# Příloha č. 6

# Ukázka pracovního listu k výuce odborné češtiny pro žáky s odlišným mateřským jazykem

Obor: Stravovací a ubytovací služby

Téma: Přílohy z obilovin, mouky, těstovin, luštěnin a ze zeleniny

## Zdroj:

Akademie řemesel Praha – Střední škola technická

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **Rýže – natural, dlouhozrnná, loupaná zlatozrnná, parboiled, jasmínová** | **Rýži přebereme** | | **Příloha – dušená rýže** | **Do rýže zamícháme hrášek** |
| | **Houskové knedlíky** | **Knedlíky vaříme 20 minut** | | **Příloha – houskové knedlíky** | **Krájíme na plátky** |
| | **Karlovarské knedlíky** | **Vaříme v ubrousku** | | **Špekové knedlíky** | **Při expedici knedlíky rozřízneme na poloviny** |
| | **Druhy těstovin** | **Těstoviny vkládáme do vařící osolené vody** | | **Příloha z těstovin** | **Těstoviny se navářejí o 150–200 %** |
| | **Luštěniny** | **Luštěniny přebíráme, pereme a namáčíme** | | **Čočka se sázeným vejcem** | **Připravujeme i jako hlavní jídlo** |
| | **Zelenina** | **Zelenina je zdravá** | | **Dušená mrkev** | **Podáváme k vařenému masu** |
| | **Dušené zelí** | **Zelí nakrájíme** | | **Špenát** | **Špenát zjemníme smetanou** |

I. Přečti si text a pak odpověz na otázky pod textem.

**Přílohy dělíme:**

**Z obilovin: rýže** – má vysokou energetickou hodnotu. Před vařením je nutné ji propláchnout a potom dát do vařící osolené vody. Aby se **neslepila, přidáme trochu tuku.**

**Z mouky**: **knedlíky** – houskové, karlovarské, špekové. Houskové knedlíky jsou specialitou české kuchyně. Připravují se z hrubé mouky, vajec, **kvásku (vlažné mléko, droždí, špetka cukru, mouka)** a z nakrájených žemlí. Vykynuté těsto se rozválí na šišky a ve vařící osolené vodě se **vaří 20-25 minut**.

**Z těstovin:** známe průmyslové a domácí, vaječné a bezvaječné. Mají různé tvary (**kolínka, špagety, fleky, vlasové nudle do polévek**). Do vroucí osolené vody vsypeme těstoviny a vaříme 10 minut. Scedíme, propláchneme a promastíme, aby se nelepily.

**Z luštěnin:** luštěniny obsahují sacharidy, bílkoviny, minerální látky, vitamíny a **vlákninu**. Jsou hůře stravitelné. Před přípravou se musí přebrat a namočit. Velice oblíbená je **čočka na kyselo**, která se dochucuje octem a cibulovou jíškou.

**Ze zeleniny:** vařená zelenina se používá hlavně při dietním stravování a pro malé děti (např. **dušená mrkev**). Dále se vařením připravuje pro další zpracování (smažený květák).

1. **Vyjmenuj** druhy příloh**.** _____
2. **Co je potřeba udělat,** aby se uvařená rýže neslepila? _____
3. **Jaké druhy** knedlíků znáš? _____
4. **Z čeho** se připravuje houskový knedlík? _____
5. Co je **kvásek?** _____
6. **Jak dlouho** se houskový knedlík vaří? _____
7. Mezi **jaký druh příloh** patří domácí nudle? _____
8. **Jak postupujeme** po uvaření těstovin? _____
9. **Které přílohy** obsahují vlákninu? _____
10. **Která příloha** je vhodná při dietě? _____

II. Vyberte správnou variantu slova.

1. A) obilniny
   B) obiloviny
   C) obilnoviny

2. A) energická hodnota
   B) energetická hodnota
   C) energitická hodnota

3. A) těstoviny vypláchneme
   B) těstoviny spláchneme
   C) těstoviny propláchneme

4. A) těstoviny scedíme
   B) těstoviny vycedíme
   C) těstoviny vyceníme

5. A) udušená mrkem
   B) dušená mrkev
   C) zadušená mrkev

III. Doplňte názvy věcí na obrázku do doplňovačky.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

**1.**
**2.**
**3.**
**4.**
**5.**
**6.**
**7.**

# Závěrečný test znalostí

Urči, jestli jsou následující věty správné (P) nebo nesprávné (N).

1. Rýže nemá vysokou energetickou hodnotu.
2. Houskové knedlíky se připravují z kvásku.
3. Těstoviny před vařením vkládáme do studené osolené vody.
4. Luštěniny neobsahují vlákninu.
5. Smažený květák je dietní jídlo.

Najdi ve větách špatně použité termíny a oprav je.

1. Rýže má vysokou energickou hodnotu.
2. Houskové knedlíky se připravují z hladké mouky a z kvásku.
3. Luštěniny se musí před přípravou vymočit.
4. Aby se těstoviny neslepily, musíme je umastit.
5. Mezi těstoviny patří špagety, kolínka, fleky, nudle a noky.

Ke každému obrázku napiš, co na něm je a co o něm víš.

1.

2.

3.


4.

5.

## Řešení úloh

I. 1. Z obilovin, mouky, těstovin, luštěnin a zeleniny, 2. přidat tuk – promastit, 3. houskový, karlovarský, špekový, 4. hrubá mouka, vejce, kvásek, nakrájené žemle, 5. vlažné mléko, droždí, špetka cukru a mouka, 6. 20–25 minut, 7. těstoviny, 8. scedíme, propláchneme a promastíme je, 9. luštěniny, 10. vařená zelenina.

II. 1. b, 2. b, 3. c, 4. a, 5. b

III. 1. čočka, 2. rýže, 3. špenát, 4. mrkev, 5. knedlík, 6. zelenina, 7. těstoviny

## Závěrečný test znalostí

Urči, jestli jsou následující věty správné (P) nebo nesprávné (N).

1. Rýže nemá vysokou energetickou hodnotu. N
2. Houskové knedlíky se připravují z kvásku. P
3. Těstoviny před vařením vkládáme do studené, osolené vody. N
4. Luštěniny neobsahují vlákninu. N
5. Smažený květák je dietní jídlo. N

Najdi ve větách špatně použité termíny a oprav je.

1. Rýže má vysokou **energetickou** hodnotu.
2. Houskové knedlíky se připravují z **hrubé** mouky a z kvásku.
3. Luštěniny se musí před přípravou **namočit.**
4. Aby se těstoviny neslepily, musíme je **promastit.**
5. Mezi těstoviny patří špagety, kolínka, fleky, nudle a **noky.**

Ke každému obrázku napiš, co na něm je a co o něm víš.

1. těstoviny – těstoviny vkládáme do vařící osolené vody
2. luštěniny – luštěniny přebíráme, pereme a namáčíme
3. rýže – natural, dlouhozrnná, loupaná zlatozrnná, parboiled, jasmínová, rýži přebereme
4. zelenina – zelenina je zdravá
5. špekové knedlíky – při expedici knedlíky rozřízneme na poloviny

## Seznam použitých zdrojů

AUTOR NEUVEDEN. Rýže In: *Diatips.cz* [online]. Česká Republika: Diatips.cz, 2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://diatips.cz/wp-content/uploads/2016/04/pic2_2.jpg

tejaja. Dušená rýže. In: *Toprecepty.cz* [online]. Praha: toprecepty.cz, 2018 [cit. 2018-08-19].
Dostupné z: https://www.toprecepty.cz/recept/26340-ryze-dusena-v-mikrovlnce/

AUTOR NEUVEDEN. Houskové knedlíky In: *Obrazky.profirecepty.cz* [online]. Česká Republika: profirecepty.cz, 20198 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://obrazky.profirecepty.cz/recepty/th/977.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Houskové knedlíky. In: Ireceptar.cz [online]. Praha: VLTAVA LABE MEDIA a.s., 2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: https://www.ireceptar.cz/res/archive/403/047894_57_397734.jpg?seek=1528985522

AUTOR NEUVEDEN. Karlovarské knedlíky. In: *Toprecepty.cz* [online]. Praha: toprecepty.cz, 2018 [cit. 2018-08-19].
Dostupné z: https://www.toprecepty.cz/fotky/recepty/0110/karlovarske-knedliky-188163-1920-1080.jpg

Eliza. Špekové knedlíky. In: *Toprecepty.cz* [online]. Praha: toprecepty.cz, 2018 [cit. 2018-08-19].
Dostupné z: https://www.toprecepty.cz/fotky/recepty/0026/spekove-rohlikove-knedliky-71560-413-295-exact.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Druhy těstovin. In: *Depositphotos* [online]. USA: Depositphotos, 2018 [cit. 2018-08].
Dostupné z: https://static8.depositphotos.com/1020804/816/i/450/depositphotos_8166160-stock-photo-photo-of-different-kinds-of.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Příloha z těstovin. In: *Chci-zhubnout.eu* [online]. Česká Republika: Chci-zhubnout.eu,2018[cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://chci-zhubnout.eu/wp-content/uploads/2014/09/kalorické-tabulky-testoviny-ryze-prilohy-870x400.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Luštěniny. In: *Zdravi.peknetelo.eu* [online]. Česká Republika: Zdravi.peknetelo.eu,2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: https://zdravi.peknetelo.eu/wp-content/uploads/2017/08/misky-s-luznymi-druhy-lu%C5%A1t%C4%9Bnin.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Čočka se sázeným vejcem. In: *Zena-in.cz.* [online]. Česká Republika: ŽENA-IN.cz,2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://zena-in.cz/media/2017/12/11/cocka.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Zelenina. In: Vařilamyšička.cz [online]. Petřvald: Bydlení pro každého, 2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://zahrada.bydleniprokazdeho.cz/zelenina/

AUTOR NEUVEDEN. Vařená mrkev. In: Vařilamyšička.cz [online]. Praha: Vařila myšička, 2018 [cit. 2018-08-25].
Dostupné z: http://www.varilamysicka.cz/zdrave-recepty/dusena-mrkev

Alus.s. Dušené zelí. In: *Toprecepty.cz* [online]. Praha: toprecepty.cz, 2018 [cit. 2018-08-19].
Dostupné z: https://www.toprecepty.cz/fotky/recepty/0001/dusene-hlavkove-zeli-1036-413-295-exact.jpg

AUTOR NEUVEDEN. Špenát. In: *Toprecepty.cz* [online]. Praha: toprecepty.cz, 2018 [cit. 2018-08-19].
Dostupné z: https://www.toprecepty.cz/recept/4425-spenat-sekany-a-nejchutnejsi/