

**Vedeli ste, že...**

- **Obilniny sa pestujú predovšetkým pre zrno. V ľudskej výžive zabezpečujú rozhodujúcu časť energetického príjmu.**
- **Obilniny majú vhodný pomer bielkovín a glycidov, obsahujú vitamíny B a minerálne látky.**
- **Spracúvajú sa na vložky, krúpy, škrob, krmivá ale predovšetkým na múku. Múku je možné zomlieť z každej obilniny. Pšenica však patrí medzi najpoužívanejšie obilniny na výrobu múky už od praveku.**
- **Okrem pšeničnej múky je obľúbenou aj múka ražná, ktorá sa používa predovšetkým na výrobu chleba. Známa je aj špaldová múka, vhodná do sladkých i slaných ciest. Múka sa vyrába aj z jačmeňa, kukurice, pohánky, ryže alebo sóje.**

trieda:

škola:

meno a priezvisko:

dátum:

**Existuje množstvo jedál, na prípravu ktorých používame múku. Príkladom sú chlieb, cestoviny či palacinky. Skús si predstaviť svet, v ktorom múka neexistuje.**

**Do tabuľky zapíš 24 jedál, ktoré by neexistovali.**


**Pozri zloženie potravín, ktoré ste kúpili v obchode alebo recepty jedál, ktoré pripravujete doma. Vyber päť potravín, ktoré obsahujú múku.**

**Skús navrhnúť, ako by sa dali pripraviť bez múky.**

Názov potraviny	Aký je účel použitia múky ako zložky danej potraviny?	Dalo by sa to urobiť bez múky? Ako?

