

Odborné učilište Stavbárska 11, 036 80 Martin

Úlohy pre žiakov 2. PJ z odborného výcviku na obdobie

od 18.11. do 4.12.2020

1. Varenie teľacieho mäsa
2. Dusenie teľacieho mäsa
3. Zaprávanie teľacieho mäsa
4. Pečenie teľacieho mäsa

- 1. Varenie teľacieho mäsa**
 - Opíšte ako varíme teľacie mäso
- 2. Dusenie teľacieho mäsa**
 - Opíšte ako dusíme teľacie mäso
- 3. Zaprávanie teľacieho mäsa**
 - Opíšte ako zaprávame teľacie mäso
- 4. Pečenie teľacieho mäsa**
 - Opíšte ako pečieme teľacie mäso

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

Varenie teľacieho mäsa

Mäso z prednej štvrtiny (hlava, nožičky) vkladáme do vriacej vody s prísadou soli, korenia, cibule, zeleniny.

Zaprávanie teľacieho mäsa

Mäso z pliecka, krku krájame na kusy, kocky, vložíme do vriacej vody, osolíme, okoreníme celým korením, pridáme zeleninu, cibuľu a uvaríme. Po uvarení mäso vyberieme, vývar zahustíme zápražkou, dochutíme muškátovým kvetom, zjemníme mliekom, maslom.

Dusenie teľacieho mäsa

Mäso z pleca, krku, hrudi, glejoviek, stehna, obličky nakrájame na kocky, kusy, rezne, rebierka, opečieme, vložíme na základ a dusíme do mäkka. Po udusení zahustíme zaprášením múkou, zápražkou, múčnym maslom.

Pečenie teľacieho mäsa

- oblička, plece, stehno, hrud', kolená
- čiastočne, úplne vykostíme, odblaníme, váha 1,5 – 2 kg
- špikujeme, plníme, zvinieme rolády
- na pekáč s posekanými kosťami
- pridáme tuk, upečieme v horúcej rúre
- podlejeme vývarom, vodou
- polievame šťavou, obraciame lopatkou
- Šťava- po upečení mäso vyberieme
- Vydusíme na tuk, opražíme dohneda
- Zaprášime hladkou múkou, opražíme, zalejeme- 30minút varíme
- precedíme, zjemníme maslom, dochutíme, povaríme

Jedlá: špikované teľacie mäso, plnená teľacia hrud'

Vyprážanie teľacieho mäsa

- hrud', obličku, stehno nakrájame, obalíme v trojobale, a vypražíme v rozohriatom oleji do zlatista

Minútky z teľacieho mäsa

- na panvici, rošte, ražni, zapekaním
- stehno, pečienka, uvarená hrud', hlava, nožičky, vnútornosti
- mäso odblaníme, blanšírujeme, varíme, krájame na porcie (rezne, rezy, rebierka, medajlónky, filé) naklepeme, narežeme okrajové blany, plníme, moríme v oleji, solíme, koreníme, obaľujeme
- opečieme na rozohriatom tuku z oboch strán – ružové zafarbenie
- na rošte – potierame olejom
- po opečení krátko dusíme na masle
- pri úprave zapekaním – opečené mäso polievame hustým bešamelom, alebo syrovou omáčkou mornay, zakryjeme plátkom tvrdého syra- zapečieme v horúcej rúre

Jedlá: prírodný teľací rezeň, teľací rezeň na šampiňónoch

Plnky:

Žemľová – žemle nakrájame, navlhčíme v mlieku smotane, tuku vyšľahaného so žĺtkom, zľahka primiešame sneh z bielkov, osolíme, okoreníme, dochutíme petržlenovou vňaťou.

Vaječná – šunku, uhorky, rajčiaky podusíme na tuku, osolíme, okoreníme, pridáme rozšľahané vajcia a miešame do stuhnutia. Plníme hrud', vykostené teľacie stehno.

Vyhotovila: MOV Lauková