

Mléko

Mléko je důležitou složkou naší stravy. V našich zeměpisných šířkách se dnes pije hlavně kravské mléko, ale v minulosti to bylo často také mléko kozí nebo ovčí. Z mléka se dělají nejrůznější potraviny: sýry, smetana, máslo, jogurt nebo tvaroh. Na výrobu jednoho kilogramu másla je zapotřebí 20 litrů syrového mléka. Mléko je živočišný produkt, v této souvislosti si můžeme s dětmi popovídat o různých způsobech stravování, například o veganské nebo vegetariánské stravě a jejich dopadu na životní prostředí. Zmínit lze i rostlinné alternativy. Při ranním kruhu si s dětmi povídáme o různých mléčných výrobcích, děti jmenují ty, které znají. Ty a možná i další, které děti nebudou znát, umístíte do kruhu, pojmenujete je a společně ochutnáte. Zvolte výrobky z kravského mléka nebo od zvířat, která u nás žijí (koza, ovce): čerstvé mléko plnotučné, přírodní jogurt, měkký sýr, tvrdý sýr atd.

Aktivita

Utřepeme si máslo!

Potřebujeme	zavařovací sklenice se šroubovacím víkem o průměru cca 6–7 cm o objemu asi 150 ml (značka Twist-off), studenou smetanu (vysoké jakosti, cca 7 stupňů), příp. chléb, talíř, nůž, pažitku
Kompetence	klíčová kompetence k učení
Popis činnosti	Každé dítě dostane zavařovací sklenici s dobře zašroubovaným víkem, v níž bude na jeden až jeden a půl centimetru smetany. A teď se pořádně třepe! Za nějakou dobu ve sklenici vznikne šlehačka, to se pozná podle toho, že uvnitř už „nešplouchá“ žádná tekutina. Sklenici můžeme i otevřít a na šlehačku se podívat, děti ji jistě rády prstem ochutnají. Pak víko zase dobře zašroubojeme a třepeme dál. Brzy potom ve sklenici opět uslyšíme šplouchat tekutinu – podmáslí, a uvidíme malé hrudky – máslo. Podmáslí pak odcedíme a másličko můžeme rovnou mazat na chléb nebo ho dáme vychladit do lednice a děti si je pak mohou odnést domů. Scezené podmáslí se dá pít. Poznámka: Čím déle budou děti třepat a držet sklínku v ruce, o to měkkší bude máslo, které tam vznikne. Pokud budou máslové hrudky plovoucí v podmáslí příliš měkké, postavte sklenice do chladu a později utřepete pěknou hrudku nebo máslo posbírejte lžičkou.
TIP	Máslo „třepeme“ v doprovodu bubínku nebo vhodné rytmické hudby.

Možná se někde v blízkosti školky nachází mléčná farma, kterou byste se skupinkou dětí mohli navštívit a dozvědět se odpovědi na tyto otázky:

- ☐ Jak se dojí a co se dělá se syrovým mlékem?
- ☐ Převážní cesty: Jak se dostane mléko až k nám (mléčná farma – mlékařské auto – mlékárna – plnění do lahví a tetrapaku – přeprava – supermarket – domů)?
- ☐ Zajděte k mlékomatu (balení – lahev, tetrapak, plnění do vlastní nádoby).

Vyrobíme si čerstvý sýr

Potřebujeme	jogurt ve skleničce (obsah tuku 3,5 %), plátýnko, sítko a mísu
Kompetence	kompetence k učení
Popis činnosti	Do sítka vložíme plátýnko a položíme ho nad mísu. Na plátýnko pak vyklopíme jogurt a necháme ho přes noc vykapat. Druhý den ráno najdeme v míse trochu tekutiny a v sítku na plátýnku bude výborný čerstvý sýr, který můžeme dochutit bylinkami nebo kořením.

Vztah k vzdělávání pro trvale udržitelný vývoj

Na výrobu jednoho litru mléka je potřeba přibližně 700 litrů vody. Tato velká spotřeba se skládá z vody pro zavlažování pěstnic, vody pro samotné krávy, pro zemědělský provoz a další zpracování mléka. Spotřebitel může svou virtuální vodní stopu snížit mimo jiné i tím, že bude kupovat kravské mléko z okolí nebo si občas dá místo mléka z živočišné výroby rostlinnou alternativu (mléko ovesné, konopné, lupinové nebo hrachové).