



# Les 1 Smaakmakers



+ 15 minuten per groepje in de proefhoek

## Doelen

De leerlingen:

- kunnen benoemen of een product zoet, zuur, zout of bitter smaakt
- weten dat je ook proeft door te ruiken, horen, voelen en kijken
- kunnen bij het proeven van een product aangeven hoe elk zintuig daarbij een rol speelt

## Materialen

- lepeltjes
- voor iedere leerling stukjes brood en een beker water
- 5 grote vellen papier
- bakjes of bordjes met de volgende 10 voedingsmiddelen: partjes sinaasappel, mayonaise, partjes zure appel, mosterd, pindakaas, radijsjes, kaas, honing, tomatenketchup en zilveruitjes, genoeg zodat elke leerling een hapje kan proeven
- oude tijdschriften
- [kopieerblad 1 en 2](#), voor iedere leerling een setje

## Vooraf

- Regel eventueel hulpouders voor deze les.
- Deze les wordt in twee delen gegeven. Deel één is tot en met de uitleg van de proefopdracht. Vervolgens gaan leerlingen in groepjes van vier aan de slag in de proefhoek. Als alle groepjes geweest zijn wordt de les afgesloten.



## Inleiding

### Zintuigen

Ga met de leerlingen na welke zintuigen de mens heeft (proeven: tong, ruiken: neus, voelen: vingers en mond, horen: oren, kijken: ogen). Schrijf alle zintuigen op het bord. Vraag de leerlingen hoe de zintuigen een rol spelen bij eten. Probeer met hen voorbeelden te bedenken bij ieder zintuig. Bijvoorbeeld: iets smaakt zoet (proeven), het ruikt verrukkelijk (ruiken), het voelt glibberig aan (voelen), het klinkt knapperig als je erop kauwt (horen), het ziet er lekker, kleurig uit (kijken).

Laat de leerlingen dan in vijf groepjes ieder één zintuig nemen. Met elkaar schrijven ze op hoe dit zintuig invloed heeft op de smaak. Ze kunnen er toepasselijke plaatjes uit oude tijdschriften of van internet bij plakken. Bijvoorbeeld eten dat er heel mooi uitziet, of juist beschimmeld (kijken), plaatjes waarbij iemand op een wortel kauwt (horen) of een plaatje waarbij iemand boven een pan ruikt (ruiken). Bespreek daarna samen wat voor dingen ze nu nog meer hebben bedacht. Hang de vellen op in de klas.

Bij de kern van de les gaan de leerlingen echt proeven. Vertel dat het belangrijk is hygiënisch te werken als je met eten bezig bent.

Laat alle leerlingen van tevoren hun handen wassen en geef zelf het goede voorbeeld. Leg ook de twee-lepel methode uit: Gebruik een schone lepel om iets uit een bakje of bordje te scheppen. Doe dit op je eigen proeflepel en steek die in je mond.

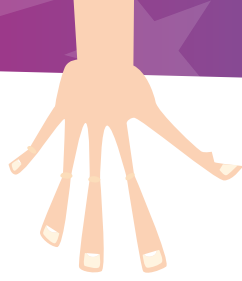
## Kern

### Proeverij

Zet tien bakjes klaar met de voedingsmiddelen. Zet daarnaast ook brood en water klaar, zodat de leerlingen tussen de voedingsmiddelen door een stukje brood en een slokje water kunnen nemen. Hiermee voorkom je dat de ene smaak de andere beïnvloedt.

Laat groepjes van vier leerlingen rouleren en om beurten in de "proefhoek" plaatsnemen. Laat elke leerling van elk voedingsmiddel een hapje nemen. Na ieder hapje nemen ze een stukje brood en een slokje water. Laat de leerlingen de tabel op [kopieerblad 1 en 2](#) invullen. Geef voorbeelden bij de vraag "Hoe voelt het in je mond?" Het kan bijvoorbeeld prikkelend voelen of knapperig, glad, droog, fris, glibberig, korrelig of sappig. Je hebt ook nog filmend. Dit betekent dat het eten in je mond een dun laagje achterlaat dat een beetje blijft plakken. Denk bijvoorbeeld aan olie en boter.





Kennen ze de hoofdsmaken nog? Zoet, zuur, zout en bitter? Hebben de leerlingen door dat sommige smaken een combinatie zijn van zoet en zuur of zout en bitter? ➡

Je hebt ook nog umami. Umami is Japans voor "Hmm, lekker!" Het zit in producten om ze een meer uitgesproken smaak geven. Voorbeelden hiervan zijn: Japanse sojasaus, koffie, zout, suiker, zeewier en vlees. Wanneer je een plakje tomaat met de Japanse sojasaus insmeert, zal de tomatensmaak sterker zijn. Dat is het umami-effect!

### Afsluiting

*Wat hebben we geproefd?*

Als alle groepjes geweest zijn, wisselen de leerlingen ervaringen met elkaar uit. Was het moeilijk om meer dan één smaak te herkennen bij ieder voedingsmiddel? Welke dingen vonden ze lekker? Zat er iets "umami" bij? Zat er iets bij dat "filmend" was?

### Werkvormen

Klassikaal

groepsgeprek, nabespreken

Groepjes

knutselen, proeven

### Combinatietip +

Vraag naar de Engelse benamingen voor de verschillende smaken (sweet, sour, salt, bitter) Kunnen de leerlingen dit? Daag hen dan uit om ook hun mening in de afsluiting in het Engels te verwoorden. (Vak: Engels)

### Lessuggesties uit het online inspiratieboek

Laat de leerlingen het Smaakinterview met een familielid houden of doe de opdracht Metaalsmaak, waarbij de leerlingen de extra hoofdsmaken metaalsmaak en zeepachtig leren kennen.

