

## Σχέδιο Μαθήματος: Παρασκευή Χαλουμιού

**Μάθημα:** Γαστρονομία / Διεθνής Κουζίνα

**Επίπεδο Τάξης:** Μαθητές Μαγειρικής

**Διάρκεια:** Περίπου 2,5 - 3 ώρες

**YouTube Video Link:** [Watch the Halloumi Cheese Making Process](#)

### Στόχοι

- **Γνώση:** Κατανόηση της παραδοσιακής διαδικασίας παραγωγής χαλουμιού και της επιστήμης πίσω από την πήξη του γάλακτος.
- **Δεξιότητες:** Εκμάθηση τεχνικών παρασκευής τυριού, όπως θέρμανση, κοπή τυροπήγματος, πρεσάρισμα τυριού και μαγείρεμα χαλουμιού.
- **Προδιάθεση:** Ανάπτυξη εκτίμησης για τις παραδοσιακές κυπριακές συνταγές και τις τεχνικές παρασκευής χειροποίητων τροφίμων.

### Απαραίτητα Υλικά

#### Συστατικά

- 4 λίτρα κατσικίσιο γάλα
- 2 λίτρα πρόβειο γάλα
- 1/4 κουταλάκι του γλυκού υγρή πυτιά, αραιωμένη σε 1/4 φλιτζάνι μη χλωριωμένο νερό

#### Εξοπλισμός

- Μεγάλη κατσαρόλα
- Θερμόμετρο (για υγρά, μέχρι 100°C)
- Μακρύ μαχαίρι (για κοπή τυροπήγματος)
- Τρυπητή κουτάλα
- Τουλπάνι
- Τρυπητό ή καλούπι για τυρί
- Πρέσα τυριού ή βαρύ αντικείμενο (για πρεσάρισμα τυριού)
- Μεζούρες και κουτάλια
- Εστία ή πηγή θέρμανσης
- Αποστειρωμένος και καθαρός χώρος εργασίας

## Διάγραμμα Μαθήματος

### 1. Εισαγωγή (15 λεπτά)

- **Συζήτηση για εξοικείωση:** Ρωτήστε τους μαθητές ποια τυριά γνωρίζουν ή έχουν δοκιμάσει. Παρουσιάστε το χαλούμι, ένα παραδοσιακό κυπριακό τυρί, και συζητήστε την ιστορία και τις χρήσεις του.
- **Παρουσίαση Στόχων:** Εξηγήστε τι θα μάθουν και τι θα πετύχουν οι μαθητές στο τέλος του μαθήματος, συμπεριλαμβανομένων των τεχνικών παρασκευής τυριού.

### 2. Ασφάλεια και Υγιεινή (10 λεπτά)

- Σημασία της υγιεινής κατά την εργασία με γαλακτοκομικά προϊόντα.
- Επίδειξη σωστού πλυσίματος χεριών, απολύμανσης σκευών και χειρισμού υλικών.
- Δώστε έμφαση στη σημασία της ακρίβειας στη διαχείριση της πυτιάς και των θερμοκρασιών του γάλακτος.

### 3. Η Επιστήμη της Παραγωγής Τυριού (10 λεπτά)

- **Διάλεξη:** Εξηγήστε τον ρόλο της πυτιάς στην πήξη του γάλακτος και πώς διαφορετικές θερμοκρασίες επηρεάζουν τη διαδικασία.
- **Κύριες Έννοιες:**
  - Πήξη των πρωτεϊνών του γάλακτος.
  - Η διαφορά μεταξύ τυροπήγματος και ορού γάλακτος.
  - Παραδοσιακή έναντι βιομηχανική παραγωγή τυριού.

### 4. Μαγειρική Δραστηριότητα: Παρασκευή Χαλούμιού

#### α. Θέρμανση του Γάλακτος (15 λεπτά)

- **Οδηγίες:**
  - Συνδυάστε 4 λίτρα κατσικίσιο γάλα και 2 λίτρα πρόβειο γάλα σε μεγάλη κατσαρόλα.
  - Ζεστάνετε το γάλα σε μέτρια-χαμηλή φωτιά μέχρι να φτάσει περίπου στους 32°C.
- **Συζήτηση:**
  - Η σημασία της σταδιακής θέρμανσης για την αποφυγή καψίματος του γάλακτος.
  - Πώς το κατσικίσιο και το πρόβειο γάλα επηρεάζουν τη γεύση και την υφή του τυριού.

## β. Προσθήκη Πυτιάς (5 λεπτά)

- **Οδηγίες:**
  - Ρίξτε την αραιωμένη πυτιά στο γάλα ανακατεύοντας απαλά.
  - Ζεστάνετε το γάλα μέχρι τους 38°C, ανακατεύοντας περιστασιακά.
  - Αφαιρέστε από τη φωτιά και αφήστε το μείγμα να καθίσει ακίνητο για 30-40 λεπτά μέχρι να σχηματιστεί ένα καθαρό τυρόπηγμα.
- **Συζήτηση:**
  - Τι είναι η "καθαρή τομή" και πώς να την ελέγξετε.
  - Πώς η πυτιά πήζει τις πρωτεΐνες του γάλακτος.

## γ. Κοπή του Τυροπήγατος (10 λεπτά)

- **Οδηγίες:**
  - Χρησιμοποιήστε ένα μακρύ μαχαίρι για να κόψετε το τυρόπηγμα σε μικρούς κύβους, περίπου 1-2 εκατοστά.
- **Συζήτηση:**
  - Πώς η κοπή επηρεάζει την υφή και την υγρασία του τυριού.
  - Η σημασία της ομοιομορφίας στο μέγεθος των κύβων για σταθερό μαγείρεμα.

## δ. Μαγείρεμα του Τυροπήγατος (30 λεπτά)

- **Οδηγίες:**
  - Επιστρέψτε την κατσαρόλα στη φωτιά και ζεστάνετε απαλά τους κύβους στους 42°C.
  - Ανακατεύετε περιστασιακά για να μην κολλήσουν.
  - Διατηρήστε αυτή τη θερμοκρασία για 20-30 λεπτά.
- **Συζήτηση:**
  - Ο ρόλος της θερμότητας στην περαιτέρω αποβολή ορού γάλακτος από το τυρόπηγμα.
  - Τεχνικές ανάδευσης για ομοιόμορφο μαγείρεμα.

### ε. Στραγγάλισμα του Τυροπήγματος (1-2 ώρες παθητικός χρόνος)

- **Οδηγίες:**
  - Χρησιμοποιήστε μια τρυπητή κουτάλα για να μεταφέρετε το τυρόπηγμα σε τρυπητό ή καλούπι στρωμένο με τουλπάνι.
  - Αφήστε το τυρόπηγμα να στραγγίξει για 1-2 ώρες μέχρι να γίνει σφιχτό.
- **Συζήτηση:**
  - Πώς το στραγγάλισμα επηρεάζει την τελική υφή του τυριού.
- Παραδοσιακές χρήσεις του ορού γάλακτος σε άλλες συνταγές.

### φ. Πρεσάρισμα του Τυριού (2-4 ώρες παθητικός χρόνος)

- **Οδηγίες:**
  - Τοποθετήστε βάρος πάνω από το τυρί για να το πιέσετε.
  - Πιέστε το τυρί για 2-4 ώρες μέχρι να διατηρήσει το σχήμα του.
- **Δραστηριότητα:** Κατά την αναμονή της πήξης του τυριού, οι μαθητές μπορούν να ετοιμάσουν γαρνιτούρες ή πλαϊνά για να σερβίρουν αργότερα με το χαλούμι.
- **Συζήτηση:**
  - Πώς το πρεσάρισμα αφαιρεί επιπλέον υγρασία και δίνει στο χαλούμι την χαρακτηριστική του σφριγηλότητα.

## 5. Μαγείρεμα και Δοκιμή Χαλουμιού (30 λεπτά)

### α. Μαγείρεμα Χαλουμιού (15 λεπτά)

- **Οδηγίες:**
  - Κόψτε το τυρί σε φέτες.
  - Ψήστε ή τηγανίστε το χαλούμι μέχρι να γίνει χρυσαφένιο εξωτερικά και μαλακό εσωτερικά.
- **Δραστηριότητα:** Οι μαθητές να μαγειρέψουν και να δοκιμάσουν τις δικές τους δημιουργίες χαλλουμιού
- **Συζήτηση:**
  - Η μοναδική υφή του χαλουμιού και γιατί δεν λιώνει κατά το μαγείρεμα.
  - Γευστικοί συνδυασμοί και προτάσεις σερβιρίσματος.

### Αξιολόγηση

- **Συμμετοχή:** Ενεργή συμμετοχή σε κάθε βήμα της διαδικασίας παρασκευής τυριού.
- **Πρακτικές Δεξιότητες:** Ικανότητα μέτρησης, θέρμανσης, κοπής και πρεσαρίσματος του τυριού με ακρίβεια.
- **Έλεγχος Γνώσεων:** Ζητήστε από τους μαθητές να εξηγήσουν τη διαδικασία και τις βασικές έννοιες που έμαθαν κατά τη διάρκεια του μαθήματος.
- **Αναστοχασμός:** Ενθαρρύνετε τους μαθητές να μοιραστούν τις εμπειρίες ή τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν κατά την παρασκευή του χαλουμιού.

### Κλείσιμο (10 λεπτά)

- **Ανακεφαλαίωση:** Επισκόπηση της διαδικασίας παρασκευής τυριού, από τη θέρμανση του γάλακτος έως το πρεσάρισμα και το ψήσιμο του χαλουμιού.
- **Συζήτηση:** Προσκαλέστε τους μαθητές να μοιραστούν τι τους άρεσε περισσότερο από τη διαδικασία και να δώσουν προτάσεις για βελτίωση.
- **Ενθάρρυνση:** Προτείνετε να δοκιμάσουν να φτιάξουν χαλούμι στο σπίτι ή να πειραματιστούν με διαφορετικές γεύσεις και συνοδευτικά.

### Επεκτάσεις

- **Εργασία** Ερευνήστε άλλα τυριά που παρασκευάζονται με παρόμοιες τεχνικές (π.χ. πανίρ, ρικότα) και γράψτε μια σύγκριση.
- **Μαγειρικό Έργο:** Δημιουργήστε μια συνταγή χρησιμοποιώντας το χαλούμι ως βασικό συστατικό, όπως ένα σάντουιτς, σαλάτα ή ορεκτικό.

### Πηγές

- **Έντυπα:**
  - Οδηγός βήμα προς βήμα για την παρασκευή χαλουμιού με εικόνες.
  - Γλωσσάριο όρων τυροκομίας (π.χ. πυτιά, τυρόπηγμα, ορός γάλακτος).
- **Προτεινόμενη Ανάγνωση:**
  - Άρθρα για την ιστορία και τη πολιτιστική σημασία του χαλουμιού στην κυπριακή κουζίνα.
  - Βίντεο που δείχνουν παραδοσιακές τεχνικές παρασκευής τυριού.

### Σημειώσεις για τον Εκπαιδευτή

- **Προετοιμασία:** Βεβαιωθείτε ότι όλα τα υλικά και ο εξοπλισμός είναι διαθέσιμα και αποστειρωμένα πριν από το μάθημα.
- **Σκέψεις Ασφαλείας:** Επιβλέπετε τους μαθητές κατά το χειρισμό ζεστών υγρών και αιχμηρών μαχαιριών.
- **Προσαρμογές:** Για ένα ταχύτερο μάθημα, προετοιμάστε εκ των προτέρων το τυρόπηγμα και δείξτε τα βήματα του πρεσαρίσματος και του ψησίματος.