DZIENNIK ZACHODNI junior

GASTROMANIAK

Zespół Szkół Ekonomiczno-Usługowych
ul. Św. Józefa 30
44-217, Rybnik

Numer 3 10/15

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU POLSKA PRESS GRUPA

PARTNER Fundacja Orange

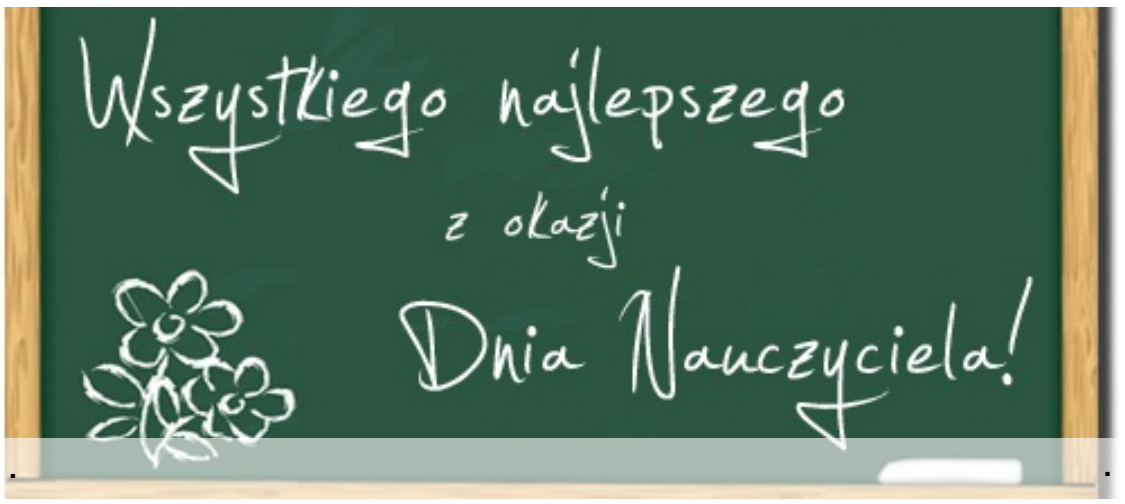
„Wykształcenie to dobro,
którego nic nie jest w stanie nas pozbawić."

W podziękowaniu za trudną pracę
i wskazanie właściwej drogi
życzymy dużo wytrwałości, sukcesów zawodowych
jak również uśmiechu każdego dnia.

Redakcja „Gastromaniaka"

IV Rajd Kucharza już za nami !!!

Uczestnicy rajdu :) *relacja na str. 2*



Kwiaty dla naszych nauczycieli !

Witamy nowych "gastromaniaków" !

Nikol, Ada, Dorota, Karolcia i Beata

Każdy nowy rok szkolny niesie za sobą różne zmiany.Dlatego i w naszej redakcji się one pojawiły . Z prawdziwą radością powitaliśmy nowych członków naszej ekipy : **Nicolę Jankowiak, Beatę Kuźnik oraz Adę Szułę z klasy II TG.** Na pewno na brak pomysłów nie będziemy mogli narzekać. ;). **Zachęcamy wszystkich do lektury naszej gazetki !**

Relacja z "IV Rajdu Kucharza" !

Wspólne pieczenie kiełbasek .

9 października 2015 roku odbył się **"IV Rajd Kucharza"**. Miejscem docelowym był Równica. Klasy 3 TK oraz 2 TG wyruszyły na swoja wyprawę od miasta Brenna, natomiast klasy 2 TŻ oraz 3 TG zdobyły szczyt od strony Ustronia. Pogoda nas nie rozpieszczała, na szlaku mżył lekki deszczyk a na szczycie zastała nas mgła. Na miejscu spożyliśmy posiłek w postaci pieczonej kiełbasy lub oscypków z żurawiną. Klasy miały za zadanie m.in. wymyślić i napisać na prześcieradłach hasło obrazujące ich klasę, a także ułożyć kompozycję leśną z tego co zebrali po drodze. Na koniec każdy otrzymał medal uczestnictwa w rajdzie.

Zapraszamy na fotorelację !

I do zobaczenia za rok !!!

Wisi już logo szkoły ! .

... dobry humor to podstawa ...

Medale dla uczestników rajdu .

Jesienny bukiet 3 TG .

Do zobaczenia za rok !

Dobry humor towarzyszył też nauczycielom .

Zadowolona 2 TG .

Hasło klasy 2 TŻ .

Szczęśliwa 3 TK .

"O nowym projekcie edukacyjnym"... - rozmowa z Panią Ewą Molendą-Fajkis

Postanowiliśmy dowiedzieć się o nim czegoś więcej i udaliśmy się do Pani profesor Ewy Molendy-Fajkis , czyli jednej z osób odpowiedzialnych za jego powstanie.

Pani profesor, proszę nam powiedzieć jak powstał pomysł tego projektu?

Pomysł zrodził się po rozmowie z Panią Lewandowską i Panią Solis, które zapytały mnie czy nasza szkolna telewizja ZEUS.TV podjąłby się produkcji paru filmików kulinarnych. Oczywiście od razu byłam na "tak". Po jakimś czasie, uznałyśmy z Panią Lewandowską, aby na tym właśnie oprzeć nasz nowy projekt europejski. Projekt wymagał wsparcia merytorycznego, dlatego zwróciłyśmy się o pomoc do pani Solis, która miała bardzo dużo pomysłów. Spotkałyśmy się i omówiłyśmy strategie. Tak powstał pierwszy, jeszcze dość ogólny zarys projektu.

Czy trudno jest napisać taki projekt?

Na pewno wymaga dużego doświadczenia w tym zakresie, dlatego bardzo cenne okazały się też umiejętności Pani Lewandowskiej związane z realizacją wcześniejszych projektów. W trakcie pisania projekt cały czas ewoluował, a było to uwarunkowane tzw. priorytetami Unii Europejskiej na lata 2014-2020, a także pomysłami jakie pojawiały się podczas długich wieczorów, spędzonych na jego pisaniu. Dodatkowym elementem naszej twórczej pracy było zjadanie przepysznych sałatek. Właśnie tak powstał nasz projekt w ostatecznej formie.

Weź udział w projekcie !

Kto jest jego głównym pomysłodawcą?

Rozpoczęła go Pani Lewandowska, a później dołączyłam ja i zaczęłyśmy wspólnie go pisać.

Na czym konkretnie będzie on polegał?

Projekt ma na celu wyposażyć zaangażowanych w nim uczniów w umiejętności i wiedzę na temat tego jak założyć własną firmę, a konkretnie restaurację lub punkt gastronomiczny. Wirtualna restauracja lub punkt gastronomiczny ma być rezultatem końcowym projektu. Projekt trwa 2 lata i w tym czasie będziemy podejmować różne działania, które mają doprowadzić do tego celu. Innymi wytworami pracy uczniów w projekcie, a zarazem środkami do celu, będą filmiki kulinarne, książka kucharska i mini przewodnik dla przedsiębiorcy. Współpracujemy ze szkołami z Włoch, Łotwy, Portugalii i Turcji, więc materiałów do wzajemnej wymiany będzie pod dostatkiem.

Bardzo dziękujemy za rozmowę.
Ja również dziękuję. Myślę, że dla nas wszystkich będzie to bardzo ciekawe doświadczenie.

Z Panią profesor rozmawiały:
Beata Kuźnik i Nikol Jankowiak z klasy II TG

Kronikę kulturalną wyszperała:

Karolina Mordak z klasy II TŻ

Karolina .

Plakat z filmu www.filmweb.pl

1 września 2015 *roku ruszył nowy projekt w ramach programu Erasmus Plus w sektorze Edukacja Szkolna - Partnerstwa Strategiczne. Tytuł projektu: "Laying European Table". W projekcie uczestniczą szkoły z Polski (ZSE-U), Turcji, Łotwy, Portugalii i Włoch. Koordynatorem jest szkoła z Samsunu (Turcja). Projekt będzie trwał 2 lata (do 2017 roku)i jego końcowym produktem będzie wirtualne przedsiębiorstwo gastronomiczne (restauracja, bistro). W czasie spotkań w krajach partnerskich uczniowie będą wymieniali doświadczenia i pokazywali dotychczas wytworzone produkty.* ***Ten projekt jest współfinansowany w ramach programu Unii Europejskiej Erasmus+.***

Nikol .

Beata .

Kronika kulturalna

Rozpoczęły się już Rybnickie Dni Literatury. Potrwają do 7 do 21 października. W tym czasie odbędzie się wiele ciekawych spotkań autorskich i imprez towarzyszących m.in. spotkanie autorskie ze Sławomirem Koprem, Marcinem Przewoźniakiem, Jackiem Komudą, Grzegorzem Witkowskim oraz Jackiem Cyganem.

Pod koniec października, a dokładniej 23.10.2015 w kinach pojawi się nowy film pt. **„Ugotowany"**, który opowiada o szefie kuchni, który w młodym wieku zyskał rozgłos jako guru paryskich restauratorów. Nie udźwignął jednak ciężaru sławy, zniknął z pierwszych stron gazet i rozpłynął się w powietrzu. Teraz, wolny od wszelkich uzależnień, próbuje swoich sił w sercu kulinarnego Londynu. Gromadzi doborową załogę, by stworzyć najlepszą restaurację na świecie. Próbuje zdobyć trzecią gwiazdkę Michelin.

Dieta ...
utkana darami jesieni ...

"Chłodne, jesienne wieczory sprzyjają tyciu, dlatego jesienią i zimą często nabieramy ciała, a spodnie kupione latem szybką robią się ciasne. Ale co zrobić kiedy w jesienne, szare i chłodne wieczory mamy ochotę na coś słodkiego i niekoniecznie zdrowego...?! Zaproponuję Wam „dary jesieni", którymi możemy w październiku i listopadzie zajadać się i nie przejmować, że przybędzie nam centymetrów w pasie. Są to smaczne desery z jesiennych owoców. Wszystkie dostarczają nie więcej niż 150 – 180 kcal, a z powodzeniem zastąpią niezdrowe, kaloryczne słodycze i przekąski, które tak lubimy podjadać w wieczorne, jesienne dni."

Poleca Pani profesor Joanna Skwara

4 Desery z owoców jesieni (przepisy na 4 porcje, po ok. 180 kcal)

Śliwki pomarańczowe z jogurtem
Składniki: 300 g śliwek węgierek, 250 ml soku pomarańczowego, szczypta cynamon i imbiru, 4 łyżki jogurtu naturalnego, łyżka miodu płynnego
Sposób wykonania: Jogurt wymieszać z cynamonem i imbirem, wstawić do lodówki. Umyte, pokrojone i wypestkowane śliwki zalej sokiem pomarańczowym, gotować na małym ogniu przez 3-5minuty, aby nie rozgotować śliwek, przełożyć do kompotierek, podawać z mocno schłodzonym jogurtem.

Gruszki z rodzynkami
Składniki: 4 gruszki, 50 gram rodzynek, szczypta mielonych przypraw: gałki muszkatołowej, goździków, cynamonu, 300 ml soku pomarańczowego, 2 płaskie łyzki cukru – najlepiej brązowego
Sposób wykonania: Połówki obranych, wydrążonych z gniazd nasiennych gruszek włożyć do rondla, zalać sokiem pomarańczowym, wsypać cukier, rodzynki i przyprawy. Podgrzewać na małym rondlu cały czas wstrząsając i mieszają. Trzymać rondel na ogniu tak długo, aż gruszki będą ugotowane, ale jędrne. Łyżką cedzakową wyjmować gruszki ze syropu, przełożyć do salaterek i polewać syropem po ugotowaniu owoców.

Warzywa i owoce października

borówka, owoc czarnego bzu, cukinia, winogrona, burak ćwikłowy, aronia, głóg, gruszka, pigwa, śliwka węgierka, brokuł, brukselka, żurawina, , czosnek, dynia, cebula, jarmuż, kalafior, kalarepa, karczoch, pasternak, patison, liść cykorii, czarna rzepa, kapusta biała, czerwona, pekińska, orzechy włoskie

Suflet ze śliwek

Składniki:300 g śliwek(bez pestek), 50 g cukru, 2 białka jajka dobrze schłodzone, łyżka masła.
Sposób wykonania: 4 foremki żaroodporne wysmarować masłem. Śliwki udusić w małej ilości wody, aż będą miękkie. Schłodzone białka jajka ubić na sztywną pianę, dodając cukier. Delikatnie wymieszać ze śliwkami. Przełożyć do foremek Wstawić do piekarnika nagrzanego do 180-200°C na 10-15 minut, aż suflet wyrośnie. Podawać prosto z pieca, bo stygnący suflet opada.

SMACZNEGO !

Jabłka pieczone z musli i jeżynami
Składniki:4 duże jabłka, 100 g jeżyn lub borówek amerykańskich, 50 g musli, łyżka roztopionego masła, łyżka brązowego lub białego cukru, olej słonecznikowy
Sposób wykonania: Naczynie żaroodporne wysmaruj małą ilością oleju. Piekarnik nagrzej do 160°C. Jabłka pokrój, usuwając gniazda nasienne, wydrążone połówki posmaruj w środku odrobiną oleju. Wymieszać jeżyny, musli, masło i cukier. Przygotowaną mieszanką napełniać wydrążone połówki jabłek. Ułożyć w naczyniu żaroodpornym. Wstawić do rozgrzanego piekarnika, piec przez 45 min. Podawać na gorąco.

Kącik z HUMOREM