

TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

Položte na stůl tyto věci: sáček krup, jablko, cibuli, bramboru a pytlík hrachu.

Nechte seniora, aby se na věci chvíli díval, a nahlas je pojmenujte. Pak je zakryjte utěrkou a zkuste ho nechat vzpomenout si na všechny potraviny. Můžete vyjmenovávat i společně.

Poslouchejte krátký příběh. Pak odpovězte na dvě otázky.

„V pátek jsme uvařili zelnou polévku bez masa. Do hrnce šlo zelí, kmín a brambory. Vonělo to po kuchyni.“

Co jsme vařili? Co bylo v hrnci?

„Babička dělala hrachovou kaši a navrch dala osmaženou cibulku.“

Co babička vařila? Co bylo navrch?

„Na plotně bublala fazolová polévka. Dali jsme do ní bobkový list.“

Jaká polévka to byla? Co jsme do ní přidali?

„K večeři byly kroupy se zelím. Každý dostal jednu misku.“

Co bylo k večeři? V čem jsme to jedli?

„V neděli jsme upekli žemlovku s jablky. Posypali jsme ji skořicí.“

Co jsme pekli? Čím jsme posypali vrch?

Doplňte slovo, které k sobě nerozlučně patří. Může být více správných odpovědí.

Hrách a ... , Čočka a ..., Brambory a ..., Jablka a ..., Chléb a ..., Povidla a ...

Řekněte slovo s opačným významem:

Horká kaše – ..., Plný talíř – ..., Sladké jablko – ..., Těžké jídlo – ..., Starý chléb – ...

Odpovězte na tyto otázky.

Jaký je dnes den v týdnu?

Jaké je roční období?

Jaké měsíce jsou postními měsíci?

Který den v týdnu si lidé často dávali bezmasé jídlo?

Co následuje po zimě?

Doplňte jedno chybějící slovo, aby věta dávala smysl.

Do zelí často dáváme

Hrachová se jí lžící.

Fazole nejdřív do měkka.

Žemlovka je sladké

Bramboráky jsou z

Postní jídla - kvíz

Postní doba trvala čtyřicet dní před Velikonocemi a vedla ke skromnosti. Lidé často jedli méně masa a vařili z toho, co měli doma. Často se vařilo zelí a k němu brambory nebo kroupy. Hodně se používal hrách, fazole a čočka, protože zasytí. Bývaly i jednoduché polévky a bramborové placky. Do postních jídel patřila také sladká jídla, třeba žemlovka s jablky. Dělal se i jáhelné nebo rýžové nákypy a dovnitř se dávala povidla nebo kompotované ovoce.

Kvíz

Jak dlouho trvala postní doba před Velikonocemi?

- a) 7 dní
- b) 40 dní
- c) 12 dní

Co lidé v postu často jedli méně?

- a) masa
- b) chleba
- c) ovoce

Co se v textu zmiňuje spolu se zelím?

- a) brambory nebo kroupy
- b) ryby a rýže
- c) klobása a slanina

Které suroviny byly v postu časté, protože zasytí?

- a) hrách, fazole a čočka
- b) čokoláda a bonbony
- c) šunka a salám

Jaké sladké jídlo je v textu uvedené jako příklad?

- a) palačinky se šlehačkou
- b) žemlovka s jablky
- c) zmrzlina

Co se podle textu dávalo navrch na nákypy?

- a) povidla
- b) hořčice
- c) kečup



TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

TIPY NA VYUŽITÍ OBRÁZKOVÝCH KARTIČEK

BRAMBORY NA LOUPAČKU

- Kolik neoloupaných brambor vidíte v hrnci?
- Jakým nástrojem se brambory loupou?
- Co se pije k bramborám na loupačku na tomto obrázku?
- Čím se brambory ochutí?

BRAMBORY PEČENÉ V TROUBĚ

- Jak jsou brambory upravené na plechu?
- Jaký předmět leží na plotně?
- Co je na zemi vlevo vedle kamen?
- Jakou barvu mají kamna?

ČOČKA S VAJÍČKEM

- Na kolik kousků je rozkrojené vajíčko na talíři?
- Čím je čočka posypaná, aby lépe chutnala?
- Leží lžíce napravo, nebo nalevo od talíře?
- Jaké další luštěniny kromě čočky znáte?

ŽEMLOVKA S JABLKY

- V jaké nádobě je žemlovka?
- Jaké suroviny jsou v žemlovce navrstvené?
- Kolik celých jablek leží na lince?
- Co musíme udělat s troubou, než do ní dáme žemlovku péct?

NUDLE S MÁKEM

- Čím jsou nudle v míse ochucené?
- Kolik talířů na stole vidíte?
- Jakým příborem se budou nudle jíst?
- Co asi může být ta žlutá tekutina v malé misce?

PALAČINKY

- Na čem se smaží palačinky?
- Jakou barvu mají usmažené palačinky?
- Čím se mohou palačinky plnit?
- Znáte i slanou verzi palačinek?



TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

TIPY NA VYUŽITÍ OBRÁZKOVÝCH KARTIČEK

PŘÍPRAVA BRAMBORÁKŮ – POSTUP V OBRÁZCÍCH

LOUPÁNÍ BRAMBOR

- Kolik oloupaných brambor už plave v bílé míse?
- Co používá hospodyně k loupání brambor na tomto obrázku?
- Jakou barvu mají brambory předtím, než se oloupou?
- Je na obrázku více brambor v košíku, nebo v míse s vodou?

STROUHÁNÍ BRAMBOR

- Jaký předmět drží hospodyně v ruku, aby brambory zpracovala?
- Strouhá se brambora na hrubé, nebo na nejjemnější straně struhadla?
- Jakou barvu má velká mísa, ve které je struhadlo?
- Kolik stran má toto kovové struhadlo?

SLÉVÁNÍ VODY Z BRAMBOR

- Co se právě teď z mísy vylévá?
- Kam hospodyně vodu z brambor vylévá – do hrnce, nebo do dřezu?
- Proč je důležité se této vody zbavit, než začneme dělat těsto?
- Co vidíte v pozadí za dřezem, na okně?

PŘÍPRAVA BRAMBORÁKOVÉHO TĚSTA

- Kolik žloutků vidíte uprostřed mísy?
- Jaké přísady se do bramboráků přidávají?
- Čím budeme všechny tyto suroviny v míse míchat?
- Co je potřeba udělat se stroužky česneku, než se přidají do těsta?

ROZPÁLENÍ PÁNVE S TUKEM

- Na jakém tuku se budou bramboráky smažit?
- Jak poznáme, že je pánve už dostatečně horká?
- K čemu slouží kovový nástroj s plochým koncem vedle pánve?
- Kde je na obrázku utěrka?

SMAŽENÍ BRAMBORÁKŮ

- Kolik bramboráků se právě teď smaží na pánvi?
- Kolik hotových bramboráků už leží vedle na talíři?
- K čemu slouží savý ubrousek položený na talířku?
- Co byste si k hotovému bramboráku dali k pití – mléko, nebo pivo?
- Jak byste popsali vůni, která se teď šíří celou kuchyní?



TRÉNOVÁNÍ PAMĚTI

TIPY NA VYUŽITÍ OBRÁZKOVÝCH KARTIČEK

ČOČKA – PÍSMENA

- Podívejte se na tato písmena a nahlas je pojmenujte.
- Sestavte z nich slovo ČOČKA. Můžete si pomoci kartičkou se slovem.
- Které písmeno je ve slově dvakrát?
- Které písmeno je ve slově první?
- Které písmeno je ve slově poslední?
- Seřadte písmena podle pořadí v abecedě.
- Které písmeno je první a které poslední?
- Kolik písmen má slovo ČOČKA?
- Řekněte několik slov, která mají stejný počet písmen jako slovo ČOČKA.
- S jakým slovem nebo slovy se rýmuje slovo ČOČKA?
- Může mít slovo ČOČKA i jiný význam než jídlo?
- Zkuste na každé písmeno říct nějaké jídlo nebo koření.
- Čočka není jen hnědá. Vzpomenete si na další barvy, které může čočka mít?
- Vzpomenete si, s čím se čočka nejčastěji podávala v jídelnách? Byla to kyselá okurka, vejce nebo párek?
- S čím máte čočku nejraději vy?
- Která jídla můžete z čočky uvařit?
- S jakým kořením se čočka vaří?
- Co se musí s čočkou před vařením udělat?
- Jakou surovinu byste při vaření čočky neměli přidat, protože by se výrazně prodloužila doba, než čočka změkne?
- Který den se jí podle tradice čočka, aby byl dostatek peněz v rodině po celý rok?

PŘÍPRAVA BRAMBORÁKU – POSTUP VE VĚTÁCH

- Přečtete nahlas všechny věty na kartičkách.
- Jaké jídlo podle tohoto postupu asi připravíte?
- Seřadte kartičky za sebou tak, jak jdou jednotlivé kroky přípravy za sebou.
- Máte rádi bramborák?
- Kdo ho u vás připravoval?
- Kdo strouhal brambory?
- Přidávali jste do bramborákového těsta i nějakou uzeninu?
- Měli jste rádi bramborák hodně česnekový, nebo jen trochu?
- Na čem jste bramboráky smažili?
- Byl u vás bramborák tenký a křupavý, nebo spíš silnější a měkký?
- Jedli jste ho samotný, nebo k tomu něco?
- Dělal se u vás doma v týdnu, nebo spíš o víkendu?
- Znáte jiné názvy pro bramborák?
-





Č

K

O

A

Č

ČOČKA

**Slijeme z
nastrouhaných
brambor
přebytečnou
vodu.**

**Smažíme menší
placky z obou
stran dozlatova.**

**K nastrouhaným
bramborům
přidáme mouku,
česnek, vejce,
majoránku a sůl.**

**Oloupeme a
omyjeme syrové
brambory.**

**Brambory
nastrouháme
najemno.**

**Na pánvi
rozpálíme sádlo
nebo olej.**