

Wykonaj w domu następujące ćwiczenie:

Marchew oprószana:

Normatyw surowcowy:

- marchew 510
- masło lub margaryna 18 g
- cukier 6 g
- mąka 12 g
- sól do smaku

Informacje, które mogą się przydać:

Łyżka/łyżeczka masła-ok.14,2g/4,7g

Łyżka/łyżeczka cukru- ok.13,2g/4,4g

Łyżka/łyżeczka mąki – ok.10,2g/3,4g

Wykonanie:

1. Marchew umyć, obrać, pokroić w kostkę
2. Zalać małą ilością wrzącej wody, dodać cukier, sól, masło i zagotować.
3. Gotować na silnym ogniu pod przykryciem
4. Po odparowaniu części wody, gdy marchew będzie miękka, oprószyć mąką przez sito. Stale mieszać i zagotować.
5. Porcjowanie (3 porcje) i degustacja ☺

Polecenia w trakcie ćwiczeń:

1. Zaobserwuj zmianę barwy potrawy po dodaniu masła.
2. Po sporządzeniu marchewki zważ gotową potrawę. Ile waży jedna porcja ?
3. Jakich narzędzi i naczyń kuchennych używałeś podczas sporządzania potrawy?
4. Dokonaj wraz z członkami rodziny oceny organoleptycznej.

Proszę o krótkie, pisemne podsumowanie ćwiczenia.

Adres mailowy bomroz@o2.pl

Nie zapomnijcie się podpisać☺