

Prajem pekný deň.

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

Omáčky- rozdelenie a význam

Rozdelenie:

- a) teplé omáčky
 - k varenému hovädziemu mäsu
 - základné (biele, hnedé)
- b) studené omáčky
 - majonézové
 - špeciálne
 - krycie

Omáčka je podávaná k jedlu alebo používaná pri jeho príprave. Omáčky sa nekonzumujú samostatne, dodávajú totiž pokrmu arómu, vlhkosť a vzhľad. Omáčkami zvyšujeme chutnosť a výživnosť pokrmov, dopĺňujeme nimi pokrmy suché ale chuťovo málo výrazne. Na prípravu používame vývar podľa charakteru potraviny, ku ktorej omáčka patrí.

Omáčka má byť:

jemná, hladká, dostatočne prevarená, musí mať správnu konzistenciu na ich prípravu

Delenie omáčok

- ☐ podľa teploty: teplé a studené
- ☐ podľa farby: biele (svetlé) a hnedé (tmavé)

Základné omáčky rozlišujeme

- ☐ hrubé, biele – bešamelová a velouté
- ☐ hrubé, hnedé – španielska a rajčiaková
- ☐ jemné, biele, teplé – holandská
- ☐ jemné, biele, studené – majonézové

Zloženie a výrobný postup základných teplých omáčok

Bešamelová omáčka

základom je svetlá maslová zápražka zaliata mliekom, osolená, dobre prevarená a jemne precedená do základu pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu a muškátový kvet použitie: príprava zaprávanej zeleniny gratinovaním, na spojenie krokiet a pod.

Príprava základnej bielej omáčky

Bešamel- na masle opražíme cibuľku, pridáme múku a vytvoríme zápražku. Podlejeme vychladeným vývarom a vlažným mliekom, posolíme, pridáme muškátový orech a varíme 20 minút. Po uvarení precedíme cez husté cedidlo. Ak omáčku nepoužijeme okamžite pokvapkáme povrch maslom, aby sa nevytvorila kôra. Môže sa pripraviť aj bez cibule.

Úloha 1: Nájdite 3 recepty na jedlá, v ktorých sa použije bešamelová omáčka. Prečítajte si ich a napíšte mi do úlohy názov jedla a odpíšte vetu z receptu, ktorá hovorí o použití (zapekanie, zahustenie, doplnenie jedla).

Úloha 2: Vyskúšajte pripraviť bešamelovú omáčku. Môžete ju použiť pri príprave zapekaných cestovín, zeleniny alebo na zahustenie smotanovo krémovej polievky. **Výsledok mi odfoťte a pošlite.**

Omáčka velouté

svetlú maslovú zápražku zalejeme vývarom, osolíme, ochutíme muškátovým kvetom, bielym korením, šampiňónmi podľa druhu vývaru pripravíme teľacie, hydínové, rybie velouté používame pri príprave zaprávaných mias, ragú, omáčok, k minútkam a pod.

Recept na prípravu omáčky – velouté

Potrebuje:

- 2PL hladká múka
- 2PL maslo
- 500ml vývar
- Muškátový oriešok
- Mleté biele korenie

Postup:

Zohrejeme pomaly maslo, potom ho posypeme múkou a za stáleho miešania pripravíme svetlú zápražku, do ktorej pomaly prilejeme studený vývar (zeleninový, špargľový, rybací, hydinový ...). Potom metličkou vyšľaháme omáčku a mierne povaríme približne 20 minút. Osolíme ju a okoreníme bielym korením a muškátovým orieškom. Druh vývaru, ktorý chceme použiť vyberieme podľa toho, čo chceme s omáčkou podávať. K teľaciemu mäsu použijeme teľací vývar (k rybám rybací a pod.). Táto omáčka patrí aj spolu s bešamelovou omáčkou k hrubým bielym omáčkam, ktoré sú zahustené múkou.

Učivo od 22.2.2021

Omáčky k varenému hovädziemu mäsu

K varenému hovädziemu mäsu sa podávajú tieto druhy teplých omáčok: rajčiaková, chrenová, cibuľová, uhorková, hubová, cesnaková, sardelová, pečeňová, kôprová.

Príprava rajčiakovej omáčky – na tuku opražíme zeleninu a cibuľu pokrúpanú na kolieska, pridáme hladkú múku a pripravíme svetlú zápražku, do ktorej pridáme rajčiakový pretlak, celé čierne korenie, nové korenie, citrón a bobkový list. Zápražku zalejeme vychladnutým vývarom B, dobre rozšľaháme hrudky, varíme najmenej hodinu, dochutíme cukrom, soľou, octom a precedíme.

Kôprová omáčka – z múky a tuku pripravíme svetlú zápražku, zalejeme ju vychladnutým vývarom B a mliekom, dobre rozšľaháme a varíme 1 hodinu. Do precedenej pridáme umytý a nadrobno posekaný kôpor, prichutíme cukrom, soľou, octom, hotovú zjemníme maslom.

Hubová omáčka – na tuku opražíme nadrobno pokrúpanú cibuľu, pridáme hladkú múku a pripravíme svetlú zápražku. Zalejeme vlažným vývarom B, rozmiešame, pridáme rascu, celé čierne korenie, soľ a varíme 1 hodinu. Precedíme a do hotovej pridáme udusené čerstvé huby alebo uvarené a nadrobno pokrúpané sušené huby.

Úloha 3: Vymenujte omáčky k varenému hovädziemu mäsu – príprava

Príprava majonézy a majonézových omáčok

Majonéza je emulzia jedlého oleja s vaječným žĺtkom. Prísady ako horčica citrónová šťava sa odporúčajú pridať ihneď k žĺtku a postupne vyšľahať do hustej emulzie.

Majonézové omáčky pripravujeme z majonézy, prísad a doplnkov ako (smotana, šľahačka, horčica, biele víno, citrónová šťava worcester). Prísady a doplnky pridávame do majonézy.

Z hygienických dôvodov sa v spoločnom stravovaní nemôže podávať domáca majonéza.

Pre domáce použitie môžeme pripraviť majonézu ručne alebo v mixéri. Vajcia a olej musia mať rovnakú teplotu.

Pri ručnom miešaní použijeme 2 žĺtky, 2-3 dcl oleja a prísady- soľ, ocot a ďalšie prísady už keď je vymiešaná. Olej musíme prilievať postupne, pomaly aby sa nám majonéza nezrazila. Ak sa zrazí do nového žĺtka postupne vmiešame zrazenú majonézu. Ak sme pracovali správne vznikne výrobok kašovitej konzistencie podobný hustému bielemu jogurtu. Ľahšie a rýchlejšie sa dá pripraviť v mixéri.

Z uvedeného vidíme, že majonéza a majonézové omáčky obsahujú veľa tuku. Preto ich musíme konzumovať s mierou.

Úloha 4: Napíšte pri akých pokrmoch môžeme použiť majonézu a majonézové omáčky.

Úloha 5: Pokúste sa ručne alebo v mixéri vyrobiť majonézu. Výsledok mi odfoťte, ukážte.

Ako pomôcky môžete použiť časopisy, internet.

Dúfam, že sa čoskoro uvidíme. Prajeme pekné prežitie prázdnin.

**Pripravili: J. Podhradská triedna učiteľka a majsterky OVY Zdenka Kiššová,
Iveta Lauková a Janka Potisková**