

gedurende 90 minuten

profielvak Groen – CSPE GL

onderdeel A

Naam kandidaat _____ Kandidaatnummer _____

Dit onderdeel bestaat uit 7 opdrachten.

Voor dit onderdeel zijn maximaal 21 punten te behalen.

Voor elk opdrachtnummer staat hoeveel punten met een goede uitvoering behaald kunnen worden.

Overzicht examen

Het cspe bestaat uit drie onderdelen.

In het overzicht staat hoeveel punten je per onderdeel kunt behalen en welke opdrachten je gaat uitvoeren in dit onderdeel.

onderdeel	punten	opdrachten
A	21	<ul style="list-style-type: none">– een spinaziestamppot bereiden– custardpudding bereiden– aardbeiensaus bereiden en vlaflip samenstellen– terugkijken op de bereiding– °Brix meten– vragen beantwoorden– voedingswaarden berekenen
B	29	
C	50	

Inleiding

Het bedrijf Hartig is een voedselverwerkingsbedrijf dat peutermaaltijden maakt. Je werkt bij Hartig en helpt mee bij het ontwikkelen van een nieuwe peutermaaltijd. De peutermaaltijd bestaat uit een spinaziestamppot en een vlaflip.



Voor de nieuwe peutermaaltijd ga je een spinaziestamppot bereiden en een vlaflip samenstellen. Tijdens het stomen van de grondstoffen voor de stamppot, begin je alvast met de bereiding van de custardpudding. Je wordt ook beoordeeld op de manier waarop je werkt.

extra nodig:

- stoommandje
- rond bakje met deksel (inhoud 250 ml)

grondstoffen:

- water
- 80 g verse spinazie
- 50 g geschilde aardappel
- 25 g kipfilet
- 10 g kruidenroomkaas
- 5 ml halfvolle melk
- 3 ml zonnebloemolie
- 2 g verse knoflook

7p 1

Bereid de spinaziestamppot.

- Snijd de aardappel in blokjes en snijd de knoflook in plakjes.
- Kook de kipfilet in een apart pannetje met water.
- Stoom de aardappel, knoflook en spinazie met 100 ml water.
- Snijd de kipfilet fijn.
- Doe de gestoomde en gekookte grondstoffen samen met de rest van de grondstoffen in een mengkom.
- Prak alles met een vork tot een gelijkmatige massa.
- Vul het ronde bakje af met deze spinaziestamppot.
- Codeer en bewaar het bakje met spinaziestamppot op de juiste wijze.

Om de vlaflip samen te kunnen stellen, ga je eerst pudding op basis van custard en een aardbeiensaus maken. Wanneer de vlaflip klaar is, kijk je terug op de bereiding van de spinaziestamppot en de vlaflip. Daarna meet je de °Brix van de zelfbereide aardbeiensaus en de °Brix van aardbeiensaus uit de winkel.

extra nodig:

- verpakking custardpoeder

grondstoffen:

- custardpoeder
- suiker
- 120 ml halfvolle melk

- 3p **2** Bereken de hoeveelheid custardpoeder en suiker die nodig is. Je gebruikt 120 ml melk voor de custardpudding. Gebruik de informatie op de verpakking van de custardpoeder. Schrijf de berekeningen op. Geef je antwoord in één decimaal.

berekening custardpoeder:.....
..... gram

berekening suiker:.....
..... gram

Laat je werk beoordelen.

Bereid de custardpudding.

- Meng 20 ml melk met de custardpoeder.
- Meng 100 ml melk met de suiker en breng dit mengsel aan de kook.
- Voeg al roerend het custardpoedermengsel toe.
- Laat het geheel al roerend zachtjes koken.
- Giet de pudding op een bord en dek de pudding zó af dat de vershoudfolie de pudding overal raakt.
- Codeer en bewaar de pudding op de juiste wijze tot verder gebruik.

Welke kwaliteitsafwijking kan pudding krijgen als je hem niet luchtdicht afdekt?

.....
.....

extra nodig:

- rond bakje met deksel (inhoud 125 ml)

grondstoffen:

- 50 g aardbeien
- 50 g zelfbereide custardpudding
- 50 g halfvolle yoghurt

- 2p **3** Bereid de aardbeiensaus en stel de vlaflip samen.
- Maak van de aardbeien met een zeef en een vork een saus.
 - Houd een beetje saus apart voor de meting.
 - Giet in het bakje eerst de custardpudding, dan de yoghurt en giet daarbovenop de aardbeiensaus.
 - Codeer en bewaar de vlaflip op de juiste wijze.

- 2p **4** Kijk terug op de bereiding van de spinaziestamppot en de vlaflip. Beantwoord de vragen. Beoordeel jezelf zo eerlijk mogelijk: beschrijf hoe het echt is gegaan, ook als iets minder goed ging. Je haalt punten als jouw beoordeling hetzelfde is als die van de examinerator.

Heb je tijdens de bereiding van de spinaziestamppot en vlaflip hygiënisch gewerkt?

- ja
- nee

Leg met een voorbeeld uit waarom wel of niet.

.....

.....

Heb je bij het bereiden van de spinaziestamppot en vlaflip efficiënt gewerkt?

- ja
- nee

Leg met een voorbeeld uit waarom wel of niet.

.....

.....

Zijn er nog andere verbeterpunten voor de bereiding van de spinaziestamppot en vlaflip?

- ja
- nee

Als je **ja** hebt aangekruist, schrijf je het verbeterpunt op.
Schrijf ook op hoe je het de volgende keer anders doet, zodat dit beter gaat. Schrijf een ander voorbeeld op dan bij de vorige vragen.

.....

.....

.....

Als je **nee** hebt aangekruist, schrijf je een voorbeeld op van wat goed ging. Schrijf een ander voorbeeld op dan bij de vorige vragen.

.....

.....

.....

nodig:

- refractometer
- zelfbereide aardbeiensaus
- aardbeiensaus uit de winkel

2p **5** Meet de °Brix van jouw zelfbereide aardbeiensaus en de °Brix van de aardbeiensaus uit de winkel en schrijf deze op.

°Brix zelfbereide aardbeiensaus:

°Brix aardbeiensaus uit de winkel:

Waardoor wijkt de °Brix van de zelfbereide aardbeiensaus af van de °Brix van de aardbeiensaus uit de winkel?

.....
.....
.....

Welke aardbeiensaus heeft een langere houdbaarheid? Licht je antwoord toe.

.....
.....

Peuters zijn gevoelig voor voedselvergiftiging en voedselinfectie. Daarom is het belangrijk om extra op de voedselveiligheid te letten tijdens de bereiding van de peutermaaltijd.

3p **6** Beantwoord de vragen.

Een voedselvergiftiging heeft niet dezelfde oorzaak als een voedselinfectie.

Waardoor wordt een voedselvergiftiging veroorzaakt?

.....
.....

Waardoor wordt een voedselinfectie veroorzaakt?

.....
.....

De symptomen (ziekteverschijnselen) van voedselinfecties en voedselvergiftigingen zijn hetzelfde. Schrijf **drie** symptomen op.

.....
.....
.....

Veilig met voedsel omgaan kan een voedselinfectie en voedselvergiftiging voorkomen.

Schrijf **vier** maatregelen en/of handelingen op die tijdens de bereiding van de peutermaaltijd het risico op een voedselinfectie en voedselvergiftiging verkleinen.

.....
.....
.....
.....
.....

Deze opdracht gaat over de grondstoffen van de spinaziestamppot die je gemaakt hebt bij opdracht 1.

informatie

- Van 80 gram verse spinazie blijft 65 gram over na bereiding.
- Van 25 gram kipfilet blijft 17 gram over na bereiding.

2p 7 Hoeveel gram spinaziestamppot heb je in totaal gemaakt wanneer je uitgaat van de grondstoffen en bovenstaande informatie?
Ga uit van: 1 ml = 1 g. Schrijf de berekening op.

.....

.....

De voedingswaardetabel hoort bij de rest van opdracht 7 die op de volgende bladzijde staat.

voedingswaardentabel												
	energie	energie	water	eiwitten	koolhydraten	suikers	vetten	verzadigd	enkelvoudig	meervoudig	cholesterol	vezels
per 100 g	kcal	KJ	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	g
spinazie	15	63	93,6	2,5	0,6	0,4	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0
gestoomde aardappel	82	346	77,4	2,0	17	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	2,5
gestoomde kipfilet	157	658	65,0	30	0,0	0,0	4,0	1,5	1,0	0,7	35	0,0
kruiden-roomkaas	326	1366	56,4	8,0	2,5	2,5	32,1	22,1	8,0	0,8	58	0,0
halfvolle melk	46	194	89,3	3,4	4,8	4,8	1,5	0,9	0,3	0,0	5,0	0,0
zonnebloemolie	883	3696	0,0	0,0	0,2	0,0	99,8	14,5	75,5	9,5	0,0	0,0
verse knoflook	140	589	63,9	6,0	28	22	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0

Bereken voor spinazie en gestoomde aardappel de waarden die ontbreken in de tabel.

Vul de ontbrekende voedingswaarden in de tabel in.

Bereken daarna de totalen.

Ga uit van: 1 ml = 1 g. Rond je antwoorden af op één decimaal.

voedingswaarden per portie spinaziestamppot voor de peutermaaltijd				
	energie	eiwitten	koolhydraten	vetten
	kcal	g	g	g
spinazie		1,6		0,2
gestoomde aardappel		1,0		0,1
gestoomde kipfilet	26,7	5,1	0,0	0,7
kruidenroomkaas	32,6	0,8	0,3	3,2
halfvolle melk	2,3	0,2	0,2	0,1
zonnebloemolie	26,5	0,0	0,0	3,0
verse knoflook	2,8	0,1	0,6	0,0
totaal				

Als je klaar bent met dit onderdeel lever je alle documenten in.