

Precvičte si: koncentráciu, krátkodobú aj dlhodobú pamäť, zmyslovú pamäť, logické zmyslenie a vnímanie priestoru

1. zadanie: Prečítajte si nasledujúce jedlá. Pri každom z nich si predstavte, akoby ste ho práve jedli. Akú má chuť, vôňu.

Zapojte čo najviac zmyslov.

Porozmýšľajte aj nad surovinami, ktoré budete potrebovať na jeho prípravu.

PRAŽENICA	PALACINKY
PLNENÁ PAPRIKA	REZEŇ
KAPUSTNICA	PEČENÉ ZEMIAKY
CHLIEB S MASLOM	PIROHY
PIZZA	KRUPICOVÁ KAŠA
ŠPENÁT	TEKVICOVÁ POLIEVKA
CIGÁNSKA	PEČENÉ KURČA
SVIEČKOVÁ	PARENÉ BUCHTY
ZEMIAKOVÝ ŠALÁT	FILE
GULÁŠ	ZMRZLINA
ČOKOLÁDA	VAJCE NA TVRDO
HALUŠKY	RIZOTO
KURACÍ VÝVAR	FRANCÚZSKE ZEMIAKY
LANGOŠE	PAPRIKÁŠ
KÔPROVÁ OMÁČKA	SEGEDÍN

2. zadanie: medzi jedlá z predchádzajúceho cvičenia sa nám primiešali aj tri, ktoré sme nemali. Vedeli by ste určiť, ktoré to sú?

Ak ste zapojili všetky svoje zmysly, táto úloha by pre vás mala byť ľahká.

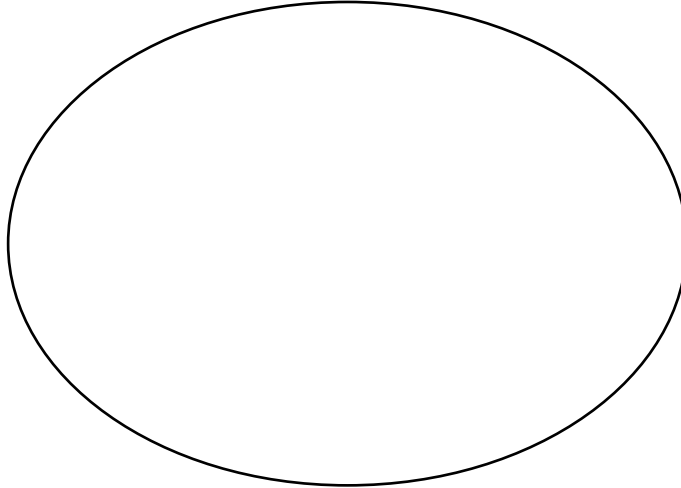
rezeň, kôprová omáčka, guláš, krupicová kaša, cigánska, parené buchty, palacinky, paprikáš, zemiakový šalát, segedín, filé, pirohy, pizza, sviečková, čokoláda, granadír, francúzske zemiaky, pečené kurča, tekvicová polievka, zemiakové placky, zmrzlina, vajce na tvrdo, rizoto, kapustnica, plnená paprika, praženica, pečené zemiaky, držková polievka, chlieb s maslom, špenát, halušky, kurací vývar, langoše

Pamäť nám vie povedať, nielen to s čím sme sa už stretli, ale aj to čo vidíme prvý krát.

3. zadanie: Predstavte si, že sedíte za veľkým okrúhlym stolom. Niekoľkokrát si prečítajte a zapamätajte si, čo a kde sa na ňom nachádza. Potom prejdite k ďalšiemu zadaniu.

Na stole je pred vami položený tanier. Nad tanierom je postavená soľnička a vedľa nej naľavo korenička. Na tanieri je najbližšie k vám volské oko, nad ním vpravo hore dva plátky celozrnného chleba, vedľa ktorých je naľavo od nich šalátový list s dvomi rajčinami. Na stole je okrem toho v pravom rohu hriankovač s hriankou a v ľavom rohu vajíčka v obale.

4. zadanie: bez spätného pozerania do zadania, nakreslite, alebo zapíšte čo a kde je rozmiestnené na stole. Po dokončení si svoj nákres skontrolujte s pôvodným zadáním.



5. zadanie: dajte do správneho poradia postup ako variť v parnom nástavci:

1. Na displeji začne ubiehať nastavený čas.
2. Prikryte pokrievkou.
3. Nalejte do nej minimálne pol litra vody a pridajte misku.
4. Voda v nádobe sa začne zahrievať na nastavenú teplotu.
5. Misku naplňte potravinami.
6. Na displeji nastavte čas, rýchlosť a teplotu varenia.
7. Na hlavnú motorovú jednotku nasadte nádobu.
8. Stlačte tlačidlo START.
9. Vzniknutá para stúpa otvorom vo veku k potravinám a tak dochádza k ich šetrnému a zdravému vareniu.
10. Po naplnení ju umiestnite na parný nástavec.

Riešenie:

2. granadír, držková polievka, zemiakové placky

5. Postup varenia v parnom nástavci:

1. Na hlavnú motorovú jednotku nasadíte nádobu.

2. Nalejte do nej minimálne pol litra vody a pridajte misku.

3. Misku naplňte potravinami.

4. Po naplnení ju umiestnite na parný nástavec.

5. Prikryte pokrievkou .

6. Na displeji nastavte čas, rýchlosť a teplotu varenia.

7. Stlačte tlačidlo START.

8. Na displeji začne ubiehať nastavený čas.

9. Voda v nádobe sa začne zahrievať na nastavenú teplotu.

10. Vzniknutá para stúpa otvorom vo veku k potravinám a tak dochádza k ich šetrnému a zdravému vareniu.