

TEHNIŠKI DAN – PEČEMO

MOZIRJE, 7. MAJ 2020

POTEK DANAŠNJEGA DNE:

- Priprava tradicionalnega slovenskega zajtrka
- Spoznaj nekaj novega o kruhu in njegovem pomenu v naši prehrani
- Priprava in peka domačega kruha ali marmornega kolača
- Med pripravo fotografiraj postopek priprave in končni izdelek
- Deli z nami - kratak opis svojega dopoldneva s kakšno fotografijo ali pa tvoj najljubši recept, s katerim si se spopadal v tem dopoldnevu, pošlji razredniku do petka, 15. maja 2020, po elektronski pošti ali v predal spletne učilnice (glej spodnji seznam):

	E-pošta:	Predal:
Šmihel	rozalija.acman@os-mozirje.si	predal Šmihel
1.A	janca.vajdl@os-mozirje.si	predal 1.A
1.B	nada.janez@os-mozirje.si	predal 1.B
2.A	natasa.turk.riga@os-mozirje.si	predal 2.A
2.B	petra.volk@os-mozirje.si	predal 2.B
3.A	judita.marovt@os-mozirje.si	predal 3.A
3.B	marija.kopusar@os-mozirje.si	predal 3.B
4.A	marjeta.menih@os-mozirje.si	predal 4.A
4.B	rozika.kanjir@os-mozirje.si	predal 4.B
5.A	marjana.hercek@os-mozirje.si	predal 5.A
5.B	simona.fortek.dolinsek@os-mozirje.si	predal 5.B
6.A	vlasta.povse@os-mozirje.si	predal 6.A
6.B	mojca.stor@os-mozirje.si	predal 6.B
7.A	romana.presecnik@os-mozirje.si	predal 7.A
7.B	matejka.krumpacnik@os-mozirje.si	predal 7.B
8.A	tanja.pogorevc.novak@os-mozirje.si	predal 8.A
8.B	jana.pahovnik@os-mozirje.si	predal 8.B
9.A	jure.zagar@os-mozirje.si	predal 9.A
9.B	blaz.podriznik@os-mozirje.si	predal 9.B

ZDRAV ZAJTRK

- Za dovolj energije za današnje delo sebi in svojim domačim pripravi tradicionalni slovenski zajtrk: KRUH, MASLO, MED, MLEKO IN JABOLKO.



PREGOVORI O KRUHU:

- S trebuhom za kruhom.
- Zarečenega kruha se največ poje.
- Če kruhek pade ti na tla, poberi in poljubi ga.
- Kruha ne naredi moka, ampak roka.
- Bolje črn kos kruha kakor prazna torba.
- Iz te moke ne bo kruha.



KRUH KOT JED, KI IMA V SVETU VELIK POMEN

- Ko je mati odprla krušno peč, je zadišalo po vsej hiši, toplina peči je vdahnila domu prijetno domačnost.
- Skrb za vsakdanji kruh spremlja človeka od pradavnine. Da bi bilo kruha dovolj, so mesili testo iz vseh žit – pšenice, rži, pire, ajde, koruze, krompirja, otrobov ...
- Ob žetvi so pobrali sleherni klas in zrno. Vsak košček kruha, ki je padel na tla, so pobrali in poljubili. Kruha ni bilo nikoli dovolj, zato so z njim ravnali varčno in spoštljivo ter so ga zaklepali.
- Kruh je po obliki, sestavi in načinu peke naše narodno bogastvo.

(dr. Stanko Renčelj)

KAJ SPLOH JE KRUH?

- Kruh je najbolj razširjena oblika žitne hrane. Tradicionalno ga pripravljamo iz moke, soli, vode in kvasa. Vrste kruha se razlikujejo po uporabljeni moki oziroma mešanici mok in dodatkih k testu.
- Z besedo kruh v vsakdanjem jeziku označujemo različne velikosti, oblike in vrste pekovskih izdelkov.
- Glede na velikost delimo pekovske izdelke na kruh (več kot 250 g) in pekovsko pecivo (250 g in manj).



NEKAJ O ŽITIH, IZ KATERIH LAHKO NAREDIMO KRUH

- Žita sodijo v eno izmed glavnih skupin naše prehrane. Pestra izbira žit in načinov priprave odpira veliko možnosti za raznovrstne zdrave obroke.
- V Sloveniji so **za prehrano najpomembnejša naslednja žita: pšenica, rž, pira, ječmen, oves, proso, koruza, riž in ajda.**
- Sodijo v skupino škrobnih živil, saj so pretežno sestavljeni iz škroba, manjših deležev beljakovin ter drugih hranil,



PŠENICA



RŽ



PIRA



JEČMEN



OVES



PROSO



PŠENICA



RIŽ



AJDA

O KRUHU ...

- Kruh je verjetno edino živilo, ki ga poznajo ljudstva vseh ras in kultur.
- Lomljenje kruha je univerzalno znamenje miru.
- Murphyev zakon pravi, da se z marmelado namazana rezina kruha pri padcu vedno obrne na namazano stran.
- Kruh je bil včasih pomembno živilo v ljudskem zdravilstvu. Prastaro zdravilo za rane je bilo namočeno pšenično zrnje, otrobi ali kruh v mleku. Pripravek so zavili v krpo in položili na ranjeno mesto. Tople kruhove obkladke pa so uporabljali za zdravljenje glavobola in bolečin v hrbtenici.



- Včasih so bili mlinarji zelo iskani botri ali poročne priče, saj so h krstu, birmi ali na svatbo prinesli cenjen beli kruh.
- Nekdaj je imel kruh magično oziroma čarobno moč. Ob otrokovem rojstvu so v zibko položili kos kruha, ki je predstavljal darilo vilam rojenicam. Tako so poskušali novorojencu izprositi srečno usodo in ga obvarovati bolezni.
- Hlebec kruha je bilo zadnje darilo, ki ga je nevesta dobila od svojega starega doma, in prvo darilo, s katerim jo je moževa mati sprejela na novem domu.

PEKA KRUHA V KRUŠNI PEČI

- Kot zanimivost si lahko ogledaš, kako je potekala peka kruha v krušni peči.
- Kliknite na povezavo

<https://www.youtube.com/watch?v=d6pasR-MkSo>

ZAVIHAJMO ROKAVE IN NA DELO

- Lahko spečeš kruh po svojem receptu ali pa se lotiš peke kruha po spodnjem receptu.
- Pripravi si delovni prostor.
- Zaveži si predpasnik, umij si roke in se loti dela.
- Najprej preberi recept in si pripravi sestavine in pripomočke.

TRUBARJEV HLEBEC

- **Sestavine, ki jih potrebujete:**

400 g bele moke

200 g črne moke

1/2 kocke svežega kvasa

cca 4,5 dl vode

1 žlička soli

1/2 žličke sladkorja



1. KORAK

Obe moki presejemo v skledo, naredimo jamico in v jamico nalijemo toplo vodo. Dodamo nadrobljen sveži kvas in sladkor ter počakamo cca. 8 minut, da se naredi kvasec.



2. KORAK

Ko je kvasec narejen, dodamo ob strani sol in z mešalnikom mešamo. Mešamo vsaj 15 minut, da se gluten, ki poskrbi za lepkoost testa, lepo razvije in testo postane svetleče in lepljivo kot na sliki.



3.
KORAK

Testo damo za pol ure vzhajat. Posodo pokrijemo s krpo. Testo bo naraslo nekje za 4 x.

4.
KORAK

Medtem ko testo vzhaja, ogrejemo pečico (200 °C). Vanjo damo pekač, na katerem bomo pekli kruh.

5.
KORAK

Ogret pekač vzamemo iz pečice in nanj iz posode stresemo testo. Ko je testo na pekaču, primemo robove testa in jih nežno "prilepimo" na sredino testa. To lahko ponovimo večkrat. Ne mesimo preveč, ker bomo drugače iztisnili iz testa zračne mehurčke in kruh ne bo imel luknjic.



6.
KORAK

Kruh pečemo v že ogreti pečici na 200 °C 50 minut. Pečenega zavijemo v čisto kuhinjsko krpo. Počakamo, da se vsaj malo ohladi in ga z veseljem pojemo.



ČESTITAM, USPELO TI JE!

- ČETE VSA MAMLJIVA DEJSTVA O KRUHU IN PEKA KRUHA NISO PREPRIČALA, SE LAHKO LOTIŠ PEKE MARMORNEGA KOLAČA PO SPODNJEM RECEPTU



KAJ SPLOH POTREBUJEMO?

SESTAVINE



- 4 jajca
- 400 g moke
- 200 g sladkorja
- 200 g masla
- 1 vanilijev sladkor
- 1 pecilni prašek
- 2 žlici kakava v prahu
- 2 dl mlačnega mleka
- 1 žlica sladkorja v prahu

PRIPOMOČKI



- ročni mešalnik
- tehtnica
- model (pekač)
- 2 skledi
- žlica
- manjše cedilo

KORAK	OPIS DELA	FOTOGRAFIJA
1	V večjo skledo ubijete 4 jajca, dodate sladkor, vanilin sladkor ter narezano maslo, ki ste ga prej imeli 1 uro na sobni temperaturi, da je postalo mehkejše.	
2	Vse zgoraj naštete sestavine sedaj z ročnim mešalnikom penasto umešajte, da dobite gladko tekočo zmes, ki tudi rahlo naraste.	
3	Dobljeni zmesi dodajte presejano moko, pecilni prašek ter mleko.	
4	Vse skupaj z ročnim mešalnikom ponovno dobro premešajte, da bo zmes popolnoma gladka.	

5	Dobljeno zmes sedaj razdelite na pol. Enemu delu primešajte 2 žlici kakava v prahu.	
6	Model (pekač) premažite z maslom in preko masla posipajte še malo moke. To bo preprečilo, da bi se kolač sprijel z modelom.	
7	V model izmenično ulivajte svetlo in temno zmes.	
8	V predhodno ogreti pečici na 180°C pecite 45 do 55 min, odvisno od pečice. Pečica naj bo nastavljena na program »klasično pečenje« brez ventilacijske funkcije.	

9	Da je kolač res pečen, lahko preverite z daljšim lesenim zobotrebcem. Kolač prebodite in izvlecite zobotrebec. Če na njem ni surove mase, je pečen. V obratnem primeru ga dajte še za kako min v pečico.	
10	Ko je kolač pečen, ga takoj stresite iz modela in še vročega posipajte s sladkorjem v prahu. Pustite, da se ohladi.	
11	Sedaj si pa lahko končno postrežete. Uspelo vam je namreč pripraviti najboljši marmorni kolač☺ Čestitam, pa dober tek!	

Mmmm, kako omamno diši!

**UPAM, DA STE UŽIVALI V MALO DRUGAČNEM
DOPOLDNEVU.
DELI Z NAMI SVOJE TRENUTKE.**



Učiteljici Silva in Urška