задание 1

Отгадайте загадки и нарисуйте ответы.

1. В землю теплую уйду,  
К солнцу колосом взойду.  
В нем тогда таких, как я,  
Будет целая семья!

2. Золотист он и усат,  
В ста карманах — сто ребят.

3. Что две недели зеленится,  
Две недели колосится,  
Две недели отцветает,  
Две недели наливают,  
Две недели подсыхает?

# Задание 2

- Отгадайте и напишите, из каких растений и круп можно сварить манную, пшеничную, гречневую, овсяную и пшеничную каши.

	Растения	Крупа	Каша
	просо	пшено	
	пшеница	манная крупа,	
		пшеничная крупа	
	овёс	овсяные хлопья	
	гречиха	гречка	
	кукуруза	кукурузная	

# Задание 3

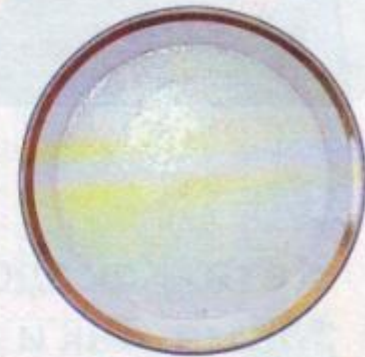
- Выберите добавки для каш.



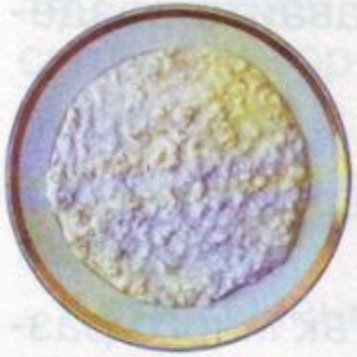
гречневая



кукурузная



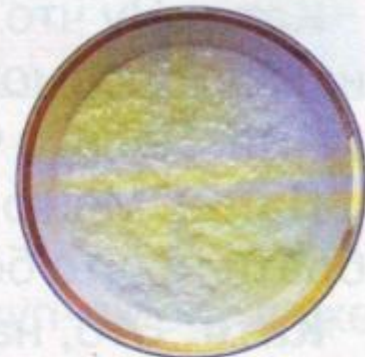
манная



овсяная



пшённая



рисовая

# Добавки к кашам





# Вопросы для самоконтроля.

- Какие злаковые культуры вам известны и какие виды круп из них вырабатываются?
- Почему в рацион человека обязательно должны входить блюда из круп?
- Какие изделия, кроме каш, можно приготовить из круп?
- Каким требованиям должна удовлетворять рассыпчатая каша?
- Какая посуда необходима для приготовления блюд из круп?
- Какие пословицы и поговорки вы знаете о каше?

# Манная каша



# Гречневая каша



# Овсяная каша



# Рисовая каша



# пшениная каша



# Кукурузная каша



# Перловая каша





# Литература:

1. Л.Я. Гаевская «Книга о вкусной домашней пище» Москва ОЛМА-ПРЕСС Инвест, 2007
2. О.И. Уварова «Кулинарная книга на каждый день» Москва: Эксмо, 2008
3. Г.И. Поскребышева «Энциклопедия домашней кухни» ОЛМА-ПРЕСС Инвест. 2003
4. Г.И. Поскребышева «Новейшая кулинарная энциклопедия» Москва: ОЛМА-ПРЕСС Медиа Групп, 2008
5. А.П. Ананьева «Лучшие рецепты со всего света» Москва: ОЛМА-ПРЕСС, 2005
6. В.И. Шальникова «Русская кухня» Издательский дом «Аркаим», 2007
7. М. Безруких «Разговор о правильном питании» Москва, ОЛМА медиа Групп, 2010
8. М. Безруких «Две недели в лагере Здоровья» Москва, ОЛМА медиа Групп, 2005