

Sprawozdanie z realizacji projektu  
badawczo - wdrożeniowego  
„Kuchnie Europy - Stół Polski”  
w Zespole Szkół Nr4 w Suwałkach,  
współfinansowanego ze środków Unii  
Europejskiej - realizowanego w ramach  
projektu  
„Suwalskie Centra Kompetencji  
Zawodowej”

Projekt ten obejmuje kompleksowy model modernizacji systemu kształcenia zawodowego na terenie Miasta Suwałki współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej realizowanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podlaskiego na lata 2020-2021.

Uczestnicy w ramach projektu brali udział w warsztatach organizowanych w pracowni na terenie szkoły, jak również w spotkaniu w PWSZ w Suwałkach. Uczniowie mieli możliwość obejrzenia prezentacji przygotowanej przez pracowników biblioteki publicznej w Suwałkach pod tytułem 'Wiwaty i toasty' oraz „Bies siada”. Młodzież miała również możliwość posłuchania wywiadów z nestorami o tym jak to bywało kilkadziesiąt lat temu.

Ze względu na sytuację związaną z pandemią COVID-19 i z myślą o bezpieczeństwie młodzieży część zajęć odbyła się poprzez spotkania online. W ich trakcie koordynator uzupełniał wiedzę na temat produktów regionalnych Suwalszczyzny.

Również degustacja gotowych potraw musiała odbyć się w węższym gronie, jednakże cieszymy się, że mimo wszystko udało się osiągnąć wytyczone cele.

# Cele projektu

- Poszerzenie wiedzy na temat kultury jedzenia i specyfiki kuchni polskiej ze szczególnym uwzględnieniem potraw z regionu Suwalszczyzny
- Kształtowanie poczucia dumy z polskiej tradycji kulinarnej z wykorzystaniem produktów z pól naszego regionu.
- Zdobywanie nowych umiejętności oraz kompetencji poprzez warsztaty kulinarne, pogadanki z miłośnikami kultury, spotkaniami z producentami potraw regionalnych
- Rozwijanie kreatywności i samodzielności uczniów w opracowaniu przepisów.
- Kształtowanie umiejętności planowania działań i rozwijanie umiejętności pracy w grupie i zasad komunikacji
- Integracja wśród młodzieży

# Ogólne założenia projektu

Młodzież I klasy technikum żywienia i usług gastronomicznych w ramach warsztatów używała do przygotowywania potraw zióła własnej uprawy.

Miała również okazję wykorzystać zdobytą podczas warsztatów wiedzę o tym jakimi ziołami przygotowano dania w kuchni regionalnej.

Uczniowie aktywnie uczestniczyli w realizacji projektu, zdobywając wiedzę teoretyczną i praktyczną na temat kuchni regionalnej. Zapoznawali się z innymi, niż znane przez nich, sposobami przygotowania oraz serwowania potraw.

Podczas warsztatów młodzież wykorzystywała dostępne produkty, w szczególności zioła i samodzielnie przygotowywała potrawy.

W trakcie zajęć uczestnicy projektu rozwijali swoje zainteresowania, rozbudzali ciekawość, zdolność twórczego myślenia, uczyli się zaradności oraz współpracy w zespole.

Aby uatrakcyjnić zajęcia, w ramach projektu, zakupiono niezbędny sprzęt:

- Drobnny sprzęt kuchenny
- Obrusy
- Porcelanę, którą młodzież wykorzystała do prezentacji swoich potraw.



REDMI NOTE 8 PRO  
AI QUAD CAMERA



REDMI NOTE 8 PRO  
AI QUAD CAMERA

# Oprawa słowna wydarzeń i spotkań kulinarnych oraz zasady Savoir-vivre

W związku z pandemią Covid - 19 ta część programu została zrealizowana w formie zdalnej.

Słowo Savoir-vivre określa zasady kultury i zachowania się przy stole. Na podstawie różnych materiałów opracowane zostały zasady tego zachowania przy polskim stole. W celu ich upowszechnienia przygotowano inscenizację fragmentu biesiady.

Słuchacze mieli za zadanie zredagować teksty przemówień okolicznościowych, toastów oraz życzeń zgodnie z zasadami kultury żywego słowa i retoryki.

Teksty zostały przygotowane do wspólnego ich przedstawienia zgodnie z zasadami recytacji i pięknego mówienia.



# Poszukiwanie informacji na temat lokalnego przetwórstwa i produkcji roślinnej.

Uczniowie mieli okazję zapoznać się ze specyfiką przetwórstwa rolno-spożywczego bazującego na lokalnej bazie surowcowej.

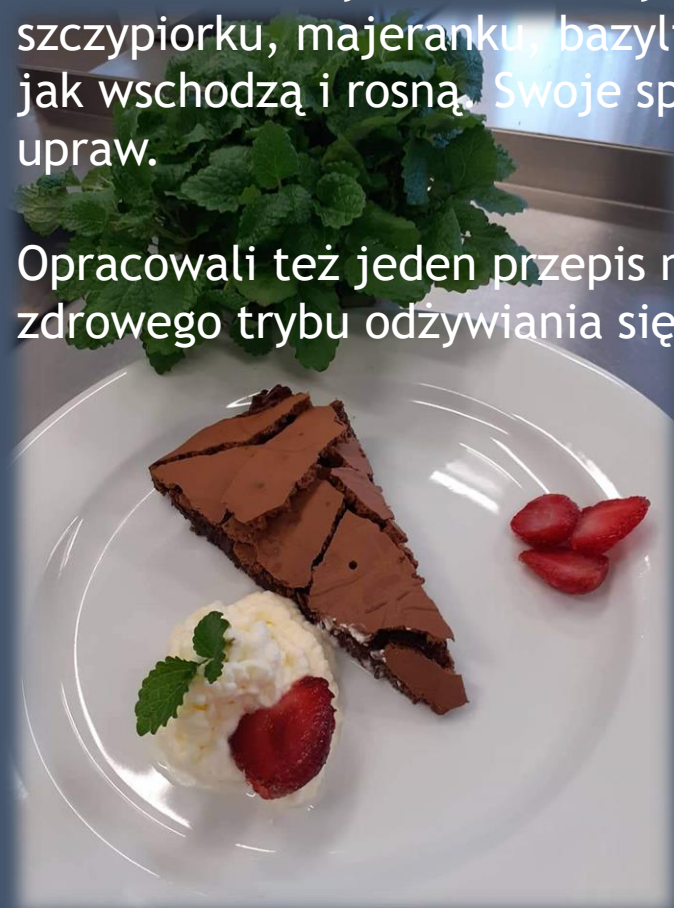


# Praktyczna wiedza na temat uprawy ziół.

Młodzież miała za zadanie zebrać i zgromadzić informacje o ziołach i kierunkach produkcji roślinnej na terenie Suwalszczyzny.

Ich zadaniem było również wysianie w skrzynkach nasion pietruszki, szczypiorku, majeranku, bazylii i troszcząc się o ich wzrost, obserwowanie, jak wschodzą i rosną. Swoje spostrzeżenia zapisywać powinni w dzienniku upraw.

Opracowali też jeden przepis na danie które pachnie ziołami i zachęca do zdrowego trybu odżywiania się.





# Przygotowanie tradycyjnej potrawy

Uczniowie mieli okazję zapoznać się z tradycyjną kuchnią Suwalszczyzny oraz pięknem regionu.

Przygotowywali tradycyjne dania kuchni polskiej z wykorzystaniem rodzimych produktów. Poszerzali również wiedzę na temat kultury jedzenia i specyfiki kuchni z regionu Suwalszczyzny

Zrobiona w wykonaniu uczniów perliczka i gęś pachniała i wyglądała pięknie.









Kuchnia staropolska to również pieczone w całości indyki i taką potrawę także udało się przygotować. Młodzież doceniła wartości zdrowotne i odżywcze tej potrawy.



Razem z młodzieżą postanowiliśmy zgłębić również tradycje innych regionów np. pyzy drożdżowe z kuchni wielkopolskiej jako wspaniały dodatek do indyka.





# Podsumowanie projektu

- Dzięki projektowi została rozbudzona nasza ciekawość, oraz zdolność twórczego myślenia.
- Jego realizacja pozwoliła „otworzyć się” na inne, szersze, zastosowanie ziół w potrawach i zachęciła do dalszego zgłębiania ich zastosowań.
- Przybliżone zostały lokalne surowce oraz potrawy stworzone na ich bazie.
- Poznaliśmy zasady zachowania się przy polskim stole.
- Wiele przyjemności sprawił również wspólnie spędzony czas i możliwość integracji, która w związku z pandemią jest bardzo ograniczona.