



Metodický materiál pro učitele

Metodický materiál k výuce vaření a přípravy jídel pro učitele základních škol „Výroba sýra“

Námět, jak s dětmi vyzkoušet a zažít cestu k původu potravin na našem stole.

Cílová skupina: 6. - 9. ročník základní školy

Očekávaný výstup:

Žák:

- připraví vlastní sýr z kravského mléka
- popíše jeho přípravu a rozliší, co je to tvaroh a co syrovátka
- vysvětlí, co je to syřidlo a jak funguje

Vazby a přesahy v RVP – mezipředmětové vztahy:

- pracovní činnosti – vaření a příprava pokrmu
- výchova ke zdraví
- člověk a jeho svět

Blok I

(45 minut)

Myšlenková mapa na téma „sýr“ (15 minut)

Postup: žáci ve skupinkách vypracovávají myšlenkovou mapu na téma sýr.

Aktivita „Jak se co dělá“ (20 minut)

Pomůcky: učitel na tabuli nakreslí jednoduchou tabulku nebo napíše dvě otázky: Co vím o výrobě sýra? Co nového jsem se dozvěděl o výrobě sýra?

Postup: žáci si vyplní první část tabulky („co vím o výrobě sýra“) a po zhlédnutí videa na Youtube, např. <https://www.youtube.com/watch?v=JtUKm2YiNas> doplní druhou část tabulky („co nového jsem se dozvěděl“).

Příprava na další hodinu vaření (10 minut)

Žáci si rozdělí, jaké pomůcky a potraviny přinesou na příští hodinu vaření (viz pomůcky).

Blok II

Příprava sýra (20 minut příprava sýra a nejméně 20 minut odpočívání sýra)

Pomůcky: 1 litr mléka, půl lžičky kyseliny citronové (nebo 4 lžičky citronové šťávy), 2 lžice vody, hrnec, lžice, vařečka, plátno, případně ingredience na ochucení sýra (olivy, sušená rajčata, bylinky, česnek), těžký předmět na zatížení

Postup: <http://www.ekokoza.cz/jednoduchy-syr-%E2%80%93-bez-syridla>

Jedná se o jednoduchý sýr, který si můžete hned vyzkoušet. K jeho přípravě nepotřebujete syřidlo ani mléčnou kulturu.

- 1 litr mléka
- půl lžičky kyseliny citronové (nebo 4 lžičky citronové šťávy)
- 2 lžice vody

Kyselinu citronovou rozpustíme ve vodě. Mléko přivedeme k varu a rozpuštěnou kyselinu citronovou do něj vmícháme. Jakmile se začne oddělovat bílý tvaroh od žluté syrovátky, odstavíme a 4 minuty necháme zakryté. Pak přecedíme přes plátno a vak se sýrem umístíme na tři hodiny pod těžký předmět. Pokud se sýr zatíží jen na 20 minut, bude jemnější a nadýchanější. Po vylisování se sýr může vložit zpět do syrovátky, kterou osolíme. Sýr v této slané syrovátce vydrží cca 14 dní.

Žáci ve skupinkách nastudují dle popisu návod na přípravu sýra a samostatně jej připraví. Sýr si mohou libovolně dochutit např. bylinkami ze školní zahrady, sušenými rajčaty, olivami...

Možné rozšíření:

- žáci připraví sýr ze stejného množství kravského a koziho mléka, porovnájí výtěžnost a pokusí se ji zdůvodnit. Své domněnky mohou ověřit. Nebo si mohou předem zkusit odhadnout, kterého sýra (kravského nebo koziho) bude více a své tvrzení ověřit a zdůvodnit.

Blok III

Reflexe (5 minut)

Aktivita Krok vpřed – děti stojí na jedné čáře a učitel říká pokyny. Dítě, které souhlasí, udělá krok vpřed. Příklady otázek – krok vpřed udělá ten, komu sýr moc chutnal, komu vůbec nechutnal, kdo vyráběl sýr poprvé, kdo už někdy sýr vyráběl apod.

Autorka metodiky: Mgr. Jitka Sedláčková, Lesní klub Oříšek