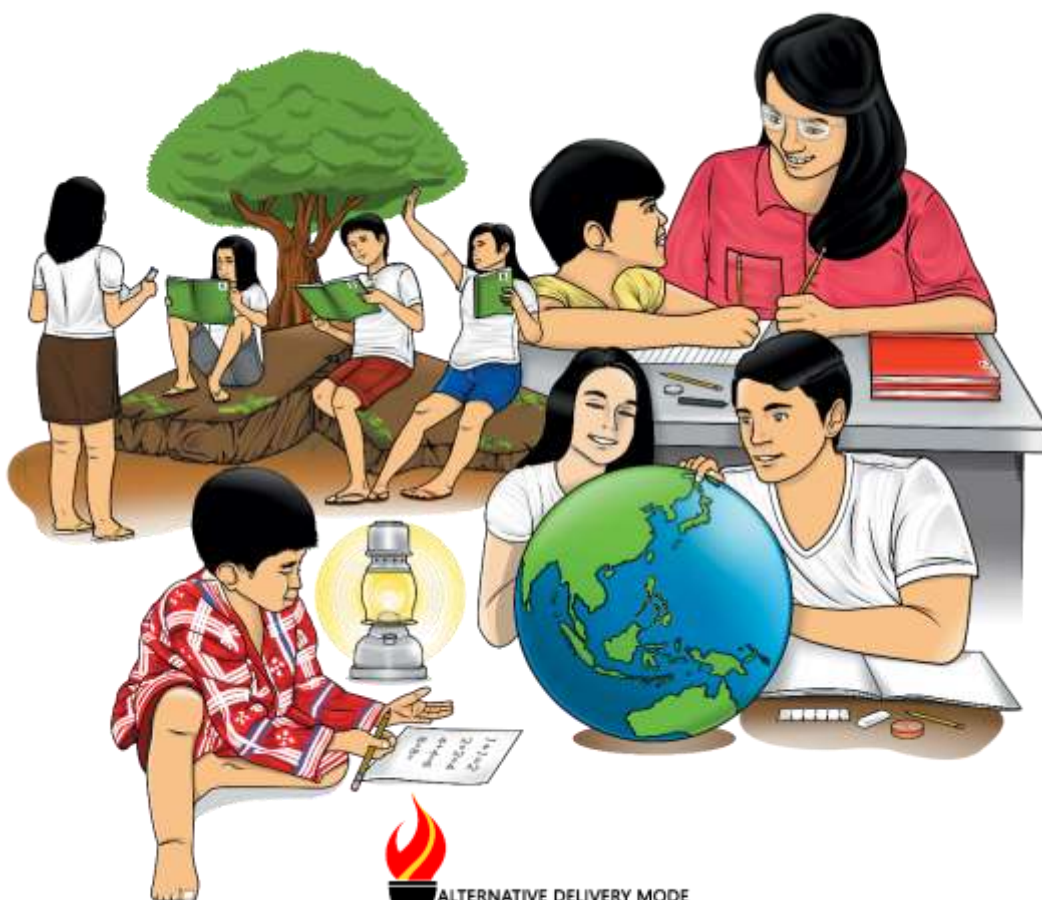


Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan

Home Economics– Modyul 10: Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain



**Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan – Ikalimang Baitang
Alternative Delivery Mode
Home Economics – Modyul 10: Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain
Unang Edisyon, 2020**

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayunpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa aklat na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anumang gamit maliban sa aklat na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anumang bahagi ng materyal na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anumang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon
Kalihim: Leonor Magtolis Briones
Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Elvira G. Morpos
Editor: Idah M. Sayre, Gary B. Mosquito
Tagasuri: Annie Vir D. Tariao
Tagalapat: Junrell R. Lora
Tagapamahala:
Ramir B. Uytico
Arnulfo M. Balane
Rosemarie M. Guino
Joy B. Bihag
Ryan R. Tiu
Lani H. Cervantes
Alejandro S. Almendras
Maria Pia B. Chu
Allan O. Celedonio
Imelda A. Amodia

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – SDO - Region VIII

Office Address: Government Center, Candahug, Palo, LEyte

Telefax: 053 832 2997

E-mail Address: region8@deped.gov.ph

Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan

**Home Economics – Modyul 10:
Kaakit-akit na Paghahanda
ng Pagkain**

Paunang Salita

Ang *Self-Learning Module* o SLM na ito ay maingat na inihanda para sa ating mag-aaral sa kanilang pag-aaral sa tahanan. Binubuo ito ng iba't ibang bahagi na gagabay sa kanila upang maunawaan ang bawat aralin at malinang ang mga kasanayang itinakda ng kurikulum.

Ang modyul na ito ay may inilaang Gabay sa Guro/Tagapagdaloy na naglalaman ng mga paalala, pantulong o estratehiyang magagamit ng mga magulang o kung sinumang gagabay at tutulong sa pag-aaral ng mga mag-aaral sa kani-kanilang tahanan.

Ito ay may kalakip na paunang pagsusulit upang masukat ang nalalaman ng mag-aaral na may kinalaman sa inihandang aralin. Ito ang magsasabi kung kailangan niya ng ibayong tulong mula sa tagapagdaloy o sa guro. Mayroon ding pagsusulit sa bawat pagtatapos ng aralin upang masukat naman ang natutuhan. May susi ng pagwawasto upang makita kung tama o mali ang mga sagot sa bawat gawain at pagsusulit. Inaasahan namin na magiging matapat ang bawat isa sa paggamit nito.

Pinapaalalahanan din ang mga mag-aaral na ingatan ang SLM na ito upang magamit pa ng ibang mangangailangan. Huwag susulatan o mamarkahan ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit lamang ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.

Hinihikayat ang mga mag-aaral na makipag-ugnayan agad sa kanilang guro kung sila ay makararanas ng suliranin sa pag-unawa sa mga aralin at paggamit ng SLM na ito.

Sa pamamagitan ng modyul na ito at sa tulong ng ating mga tagapagdaloy, umaasa kami na matututo ang ating mag-aaral kahit wala sila sa paaralan.



Alamin

Maraming paraan ang paghahanda ng nilutong pagkain sa hapag-kainan. Dapat na maging kaakit-akit ang itsura ng pagkain upang magustuhan ng taong pagdudulutan. Maaaring gawin ito sa pamamagitan ng paglalagay ng palamuting gulay, prutas o sarsa sa ibabaw ng pagkain o gilid nito na tinawag nating “*Plating*”.

Sa modyul na ito, ikaw ay inaasahang:

Naihahanda nang kaakit-akit ang nilutong pagkain sa hapag-kainan (food presentation)



Subukin

A. Piliin sa loob ng kahon ang salita na tinutukoy sa bawat bilang.

Isulat ang sagot sa kuwaderno

- | | | |
|---|---|-------|
| 1. Tumutukoy sa init at lamig. | - | _____ |
| 2. Nagpapaganda ng isang bagay. | - | _____ |
| 3. Nagpapasarap sa pagkain. | - | _____ |
| 4. Anyo ng isang bagay. | - | _____ |
| 5. Malambot o magaspang. | - | _____ |
| 6. Maginhawang gamitin kapag maraming bisita. | - | _____ |

lasa	anyo	kulay	tekstura
		hugis	buffet
temperatura			

B. Tukuyin ang iba't ibang estilo sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain.

Piliin sa kahon ang sagot.

- Anong estilo ang pinakamainam gamitin kapag maraming panauhin?
- Ano ang tawag sa pinakamahal at karaniwang estilo na ginagamit ng mga mayayaman na pamilya?
- Ano ang tawag sa serving dishes?
- Sa estilong ito makakakain agad ang panauhin pagkaupo sa hapag kainan, dahil nakaayos na ang pagkain sa bawat pinggan bago ilagay sa hapag-kainan.

Estilong Filipino	Estilong Blue plate
Estilong Russian	Estilong Buffet
	Estilong English

Aralin

1

Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain

Alam mo ba kung paano ang paghahanda ng pagkain na kaakit-akit? Nasubukan mo na ba ang ibat ibang estilo sa paghahanda?

Sa modyul na ito, matututunan mo ang paghahain ng kaakit-akit na pagkain at ang paglikha, pagsagawa at pagsabuhay ng kaalaman ng ibat ibang estilo sa pagdudulot nito.



Balikan

Tingnan natin ang galing mo sa pagtanda sa nakaraang aralin. Subuking sagutin ang gawain sa ibaba, ito ay tungkol sa wastong pangkalusugan at pangkaligtasan sa paghahanda ng pagkain.

Iguhit ang tala ★ kung ang pangungusap ay tumutukoy sa wastong pangkalusugan at pangkaligtasan sa paghahanda ng pagkain at ekis (X) kung hindi. Isulat ang sagot sa kwaderno.

1. Ilagay sa tamang lagayan ang pagkaing niluto at takpan ito.
2. Hugasang mabuti ang mga kamay bago at pagkatapos maghanda ng pagkain.
3. Magluto ng marami kahit tatlo lang kayong kakain.
4. Gumamit ng apron upang hindi madumihan ang damit at maglagay ng hairnet o bandana sa ulo.
5. Linisin at iligpit ang lahat ng gamit pagkatapos magluto.



Tuklasin

Ang mag-anak na Rosas ay naghahanda para sa pagdating ng kanilang kamag-anak mula Amerika. Naghanda sila ng makukulay na pagkain, may pula, berde, dilaw at lubhang kaakit-akit, gaya ng gelatin na hugis bituin. Iba't ibang ulam na masasarap ang lasa. May litson na malutong at iba't ibang tekstura ng pagkain. Mayroon ding estilong buffet ang inihanda nila dahil sa maraming kamag-anak ang dumalo. Nasisiyahan ang lahat sa mga inihandang pagkain lalo na't nagkakaisa sila sa unang pagkakataon.

Tanong:

Sino ang may handaan?

Ano-ano ang mga inihandang pagkain ng mag-anak na Rosas?

Anong estilo ang ginamit nila sa handaan?

Kung ang iyong pamilya ay may mga panauhin, tatanggapin niyo ba sila nang bukal sa loob? Ipaghahanda ba ninyo sila ng pagkaing kaakit-akit?



Suriin

Ang itsura ng pagkain ay kasinghalaga ng linamnam nito. Kung ang presentasyon ay kawili-wili, kahit simpleng putahe o ulam ang inihanda siguradong magugustuhan ito ng pagdudulutan.

Ang mga sumusunod ay dapat tandaan sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain:

1. Kulay

Kailangang makulay ang ihahandang pagkain upang ito ay kaakit-akit. Siguraduhing magkakatugma at magkakabagay sa isa't isa ang mga kulay, halimbawa ng kulay pula, berde at dilaw para sa gisadong gulay.

2. Lasa

Tiyaking hindi masyadong maalat, maanghang o matabang ang nilutong pagkain. Sapagkat ang ulam o pagkaing inihanda ang binubuo ng iba't ibang sangkap. Ang panlasa ng bawat tao ay iba-iba kaya ang pagbabagay ng panlasa ay naaayon sa nais ng taong kakain.

3. Hugis at anyo

Ang pagsama-sama ng iba't ibang hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain ay nagiging kaakit-akit lalo na sa mga bata. Partikular ang mga bata sa hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain. Halimbawa nito ang gelatin na hugis puso o di kaya hugis bituin.

4. Pagkakaiba-iba ng tekstura

Ang tekstura ay maaaring malambot o malutong, gaya ng kerot, pipino stick, mamasa-masa, malambot at chewy.

5. Temperatura

Ito ay maaring mainit at malamig. Ihain ang pagkaing malamig kung ito ay dapat na malamig gaya ng salad, at mainit kung ito ay dapat na mainit gaya ng sabaw o sopas (soup).

Dapat din gamitan ng iba't ibang estilo ang pagdudulot ng pagkain, gaya ng mga sumusunod:

1. Estilong Filipino



Makikita sa estilong ito na nakalagay sa bandehado o serving dishes at nakaayos sa gitna ng mesa ang mga pagkain. Ipapasa ang pagkain sa mga kumakain at naglalagay sa sariling pinggan.

2. Estilong English



Nakaayos ang pagkain sa harap ng host o punong-abala na siyang may handa. Siya ang naglalagay ng pagkain sa mga pinggan.

3. Estilong Blue Plate



Sa estilong ito, makakakain agad ang panauhin pagkaupo sa hapag kainan, dahil nakaayos na ang pagkain sa bawat pinggan bago ilagay sa hapag-kainan.

4. Estilong Russian



Ito ay isang pormal at pinakamahal na estilo. Tanging mayayamang pamilya ang gumagamit nito kapag may handaan sa bahay man o sa hotel.

5. Estilong Buffet



Kapag maraming panauhin ito ang karaniwan at pinakamaginhawang estilong ginagamit. Ang mga pagkain ay nakaayos sa mesa ang mga pinggan, kubyertos, tasa, platito at baso. Ang mga panauhin na ang siyang pipili at kukuha ng nais nilang pagkain.



Pagyamanin

Gawain 1

Basahin muli ang kaisipan sa Suriin. Alamin ang mga dapat isaalang-alang sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain. Kung naisaisip mo na ang mga ito, sagutin ang pagsubok sa ibaba. Simulan mo na!

Pagtatasa 1

Panuto: Isulat ang T kung tama at M kung mali ang ipinahayag sa bawat bilang. Isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Ang kaakit-akit na paghahanda ng nilutong pagkain ay kasinghalaga ng linamnam nito.
2. Hindi na kailangan ang tekstura ng pagkain sa paghahanda.
3. Ang mga bata ay partikular sa hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain.
4. Maging malikhain sa paghahanda ng pagkain sa hapag-kainan.
5. Kahit simpleng ulam ang ihahanda kailangan ang kaakit-akit na presentasyon nito.

Gawain 2

Gunitain sa iyong isipan ang larawan ng iba't ibang estilo sa pagdudulot ng pagkain. Naalala mo na ba? Isipin itong mabuti. May inihanda akong pagsubok sa ibaba at subukin mong tukuyin ang estilo sa pagdudulot.

Pagtatasa 2

Panuto: Tingnan ang mga larawan sa ibaba at tukuyin kung anong estilo sa pagdudulot ng pagkain ang ginagamit. Isulat ang sagot sa kwaderno.

1.



2.



3.



4.



5.



Gawain 3

Pag-aralang mabuti ang mga larawan sa ibaba.

Larawan 1



Larawan 2



Pagtatasa 3

1. Ano ang iyong masasabi sa unang larawan?
2. Ano naman ang masasabi mo sa ikalawang larawan?
3. Paano mo gagawing kaaya-aya ang pagkain na nasa ikawang larawan? Iguhit ito sa iyong kuwaderno.



Isaisip

Sagutin ang sumusunod na tanong at isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Ano-ano ang dapat isaalang-alang sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain?
2. Ano ang kabutihang dulot ng paghahanda ng pagkain sa kaakit-akit na paraan?



Isagawa

Pumili ng isa sa sumusunod na gawain.

Malapit na ang pista sa inyong lugar at gusto mong tulungan ang iyong nanay sa paghahanda at pagdudulot ng pagkain.

- a. Iguhit sa kuwaderno ang isa sa mga pagkain na iyong inihanda o ihahanda pa at paano mo ito gagawing kaakit-akit.
- b. Tulungan ang iyong nanay sa paghahanda ng pagkain. Kunan ito ng larawan o video at isumite ito sa iyong guro sa pamamagitan ng messenger o kahit anong paraan ng social media.



Tayahin

A. Markahan ang iyong iginuhit o inihandang pagkain sa “Isagawa”. Gamitin ang rubrics sa ibaba.

Rubrics sa Paghahanda ng kaakit-akit na Pagkain

Kategorya	5	3	1
Lasa	masarap	di-gaanong masarap	Hindi masarap
Hugis/anyo/kulay	Kaakit-akit tingnan	Di-gaanong kaakit-akit tingnan	Hindi kaakit-akit
Kompletong sangkap at kagamitan	Lahat ng sangkap at kagamitan ay naihanda	Isang sangkap at kagamitan ang kulang	Dalawa hanggang tatlong sangkap at kagamitan ang kulang



Karagdagang Gawain

Magaling! Siguradong marami ka nang natutunan sa modyul na ito. Gamit ang internet o magasin, mangalap ng larawan na nagpapakita ng iba't ibang estilo sa pagdudulot ng pagkain sa paraang blue plate.



Susi sa Pagwawasto

➤ Pagkalap ng larawan na nagpapakita ng iba't-ibang pagdulot ng pagkain sa paraang blue plate.

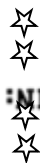
KARAGDAGANG GAWAIN:

1. Kulay, lasa, hugis o anyo, tekstura at temperatura.
2. Ang mga panauhin ay masayang kakain ng iyong inihanda.

ISAISIP:

- | | |
|------|------------------------|
| 1. T | 1. Estilong Russian |
| 2. M | 2. Estilong Buffet |
| 3. T | 3. Estilong English |
| 4. T | 4. Estilong Filipino |
| 5. T | 5. Estilong Blue plate |

Gawain 2



Gawain 1

PAGYAMANIN:

- 1.
- 2.
3. X
- 4.
- 5.

BALIKAN:

- Pinakamataas - 5
- Mataas - 3
- Mababa - 1

Rubrics

TAYAHIN:

1. Ang mag-anak na Rosas
2. Gelatin na hugis bituin
3. Estilong Buffet
4. Opo

TUKLASIN:

1. Ang mag- anak na Rosas.
2. Gelatin na hugis bituin,
3. Estilong Buffet

TUKASIN:

1. temperatura
2. kulay
3. lasa
4. hugis
5. tekstura
6. buffet

SUBKIN:

7. Estilong Buffet
8. Estilong Russian
9. Estilong Filipino
10. Estilong Blue plate

B.

Sanggunian

Curriculum Guide, EPP 5, EPP5HE-0J-30

Kaalaman at kasanayan tungo sa Kaunlaran pp.170-171

Gloria a. Peralta, EdD, Ruth A. Arsenue, Catalina R. Ipolan, Yolanda L. Quiambao,
Jeffrey D.de Guzman

TG IN EPP 5

http://media_cdn.tripadvisor.com/media/photo-s/0s/c8/ec/82

<http://pages.zdnet.com/AsiaBill/id8.html>

For inquiries or feedback, please write or call:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph