


Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: SHJ		
Síða 1 af 7		
VpS 206		
Vorönn 2015		

Kennari	Ari Hallgrímsson, Edda Björk Kristinsdóttir , og Hjördís Stefánsdóttir	Sk.st.	ARI, EBK, HST
----------------	---	---------------	---------------

Áfangalýsing: Áfanginn er þrískiptur þar sem nemendur kynnst og þjálfá grunnþætti í þjónustu, matreiðslu og bakstri fyrir heimili og í veitingageiranum.


Sérstök áhersla er lögð á þekkingu og þjálfun í sjálfbærri neyslu og framleiðslu, svo sem uppruna og hollustu matvæla, umhverfissvottanir, umbúðir, orkunotkun og önnur neytendamál. Í áfanganum er farið í notkun á helstu tækjum í eldhúsi, einnig á hnífum, skurðarbrettum og öðrum áhöldum sem notuð eru við matreiðslu. Áhersla er lögð á sígildar undirstöðuaðferðir í matreiðslu, bakstri og meðhöndlun á fjölbreyttu hráefni. Farið er í soðgerð, einfalda úrbeiningu, almenna matreiðslu með hliðsjón að almennri lýðheilsu, matreiðslu finni rétta, forrétti, eftirrétti, tertubakstur og bökugerð.

Æfð er móttaka gesta og farið yfir mismunandi framreiðsluhætti. Nemendur fá fræðslu um ýmsar aðferðir sem koma framreiðslumönnum að gagni í samskiptum við gesti. Farið er í mismunandi uppstillingar í veitinga- og fundarsölum, dúkun borða ásamt því að leggja á borð fyrir margrétta matseðla. Kynnt er vinna í vinstúku, notkun tækja og áhalda sem þar tilheyrir og framreiðsla drykkja. Áhersla er lögð á að nemendur sýni samvinnu, tillitssemi og stundvísi.

Markmið: Að nemendur:

- læri og þjálfí jöfnun og bakstur s.s. gerbakstur og þeytt deig
- öðlist þekkingu og þjálfun í meðferð algengs hráefnis til matargerðar
- læri og þjálfí soðgerð, undirstöðusúpur og sósur
- læri að útbúa einfalda eftirrétti
- kynnist og útbúi ýmsa þjóðlega íslenska rétti
- kynnist matarmenningu annarra þjóða og útbúi rétti frá ýmsum löndum
- læri um mikilvægi hreinlætis og sýni það í verki
- kynnist og fái þjálfun í að nota ýmis tæki og áhöld við matreiðslu
- kynnist störfum matreiðslu- og framreiðslumanna
- kunna rétta líkamsbeitingu og þekkja leiðir til að bera ábyrgð á eigin heilsu
- hafi þjálfast í sjálfstæðum vinnubrögðum og samstarfi við aðra
- læri að taka á móti gestum og umgangast þá á viðeigandi hátt
- læri um notkun mismunandi tækja og hráefna í vinstúku

Námsgögn:


Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Sampykkt: SHJ		
Síða 2 af 7	VpS 206 Vorönn 2015	

	Námsgögn (nafn bókar og nánari lýsing á gögnum)
Bækur	Kennslubók í matreiðslu og bakstri fyrir grunnnám matvælagreina höfundar: Hjördís Stefánsdóttir og Marína Sigurgeirsdóttir Framreiðsla 106/ 206 Bekkjarsett
Tímarit	Skoðið dagblöð og tímarit og veltið fyrir ykkur uppskriftum sem þar er að finna.
Verklegar æfingar	Fara fram í öllum kennslustundum þ.e. paravinna, hópvinna eða einstaklingsvinna.


Áætlun um yfirferð:

ARI G-01

Vika	Námsefni, (bóklegur og verklegur hluti)	Verkefni
2	Upprifjun á umgengnisreglum, meðferð áhalda og tækja. Sýnikennsla: Hreinsun og skurður á grænmeti.	Hlaðboð með austurlenskum réttum Nautakjöt í ostrusósu og soðnum hrísgrjónum(86). Kínverskur kjúklingur með núðlum (87).
3	Upprifjun á umgengnisreglum, meðferð áhalda og tækja. Sýnikennsla: Hreinsun og skurður á grænmeti.	Hlaðboð með austurlenskum réttum Nautakjöt í ostrusósu og soðnum hrísgrjónum (86). Kínverskur kjúklingur með núðlum (87).
4	Þjóðarsúpur. Gerbakstur. Pönnusteiking á fiski. Ísgerð.	Ítölsk Minestrone súpa með nýbökðu brauði (14). Ristaður steinbítur á pastabeði með hvítvínsgraslaukssósu (62). Heimalagaður ís (112).
5	Íslenskt eldhús, þorramatur og aðrir íslenskir réttir.	Þorramatur og aðrir þjóðlegir réttir. Kjötsúpa (65). Rabarbarabaka (105).
6	3ja rétta matseðill. Þjóðarsúpur. Eggjasósa.	Frönsk lauksúpa (13). Heilsteiktur lambavöðvi (68) með ofnsteiktum kartöflubátum (90) og bernaie sósu (29). Litlar eplakökur (115) með vanilluís.
7	Kaldir forréttir, fylling í kjötrétti, eggjabúðingur.	Grískt salat (35) Fylltar svínalundir (82) með Hasselback kartöflu (89) og sveppasósu (32). Crème brulée (109).


Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: SHJ		
Síða 3 af 7		
VpS 206		
Vorönn 2015		

8	Snittur sem forréttir, grafa lax bls.34.	Smáréttir og snittur (40).
9	Marineringar, kryddhjúpur. Fylling í kjöt- og fiskrétti.	Grafinn lax með sinnepssósu (34) og ristudu brauði. Kryddhjúpaður lambavöðvi (67) með ofnbökuðu rötargrænmeti (89) og tómatbasilsósu (29). Frönsk súkkulaðikaka (122) vanilluís og jarðarberjasorbet (113).
10	3ja rétta matseðill. Árshátíð nemenda.	Rækjukokteill (36/37) með nýbökuðu brauði. Ristuð hægelduð kjúklingabringa (34) með svepparisotto (93). Súkkulaðibúðingur (103).
11	Æfing í að vinna á matsölustað.	Matsölustaður í Þrúðvangi.
12	3ja rétta matseðill. Opnir dagar 17. og 18. Mars. WorkQual.	Tómat-paprikumauksúpa(17) með nýbökuðu brauði. Hægeldarður lax með kryddjurtum (62). Eplabaka (105).
13	Samsetning matseðla, nemendur vinna með eigin matseðla.	Forréttur að vali nemenda. Aðalréttur að hætti nemendans. Ísréttir að ósk nemenda.
14	Þaskafrí.	
15	Þema matseðill, Ítalía.	
16	Undirbúningur fyrir Foreldraböð 2015.	
17	Æfingarpróf.	Kjúklingasalat (35). Pönnusteikt ýsa með grænu salati, paprikustrimlum og kaldri sósu (61). Vanilluís með súkkulaðimús og jarðarberjakompot (113.)
18	Grillmatur.	Grillmatseðill.
19	Verklegt próf (dagsetning kemur fram á próftöflu).	


Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: SHJ		
Síða 4 af 7		
VpS 206		
Vorönn 2015		

HST G-03

Vika	Námsefni – verklegur hluti	Verkefni dagsins
2) 6 + 9/1.	Upprifjun á umgengnisreglum, “INNRA EFTIRLIT “ meðferð áhalda og tækja. Austurlenskt þema: Kjúklingakjöt Skoða kennsluáætlun	Upprifjun: Gerdeig- Gulrótarsúpa m/timian bls.16 Kjúklingar m/cashewhnetum bls.87 Morgunbollur (bollubrauð) bls.135
3) 13+15/1 .	Indverskt þema: Svínakjöt ----- ----- Upprifjun: Hnoðað deig-	Nanbrauð bls. 137.Gúrku-raita bls.94 Indverskur kjötréttur (svína) bls.81 Soðin hrísgrjón Hjónabandssæla bls. 129
4) 20+22/1 .	Íslensk matarhefð. Þjóðlegir réttir	Afmælisréttur Margrétar bls. 108 Saltkjöt og baunir bls.65 Kleinur - Ástarpungar bls. 155
5) 27+29/1 .	Þorrinn- Íslenskir réttir Nýting á fiskafgöngum	Fjallagrasamjólk bls. 101 Brauðsúpa bls. 100 Plokkfiskur bls. 58 Soðibrauð – Soðpartar í trog bls. 156
6) 3 + 5/2.	Hollir fiskréttir og fersk salöt 3/2. KMN-fundur kl. 18- *Útbúa ábætisrétt.	Fiskigratín bls. 59. Hrært smjör. Salat Indverskur fiskréttur bls.59. Ítölsk brauð bls . 139 * Ábætisréttur f. kvöldfundinn
7) 10+12/2 .	Bolludagshefð- sýnikennsla: Vatnsdeig bls. 128	Vatnsdeigsbollur bls. 128 Berlínarbollur bls. 138 Gerdeigsbollur bls. 139
8) 17+ (19)/2	Kjöthakk: Deig-Steiktar kjötbollur og sósa bls.69 Beikonkartöflumús bls. 91, rauðkál,gr.baunir,sýrðar gúrkur. Berjabaka bls. 106	Afmæli Þ.Hyrnu og Þorbj.Hólmas. - vetrarfrí fimmtudag og föstudag 19. og 20. febr.

Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Sampykkt: SHJ		
Síða 5 af 7	VpS 206 Vorönn 2015	


9)	Næring-heilsa, hvað er hollt í mat?	Allir hópar. Hnoðað deig í bökur
24+26/2	Grunnaðferðir v/bökugerð	Skinku-sveppabaka 2 stk. bls. 49
.	Soðin hýðishrísgjón og köld sósa, bls. 25	Verðlaunabaka 2 stk. bls. 48
		Rækjubaka 1 stk. bls. 47
10)	Kúskus hollusta og grænmeti	Kjúklingalæri á Kúskus bls. 78. Salat
3+5/3.	*Baka marensbotna í tertur	Pecanhnetubaka bls. 107 m/ís
		*Setja inn í tertur fyrir veitingasölu
11)	mánud+miðvikud *veitingahús	*Á þiðjud. Þarf að setja inn í tertur
10+12/3	Fín súpugerð og súpubrauð.	Karrylögud sjávarréttasúpa bls. 20
	*Gera marenstertur fyrir söluna.	<u>Löng snittubrauð bls. 134</u>
12)	Smurbrauðspema bls. 46.	Rækjusnuttur, Laxasnuttur,
17+19/3	Snuttur	Skinku-og salatsnuttur,
.		Roastbeefsnuttur
13)	Páskapema- Kjúklingar í ofni	Ísgerð – grunnur að heimagerðum ís
24+26/3	bls. 76, franskar	bls. 112. Kjúklingar og tilheyrandi
.	kartöflur, salat, kokteilsósa	Súkkulaðimús m/ berjum og hvítu
	Ábætisréttur	súkkulaði- á blaði
14) --	Páskaleyfi í 14. - 15. viku-----	frá 27. mars - 7. apríl
--		Pönnust. kótilettur, kartöflur, meðl.
15)	*Kennsla hefst eftir páskaleyfi	Royal-Appelsínukaka
7+9/4.	Upprifjun: Hrært deig	m/súkkulaðiþráð bls. 142
	Pönnusteiking-aðferð 1 bls. 64	Bananakaka bls. 142
16)	Þriðjudagur: Undirbúa eftirrétt	*Miðvikud. 15/4. Foreldraboð kl. 18-
14+16/4	sem verður í foreldraboði á	Allir vinna saman-----
.	miðvikud.	
	Ísostakaka bls. 115	
	Hindberja "coulis" bls. 113	*Fimmtud. 16/4. Ekki kennsla
		vegna /veislunnar í gær

Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: SHJ		
Síða 6 af 7		
VpS 206		
Vorönn 2015		

17) 21/4	þriðjud. 21/4. þrif-bakstur ofl. ? Fimmtud. 23. apríl- frídagur	Súpa? Gulrótarkaka bls. 123 Sumard. 23.apríl
18) 28+30/4	Undirbúningur fyrir próf æfingar eftir þörfum nemenda, t.d. Tímasetningar- ábætisréttir og bakstur	Síðasta kennsluvika Heimatilbúinn ís m/ marssósu og ávöxtum.

EBK G-04

Vika	Námsefni, verklegur hluti	Verkefni
2 5.-7. jan	Farið yfir umgengnisreglur á matvælabraut. Upprifjun á mismunandi borðlagningu.	Dekka upp sal samkvæmt matseðli.
3 12.-14. jan	Farið yfir umgengnisreglur á matvælabraut. Upprifjun á mismunandi borðlagningu.	Dekka upp sal samkvæmt matseðli. Frí 14. jan.
4 19.-21. jan	Framreiðsla á drykkjarvörum s.s. kaffi, te, kakó, vatn, gos og bjór. Bakkanotkun og handstykki.	Dekkað fyrir 3ja rétta matseðil.
5 26.-28. jan	Móttaka gesta. Matseðlar pantanir. Mismunandi gestir. Umgengni við gesti.	Dekkað fyrir þorramat/hlaðborð.
6 2.-4. feb	Framreiðsluaðferðir ensk, frönsk, diskasörvis.	Æfing að skammta af fati. Dekkað upp eftir 3ja rétta matseðli.
7 9.-11. feb	Vinnuhagræðing og eigin heilsa. Vinnustaðaandi.	Dekkað upp samkvæmt matseðli. Ákveða kokteil fyrir næsta tíma, gera innkaupalista og reikna út magn og kostnað.
8 16.-18. feb	Vinna í vinstúku.	Hlaðborð, smáréttir. Laga kokteila.
9 23.-25. feb.	Mismunandi athafnir s.s ráðstefnur, brúðkaup, þorablót, árshátíðir, fundir, erfidrykkjur og fleira.	Dekka upp sal samkvæmt 3ja rétta matseðli.
10 2.-4. mar	Léttvín og freiðvín framreiðsla og umgengni. Árshátíð á föstudeginum 6.mars.	Hella úr flöskum við borðhald. Dekka upp sal samkvæmt 3ja rétta matseðli.
11 9.-11. mar	Veitingahús fyrir kennara.	Dekka upp salinn. Taka á móti gestum, taka pöntun og þjóna gestum.

Nr.: GÁT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 08		
Dags: 30.08.2011		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: SHJ		
Síða 7 af 7	VpS 206 Vorönn 2015	

12 16.-18. mar	Borðskreytingar, lifandi ljós, þýðing litanna, matseðlar og fleira.	Fyrir mánudagshóp. Dekka samkvæmt matseðli. Opnir dagar á miðvikudegi.
13 23.-25. mar	Ólíkir hópar gesta og mismunandi þjónusta.	Dekka samkvæmt matseðli. Æfing í servíettubrotum.
14	Páskafri 30. mar-7. apr.	
15 8. apr	Óákveðið. Valið í samstarfi við nemendur.	
16 13.-15. apr	Frí á mánudegi. Borðskreytingar, lifandi ljós, þýðing litanna, matseðlar og fleira. Foreldraboð á miðvikudegi.	
17 20.-22. apr	Æfingapróf.	
18 27.-29. apr	Uppgjör, umræður og spurningum svarað.	

Námsmat og vægi námsþátta:

Námsmat	Lýsing	Vægi
Verklegt	Próf á prófatíma	50%
Leiðsagnarmat	Námsmat sem fer fram í öllum kennslustundum.	50%

Dagsetning:

Undirritun kennara

Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils