



MATÈRIES: DESTRESES LINGÜÍSTIQUES (EXPRESSIÓ ORAL i ESCRITA)

EDAT: 3r PRIMÀRIA (8-9)

OBJECTIUS DE LES FITXES DE TREBALL

Què és una recepta de cuina i per a què servix? Les receptes de cuina són un instrument per a transmetre costums i cultura gastronòmica?

En moltes cases podem trobar tresors de cullera i forqueta que es transmeten de generació en generació. Receptes de cuina que, tot i acollir nous ingredients o tècniques de cuina, representen la saviesa culinària de cada família. Conèixer les receptes tradicionals que es mengen a casa, si es corresponen amb una festa tradicional o estació de l'any en concret, qui les cuina i d'on les van aprendre, ajuda a entendre com es va construir un dels estils d'alimentació i cuina més saludables del planeta: la cuina mediterrània.

Treball individual

Què és una recepta de cuina i per a què servix?

Què contenen els receptaris de cuina?

Coneixeu algun tresor de cullera i forqueta?

Fitxa de treball individual per a descobrir què en saben:

Sobre com es transmeten els coneixements i quin valor tenen, més enllà del valor material.
Activitats per a completar paraules: utilitzen el diccionari i interpreten el significat de les paraules.

Activitat creativa: escriuen receptes que els agrada menjar a casa.

Treball en equip

Activitat 1. Receptari de cuina de la classe

Poseu en comú les receptes de cuina que heu escrit en les fitxes de treball individual i prepareu un receptari de cuina de la classe.

Activitat 2. Mural de Tresors

Poseu en comú el significat que té per a cada u de vosaltres l'expressió "Tresor de cullera i forqueta" i prepareu-ne un mural.

Activitats creatives i eines de reflexió:

Poseu en comú les receptes que coneixen de casa i han escrit, i el significat que té per a ells l'expressió "Tresor de cullera i forqueta".

Mentre expliquen cada recepta a la resta de la classe, es pot aprofitar per a parlar d'alimentació saludable, incidint en algun ingredient o forma de preparació. O també sobre la diversitat cultural en l'alimentació i en la cuina, com a instrument d'integració.

Mentre expliquen el significat de "Tresor de cullera i forqueta", es pot aprofitar per a parlar sobre el valor material i immaterial dels béns, la cultura i els coneixements. L'any 2010, la dieta mediterrània va ser declarada Patrimoni Cultural Immateral de la Humanitat.

Solucionari fitxa de treball individual:

1 →

Croquetes

2 →

Recepta de croquetes de lluç i rap.

Ingredients:

Per a la massa: Farina, llet, ceba, lluç i rap, un poc de sal.

Per a l'arrebossat: Pa ratllat, ou i farina.

Elaboració:

Prepareu boletes amb les mans.

Després arrebosseu-ho així: Primer amb farina, després amb ou i al final amb pa ratllat.

Fregiu-ho amb oli d'oliva i serviu-ho amb un poc d'ensalada.