

Pomimo mroźnej aury gorąco
zapraszamy do lektury
walentynkowego wydania
"Dwójki od Kuchni"!!!

W numerze przeczytacie o czekoladzie, która na pewno poprawi Wam nastrój, a pikantna kuchnia meksykańska sprawi, że zapomnicie o zimie.



W bieżącym
numerze:

* Wieści ze szkoły "od
kuchni" - str.2

* Walentynkowa
magia belgijskich
czekoladek - str.3

* Podróże kulinarne...
Meksyk - str. 4

* Najdziwaczniejsze
potrawy świata - str.5

* Wanilia - str.6

* Rośliny lecznicze
w zimowej apteczce -
str. 7

* Opakowania
inteligentne - str.8

* Gastronomiczne ABC -
str. 9

* Na wesoło - str. 10

Drugi numer "Dwójki od
Kuchni" przygotowali:
Patrycja Pogoda, Natalia
Krypczyk, Edyta Gorażdża z
kl.3CT, Marianna Przybylska
i Robert Martynowski
z kl. 1DT z pomocą
mgr inż. Emilii Antończyk.

**"Nie ma bardziej
szczerzej miłości niż
miłość do jedzenia."**

George Bernard Shaw



Wieści z życia szkoły "od kuchni"

Sukces uczennicy naszej szkoły w konkursie odbywającym się w ramach Małej Akademii Mistrzostwa Zawodowego !!!

Warsztaty organizowane były przy współpracy z firmą Dossche Mills, przy wsparciu firmy Savpol. Uczestnicy Akademii zostali zaznajomieni z nowymi surowcami i mieli możliwość

przećwiczenia technik produkcji ciasta półfrancuskiego. Konkurs

zamykający warsztaty odbył się w ZS nr 1 w Żorach. Uczniowie pod okiem komisji, wykonali serię ciastek własnego pomysłu. Jednym z zadań konkursowych było przygotowanie dekoracyjnej wystawki. Uczestnicy prześcigali się w pomysłach, jednak na jurorach największe wrażenie zrobiła przestrzenna instalacja przedstawiająca zawieszoną na



drzewie słodkie gniazdo pszczoł, wykonane przez uczennicę naszej szkoły - **Marzenę Kajzerek z klasy 3DT**. Uczestnicy po zaliczeniu wszystkich etapów warsztatów otrzymali certyfikaty



poświadczające nabycie kwalifikacji w ramach zadania zawodowego: produkcja wyrobów z ciast półfrancuskich i francuskich. Serdecznie gratulujemy !!!

KONKURS WALENTYNKOWY

14-ego lutego zapraszamy na walentynkowy konkurs gastronomiczny. To już trzecia edycja cieszącego się bardzo dużą popularnością konkursu.



W tym roku nowe wyzwanie dla drużyn dwuosobowych - przygotowanie pysznego i atrakcyjnego dla oka miłosnego deseru. Trzymamy kciuki!!!

MOTYW PRZEWODNI DESERY

Walentynkowa magia belgijskich czekoladek

Walentynki to czas okazywania swojej sympatii zainteresowania, oraz dawania podarunków osobą, które skradły nasze serca. Aby święto zakochanych w pełni nabrało smaku zgodnie z staropolskim przysłowiem "przez żołądek do serca" proponujemy belgijskie czekoladki.

Belgijska Czekolada

Belgia słynie nie tylko z piwowarstwa, ale także z wyrobów czekoladowych. Czekolada ta jest słynna na całym świecie i uważana za najwykwintniejsza. Renomę tą zawdzięcza długoletniej tradycji tworzenia czekolady w Chokolateriach.



Czy wiesz,
że ...

* Po tym jaką czekoladę lubisz można stwierdzić jakim jesteś typem osobowości. Podobno mleczną wolą

romantycy, gorzką koneserzy, białą niezdecydowani, z nadzieniem kawowym niecierpliwi,

z nadzieniem toffi osoby zmysłowe, a z pomarańczowym osoby odpowiedzialne.
* Rekord Guinnessa - największa tabliczka



czekolady ma wymiary 5600mm x 2750mm x 250mm i waży 4410 kg.



Więcej na temat czekolady, czekoladowych specjałów, a także konkursu walentynkowego znajdziesz w numerze specjalnym "Dwójki od Kuchni" wydanym w drugiej połowie lutego. Zdjęcia - wystawy sklepowe w Brukseli (zbiory własne).

Podróże kulinarne... Meksyk !

Kuchnia meksykańska to jedna z najbardziej charakterystycznych światowych kuchni, która od 2010 została wciągnięta na listę Światowego Dziedzictwa Kulturowego. Potrawy przesiąknięte papryką chilli i wszechobecny ostry smak, zamknięty w tortilli, buritto czy taco. Iście pikantne urozmaicenie naszego menu. Meksyk dzieli się na trzy regiony: Meksyk Północny, Meksyk Centralny, Meksyk Południowy, które mają swoje własne smaki.

Menu w Meksyku:

Meksyk to kraj wielu kultur, prawdziwa mieszanka języków, obyczajów i smaków. Są jednak elementy, które jednoczą kulinarnie cały kraj: to kukurydza, fasola, chili i pomidory. Kuchnia meksykańska to wielka różnorodność przypraw, smaków i aromatów, kojarząca się ze słońcem i intensywnymi kolorami. Spotykają się w niej wpływy indiańskie, europejskie, a także Majów lub Azteków. Wiele składników wywodzących się z kuchni tych dwóch ostatnich jest dość



zaskakujących, a dla niektórych wręcz odpychających. Wystarczy wymienić mrówcze jaja, pająki, pasikoniki oraz inne insekty, by wielu smakoszom zrobiło się niedobrze. Słynne, meksykańskie sosy to niezastąpione guacamole, czyli pasta z awokado, którą dodaje



Tequila

Słynny meksykański trunk, meksykańska wódka, produkowana ze sfermentowanego soku specjalnego gatunku tzw. niebieskiej agawy (Agave tequilana). Jest tam znana od czasów Azteków. Nazwa pochodzi od okręgu w Meksyku, w którym rozpoczęto jej produkcję.

się m.in. do tortilli, oraz salsa mexicana, przyrządzana z soczystych, słodkich pomidorów z dodatkiem ostrego chilli.

składniki:

Salsa mexicana:

sposób przyrządzenia:

- * pomidor 2 szt
- * czerwona cebula 1 szt
- * papryczka chilli 1 szt
- * sok z limonki 1 łyżeczka
- * sól do smaku
- * pieprz do smaku
- * cukier 1/2 łyżeczki
- * czosnek 1 ząbek



Pomidora kroimy na drobne kawałki, paprykę i czosnek, bardzo drobno siekamy. Dodajemy cukier i sok z limonki. Doprawiamy solą i pieprzem. Schładzamy w lodówce.

Najdziwaczniejsze potrawy świata

"Herbata po tybetańsku jest podawana z solą i masłem. Masło z mleka jaka pachnie osobliwie. Jak dzikie, zatłuszczone futro poszarpane przez wiatr. I smakuje podobnie..." to fragment książki "Blondynka w Tybecie" Beaty Pawlikowskiej. Wybierzmy się w podróż z autorką, by zasmakować najdziwaczniejsze potrawy świata!

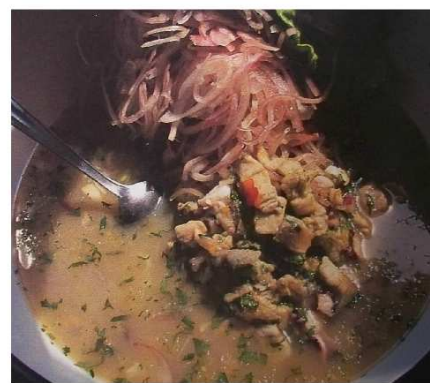
Na zdjęciach herbata po tybetańsku oraz herbata z dodatkiem mąki z prażonego jęczmienia



"ZWARIOWANY PODWIECZOREK" - fragment z książki "Blondynka śpiewa w Ukajali":

"Nad brzegiem Ukajali stał mały kramik przykryty dachem z niebieskiej plastikowej folii. Co jest do jedzenia? Kurczak pieczony, ryż oraz motelo. MOTELO brzmi jak motyl. Proszę, żeby mi pokazała. Kucharka wyciąga z garnka małą nóżkę, która wygląda jak tysiącrotnie pomniejszona noga słonia. MOTELO

znaczy żółw. Nakłada mi na talerz makaron, ryż, gotowane ziemniaki z marchwką, sałatkę z suowej cebuli i garsć czarnej fasoli. I łapkę żółwia. Dobre. Ciemnobrązowe mięso, bardzo lepkie, w smaku przypominające kurcze.



Na zdjęciu powyżej - peruwiańskie CEVICHE - kawałki świeżej, surowej ryby, przez parę godzin marynowanej w soku z limonków, a następnie doprawionej i podanej.

Łapkę należy obgryźć ze skóry, wyciamkać odrobinę mięsa, a potem wyssać kostki. Zrobiłam tylko to drugie...."

Zdjęcia i cytaty pochodzą z książek podróżniczych

"Ciemna i okrutna strona Amazonii - tubylcy podpiekają żywe żółwie, by przypiekła się zewnętrzna warstwa mięsa, tylko wtedy można ją oddzielić od skorupy..."



Beaty Pawlikowskiej, wydanych przez National Geographic, do których lektury zachęcamy, nie tylko w poszukiwaniu odmiennych smaków. Podróże kształcą!

Wanilia

Przez długi okres czasu była nieznana w Europie. Delektowano się nią na dworze króla Azteków w Meksyku. Dopiero w 1528 roku konkwistador Hernan Cortez przywiózł pierwsze laski wanilii do Hiszpanii, po tym jak poznał smak niezwykłego napoju nazywanym przez Azteków "Tlilxochitl" jakim była czekolada z dodatkiem wanilii.

Nazwa wanilii pochodzi od hiszpańskiego słowa vainill, co znaczy "mały strączek".

Wanilia to pnącza z rodziny storczyko - watach. Zielone strąki zanurza się w gorącej wodzie, zawija w płótno i wystawia na słońce, po czym wkłada się je do szczelnie zamkniętych drewnianych skrzyń, gdzie trwa proces enzymatyczny, dzięki któremu uwalnia się charakterystyczny zapach i smak. Po wysuszeniu powstaje czarna, aromatyczna laska wanilii używana jako przyprawa. Uprawa wanilii była



możliwa jedynie w Meksyku, gdyż tylko tam żyły owady na tyle małe, by mogły zapylić kwiaty wanilii. Dopiero od XIX w, kiedy to wynaleziono metodę sztucznego zapylania kwiatów, możliwa stała się uprawa wanilii w innych



regionach.

Zastosowanie - ciasta, lody, desery, coraz częściej jest łączona z daniami mięsnymi lub jako dodatek do sosów.

Przepis na... cukier waniliowy Laskę wanilii przeciąć wzdłuż, zeszkrobać nasionka, wymieszać z 2 szklankami

cukru. Pustą laskę wanilii przeciąć na 3 części, również zmieszać z cukrem. Zamknąć pojemnik i wstrząsnąć. Cukier jest gotowy do użycia po 1 - 2 tygodniach.



Działanie prozdrowotne

Olejek waniliowy zapobiega wysuszeniu się skóry. Wanilia ma także działanie przeciwgorączkowe, a nalewka waniliowa wzmacnia mięsień sercowy

Rośliny lecznicze w zimowej apteczce

Szałwia lekarska - do celów leczniczych wykorzystuje się liście szalwii, które wykazują działanie antyseptyczne i przeciwzapalne. Szałwia likwiduje chorobotwórcze bakterie i grzyby. Jest bardzo pomocna w leczeniu anginy i w stanach zapalnych zatok. Ułatwia swobodniejsze oddychanie w czasie silnych infekcji. Olejek szalwiowy stosuje się w kąpielach rozgrzewających. W przypadku bólu gardła zaleca się picie mleka z szalwią.

Cebula jadalna -

jest antybiotykiem, zawierającym związki siarki, o działaniu

antyseptycznym. Leczy przeziębienie, grypę, kaszel, katar, likwiduje stan zapalny gardła i jamy ustnej. Syrop z cebuli zapobiega drożdżycy gardła, co jest zwykle następstwem stosowania syntetycznych antybiotyków.



Burak ćwikłowy

- z korzeni tego warzywa (z dodatkiem miodu lub cukru) nasze prababce robiły syropy przeciwkaszlowe i uodparniające organizm na infekcje,



Jeżówka purpurowa

stymuluje system odpornościowy organizmu, pobudza leukocyty do wytwarzania naturalnej substancji wirusobójczej - interferonu.



Wykrztuśny syrop z buraka

- * duży korzeń buraka
- * cukier

Buraka wydrążamy w środku, nasypujemy do pełna cukru i umieszczamy na krótku w piekarniku. Wewnątrz buraka zbierze się gęsty rubinowy syrop, który przynosi natychmiastową ulgę w męczącym, suchym kaszlu ze skąpą wydzieliną. Likwiduje "drapanie" w gardle, leczy chrypkę z przejściową utratą głosu. Działa też wzmacniająco.

Więcej informacji znajdziesz w książce Z.T. Nowaka - "Domowe uzdrowisko."

Mleko z szalwią na chrypkę

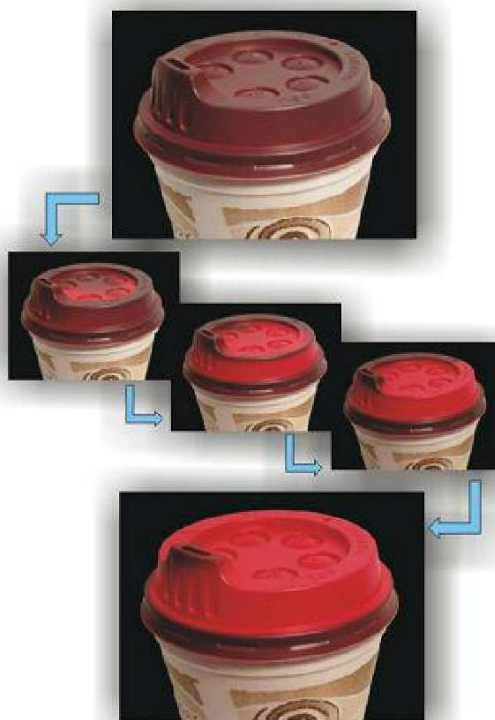
* 1 łyżeczka liści szalwii lekarskiej
* 1 szklanka mleka
Liście szalwii lekarskiej zalać szklanką wrzącego mleka, parzyć pod przykryciem 10-15 minut. Po odcedzeniu pijemy małymi łykami jeszcze ciepły lek, kiedy czujemy, że zagrażają nam infekcje gardła, chrypka.

Co to są opakowania inteligentne ?

Opakowania inteligentne są to opakowania monitorujące wewnętrzne i/lub zewnętrzne otoczenie produktu. Dzięki tego typu opakowaniom możemy dokładnie określić zmiany jakości produktu w czasie przechowywania.

Wśród opakowań inteligentnych wyróżniamy:

zaopatrzone w czujniki temperatury, opakowania monitorujące zmiany zawartości tlenu lub CO₂ wewnątrz opakowania
opakowania zaopatrzone w czujniki wykrywające w przechowywanym produkcie zmiany biochemiczne spowodowane wzrostem mikroorganizmów



EggCognifex wprowadza na rynek oparte na opatentowanej technologii inteligentne opakowania w postaci świecących butelek. Oświetlone może być logo z nazwą napoju albo cała



Przykładowe opakowania:

Inteligentne wieczko na kubek do kawy (Innowacyjne wieczko dostarcza konsumentowi informację na temat temperatury napoju znajdującego się w kubku)

butelka od dołu. Aktywacja światła może następować po określonym czasie, albo wskutek różnych czynników np. po otwarciu butelki .

Eggologys OntheGo 100% Egg

Białko jaj bez żadnych dodatków, sprzedawane przez firmę Eggology w plastikowym kubku jest gotowe po: wstrząśnięciu,



Whites

odbezpieczeniu wieczka i podgrzaniu w mikrofalówce przez 95 sekund. Podczas gotowania białko zwiększa swoją objętość i podnosi wieczko.

Sprawdź czy wiesz, czyli gastronomiczne ABC...

Linner

Nazwa pochodzi z USA - powstała z połączenia słów "lunch" i "dinner", jest posiłkiem treściwym, kilkudaniowym, nawiązującym do amerykańskiej ciepłej kolacji, choć porcje są mniejsze, a menu przybiera najczęściej formę degustacyjną.

Salamander

urządzenie do smażenia beztłuszczowego i zapiekania.



zrodlo: sklepgastronomiczny.com

Wilk

maszyna służąca do rozdrabniania mięsa oraz ryb.

Pannacotta

oznacza "upieczona śmietana", jest prostym, a jednak wykwintnym włoskim deserem

Kapsaicyna

Składnik papryki odpowiadający za jej ostry smak. Najwięcej jest jej w papryczkach chilli

Pasteryzacja

Fizyczna metoda utrwalenia żywności zapoczątkowana przez Ludwika Pasteura polega ona na ogrzewaniu produktu do temperatury 70-100 st. C. Ma na celu przedłużenie trwałości produktów poprzez unieszkodliwienie form wegetatywnych mikroorganizmów.

Roszponka

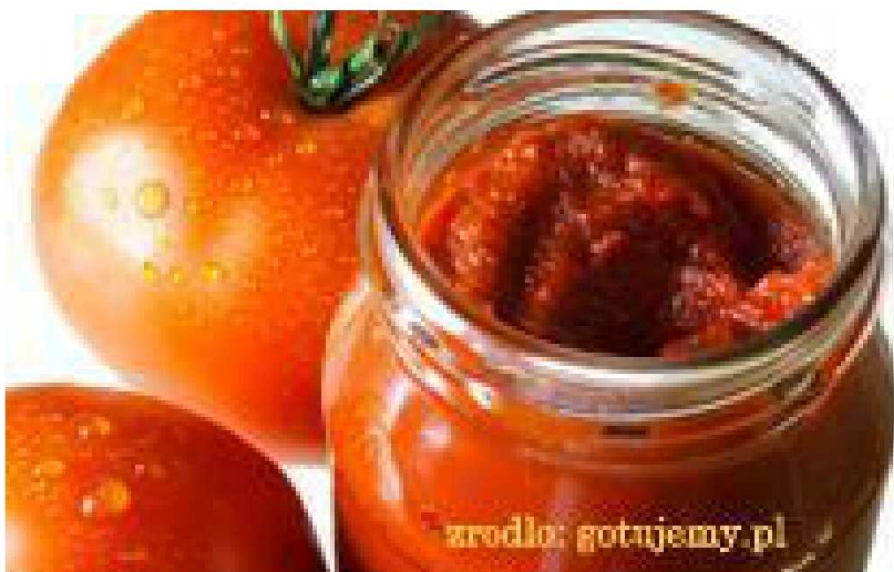
Jeden z rodzajów warzyw liściowych. Charakteryzuje się lekko orzechowym smakiem. Znakomita do sałat i zup.



zrodlo: spolem.hielako.pl

Likopen

czerwono - pomarańczowy barwnik z grupy karotenoidów występujący m.in. w pomidorach, posiadający silne właściwości antyrakowe. Lepiej jest wchłaniany w potrawach poddanych obróbce termicznej z dodatkiem tłuszczu, a więc sosach, zupach, ketchupach. Najwięcej likopenu znajduje się w skórce lub bezpośrednio pod nią.



zrodlo: gotujemy.pl

Na wesoło

Kelner tłumaczy się przed wściekłym gościem:
- Skoro zamówił pan stuletnie wino,
pomyślałem, że dwutygodniowy kotlet nie
sprawi panu różnicy.

"Gastro" Rekordy Guinnessa

Najdroższy hot dog na świecie

Ma 30 cm długości i
jest przyrządzony z
wołowiny pieczonej
na ruszcie w oliwie z
białych trufli (białe
trufle są jednymi z
najdroższych
grzybów) i bułki
sprowadzanej
specjalnie z
Niemiec. Wszystko



zapiekanę jest z masłem, również z białych
trufli. Hot doga serwuje się z plasterkami
pasztetu strasburskiego z kaczki,
musztardą Dijon z dodatkiem czarnych
trufli, prażoną cebulą i ręcznie robionym
ketchupem. Cena luksusowego hot doga -
69 dolarów.

A w marcu:

Bądź fit -
przygotuj się
do przywitania
wiosny

podróże kulinarne

Co to są
cynamonowe
ptaki?

gastronomiczne ABC

Owoce
od pestki



Rekord w smażeniu frytek

53-letni Chris Verschueren z Belgii ustanowił rekord w smażeniu frytek. Od piątku rano do poniedziałku wieczorem Chris przez 83 godziny usmażył 1500 kilogramów ziemniaków. Robił sobie 100-minutowe przerwy po każdych 20 godzinach pracy. "Moje palce są poparzone, moje stopy są pocięte, a mój nadgarstek strasznie boli" tak skarżył się rekordzista. * (Informacje i zdjęcia: rekordyguinnessa.pl)

Dla osób czytających
uważnie - **KONKURS** -
sprawdź czy wiesz:

- 1) Co oznacza słowo wanilia?
- 2) Ile ważyła najcięższa tabliczka czekolady?
- 3) Jakie właściwości ma syrop z buraka?

Odpowiedzi wyślij na adres infogazetka@gmail.com lub przekaż do redakcji gazetki w szkole - pani Antończyk - sala 4A oraz 7A . Nagroda niespodzianka czeka!!!