

**INNOWACJA PEDAGOGICZNA SKIEROWANA DO
UCZNIÓW ZESPOŁU SZKÓŁ
GASTRONOMICZNO-HOTELARSKICH W
BYDGOSZCZY**

" SUSZONKI Z GASTRONOMIKA"
**-czyli jak utrzymywać i zachować jakość warzyw i owoców na
dłużej**



AUTORZY:
MONIKA ZAKRZEWSKA
ANNA FIRCHÓW
SŁAWOMIR KUCHARSKI

BYDGOSZCZ, WRZESIEŃ 2023 R.

SPIS TREŚCI

1. Podstawa prawna innowacji.
2. Wstęp
3. Cele innowacji
4. Treść innowacji
5. Założenia organizacyjne
6. Metody i formy pracy
7. Ewaluacja
8. Przewidywane osiągnięcia
9. Bibliografia

1. Podstawa prawna innowacji.

Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. Z 2017 poz.59 ze zm.)

2. Wstęp.

Suszenie to jedna z najstarszych metod konserwowania żywności. Celem suszenia jest usunięcie 80-90 wilgoci, co sprawia, że bakterie odpowiedzialne za jej psucie się, nie są w stanie przetrwać. Podczas suszenia zmniejszają się rozmiary suszonej żywności, co ma wpływ na jej łatwiejsze przechowywanie. Suszenie jest to bezpieczna i tania metoda konserwowania żywności. W proces suszenia bardzo dobrze wpisuje się ideologia "Zero Waste", gdyż do suszenia można wykorzystywać pozostałości po procesie produkcji żywności i ograniczyć ilość powstających odpadów. Suszenie jest również świetną alternatywą dla osób będących na diecie : niskosodowej, bezglutenowej, wegańskiej oraz raw food (living food).

Produkty suszone w kontrolowanej temperaturze zachowują swój intensywny smak, aromat, a co najważniejsze – cenne składniki odżywcze. Dlatego suszarka do żywności, zwana też dehydratorem, to niezastąpione wyposażenie zarówno domowej, jak i profesjonalnej kuchni.

Dehydrator lub suszarka do żywności to urządzenie przeznaczone do odprowadzania wody z produktów spożywczych, przy jednoczesnym zachowaniu ich smaku, aromatu oraz wszelkich wartości odżywczych. Jest to możliwe dzięki wbudowanej grzałce oraz wentylatorowi, który zapewnia równomierną dystrybucję ciepłego powietrza na wszystkich półkach. Temperatura w dehydratorze może być stała lub regulowana – najczęściej w zakresie od 35°C do 70°C.

Urządzenia te umożliwiają skuteczniejszą cyrkulację powietrza. Dzięki temu żywność wysycha stopniowo i równomiernie, co pozwala uzyskać jednolite rezultaty o idealnej strukturze.

Profesjonalne wykorzystanie dehydratora wymaga często kontroli nad temperaturą – tak, by składników nie wysuszyć całkowicie, lecz uzyskać giętą, miękką lub chrupką strukturę w zależności od zamierzonego efektu.

Wysuwane ruszty mogą pomieścić większą ilość produktów niezależnie od ich kształtu. Na prostokątnej tacce możemy ułożyć zarówno warzywa

pokrojone w kostkę, jak i duże plastry ananasa. Co więcej, takiego dehydratora można też użyć do mniej tradycyjnych zastosowań – przygotowania domowego jogurtu, przekąsek owocowych, suszonego mięsa lub własnych mieszanek przypraw.

Wyjmowane, prostokątne półki są bardziej ergonomiczne i łatwiejsze w czyszczeniu, a przezroczyste drzwiczki pozwalają obserwować proces suszenia.

Innowacja będzie miała na celu zapoznanie uczniów z wyborem surowca, jego przygotowaniem – obróbka wstępna, zaplanowaniem procesu suszenia, parametrami tego procesu, wykorzystaniem suszonych produktów, oraz ich przechowywaniem. Ma również zwiększyć świadomość konsumencką uczniów, oraz zapoznać z alternatywnymi sposobami utrwalania żywności.

3. Cele innowacji.

a) cele szczegółowe

kształtowanie nowych umiejętności kulinarnych
zdobywanie nowego doświadczenia zawodowego, poszerzającego
zdolności uczniów
poprawa jakości pracy szkoły, poprzez nabywanie nowych umiejętności
zawodowych przez uczestników innowacji
rozwijanie pasji i ukierunkowywanie uczniów do dalszego rozwoju
rozwijanie kompetencji miękkich

b) cele szczegółowe

zaznajomienie uczniów z historią procesu suszenia
zwiększenie świadomości uczniów, dotyczącej wyboru produktów
spożywczych przeznaczonych do suszenia, oraz ich wykorzystania w
technologii gastronomicznej
kształtowanie nowych umiejętności kulinarnych dotyczących procesu
utrwalania żywności metodą suszenia w dehydratorze
zapoznanie ze sposobem działania dehydratora
zapoznanie uczniów z warunkami procesu suszenia : temperatura, czas,
oraz ich dostosowaniu do różnorodnych produktów , poddanych suszeniu
wspieranie uczniów podczas samorozwoju, poprzez współpracę z
przedsiębiorcami rynku lokalnego
podejmowanie działań przyczyniających się do podniesienia jakości
pracy szkoły przez uczniów
motywowanie uczniów do podejmowania własnych decyzji i
kreatywnego myślenia
planowanie i organizacja pracy podczas przygotowywania surowców
dbanie o ład i porządek na stanowisku pracy
kształtowanie umiejętności czytania ze zrozumieniem receptur

gastronomicznych
kształtowanie pracy w zespole
poszerzenie wiedzy na temat suszenia, przechowywania i
wykorzystywania suszonej żywności
poszerzenie wiedzy na temat żywienia dietetycznego z wykorzystaniem
suszonych produktów

4. Treść innowacji.

Innowacja " Suszonki z gastronomika" jest poświęcona zdobywaniu nowych umiejętności kulinarnych , zdobywaniu nowego doświadczenia oraz ma zwiększyć świadomość żywieniową nie tylko uczniów biorących w niej udział , ale również pozostałej społeczności szkolnej.

Innowacja jest skierowana do uczniów Zespołu Szkół Gastronomiczno-Hotelarskich.

Jest dokumentem otwartym, może ulegać modyfikacjom, wraz ze zmieniającą się rzeczywistością pracy szkoły.

Idea innowacji zakłada cykliczną jej realizację podczas zajęć lekcyjnych , jak i pozalekcyjnych, zajęć praktycznych i akcji szkolnych. Ma zachęcić młodzież do kreatywności , szczególnie jeżeli chodzi o praktyczne zastosowanie suszonej żywności, poszukiwaniu nowych przepisów i receptur, zdobywania nowej wiedzy teoretycznej i praktycznej.

5. Założenia organizacyjne.

Innowacja ta zakłada cykl zajęć praktycznych, dla uczniów Zespołu Szkół Gastronomiczno- Hotelarskich. Zajęcia te będą polegały przede wszystkim na:

zdobyciu i doskonaleniu nabytych umiejętności obróbki wstępnej
poszerzeniu wiedzy na temat metod i technik suszenia
zapoznaniu się z pracą dehydratora
poszukiwaniu i zastosowaniu praktycznym informacji na temat
produktów, które można poddać procesowi suszenia
dobieraniu dodatków do suszonej żywności
sporządzaniu dań z wykorzystaniem wcześniej wysuszonych surowców
dobieraniu odpowiednich parametrów suszenia
zapoznanie się z ideą diety raw food (living food), opartej w głównej
mierze na suszonej żywności

Innowacja ma przede wszystkim wpłynąć na podniesienie kwalifikacji zawodowych uczniów i zdobycie nowych doświadczeń i umiejętności. Podejmowane działania wykonywane będą w przyjaznej atmosferze, która spowoduje pozytywne nastawienie młodzieży do zajęć, oraz zainteresuje prezentowanymi treściami.

6. Metody i formy pracy.

Podczas realizacji innowacji zostaną wykorzystane metody aktywizujące i praktycznego działania. Przede wszystkim będą to : pogadanki, obserwacje, pokazy praca w grupach, burza mózgów, oraz praca indywidualna.

Na zajęciach będą wykorzystane przede wszystkim takie urządzenia i sprzęty jak : dehydrator, mandolina, tace, ruszty, zgrzewarka próżniowa, blender, krajalnica, oraz surowce : warzywa , owoce, kwiaty, zioła, mięso, ryby.

7. Ewaluacja.

Ocena konsumencka przygotowanych "suszonek" wśród uczniów, nauczycieli i konsumentów szkoły.

Ankieta – test skierowany do uczniów uczestniczących w innowacji pedagogicznej.

8. Przewidywane osiągnięcia.

- nabycie nowych umiejętności kulinarnych dotyczących procesu suszenia żywności i wykorzystywania innych funkcji dehydratora
- utrwalenie umiejętności przeprowadzania obróbki wstępnej
- utrwalenie wiedzy na temat metod suszenia
- rozwinięcie chęci uczniów do samorozwoju zawodowego
- umiejętność pracy w grupie
- umiejętność podejmowania własnych decyzji
- umiejętność planowania pracy
- poczucie odpowiedzialności za siebie i koleżanki i kolegów z zespołu
- umiejętne korzystanie z różnych źródeł informacji
- umiejętność doboru surowca oraz parametrów procesu suszenia

9. Bibliografia.

www.gastro.pl

www.zdrowiebezlekow.pl

" Suszonki – zachowaj smak na dłużej" Teresa Marrone, Wydawnictwo Zwierciadło, 2019 r.

" Tajniki suszenia żywności " Michelle Keogh, Karielyn Tillman, Wydawnictwo Galaktyka , 2016 r.

