

## تهیه‌ی خمیر از آرد

خمیر کردن دستی و خمیر کردن به کمک دستگاه مخلوط کن، نمونه‌هایی برای تهیه‌ی خمیر از آرد هستند. درباره‌ی این دو روش تهیه‌ی خمیر از آرد در کلاس گفت و گو کنید و آن‌ها را با یکدیگر مقایسه کنید.

### صفحه‌ی ۱۰۱



خمیر کردن دستی وقت بسیاری می‌گیرد و دست را خسته می‌کند. اما خمیر کردن با دستگاه سریعتر و راحت‌تر است.



## روش‌های پخت نان

### سنتی و ماشینی

در تصویرهای زیر برخی از روش‌های پخت نان نشان داده شده است. در روستا یا شهری که شما زندگی می‌کنید، از چه روش‌هایی برای پخت نان استفاده می‌شود؟

استان آذربایجان غربی - عشایر اطراف سر دشت



استان ایلام - عشایر اطراف دره شهر



استان اصفهان - میمه





## کوره‌ی صنعتی

### گفت‌وگو کنید

دو روش از روش‌های پخت نان را با هم مقایسه کنید.

### خارج از کلاس

روش‌های پخت نان در محل زندگی خود را نقاشی کنید و به کلاس نشان دهید.

با فرزندان خود درباره‌ی روش‌های تولید نان در گذشته و حال گفت‌وگو کنید.

## مصرف درست



برای تهیه‌ی نان کارهای زیادی انجام می‌شود، درحالی که مقدار زیادی از نان دور ریخته می‌شود. با هم کلاسی‌های خود گفت‌وگو کنید چرا این اتفاق می‌افتد.

برای آنکه مقدار کمتری نان دور ریخته شود، چه راه‌حلهایی را پیشنهاد می‌کنید؟

**نانواها نان را با کیفیت بیشتری بپزند. ما هم به اندازه‌ی مصرف خودمان نان بخریم.**



نان را به قطعات کوچک تقسیم و در جای خشک و خنک نگهداری کنیم.

### خارج از کلاس

درباره‌ی روش‌های درست نگهداری نان از بزرگ‌ترها پرسید و به کلاس گزارش دهید.

### علم و زندگی

پیش‌بینی کنید در آینده چه تغییراتی در روش‌های تولید نان به وجود خواهد آمد.

مثلاً در تولید نان از موادی استفاده کنند تا همیشه تازه بماند.

اهمیت و ارزش نان و احترام به آن را به فرزندان خود گوشزد کنید و روش درست مصرف کردن نان را به آن‌ها بیاموزید.

