

Učivo a úlohy pre triedu I. PJ z predmetov technológia a odborný výcvik od 27.1.2021

Prajem pekný deň.

Milí žiaci ,

vypracujte nasledovné úlohy do zošitov technológie. Text sa naučte, v rámci učenia si ho môžete prepísať do zošitov.

Recept a fotografie pošlite na adresu j.podhradska@centrum.sk do 8.2.2021

Polievky.

Zosilnený vývar :

- do studeného vývaru (je základom pre hnedé číre polievky a hnedé omáčky) . Pripravuje sa z hovädzích kostí, ktoré vkladáme do studenej vody, privedieme do bodu varu, var stíšime, aby sa vývar varil pomaly tzv. tiahnutím. Na povrchu sa vytvára sivá pena – zrazené bielkoviny, ktoré môžeme ale nemusíme zbierať. Pridáme soľ, celé čierne korenie a varíme aspoň 3 hodiny, potom pridáme koreň. zeleninu, cibuľu, ... a varíme do zmäknutia zeleniny, vývar má byť číry, žltkastý a nemastný. Ak pripravujeme vývar na podlievanie mäsitých pokrmov nepridávame zeleninu, pridáme nahrubo pomleté hovädzie mäso, pokrúpanú zeleninu, našľahané bielka a varíme pomaly (tiahnutím) 2 – 3 hodiny. Precedíme cez husté cedidlo alebo cez obrúsok namočený v horúcej vode, dopĺňame ich rôznymi vložkami a prísadami , podľa ktorých dostane pomenovanie. Napríklad: Olio vývar: je to silný vývar z hovädzieho mäsa, sliepky, jarabíc alebo bažanta a doplnený je zeleninou. Našľahané bielka slúžia na čistenie vývaru. Zachytia sa do nich vyzrážané časti a vývar po precedení zostane číry.

Úloha: Zapamätajte si, ako zosilňujeme vývar a čistíme , aby bol číry.

Ďalší text je na prečítanie na rozšírenie vedomostí o polievkach.

Recept:

Hovädzí vývar s pečňovými haluškami

Potrebuje:

1 ks kuracích prs

200 g hovädzieho rebra

100 g bravčovej pečene

60 g domácich širokých rezancov

100 g koreňovej zeleniny

½ rožka

½ žltka

Cesnak
petržlenová vňať
majoránka
mleté čierne korenie
soľ

Postup:

Hovädzie rebro dajte variť do osolenej vody. Keď je mäso polomäkké pridajte prsia a očistenú zeleninu. Všetko uvarte do mäkka. Vývar preced'ťte a opäť prived'ťte do varu. Pečeň zomel'ťte do misky, pridajte žltok, na jemné kocky nakrájaný rožok, rozotretý cesnak, majoránku, korenie a dobre premiešajte. Zo zmesi pomocou lyžice urobte halušky, ktoré vyvarte priamo vo vývare. Do jednotlivých porcií polievky vkladaj nakrájané hovädzie a kuracie mäso, vopred uvarené rezance, pečennové halušky, zeleninu a petržlenovú vňať.

Príprava krajových polievok:

Slovenský obed vždy začína polievkou. Medzi najrozšírenejšie patria **zemiaková, fazuľová, šošovicová, hrachová, kapustová, zabijačková kapustnica hubová, cibuľová, cesnaková, špenátová** a rôzne **zeleninové či mäsové vývary**. Najtradičnejšia polievka na Slovensku je **kapustnica**. Pripravuje sa z kyslej kapusty. Líši sa podľa regiónu a obdobia varenia na pôstnu a sviatočnú. Do pôstnej katolíckej vianočnej (Štedrý deň) sa nedáva mäso, zahusťuje sa napr. bielymi hladkými haluškami, smotanou a rozotreným zemiakom. V luteránskej kapustnici na Vianoce nájdeme aj mäso a všetky ostatné zložky. Vo sviatočnej nájdeme napr. údené mäso a klobásu. Nevyhnutné sú sušené hríby. Vianočná kapustnica sa tradične pripravuje na konci kalendárneho roka. V regionálnych receptoch kapustnice sú značné rozdiely. V každom kraji, údolí i dedine sa varí vianočná kapustnica trochu inak.

Stredné Slovensko

Tu sa podáva klasická voňavá kapustnica s mäsom, klobásou a hríbmami. Na Kysuciach sú zvyky úplne iné. Tam sa v tento deň neje nič mäsové. Kysučania tak môžu zabudnúť na výbornú kapustnicu a na štedrý večer sa musia namiesto nej uspokojiť s hrachovou polievkou so slivkami. V oblasti južného Slovenska, v okolí Levíc sa zase po oblátke podáva hustá rybacia polievka – halászlé.

Príprava národných polievok:

Takmer každá národná kuchyňa má svoju typickú polievku, ktorú ponúka ako prípravu na hlavný chod.

Minestrone je najznámejšia talianska zeleninová polievka. Hoci recept pochádza z „chudobnej kuchyne“ (cucina povera), polievka je na zeleninu veľmi bohatá – môže v nej byť až 15 druhov podľa sezóny. Neexistuje na ňu univerzálny recept, mení sa podľa ročných období a v každom regióne sa varí trochu inak.

Nemecko – Eintopf

