منتدى تو عرب التعليمي
www.arabia2.com/vb

موقع توعرب التعليمي

www.arabia2.com/vb

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

غذائي

العجائن

المفاهيمُ الرئيسة

- العجائن.
- المواد الرافعة.
- الصَّاج.

العجائن من الأصناف المحببة التي يُفضلها كثيرٌ من الناس لتنوع طرائق إعدادها، وتُقدم عادة في الوجبات الخفيفة، كوجبة الإفطار أو

أنواع العجائن:

اليابسة (المفرودة)

البسكويت

الفطائر والكرواسون

الملساء

العجائن بمختلف أنواعها تحتوي على نسبة عالية من النشويات والسكريات لذا ينبغي الاعتدال في تناولها من الجميع بشكل عام ومرضى الضغط والسكر بشكل خاص.

المواد المكونة للعجائن:

أ الدقيق:

يُقصد به دقيق القمح وهو الأساس في عمل العجائن، ونحصل عليه بطحن حبوب القمح أو أنواع أخرى من الحبوب

..... اذكريها؟

نشاط (١)

لاحظي الدقيق في غرفة التربية الأسرية واستنتجي:

لونه: .....

مدة صلاحيته: .....

خلوه من الشوائب: .....

نشـاط (٢)

صنفي الدهون الآتية حسب مصدرها في المنظم التخطيطي الآتي:

زيت الزيتون، السمن، زيت جوز الهند، الزبدة، زيت الذرة، زيت السمسم.

مصدر حيواني	مصدر نباتي
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

د السكر:

نشاط (٣)

قدّمي أفكاراً إبداعية لإيجاد بدائل صحية تغني عن استخدام السكر في عمل العجائن؟

عند إضافة السكر لا بد من مراعاة الكمية المضافة حسب نوع السكر المستخدم (ناعم، سنترفيش)؛ حيث أن نسبة حلاوة المنتج تزداد أو تقل تبعًا لنوع السكر المضاف بالرغم من استخدام الكمية ذاتها.

هـ المواد الرافعة (الخميرة - البيكنج بودر):

الغرض من استخدامها إدخال كَمية من الغاز تعمل على رفع المنتج وزيادة حجمه ليصبح خفيفاً، وقد يدخل في العجينة واحد أو أكثر من المواد الرافعة الآتية:

أنواع المواد الرافعة

نشـاط (٤)

ماذا يحدث لو أضفتِ ملعقة صغيرة من مسحوق الخبز(البيكنج بودر) إلى نصف كوب من الماء الدافئ؟

دوني توقعاتك وما يحدث عند تنفيذك للتجربة عمليًا مستعينة بالمنظم التخطيطي الآتي:

ما أتوقع	ما يحدث
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

٧٥