

Odborné učilište Stavbárska 11, 036 80 Martin

Úlohy pre žiakov 2. PJ z odborného výcviku na obdobie

od 4.11. do 20.11.2020

1. Pečenie hovädzieho mäsa v celosti
2. Pečenie hovädzieho mäsa na porcie
3. Úprava hovädzích vnútorností
4. Teľacie mäso

1. Pečenie hovädzieho mäsa v celosti
 - Na internete nájdite postup prípravy pečeného hovädzieho mäsa v celku
2. Pečenie hovädzieho mäsa na porcie
 - Napíšte postup prípravy pečeného hovädzieho mäsa na porcie
3. Úprava hovädzích vnútorností
 - Čo patrí do hovädzích vnútorností
 - Ako sa pripravujú hovädzie držky
4. Teľacie mäso
 - Charakterizuj teľacie mäso
 - Ako pripravujeme jednotlivé časti teľacieho mäsa(varenie, dusenie...)

Úprava hovädzích vnútorností, vhodné doplnky a prílohy k jedlám.

K hovädzím vnútornostiam patria:

- jazyk, pečeň, brzlík, obličky, mozog, srdce, slezina, držky, pľúca
- k vedľajším častiam: miecha, chvost, býčie žľazy, tlama, vemeno a špik
- k skupine vnútorností a vedľajších častí patria tiež mäso z hlavy, pažeráka, nohy a krvavé odrezky
- mozog a miecha sa nesmú používať

Pokrmý z vnútorností sú biologicky hodnotné, obsahujú bielkoviny, nerastné látky a vitamíny.

Hovädzí jazyk

Podávame údený, alebo varený, olúpaný, nakrájaný priečne na porcie s rozličnými omáčkami, napríklad horčicovou, rajčiakovou, sardelovou alebo poľskou. Uvarený jazyk môžeme vyprážať. Údený jazyk podávame so zemiakovou kašou, hrachovou kašou, so šošovicou alebo zemiakovými knedľami a kapustou. Varený jazyk používame aj na výrobu studených predkrmov, pokrmov v aspiku a na plnenie mias.

Hovädzie obličky

Dusíme na cibuli.

Hovädzie držky

Dobre ich očistíme a potom uvaríme. Pri varení musíme prvú vodu zliať, aby sme odstránili typický pach držiek, potom pomaly varíme. Držky sa pri varení ľahko pripaľujú, preto na dno nádoby dávame vložku. Po uvarení držky

nakrájame na rezance. Najčastejšia úprava držíek- zaprávané držky na paprike, na sardele, s rajčiakovou omáčkou, vyprážené držky a držková polievka.

Hovädzie srdce

Upravujeme ho varením alebo dusením na slanine, na smotane, na víne.

Hovädzia pečeň

Pečeň používame na prípravu závariiek do hnedej polievky. Upravujeme z nej pečeňovú ryžu, knedličky, alebo halušky. Pečeň dusíme na slanine, na cibuli. Nepoužívame na prípravu minútkových pokrmov.

Hovädzia slezina

Používame ju na prípravu závariiek do polievok.

Vhodné prílohy k vnútornostiam

- k vareným vnútornostiam sú vhodné rozličné prílohy, napríklad zemiaková kaša, zemiaky, špenát, zeleninový šalát, alebo omáčky s jemnými knedľami.
- k údenému jazyku môžeme podávať hrachovú kašu
- k zaprávaným vnútornostiam podávame zemiaky a žemľové knedle
- k duseným, pečeným, opekaným a vypráženým vnútornostiam sú vhodné tie isté prílohy ako k pokrmom z mäsa
- pokrmy doplníme zeleninovými šalátmi, studenými majonézovými omáčkami

Teľacie mäso

Charakteristika:

- je bledoružovej farby
- jemné, chuť a vôňa po mlieku
- obsahuje veľa vody
- chudobné na tuk- žltý
- najlepšie mäso je z teliat do 3 mesiacov – 70 kg
- najrozšírenejšie v diétnom a detskom stravovaní

Upotrebenie jednotlivých častí:

Stehno – minútkové pokrmy, prírodné dusené, vyprážané rezne, závitky, pečenie

Koleno – dusenie, pečenie v celosti

Oblička, pečienka, karé – pečenie v celosti, minútkové pokrmy, rolády

Plece – zaprávanie, dusenie, zvinuté sa pečie v celosti

Hruď – pečenie, dusenie, zaprávanie, vyprážanie

Krk – dusenie, zaprávanie, plnky, haše

Glejovky – dusenie, perkelty

Nohy – vyprážanie, varenie

Hlava – varenie, zaprávanie