

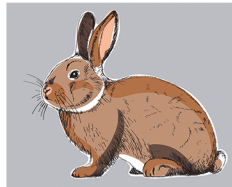
Karta pracy do lekcji „Moc gotowania wybranych produktów pochodzenia roślinnego i zwierzęcego”

Materiały dla ucznia

Zadanie 1. Rozwiąż rebus i odgadnij hasło.



N → M



Z → J



i



~~AŁ~~

~~LONY~~

+ MNIAKÓW

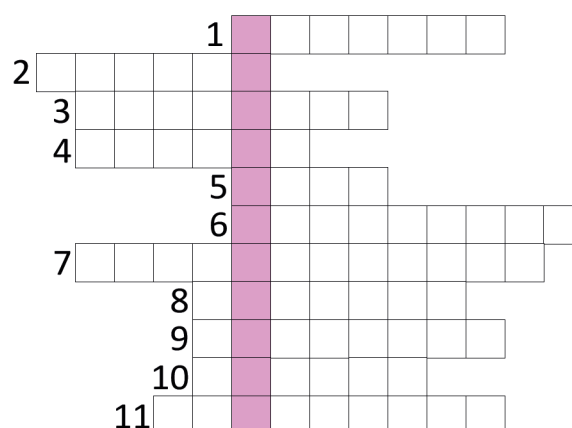
— — —

— — —

— — — — — — — — — —

Zadanie 2. Rozwiąż krzyżówkę i odgadnij hasło.

1. Aby przygotować jajo na miękko/twardo należy je we wrzącej wodzie od 7 do 10 minut.
2. Co zawiera większą ilość białka w jajku?
3. Składnik znajdujący się w jajku, który korzystnie wpływa na pamięć.
4. Ziemniaki do gotowania najlepiej jest kroić dłuższej osi.
5. Produkt spożywczy zawierający luteinę i zeaksantynę, które dobrze wpływają na wzrok.
6. Są częstym składnikiem drugiego dania i zawierają więcej witaminy C niż makaron
7. Magnez i potas zawarte w ziemniakach korzystnie wpływają na mięśnie oraz (2 wyrazy)
8. Do jakiej wody należy wkładać ziemniaki aby ograniczyć straty ich wartości odżywczej podczas gotowania?
9. Substancja powodująca zatrucie pokarmowe, która występuje w zzieleniałych ziemniakach.
10. Jakie jaja opadną na dno po umieszczeniu w zimnej wodzie?
11. Które ziemniaki zawierają antocyjany – naturalne barwniki o właściwościach przeciwutleniających?



Materiały dla nauczyciela

Zadanie 1. Rozwiązanie rebusa.

HASŁO: MOC JAJ I ZIEMNIAKÓW

Zadanie 2. Rozwiązanie krzyżówki.

HASŁO: GOTUJ ZDROWO

