

Unità d'Apprendimento

I cinque colori nel piatto



UdA – I cinque colori nel piatto

PRESENTAZIONE DELL'UDA AI DOCENTI

Questa proposta di UdA è rivolta agli alunni delle classi 3° e delle classi 4° degli Istituti professionali Alberghieri – *declinazione Enogastronomia*.

La presente UdA risponde pienamente alla nuova visione dell'Istruzione professionale proposta dal D.Lgs. 61/2017 che considera tali Istituti “*scuole territoriali dell'innovazione, aperte e concepite come laboratori di ricerca, sperimentazione ed innovazione didattica*” (art. 1, c.2).

Lo scopo dell'UdA è triplice:

- porre l'attenzione sull'alimentazione e la prevenzione oncologica, stimolando gli alunni ad acquisire modelli alimentari più salutaris per sé e da proporre nella professione enogastronomica;
- fare apprendere agli alunni un metodo per valorizzare gli ingredienti del territorio, che parte dalla ricerca e dallo studio della materia prima, con le sue origini, la sua storia, il suo utilizzo in cucina e le sue proprietà nutrizionali;
- sviluppare negli alunni la capacità di progettare correttamente una ricetta (in questo caso: definizione dell'ingrediente vegetale principale, di una o più tecniche gastronomiche, di un aroma peculiare e degli altri elementi del piatto e della presentazione) tenendo conto di vincoli imposti, come quelli di valorizzare un ingrediente locale e proporre un piatto utile nella prevenzione oncologica.

Possibili ampliamenti e variazioni

L'Unità di Apprendimento si presta a molteplici piccole variazioni, in base alla disponibilità e alla progettualità del consiglio di classe. Se ne indicano alcune:

- introdurre anche la presentazione del piatto nella seconda lingua (docente di seconda lingua);
- calcolare il costo piatto (docente di Diritto e Tecniche Amministrative);
- realizzare una semifinale per scegliere un numero limitato di alunni (per esempio 8-10) che accederanno al concorso vero e proprio (docente di Laboratorio di cucina).

Da una parte questa modalità penalizza gli studenti meno brillanti, dall'altra permette agli alunni finalisti di mettere meglio a punto il piatto, oltre che a velocizzare la fase finale del concorso;

- realizzare un concorso di Istituto fra tutte le classi 3° o 4° selezionando per ogni classe le 2-3 ricette meglio realizzate di “cinque colori nel piatto” e che maggiormente valorizzino le proprietà salutistiche in riferimento alla prevenzione oncologica.

Criteri di valutazione del concorso

Nei criteri di valutazione del concorso si è voluto porre l'accento sul percorso progettuale e sulla capacità espositiva dello studente, sia per dare rilevanza alla parte di preparazione al concorso e alla prevenzione oncologica (che rimane l'obiettivo di fondo), sia per caratterizzare la figura professionale di Enogastronomo, che deve essere in grado dar valore a ciò che prepara.

È possibile variare indicatori e punteggi, ma senza snaturare l'idea-guida dell'UdA (che non vuole essere solamente una fra le tante gara di cucina che si effettuano negli Istituti Alberghieri).

Titolo dell'UdA

I CINQUE COLORI NEL PIATTO.

Concorso gastronomico interno all'Istituto

Presentazione sintetica	L'acquisizione di buone pratiche inerenti la prevenzione oncologica difficilmente è realizzabile con il solo studio teorico, ma passa dal mettersi in gioco in prima persona: una gara tra compagni può essere una modalità coinvolgente e altamente significativa sotto l'aspetto professionale.
Monte ore complessivo	33 ore
Insegnamenti coinvolti	<ul style="list-style-type: none"> • Disciplina referente: Laboratorio di cucina (Lab.C.) • Discipline concorrenti: Scienza e cultura dell'alimentazione (Sc.A.), Italiano, Inglese
Compito di realtà	<p>Nell'ambito di un concorso interno alla classe (o all'Istituto) dovrai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizzare una "scheda ingrediente" scegliendo un prodotto del territorio di origine vegetale; • progettare un piatto che valorizzi l'ingrediente vegetale individuato, motivandone le proprietà salutistiche, con particolare riferimento alla prevenzione oncologica; • realizzare il piatto in laboratorio per 4 persone e presentarlo alla commissione in italiano e in lingua inglese.

Competenze di riferimento e saperi essenziali

Competenze	Saperi essenziali
<p><i>Area di indirizzo</i></p> <p>1. Utilizzare tecniche tradizionali e innovative di lavorazione, di organizzazione, di commercializzazione dei servizi e dei prodotti enogastronomici promuovendo le nuove tendenze alimentari ed enogastronomiche</p> <p>4. Predisporre prodotti coerenti con il contesto e le esigenze della clientela, perseguendo obiettivi di qualità, redditività e favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili e equilibrati</p>	<p><i>Scienza dell'alimentazione</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prevenzione oncologica e alimentazione • La regola dei cinque colori • La stagionalità di frutta e verdura <p><i>Laboratorio di cucina</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ingredienti vegetali del territorio, analisi e compilazione di schede specifiche • La progettazione di una ricetta e la compilazione della scheda tecnica di un piatto • Tecniche gastronomiche di lavorazione tradizionali e innovative
<p><i>Area generale</i></p> <p>2. Gestire l'interazione comunicativa, orale e scritta, con particolare attenzione al contesto professionale e al controllo dei lessici specialistici.</p> <p>5. Utilizzare la lingua straniera per produrre semplici e brevi testi orali e scritti utilizzando il lessico specifico, per descrivere situazioni e presentare esperienze e per interagire in situazioni semplici e di routine e partecipare a brevi conversazioni</p>	<p><i>Asse dei linguaggi – italiano</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Il testo regolativo: la stesura di una ricetta • La denominazione del piatto e gli stili comunicativi (stile descrittivo-narrativo, stile ermetico-suggestivo) <p><i>Asse dei linguaggi – inglese (e/o 2° lingua)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentazione in lingua di un piatto
<p><i>Competenze chiave europee</i></p> <p>3.b. Competenza in scienze, tecnologie e ingegneria</p> <p>5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare</p>	

Piano delle attività

Fasi	Descrizione	Ore	Didattica	Esiti/Evidenze	Disciplina
1	Presentazione dell'UDA e raccolta delle aspettative degli studenti	2	Coinvolgimento attivo degli studenti rispetto alla tematica	Raccolta lista domande degli studenti	Compresenza Lab.C. e Sc.A.
2	Prevenzione oncologica e alimentazione: i concetti fondamentali La stagionalità dei prodotti ortofrutticoli	5	Lezione frontale e consegna materiali didattici "Prevenzione oncologica e alimentazione", "La regola dei cinque colori" e "La stagionalità dei prodotti ortofrutticoli" (documenti 1, 2 e 3)	Risultati dell'esercitazione	Scienza e cultura dell'alimentazione
3	Gli ingredienti tipici di origine vegetale del territorio	2	Gli alunni, suddivisi in gruppi di 4-5, eseguono una ricerca sui principali ingredienti di origine vegetale presenti sul territorio, avvalendosi di libri di cucina del territorio e schede sui prodotti reperibili in Internet.	Elenco ingredienti individuati	Compresenza Lab.C. e Sc.A.
4	I documenti tecnici: la stesura di una "scheda ingrediente" e la redazione di una ricetta	3	Lezione frontale del docente ed esercitazioni.	Esercitazioni	Italiano
5	Scelta dell'ingrediente e compilazione della relativa scheda	3	Individuati gli ingredienti tipici vegetali del territorio, ogni alunno ne sceglie uno che ritiene possa dare un apporto alla prevenzione oncologica. Mediante una breve ricerca, compila la scheda ingrediente (scheda 1)	Scheda ingrediente <i>valutazione in:</i> - Italiano - Lab.C. - Sc.A.	Scienza e cultura dell'alimentazione Italiano
6	Progettazione di una ricetta: scelta dell'ingrediente vegetale principale, di una o più tecniche gastronomiche, di un aroma dominante, degli altri elementi del piatto e della presentazione	3	Lezione frontale del docente. Esercitazioni a gruppi su schede fornite dal docente (scheda 2). Analisi e commento in aula dei lavori svolti.	Risultati dell'esercitazione	Laboratorio di cucina Compresenza Lab.C. e Sc.A.
7	Progettazione individuale di una ricetta "5 colori" e redazione della scheda tecnica di un piatto	3	Lavoro individuale con specificazione delle motivazioni gastronomiche e delle motivazioni salutistiche e di prevenzione oncologica (scheda 3)	Scheda tecnica del piatto <i>valutazione in:</i> - Italiano - Lab.C. - Sc.A.	Compresenza Lab.C. e Sc.A. Italiano
8	Presentazione di un piatto in lingua inglese	2	Lezione frontale sulle modalità di presentazione. Esercitazione di gruppo e individuale	Esercitazione	Lingua inglese

9	Concorso: realizzazione in laboratorio dei piatti ideati dalla classe	8	In base alle postazioni di laboratorio la classe è suddivisa in 2 o 3 gruppi (che lavoreranno a turno). Ogni alunno individualmente realizza il proprio piatto per 4 persone in un tempo massimo di 2,5 ore. Al termine presenta il piatto alla Commissione in italiano e in inglese	Piatto realizzato Esposizione in italiano Esposizione in inglese	Laboratorio di cucina <i>Giuria:</i> <i>D.S. e docenti di:</i> - <i>Lab. Cucina</i> - <i>Sc. Cultura Alimentazione</i> - <i>Italiano</i> - <i>Inglese</i>
10	Relazione individuale sulle attività e autovalutazione	2	Mentre un gruppo è in laboratorio, l'altro inizia la stesura della relazione finale, che completerà dopo avere presentato il piatto, insieme alla scheda di autovalutazione	Relazione finale e scheda di autovalutazione	Italiano Inglese Scienza e cultura dell'alimentazione Laboratorio di cucina

Valutazione

Fasi	Elementi di valutazione	Strumenti
2	Conoscenze basilari sulla prevenzione oncologica. Principi di base sulla correlazione cibo e prevenzione dei tumori Esercizio sul documento "La regola dei 5 colori"	Verifica di Scienza e cultura dell'alimentazione
5	Italiano: lessico e correttezza del testo Scienza dell'alimentazione: completezza dei punti 1, 2, 5, 6 della scheda Lab. cucina: completezza dei punti 3, 4 della scheda	Scheda ingrediente
7	Italiano: lessico e correttezza del testo Scienza dell'alimentazione: precisione e completezza delle informazioni tecniche relative all'oggetto dell'UdA Lab. cucina: precisione e completezza della ricetta del piatto	Scheda tecnica del piatto
9	Valorizzazione della prevenzione oncologica Processo di lavoro: igiene, sicurezza, organizzazione Prodotto realizzato: aspetto, gusto Presentazione in italiano: proprietà di linguaggio, capacità comunicative Presentazione in inglese: proprietà di linguaggio, capacità comunicative	Scheda di valutazione del concorso
10	Relazione individuale sulle attività e autovalutazione	Rubrica di valutazione dell'UdA

Scheda di consegna per gli alunni

Titolo UdA **I cinque colori nel piatto**

Cosa si chiede di fare

In questa UdA avrai la possibilità metterti in gioco personalmente partecipando a un concorso di cucina che intende focalizzare l'attenzione sulla prevenzione oncologica attraverso la valorizzazione di un ingrediente vegetale del territorio.

Quali prodotti realizzare

Nelle varie fasi dell'UdA dovrai realizzare numerose prove scritte e pratiche:

- una ricerca di gruppo ricerca sui principali ingredienti di origine vegetale presenti sul territorio;
- esercitazioni di scrittura di schede ingredienti e di ricette
- compilazione di una scheda ingrediente (allegata);
- progettazione di una ricetta adatta alla prevenzione oncologica a base dell'ingrediente vegetale scelto e redazione della scheda tecnica
- esercitazione di presentazione di un piatto in lingua inglese
- gara professionale in laboratorio, con l'esecuzione per 4 persone del piatto che hai progettato in un tempo massimo di 2,5 ore. Al termine presenterai il piatto alla commissione in italiano e in inglese
- redazione della relazione individuale sulle attività e della scheda di autovalutazione

Quali sono gli scopi e le motivazioni (per quali apprendimenti)

Lo scopo prioritario è quello di acquisire un modello alimentare attento alla salute e in particolare alla prevenzione oncologica al fine di proporlo anche ai tuoi futuri clienti durante la tua professione enogastronomica. Contemporaneamente imparerai a valorizzare i prodotti tipici del tuo territorio e a progettare correttamente una ricetta stando dentro dei vincoli prefissati (in questo caso: utilizzo principale di un ingrediente vegetale del territorio e realizzazione di un piatto adatto alla prevenzione oncologica).

Con quali modalità

Gli argomenti sono introdotti da lezioni frontali.

Seguono lavori di gruppo, lavori personali ed esercitazioni pratiche in cucina.

Tempi e insegnamenti coinvolti

Per la realizzazione delle attività sono previste 33 ore complessive, concentrate in circa 2 mesi.

Gli insegnamenti coinvolti sono i seguenti: Laboratorio di cucina, Scienza e cultura dell'alimentazione, Italiano, Inglese.

Risorse a disposizione

Avrete a disposizione i libri di testo, materiali forniti dai docenti, accesso a Internet, libri di cucina del nostro territorio.

Cosa viene valutato e con quali criteri

La maggior parte delle attività prevede un elaborato che può essere un test disciplinare, un'esercitazione, una scheda da compilare, ecc.: ogni tuo lavoro verrà valutato dal docente nella sua disciplina e nelle modalità che vi comunicherà prima dell'inizio dell'attività (in qualche caso lo stesso elaborato verrà valutato da più docenti).

Nel **concorso** verranno valutati i seguenti aspetti:

- 20 punti: **inerenza alla tematica** (motivazioni salutistiche con particolare riferimento alla prevenzione oncologica, valorizzazione dell'ingrediente vegetale del territorio).
Per accedere alle valutazioni successive, occorre una valutazione almeno pari a 12, altrimenti il piatto è fuori concorso
- 10 punti: **scheda tecnica** del piatto (precisione, terminologia, chiarezza di esposizione)
- 20 punti: **tecnica di esecuzione in cucina** (organizzazione e precisione, igiene di lavorazione, cottura e finitura, rispetto della tempistica)
- 10 punti: **presentazione del piatto alla giuria** (aspetto estetico, abbinamenti di forme, colori e consistenze, originalità della presentazione)
- 20 punti: **degustazione** (corretta temperatura di servizio, esaltazione dell'ingrediente vegetale principale, equilibrio del gusto e del profumo, gradevolezza complessiva)
- 10 punti: **esposizione in italiano del piatto alla commissione** (presentazione del piatto, motivazioni delle scelte e capacità di valorizzazione del prodotto, riferimenti alla prevenzione oncologica)
- 10 punti: **esposizione in inglese del piatto alla commissione** (presentazione del piatto, riferimenti alla prevenzione oncologica)

Per la **valutazione sommativa** dell'UdA gli elementi di valutazione riguardano la prova del concorso (sia pratica, sia la capacità di presentare e di fornire le opportune motivazioni del lavoro svolto in italiano e in inglese), l'interesse e la partecipazione alle attività, il comportamento, la relazione finale e la tua autovalutazione.

Traccia per la relazione individuale

Descrivi sinteticamente l'attività svolta e analizza i seguenti punti:

- indica come avete svolto il compito assegnato al gruppo e qual è stato il tuo contributo;
- illustra quali problemi hai dovuto affrontare nell'elaborazione progettuale e come li hai risolti;
- specifica che cosa hai imparato da questa UdA e quali aspetti ti hanno più coinvolto;
- ritieni che il percorso svolto ti possa essere stato d'aiuto nel migliorare il tuo modello di alimentazione in un'ottica di prevenzione e nella tua professione futura?
- hai trovato connessioni tra le discipline (comprese quelle di area generale) e la tua futura professione?
- spiega quali parti dell'UdA vorresti approfondire meglio.

Scheda di autovalutazione

Al termine dell'UdA attribuisce un valore alle principali competenze su cui hai lavorato apponendo una crocetta sul livello corrispondente.

AREA DI INDIRIZZO			
1. Utilizzare tecniche tradizionali e innovative di lavorazione, di organizzazione, di commercializzazione dei servizi e dei prodotti enogastronomici promuovendo le nuove tendenze alimentari ed enogastronomiche			
Indicatore: Hai compreso il rapporto che c'è tra alimentazione e prevenzione oncologica, con particolare riferimento ai benefici apportati dai vegetali e dai fitocomposti in essi contenuti?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho compreso esattamente il rapporto tra alimentazione e prevenzione oncologica e ho colto pienamente i benefici apportati dai vegetali e dai fitocomposti in essi presenti	Ha compreso il rapporto tra alimentazione e prevenzione oncologica e ho colto i benefici apportati dai vegetali e dai fitocomposti in essi presenti	Ho compreso gli elementi essenziali alla base del rapporto tra alimentazione e prevenzione oncologica, ho colto i principali i benefici apportati dai vegetali e ricordo buona parte dei fitocomposti in essi presenti	Ho conoscenze lacunose sul rapporto alimentazione e prevenzione oncologica e non ho colto pienamente i benefici apportati dai cereali o dai fitocomposti in essi presenti
Indicatore: La ricetta che hai progettato promuove la prevenzione oncologica e valorizza un prodotto vegetale del territorio?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho progettato la ricetta con chiarezza e cura dei particolari, integrandola con varie annotazioni in riferimento alla prevenzione oncologica. Ritengo di avere proposto valide modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio	Ho progettato la ricetta in modo adeguato e con buona precisione, integrandola con annotazioni in riferimento alla prevenzione oncologica. Ritengo di avere proposto adeguate modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio	Ho progettato la ricetta con qualche difficoltà, ma sono riuscito a inserire gli elementi essenziali e a integrarla con qualche annotazione sulla prevenzione oncologica. Ritengo di avere proposto modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio migliorabili, ma complessivamente accettabili	Ho progettato la ricetta aiutato dal docente, anche se in modo approssimativo, con una terminologia non esatta e inserendo solo brevi cenni alla prevenzione oncologica. Ho faticato a proporre autonomamente modalità di valorizzazione dei prodotti del territorio

AREA DI INDIRIZZO			
4. Predispone prodotti coerenti con il contesto e le esigenze della clientela, perseguendo obiettivi di qualità, redditività e favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili e equilibrati			
Indicatore: Durante il concorso hai realizzato il piatto utilizzando corrette procedure di lavorazione in cucina?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Conosco approfonditamente le procedure di lavorazione in cucina e le ho applicate scrupolosamente e con sicurezza ai processi di lavoro per realizzare il piatto	Ho una buona conoscenza delle procedure di lavorazione in cucina e le ho applicate con discreta capacità ai processi di lavoro per realizzare il piatto	Conosco a grandi linee le procedure di lavorazione in cucina e le ho applicate in modo sufficientemente adeguato ai processi di lavoro per realizzare il piatto	Ho alcune lacune sulle procedure di lavorazione in cucina e ho incontrato difficoltà nell'applicarle in modo organizzato ai processi di lavoro per realizzare il piatto

Indicatore: Pensi che il piatto che hai realizzato sia soddisfacente e ritieni che risponda alla necessità di diffondere stili alimentari salutistici?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Il piatto è curato nei dettagli, la qualità sensoriale è ottima, la temperatura di servizio è corretta e rispetta pienamente i canoni di stili alimentari salutistici della prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è buona, la qualità organolettica è apprezzabile e la temperatura di servizio è adeguata o corretta. Il piatto rientra nei canoni della prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è sufficientemente apprezzabile, la qualità organolettica è abbastanza adeguata. Il piatto richiama alcuni aspetti inerenti la prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è poco apprezzabile nelle forme o nei colori, la qualità organolettica è poco soddisfacente (per accostamento di ingredienti o sapidità o cotture errate). Il piatto ha qualche aspetto inerente la prevenzione oncologica

AREA GENERALE			
2. Gestire l'interazione comunicativa, orale e scritta, con particolare attenzione al contesto professionale e al controllo dei lessici specialistici			
Indicatore: Hai presentato correttamente il piatto alla giuria, con i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho presentato il piatto in modo articolato e fluido, con proprietà di linguaggio, utilizzando termini tecnici e professionali, arricchendo l'esposizione con contributi personali e con diffusi riferimenti alla prevenzione oncologica.	Ho presentato il piatto in modo adeguato, con una buona proprietà di linguaggio e utilizzando termini tecnici e professionali; ho arricchito l'esposizione con qualche contributo personale e con riferimenti alla prevenzione oncologica.	Ho presentato il piatto in modo essenziale, mostrando qualche difficoltà espositiva e con un lessico professionale di base. Ho fatto qualche riferimento alla prevenzione oncologica.	Ho presentato il piatto con difficoltà, mostrando incertezze e difficoltà nella costruzione corretta della frase e con un lessico professionale minimo. Ho faticato a evidenziare i riferimenti alla prevenzione oncologica.

AREA GENERALE			
5. Utilizzare la lingua straniera per produrre semplici e brevi testi orali e scritti utilizzando il lessico specifico, per descrivere situazioni e presentare esperienze; per interagire in situazioni semplici e di routine e partecipare a brevi conversazioni			
Indicatore: Hai presentato il piatto in lingua inglese alla giuria, facendo anche i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho utilizzato un linguaggio articolato, con corretto utilizzo di termini specifici e tecnici e ho esposto pienamente ai punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Ho avuto buona padronanza del linguaggio e dei termini specifici e tecnici e ho esposto ai punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Ho utilizzato un linguaggio standard con minimi apporti di tipo specifico e tecnico, esponendo in modo essenziale ai punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Ho utilizzato un linguaggio essenziale o lacunoso, con pochi apporti di tipo specifico e tecnico, commettendo errori e improprietà. Non ho esposto tutti i punti richiesti

COMPETENZE EUROPEE			
7. Competenza imprenditoriale			
Indicatore: Complessivamente ritieni di avere progettato e organizzato in modo efficace e creativo le diverse attività?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho pianificato e organizzato le attività con sistematicità, individuando le priorità, scegliendo le soluzioni a più vantaggiose e apportando alcuni elementi di creatività	Ho pianificato e organizzato le attività con una certa logica e in modo complessivamente appropriato. Ritengo di avere scelto soluzioni adeguate, talvolta creative	Ho pianificato e organizzato le attività più semplici in modo accettabile, mentre non ho incontrato qualche difficoltà in quelle più complesse. Ho scelto soluzioni talvolta adeguate, altre volte meno	Ho pianificato e organizzato le attività ricorrendo all'aiuto del docente e ho incontrato difficoltà a realizzarle in modo coerente. Ho difficoltà a formulare soluzioni

COMPETENZE EUROPEE			
5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare			
Indicatore: Ritieni che quanto hai appreso possa esserti utile anche in altri contesti professionali?			
Livello avanzato <input type="checkbox"/>	Livello intermedio <input type="checkbox"/>	Livello base <input type="checkbox"/>	Livello iniziale <input type="checkbox"/>
Ho riflettuto su ciò che ho imparato, cogliendo appieno i nuclei fondamentali delle attività e ritengo di essere in grado di trasferire conoscenze e abilità acquisite in altri contesti	Ho riflettuto su ciò che ho imparato cogliendo a grandi linee gli aspetti fondamentali delle attività e ritengo di saper trasferire in buona parte le conoscenze acquisite in altri contesti	Ho colto a grandi linee gli aspetti fondamentali delle attività svolte, ma incontro qualche difficoltà a trasferire le conoscenze in altri contesti	Incontro difficoltà a riflettere sul lavoro svolto per arrivare a cogliere aspetti fondamentali e trasferibili in altri contesti.

Punti di forza del lavoro eseguito

.....

.....

.....

.....

.....

Punti di debolezza del lavoro eseguito

.....

.....

.....

.....

.....

Scheda dei prodotti tipici di origine vegetale del territorio

(tratto e adattato da: P. Gentili, *Alta professionalità in cucina*, Edizioni Calderini, in pubblicazione)

Alunno _____ Classe _____ Data _____

Denominazione del prodotto _____

1	Cenni storici e uso tradizionale: <ul style="list-style-type: none"> • storia e origini del prodotto; • introduzione nel territorio; • eventuali elementi culturali legati al prodotto 	
2	Eventuali marchi di riconoscimento: <ul style="list-style-type: none"> • DOP, IGP, PAT, De.C.o. o altro riconoscimento 	
3	Elementi di qualità all'acquisto: <ul style="list-style-type: none"> • principali cultivar e caratteristiche; • valutazione della freschezza; • classificazioni in uso (dimensioni, peso); • stagionalità 	
4	Utilizzo nella tradizione: <ul style="list-style-type: none"> • abbinamenti con altri ingredienti; • tipi di cottura; • ricette tipiche 	
5	Profilo nutrizionale: <ul style="list-style-type: none"> • kcal; • contenuto in proteine, lipidi, glucidi; • fibra; • vitamine, sali minerali 	
6	Valore nella prevenzione oncologica: <ul style="list-style-type: none"> • presenza di fitocomposti a effetto salutistico; • apporto nella prevenzione oncologica 	

Scheda di progettazione di una ricetta: guida pratica per gli alunni

(tratto e adattato da: P. Gentili, *Alta professionalità in cucina*, Edizioni Calderini, in pubblicazione)

La progettazione di una ricetta non segue un unico schema: può nascere da un'idea, da un'intuizione, da un ricordo, dalla ricerca costante, dallo studio di combinazioni di sapori, dalla sperimentazione o da altre modalità.

Quando ancora non si ha grande esperienza in cucina, può essere d'aiuto seguire un percorso guidato, che si può sviluppare nel seguente modo o con le varianti suggerite dai tuoi docenti.

1. Definire l'ingrediente di base

La scelta dell'ingrediente può essere libera oppure avere vincoli come in questo caso: un ingrediente vegetale del territorio che sia di aiuto nella prevenzione oncologica.

Tra le diverse possibilità ci si può lasciare attrarre dall'ingrediente che più stimola la fantasia: è vantaggioso conoscerlo bene sia nel sapore, sia nella lavorabilità (sapere ciò come reagisce alla conservazione, alla cottura, ecc.).

2. Analizzare aromi e sapori dominanti

L'analisi sensoriale dell'ingrediente porta a definire quali siano le sue caratteristiche. Si ricorda che i sapori fondamentali sono 5: dolce, salato, acido, amaro e umami, ai quali possiamo aggiungere il piccante per l'effetto forte e immediato che provoca nel cavo orale.

3. Armonizzazione con altri ingredienti e aromi

Successivamente occorre porsi la domanda: con quali altri sapori può possa armonizzarsi?

Inizialmente può essere di aiuto la tradizione. Prendiamo, per esempio, l'ingrediente "pomodoro rosso": ha un sapore tendente al dolce, ma acidulo, con un'elevata presenza di sali. Nell'insalata caprese viene abbinato con la mozzarella (di sapore dolce) e il basilico (di sapore pungente e amarognolo). Nel pomodoro cotto aumenta la sensazione acida, per cui si abbina perfettamente con un ingrediente pastoso e tendente al dolce, come può essere la pasta asciutta, il pane e la pizza.

Ragionando sugli abbinamenti tradizionali, per analogia si possono individuare altre combinazioni di sapore che possono essere interessanti e che vanno provate.

4. Definire le tecniche di preparazione e di cottura

Dopo avere scelto aromi e altri ingredienti che si armonizzano con l'ingrediente di base occorre scegliere:

- una o due tecniche di preparazione, che possono variare dai semplici tagli (julienne, macedonia, ecc.), alle marinate, alla fermentazione, alla trasformazione in purea, all'uso del sifone ecc.;
- una tecnica di cottura dominante (arrostimento, bollitura, ecc.) ed eventualmente una che riguarda un elemento secondario (può essere la frittura o l'essiccamento di un elemento del piatto)

5. Pensare alla finitura e alla presentazione

Nell'immaginarsi il piatto finito si deve fare mente locale sulle forme degli ingredienti, sui colori, sullo sviluppo orizzontale o verticale del piatto, per immaginare il risultato finale ed eventuali correzioni da apportare alla ricetta.

Se questi passaggi possono sembrare complessi, inizialmente si può partire ponendo l'attenzione soprattutto sugli abbinamenti più tradizionali e procedere apportando piccole varianti.

(per la Giuria)

Scheda di valutazione del Concorso

Criteri di valutazione del concorso	Punti max	Punteggio
Inerenza alla tematica <ul style="list-style-type: none"> - Motivazioni salutistiche con particolare riferimento alla prevenzione oncologica - Valorizzazione dell'ingrediente vegetale del territorio <p><i>N.B. Per accedere alle valutazioni successive, occorre una valutazione almeno pari a 12, altrimenti il piatto è fuori concorso</i></p>	20	
Scheda tecnica del piatto <ul style="list-style-type: none"> - Precisione, terminologia, chiarezza espositiva 	10	
Tecnica di esecuzione in cucina <ul style="list-style-type: none"> - Tecnica di preparazione: organizzazione, precisione, igiene - Tecnica di cottura: organizzazione, precisione, igiene - Tecnica di finitura/impiattamento: organizzazione, precisione, igiene - Rispetto della tempistica 	20	
Presentazione del piatto alla giuria <ul style="list-style-type: none"> - Aspetto estetico - Abbinamenti di forme, colori, consistenze - Originalità della presentazione 	10	
Degustazione <ul style="list-style-type: none"> - Corretta temperatura di servizio - Esaltazione dell'ingrediente vegetale principale - Equilibrio del gusto e del profumo, gradevolezza complessiva 	20	
Esposizione del piatto alla commissione (in italiano) <ul style="list-style-type: none"> - Presentazione del piatto - Motivazioni delle scelte e capacità di valorizzazione del prodotto - Riferimenti alle prevenzione oncologica 	10	
Esposizione del piatto alla commissione (in inglese) <ul style="list-style-type: none"> - Presentazione del piatto - Riferimenti alle prevenzione oncologica 	10	
Punteggio totale	100	

Rubrica di valutazione dell'UdA "I CINQUE COLORI NEL PIATTO"

AREA DI INDIRIZZO					
1. Utilizzare tecniche tradizionali e innovative di lavorazione, di organizzazione, di commercializzazione dei servizi e dei prodotti enogastronomici promuovendo le nuove tendenze alimentari ed enogastronomiche					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Conoscenza del rapporto tra alimentazione e prevenzione oncologica, con particolare riferimento ai benefici apportati dai vegetali</i>	Conosce approfonditamente il rapporto alimentazione e prevenzione oncologica, coglie pienamente i benefici apportati dai vegetali e dai fitocomposti in essi presenti	Ha una buona conoscenza del rapporto alimentazione e prevenzione oncologica, coglie in modo soddisfacente i benefici apportati dai vegetali e dai fitocomposti in essi presenti	Conosce in modo essenziale il rapporto alimentazione e prevenzione oncologica, coglie i principali i benefici apportati dai vegetali, ricordando buona parte dei fitocomposti in essi presenti	Ha conoscenze lacunose sul rapporto alimentazione e prevenzione oncologica, non sempre coglie i benefici apportati dai cereali o dai fitocomposti in essi presenti	
<i>Progettazione di una ricetta che promuova la prevenzione oncologica e valorizzi un prodotto vegetale del territorio</i>	Progetta la ricetta con chiarezza e cura dei particolari, integrandola con articolate annotazioni in riferimento alla prevenzione oncologica. Propone brillanti modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio	Progetta la ricetta con adeguata chiarezza e buona precisione, integrandola con annotazioni in riferimento alla prevenzione oncologica. Propone adeguate modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio	Progetta la ricetta con in modo superficiale, inserendo gli elementi essenziali e integrandola con qualche annotazione sulla prevenzione oncologica. Propone modalità di valorizzazione gastronomica dei prodotti del territorio migliorabili, ma accettabili	Se guidato dal docente, progetta la ricetta, pur se in modo approssimativo, con una terminologia non esatta e con brevi cenni alla prevenzione oncologica. Deve essere sollecitato per proporre modalità di valorizzazione dei prodotti del territorio	

AREA DI INDIRIZZO					
4. Predisporre prodotti coerenti con il contesto e le esigenze della clientela, perseguendo obiettivi di qualità, redditività e favorendo la diffusione di abitudini e stili di vita sostenibili e equilibrati					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Realizzazione del piatto mediante corrette procedure di lavorazione in cucina</i>	Conosce approfonditamente le procedure di lavorazione in cucina e le applica scrupolosamente e con sicurezza ai processi di lavoro	Ha una buona conoscenza delle procedure di lavorazione in cucina e le applica ai processi di lavoro con discreta capacità	Conosce a grandi linee le procedure di lavorazione in cucina e le applica in modo sufficientemente adeguato ai processi di lavoro	Ha conoscenze lacunose sulle procedure di lavorazione in cucina e incontra difficoltà nell'applicarle in modo organizzato ai processi di lavoro	
<i>Piatto realizzato nell'ottica della diffusione di stili alimentari salutistici</i>	Il piatto è curato nei dettagli, la qualità sensoriale è ottima, la temperatura di servizio è corretta e rispetta pienamente i canoni di stili alimentari salutistici della prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è buona, la qualità organolettica è apprezzabile e la temperatura di servizio è adeguata o corretta. Il piatto rientra nei canoni della prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è sufficientemente apprezzabile, la qualità organolettica è abbastanza adeguata. Il piatto richiama alcuni aspetti inerenti la prevenzione oncologica	La presentazione del piatto è poco apprezzabile nelle forme o nei colori, la qualità organolettica è poco soddisfacente (per accostamento di ingredienti o sapidità o cotture errate). Il piatto ha qualche aspetto inerente la prevenzione oncologica	

AREA GENERALE					
2. Gestire l'interazione comunicativa, orale e scritta, con particolare attenzione al contesto professionale e al controllo dei lessici specialistici					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Redazione di testi tecnici quali la scheda ingrediente, la scheda tecnica del piatto e la relazione finale</i>	Scrive testi tecnici corretti sul piano morfosintattico e ortografico, precisi e ordinati sul piano metodologico, completi rispetto ai contenuti richiesti. La relazione è completa ed esaustiva	Scrive testi generalmente corretti sul piano morfosintattico e ortografico, precisi e complessivamente completi rispetto ai contenuti richiesti. La relazione è completa	Scrive testi semplici ed essenziali sul piano morfosintattico, sufficientemente precisi e accettabili nei contenuti. La relazione è abbastanza adeguata	Scrive testi non sempre corretti e coerenti sul piano morfosintattico e compie errori ortografici, poco precisi e poco ordinati, con contenuti non sempre adeguati. La relazione non tocca tutti i punti richiesti	
<i>Presentazione del piatto alla giuria, con i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica</i>	Presenta il piatto in modo articolato e fluido, con proprietà di linguaggio, utilizzando termini tecnici e professionali, arricchendo l'esposizione con contributi personali e con diffusi riferimenti alla prevenzione oncologica	Presenta il piatto in modo adeguato, con una buona proprietà di linguaggio e utilizzando termini tecnici e professionali; arricchisce l'esposizione con qualche contributo personale e con riferimenti alla prevenzione oncologica	Presenta il piatto in modo essenziale, mostrando qualche difficoltà espositiva; mostra di possedere un lessico professionale di base. Fa qualche riferimento alla prevenzione oncologica	Presenta il piatto con difficoltà, mostrando incertezze e difficoltà nella costruzione corretta della frase. Mostra di possedere un lessico professionale minimo e fatica a porre in evidenza i riferimenti alla prevenzione oncologica	

AREA GENERALE					
5. Utilizzare la lingua straniera per produrre semplici e brevi testi orali e scritti utilizzando il lessico specifico, per descrivere situazioni e presentare esperienze; per interagire in situazioni semplici e di routine e partecipare a brevi conversazioni					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Presentazione del piatto in lingua inglese alla giuria, con i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica</i>	Ha un linguaggio articolato, con corretto utilizzo di termini specifici e tecnici; espone pienamente i punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Ha buona padronanza del linguaggio e dei termini specifici e tecnici; espone i punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Utilizza un linguaggio standard con minimi apporti di tipo specifico e tecnico; espone in modo essenziale ai punti richiesti, compresa la prevenzione oncologica	Utilizza un linguaggio essenziale o lacunoso, con pochi apporti di tipo specifico e tecnico, commettendo errori e improprietà. Non espone tutti i punti richiesti	

COMPETENZE EUROPEE					
7. Competenza imprenditoriale					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Progettazione delle attività</i>	Pianifica le attività con sistematicità e individua le priorità, analizza e sceglie le soluzioni ritenute più vantaggiose, le adotta e ne valuta i risultati	Pianifica le attività con una certa logica e in modo complessivamente appropriato, è consapevole delle scelte che effettua	Pianifica le attività più semplici in modo accettabile, esprime semplici argomentazioni per motivare le sue scelte, ma non sempre adotta le migliori soluzioni	Pianifica le attività solo se aiutato e spesso incontra difficoltà a ordinarle in modo coerente, prova a formulare soluzioni solo se sollecitato	
<i>Organizzazione del lavoro, gestione delle informazioni e delle difficoltà</i>	Organizza in modo efficace compiti e incarichi rispettando modalità concordate e tempi assegnati. Utilizza correttamente e proficuamente gli ambienti di apprendimento e le strumentazioni disponibili. Si trova a suo agio nell'affrontare le crisi e sceglie strategie adeguate per superarle	Organizza in modo adeguato compiti e incarichi rispettando modalità e tempi concordati. Utilizza correttamente gli ambienti di apprendimento e le strumentazioni disponibili. È in grado di affrontare i momenti di crisi e cerca strategie per superarle	Se guidato porta a conclusione compiti e incarichi, non sempre rispettando modalità concordate e tempi assegnati. Utilizza in modo sufficientemente corretto gli ambienti di apprendimento e le strumentazioni disponibili. Affrontare i momenti di crisi tentando di superarli	E' incerto e incostante nel portare a conclusione compiti e incarichi e ha difficoltà a rispettare modalità e tempi concordati. Affronta con scarsa consapevolezza il lavoro di gruppo ed è incerto negli ambienti di apprendimento. Nei momenti di crisi entra in confusione e delega la ricerca di soluzioni	

COMPETENZE EUROPEE					
5. Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare					
Indicatore	Livello avanzato 4	Livello intermedio 3	Livello base 2	Livello iniziale 1	Liv.
<i>Imparare a imparare</i>	Riflette su ciò che ha imparato e sul proprio lavoro, cogliendo appieno il processo personale svolto. Mira a un miglioramento continuo e trasferisce le conoscenze in altri contesti	Riflette su ciò che ha imparato e sul proprio lavoro, cogliendo a grandi linee il processo personale svolto. È in grado di trasferire conoscenze in altri contesti	Coglie gli aspetti essenziali di ciò che ha imparato mostrando un certo senso critico. Aiutato dal docente riesce a trasferire conoscenze in altri contesti	Presenta un atteggiamento operativo, con scarsa capacità di riflessione sul proprio lavoro. Anche se aiutato, ha difficoltà a trasferire conoscenze in altri contesti	
<i>Scheda di autovalutazione</i>	Ha ottime capacità di autovalutazione del lavoro compiuto, dei metodi utilizzati e degli stati d'animo, utilizzando spirito critico e rilevando punti di forza e di debolezza	Ha consapevolezza del lavoro svolto, dei metodi utilizzati e degli stati d'animo connessi al lavoro compiuto, riconoscendo punti di forza e di debolezza	Se guidato coglie le criticità e i punti di forza rispetto al lavoro compiuto, ai metodi utilizzati e agli stati d'animo connessi al lavoro compiuto	Ha bisogno di supporto per valutare il lavoro compiuto, i metodi utilizzati e gli stati d'animo connessi al lavoro compiuto, non riuscendo sempre a cogliere punti di forza e di debolezza	

Quadro riassuntivo dei livelli raggiunti

(¹)	Indicatori	Livello 4	Livello 3	Livello 2	Livello 1	Livello conseguito ²⁾
1. C.I.	Conoscenza del rapporto tra alimentazione e prevenzione oncologica, con particolare riferimento ai benefici apportati dai vegetali					
	Progettazione di una ricetta che promuova la prevenzione oncologica e valorizzi un prodotto vegetale del territorio					
4. C.I.	Realizzazione del piatto mediante corrette procedure di lavorazione in cucina					
	Piatto realizzato nell'ottica della diffusione di stili alimentari salutistici					
2. C.G.	Redazione di testi tecnici quali la scheda ingrediente, la scheda tecnica del piatto e la relazione finale					
	Presentazione del piatto alla giuria, con i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica					
5. C.G.	Presentazione del piatto in lingua inglese alla giuria, con i dovuti riferimenti alla prevenzione oncologica					
7. C.E.	Progettazione delle attività					
	Organizzazione del lavoro, gestione delle informazioni e delle difficoltà					
5. C.E.	Imparare a imparare					
	Scheda di autovalutazione					
Punteggio complessivo						____/24

¹) Legenda: il numero fa riferimento all'ordine in cui sono elencate le competenze negli atti legislativi, mentre per le abbreviazioni: CI = Competenza di indirizzo; CG = Competenza generale; CE = Competenza chiave europea

²) Nel definire il livello conseguito si possono considerare anche le singole prove disciplinari effettuate nel corso dell'UdA, in particolare nei casi in cui la valutazione sia incerta tra due livelli