

Проект

**«Роль специй
в приготовлении десертов
на примере песочного печенья»**

Выполнила:

Ученица 2 «А» класса

МБОУ «СОШ №18»

Андрианова Серафима

Новомосковск

2025 год

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

ФИО руководителя проекта: Гиззатуллина Венера Камилевна.

Место работы, должность: МБОУ «СОШ №18», учитель начальных классов.

ФИО учащегося: Андрианова Серафима Сергеевна.

Место учебы, класс: МБОУ «СОШ №18», 2 «А» класс.

Предметный раздел: окружающий мир, технология.

Межпредметные связи: социология, история, география, экономика, технология.

Уровень владения учениками проектной технологией: низкий.

Тема проекта: «Роль специй в приготовлении десертов на примере песочного печенья».

Вид проекта: исследовательский; социально-ориентированный проект: по окружающему миру, школьный; индивидуальный; среднесрочный по продолжительности.

Постановка проблемы: трудно представить, какой была бы сегодня кулинария без пряностей и приправ. Как написал В. Похлебкин в своей «Большой кулинарной энциклопедии»: «Пряности придают блюдам разнообразный аромат, а также жгучий, пряный или горький вкус, они одухотворяют пищу, но сами не являются ею». Но как же могли бы выглядеть привычные нам блюда, если человечество не познало бы секреты специй?! Песочное печенье – широко распространенный десерт. На его примере можно наглядно оценить роль специй в кулинарии в целом, и в выпечке - в частности.

Цель проекта: наглядно показать роль специй в кулинарии на примере песочного печенья.

Задачи проекта:

1. Дать определение термину «специи».
2. Охарактеризовать применяемые в проектном продукте специи.
3. Испечь несколько видов песочного печенья со специями и без.
4. Дать сравнительную характеристику готового продукта.
5. Подготовить фотоотчет и видео презентацию о проделанной работе.

Планируемый результат проекта: выполнение проектной работы по определению роли специй в приготовлении десертов на примере песочного печенья с 5 выбранными наиболее популярными специями.

Установка контактов с социумом: изучение истории возникновения специй и приготовление печенья с популярными разновидностями специй.

Проектный продукт: 5 видов песочного печенья со специями и 1 вид без специй; фотоотчет с пошаговым изготовлением 6 видов песочного печенья.

Практическая ценность продукта.

Собранная и структурированная информация о происхождении и специй и способах их употребления в кулинарии может быть использована на уроках окружающего мира для знакомства учеников с миром специй и расширения их кругозора.

Созданный в рамках реализации проекта проектный продукт может быть использован в качестве наглядного пособия на уроках технологии для демонстрации пошагового изготовления песочного печенья с вариативностью применения той или иной специй.

Методы и приемы работы учащегося:

- обзор исторической и гастрономической литературы и справочников;
- обобщение полученной информации;
- анализ собранной информации;
- конкретизация наиболее часто употребляемых в кулинарии специй;
- сравнительный анализ вкусовых качеств готового продукта;
- создание пошагового фото отчета;
- создание проектного продукта с его последующей презентацией.

Литература

В. Похлебкин. Пряности. Специи. Приправы. Юбилейное издание. - ХлебСоль, 2023. - 352 с.

Информационные источники

<https://kulturologia.ru/blogs/040221/48934/>

<https://school-science.ru>

<https://edimdoma.ru>.

<https://ru.wikipedia.org>.

<https://dzen.ru/a/Zmi37Mq04xMpkTTM>

Структура проекта

1. Что такое «специи»?
2. Популярные специи
 - 2.1. Ваниль
 - 2.2. Корица
 - 2.3. Имбирь
 - 2.4. Мускатный орех
 - 2.5. Кардамон
3. Песочное печенье
 - 3.1. Характеристика
 - 3.2. Практическая часть
4. Сравнительная характеристика готового продукта
5. Выводы
6. Фотоотчет

1. Что такое «специи»?

Первые упоминания о пряностях встречаются в источниках древних цивилизаций Востока: Китая, Индии и Египта. Они датируются историческим периодом около 3000 лет до нашей эры. Упоминание о полезных свойствах специй найдено в сочинениях Конфуция, а в других древних трактатах упоминается, что китайские придворные жевали сухие бутоны гвоздики перед аудиенцией у императора, освежая таким образом свое дыхание.

Согласно справочной литературе, пряности - различные части растений, обладающие специфическим, в той или иной мере устойчивым ароматом и вкусом, традиционно добавляемым в пищу в малых дозах, в основном, с целью улучшения вкусовых качеств продуктов, а также для предотвращения их быстрой порчи. Пряности способствуют пищеварению, поскольку усиливают выделение пищеварительных соков... (Википедия)

В Древней Греции пряности назывались *aromatiko* – «благовонные, ароматные травы». В Древнем Риме их знали как *salsu* – «едкие, острые, вкусные». Такое же значение имеет и латинское слово *scitamente* - название семейства пряных растений. Оно означает «лакомое, отборное, вкусное кушанье». Это относилось к пряным растениям тропиков, таким, как кардамон и имбирь. В средневековой поздней латыни есть слово *species* - нечто внушающее уважение, видное из себя, блестящее и красивое. Такое название связано уже не со свойствами пряностей, а скорее с той высокой оценкой, которую они получили в средние века в Европе.

Русское слово «пряность» происходит от слова «перец» - первой известной в России пряности («перяный» - наперченный - пряный - пряность). Кстати, то же происхождение имеет и слово *пряник* - в пряничном тесте используется 7-8 видов пряностей.

Сегодня в разных странах пряности называют по-разному, но многие названия - производные от позднелатинского *species* (*spezie*, *epice*, *spices*, *specezing* и т.п.).

Не стоит путать термины пряности и приправы. В узкокулинарном смысле это термины противоположные.

«Пряности, в отличие от приправ, лишь оттеняют общий вкус блюда, и обычно не употребляются отдельно. А приправы сами по себе являются составляющей блюда, и могут употребляться отдельно». (В. Похлебкин)

Думаю, это утверждение весьма условное, например, сельдерей - высушенный, идет как пряность, сырой - как приправа.

А слово «специи» в русском языке вообще обозначает набор наиболее распространенных и употребляемых пряностей и приправ, используемых в кулинарии.

2. Популярные специи

2.1. Ваниль

В это сложно поверить, но на самом деле ваниль — это многолетняя лиана. Именно её плоды так широко используются как изысканная пряность. Испанцы привезли эту специю из Мексики.

Впервые ваниль отведал Христофор Колумб в 1502 году на территории современного Никарагуа. Местный правитель угостил испанца шоколадным напитком, щедро сдобренным этой пряностью. Это считалось оказанием больших почестей. Этот жест стоил ацтекам весьма дорого. Испанцы потребовали уплаты ванильной дани. Это вкусовое новшество произвело настоящий фурор в Европе! Ваниль приобрела королевский статус и звание «божественного нектара». Вскоре она распространилась по всему миру.

2.2. Корица

Корица - вечнозеленое дерево семейства Лавровые и одноименная специя, получаемая из коры дерева. Пряность в кулинарии используется в виде порошка или кусочков коры, завернутых в трубочку. У корицы ароматный сладкий вкус с ноткой горечи. Ее добавляют к выпечке на этапе заготовки теста, а также посыпают готовые изделия. Корицу добавляют в кофе и чай. Во многих кухнях мира акцент делают на пряной горечи приправы и добавляют ее в мясные блюда, к курице, рыбе, в маринады и консервы. В России специя появилась в начале XVI века и её стали часто добавлять в квас, сбитень и морсы.

Корица обладает антисептическим, мочегонным, очистительным, противомикробным и стимулирующим свойствами. Нормализует работу желудка и кишечника, может послужить жаропонижающим, отхаркивающим и обезболивающим.

При всех плюсах этой специи нельзя забывать о чувстве меры и наличии противопоказаний. Слишком большие дозы корицы могут вызвать возбужденное состояние, судороги, учащенное сердцебиение. Следует с осторожностью применять людям с повышенным давлением и склонностью к аллергическим реакциям.

2.3. Имбирь

Имбирь - пряность, сырые или переработанные корневища имбиря аптечного. Различают два вида имбиря в зависимости от способа предварительной подготовки:

- Белый - предварительно вымытый имбирь, очищенный от поверхностного более плотного слоя.

- Чёрный - не подвергшийся предварительной обработке. Оба вида высушивают на солнце. Чёрный имбирь в результате получает более сильный запах и более жгучий вкус.

Запах- пряный, характерный, ароматный. Вкус - острый, жгучий.

Чаще всего имбирь применяют в молотом виде. Молотая пряность представляет собой серовато-жёлтый мучнистый порошок. Также широко применяется натёртый на мелкой тёрке или мелко нарезанный свежий корень.

Имбирь используют в сладких и пикантных блюдах, особенно в супы, запечённую свинину, дичь, баранину, различные овощные блюда, рис, яичницу, десерты и компоты.

2.4. Мускатный орех

Мускатный орех — пряность, приготовленная из плодов (костянки) вечнозелёного мускатного дерева (*Myristica Fragrant*).

Аромат мускатного ореха тёплый, насыщенный и сладкий, с лёгкими пряными нотками. Характерный пряный, сладковатый аромат усиливается при термической обработке или измельчении. Вкус мускатного ореха насыщенный и сладкий, с небольшой остротой. Форма мускатного ореха может быть в виде цельных орехов или молотого порошка.

Мускатный орех добавляют к соусам, супам, тыквенным блюдам, печени, десертам и напиткам. Он хорошо сочетается с мясными блюдами, особенно с говядиной и свининой, а также используется в сладкой выпечке (пироги, кексы, печенье и прочие десерты).

Полезные свойства мускатного ореха включают пользу для сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта и кожи.

2.5. Кардамон

Кардамон — плоды многолетнего травянистого растения Кардамон настоящий семейства Имбирные. Внешне напоминают зелёную семечку, размер которой обычно не превышает двух сантиметров. Это трёхкамерная семенная коробочка, в которой содержатся мелкие семена, различающиеся по цветам.

Существует три основных вида кардамона:

1. Зелёный кардамон. Самый распространённый вид. Обладает зелёным цветом, а также чёрными семенами. Зелёный кардамон является более сладким и ароматным и используется чаще всего в приготовлении различных напитков, пряных блюд и кондитерских изделий.

2. Белый кардамон. Имеет более мягкий вкус и аромат, используется для приготовления блюд из мяса, рыбы, птицы.

3. Чёрный кардамон. Этот вид имеет более интенсивный аромат и горьковатый вкус. Чёрный кардамон используется в основном в азиатской кухне для приготовления мясных блюд и соусов. Также его могут использовать для ароматизации чая.

Кардамон — концентрированная пряность с резко выраженным вкусом, поэтому его используют в малых количествах.

Некоторые полезные свойства кардамона: помогает улучшить пищеварение и снизить вздутие и предотвратить появление запоров. Также специя благотворно воздействует на нервную систему, снимает напряжение и выводит из состояния депрессии, стимулирует работу мозга.

3. Песочное печенье

Песочное печенье - быстрый источник энергии. Педиатры рекомендуют родителям включать в детское питание песочное печенье как источник быстрых углеводов, способствующий покрыть энергетические затраты ребенка.

Интересно, что первый зарегистрированный рецепт песочного печенья принадлежит миссис МакЛинток из Шотландии и напечатан в кулинарной книге, датированной 1736 годом! Ранние рецепты песочного печенья часто включали дрожжи. Со временем их заменили сливочным маслом, в результате чего выпечка стала дороже.

3.1. Характеристика

Песочное печенье характеризуется следующими особенностями:

- 1) Рассыпчатая структура. Название печенье получило благодаря тому, что напоминает мелкие крупинки песка.
- 2) Мягкий маслянистый вкус.
- 3) Высокая калорийность. Это связано с тем, что печенье готовят из большого количества яиц и сахара.
- 4) Простота приготовления. Тесто делают таким, чтобы его было легко раскатывать.

Песочное печенье может быть самостоятельным блюдом, которое употребляют с чаем, кофе, какао, молоком и другими напитками. Также оно может быть ингредиентом других блюд, например, слоёных пирожных с фруктами, ягодами, мороженым, взбитыми сливками, а также тортов.

Важно помнить, что песочное печенье не рекомендуется для людей, страдающих непереносимостью глютена, сахарным диабетом или имеющих проблемы с лишним весом.

3.2. Практическая часть

Для удобства и простоты оценивания вкусовых качеств готового продукта и определения роли специй в приготовлении песочного печенья за основу возьмем классический рецепт песочного печенья на сливочном масле.

Нам понадобятся следующие ингредиенты:

- пшеничная мука высшего сорта - 500 г;
- яйцо - 2 шт.;
- сахар - 150 г;
- разрыхлитель – 5 г,
- соль - 2 г;
- сливочное масло - 200 г;
- специи.

В процессе приготовления разделим тесто на 6 равных частей и добавим к каждой части свою специю в виде порошка, оставив один шарик без добавок. Для удобства и облегчения сбора информации о вкусовых качествах готового продукта воспользуемся специальными кулинарными вырубками для теста в виде цифр.

Исходный вариант теста без добавок будем выпекать в форме «0» (ноль), ваниль – «1», корица – «2», имбирь – «3», мускатный орех – «4», кардамон – «5».

Приготовление проектного продукта.

1. В масляную массу вмешать сахар.
2. Добавить по одному яйца, после каждого тщательно перемешать.
3. Просеять муку и разрыхлитель. Добавить сухие ингредиенты в тесто небольшими порциями, каждый раз перемешивая до однородности. Тесто замешивать быстро, в течение 1–2 минут.
4. Сформировать из теста 6 шариков, добавить в каждый шар свой вид специй.
5. Положить каждый шарик в целлофановый пакет и оставить в холодильнике на полчаса.
6. Через 30 минут достать из холодильника один шарик и раскатать его в пласт толщиной 3–4 мм. Для удобства можно раскатывать тесто между двумя листами пергаментной бумаги.
7. С помощью фигурных форм-вырубок вырезать печенье.

8. Выложить печенье на противень, застеленный пергаментом или силиконовым ковриком для выпечки.

9. Поставить противень с песочным печеньем в духовку, заранее разогретую до 180 °С. Как только печенье станет пышнее и подрумянится, оно готово. У нас это заняло 12 минут.

10. Пока готовится первая партия печенья, достать из холодильника второй шарик теста, раскатать и вырезать формочками.

11. Достать печенье из духового шкафа и дать ему немного остыть перед подачей.

4. Сравнительная характеристика готового печенья

С помощью дегустации проведем оценку готового проектного продукта.

«0» - Печенье без всяких ароматических добавок имеет стандартный сладкий вкус и немного ощущается запах сливочного масла.

«1» - Печенье с добавлением ванильного сахара имеет ярко выраженный аромат и мягкую сладость.

«2» - У печенья с корицей тесто визуально теплого коричневого цвета с ароматным сладким вкусом с ноткой горечи.

«3» - С молотым имбирем аромат терпкий, пряный, характерный. Вкус – немного острый.

«4» - Мускатный орех обогатил вкусовую палитру и добавил приятный аромат печенью.

«5» – С кардамоном печенье имеет приятную горчинку, мягкий характерный аромат.

Благодаря сравнительному анализу готового продукта удалось наглядно показать роль специй в кулинарии в целом, и в приготовлении десертов – в частности. Таким образом, поставленные в проекте цели и задачи выполнены.

5. Выводы

Выполнение этой проектной работы по определению роли специй в приготовлении десертов позволило прийти к следующим выводам.

Специи играют важную роль в кулинарии по следующим причинам:

Усиление вкуса. Специи способны подчеркнуть и усилить естественные вкусы продуктов, делая блюда более насыщенными и интересными.

Аромат. Многие специи обладают богатым ароматом, который может придать блюдам особую привлекательность.

Внешний вид. Специи могут придавать блюдам яркие и привлекательные цвета, что делает их более аппетитными.

Полезные свойства. Некоторые специи имеют полезные свойства для здоровья, такие как антиоксиданты и противовоспалительные эффекты.

Разнообразие вкусов. Специи позволяют создавать разнообразные кулинарные шедевры, варьируя вкус и аромат блюд.

Хранение. Многие специи — это консерванты, которые помогают блюду храниться дольше или скрывают запах порчи.

При всех плюсах специй, нельзя забывать о чувстве меры и наличии противопоказаний. Слишком большие дозы могут вызвать возбужденное состояние, судороги, учащенное сердцебиение. Следует с осторожностью употреблять специи людям с повышенным давлением и склонностью к аллергическим реакциям.

6. Фотоотчет





