|  |
| --- |
| Praktijkopdracht: Frisse aardappelsalade 60 min |

**** **Inleiding:**



Ook als de groente zonder bestrijdingsmiddelen is gekweekt, moet je hem altijd wassen en/of schillen. Niet alleen vanwege zand of mest, maar ook omdat er altijd overal micro-organismen aanwezig zijn.

Om de salade er aantrekkelijk uit te laten zien, moeten de verschillende groenten en aardappel in ongeveer gelijke stukjes worden gesneden, zodat het een homogeen geheel wordt.

Je maakt zelf een light mayonaise die je gebruikt in en op de salade.

**Werkwijze:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ingrediënten:**  Salade:   * Ongeveer 150 gram aardappelen * 50 gram ham / rookworst / tonijn) * ½ appel * 30 g winterpeen * 1 augurk * 1 eetlepel mayonaise * 1 eetlepel yoghurt * mespuntje zout * ¼ gesnipperde ui (samen doen met andere groepen) * mespuntje peper   **Garnering:** *pak deze ingrediënten pas bij punt 13*.   * 1 eetlepels mayonaise * 1 eetlepel yoghurt * 1 hard gekookt ei (krijg je van je klasgenoot) * ½ tomaat = 2 kerstomaatjes * 1 augurk * 8 zilveruitjes * evt. een blaadje (ijsberg) sla | **Materialen:**   * 2 pannen * lepel * mes * snijplank * vork * ei prikker * ei snijder * stoommandje * (staafmixer) * 2 bakjes |

 **Uitvoering:**

# Maak eerst de salade

1. 🞎 Prik de luchtkamer van het ei door met een ei prikker. Laat het ei in kokend water   
    10 minuten koken. Laat het ei schrikken door het af te spoelen met koud water,   
    op deze manier laat de schil makkelijker los.
2. 🞎 Breng een pan met water aan de kook. Het waterniveau moet onder het   
    stoommandje blijven. Houd de deksel op de pan.
3. 🞎 Schil de aardappel(en) , was ze en snijd ze brunoise (in zeer kleine blokjes van ½   
    cm).
4. 🞎 Snijd ook de winterpeen brunoise in hetzelfde formaat ( ½ cm.)
5. 🞎 Stoom de aardappel- en wortelblokjes samen in het kookmandje gedurende 5   
    minuten. Controleer of ze gaar zijn en kooktijd gestopt kan worden
6. 🞎 Spoel de blokjes goed na met koud water en laat goed uitlekken.
7. 🞎 Doe de gekookte en droge blokjes in de beslagkom.
8. 🞎 Snipper de ui op de professionele manier.
9. 🞎 Snijd het vlees, augurk en de geschilde appel in brunoise, zodat het straks een   
    homogene massa wordt.
10. 🞎 Schep alle gesneden ingrediënten in de beslagkom door elkaar.
11. 🞎 Meng de yoghurt met de mayonaise en schep dit door het mengsel in de   
     beslagkom.
12. 🞎 Voeg vervolgens peper en zout naar smaak toe.
13. 🞎 Proef het de salade en beslis of je hem nog gaat pureren met de staafmixer.

**Ga nu je salade opmaken en garneren (= versieren). Dit mag maar hoeft niet!**

1. 🞎 Leg enkele blaadjes sla in de 2 bakjes
2. 🞎 Schep de salade erop in de vorm van een paar bolletjes.
3. 🞎 Meng de yoghurt met de mayonaise en bestrijk dit met de achterkant van een   
    lepel dun over de salade.
4. 🞎 Versier de salade met tomaat, augurkenplakjes, uitjes en ei.

|  |
| --- |
| Vragen en opdrachten bij de praktijk |

1. Noem twee redenen om de deksel op de pan te houden, wanneer je het water gaat koken.

……………………………………………………………………………………………  
  
……………………………………………………………………………………………

1. Maak een schijf van vijf voor de salade.   
   Let op de volgende punten:

# Teken de vakken er op de juiste grootte in.

# Zet in elk vak de juiste voedingsstof.

# Schrijf de namen van de ingrediënten naast de juiste vakken: *aardappelen – appel – augurk – eieren – mayonaise – sla – worst – wortel – ui*

1. Voldoet jouw salade aan de adviezen van de schijf van vijf? Leg je antwoord uit aan de hand van **twee** voorbeelden.  
     
   ………………………………………………………………………………………….  
     
   ………………………………………………………………………………………….  
     
   ………………………………………………………………………………………….
2. Op welke manier moet je de salade verpakken en bewaren om hem 2 dagen vers te houden?  
     
   ………………………………………………………………………………………….  
     
   ………………………………………………………………………………………….
3. De aardappelsalade die je gemaakt hebt is voor 2 personen. Je wilt de aardappelsalade maken voor een buffet van 19 personen.

* Bekijk het filmpje rekenen met recepten
* Vul onderstaande tabel verder in en bereken hoeveel je nodig hebt per ingrediënt.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Aantal personen |  | 2 | 1 | 19 |
| Ingrediënten: | gewicht | x | x | x |
| Aardappels | 150 g |  |  |  |
| Vlees | 50 g |  |  |  |
| Appel | 65 g |  |  |  |
| Wortel | 30 g |  |  |  |
| Augurk | 25 g |  |  |  |
| Mayonaise | 18 g |  |  |  |
| Yoghurt | 15 g |  |  |  |
| Ui | 40 g |  |  |  |