

Technologie přípravy pokrmů

Předběžná příprava pokrmů

TPP Illková: str.18-22

Mgr. Kamila Kroupová

Příprava surovin pro výrobu jídel

- * Předběžnou přípravou rozumíme odstranění nejedlých a nevzhledných částí potravin. Potravinu se stávají vzhlednější, chutnější a stravitelnější.

Dodržujeme zásady:

- * veškeré opracování potravin provádíme tak, aby se zachovala jejich kvalita a aby ztráty byly co nejmenší
- * suroviny čistíme vcelku, krájíme je až před vlastní úpravou
- * používáme pouze kvalitní nádobí a náčiní z nerezové oceli, skla, porcelánu
- * suroviny ve vodě máčíme jen po nezbytně nutnou dobu

1. čištění suchým způsobem

přebírání – luštěniny, rýže

loupání – ovoce, brambor, okurky, cibule, česnek

škrábání – nové brambory, kořenová zelenina

okrajování – listy zelí, kapusty

vypeckování – ovoce

vykrajování – porušené části ovoce, zeleniny

roztloukání – ořechy, mandle

vy lupování – fazole, hrášek

prosívání – mouka

lisování – citrony

oddělení stopek, semeníků a stonků





2. čištění mokrým způsobem

odstraňování povrchových nečistot

ponoření do vody – křehké ovoce

proudem vody – zelí, kapusta, zelené natě

máčení – brambory, luštěniny, obiloviny

máčení ve vlažné osolené vodě – květák, brokolice

sprchování – křehké ovoce, zelenina

oplachování pod tekoucí vodou – kořenová zelenina,

brambory

výměna vody – houby, špenát



3. opracování

krájení – cibule, brambory, kořenová zelenina, ovoce
čtvrtky, půlky, plátky, kolečka, nudličky, hranolky

lisování – česnek

strouhání – kořenová zelenina, brambory

vykrajování – ovoce

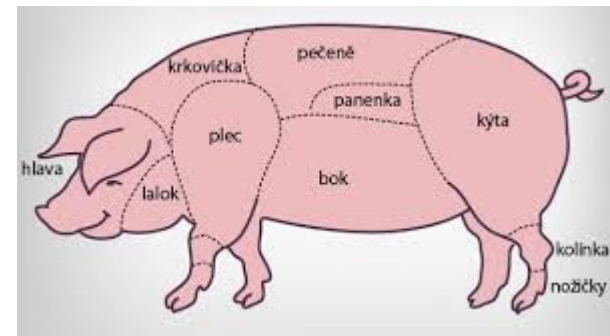


Opracování masa

Druhy jatečného masa: hovězí, telecí, vepřové, skopové

Dělení masa

- v celých kusech (skopové)
- dělené na půlky (vepřové, telecí)
- dělené na čtvrtě (hovězí)
- dělené na části podle jakostních tříd



Opracování masa

Předběžná příprava

- odležení – odležené maso poznáme tak, že při tlaku prstů není pružné zůstává vněm otlak prstů, prýští z něj šťáva, získává matnou barvu
- vykostování – oddělení kostí od masa
- omývání
- dělení (krájení) na porce
- odblaňování
- naklepávání
- mletí
- škrábání
- protýkání, špikování



Opracování rybího masa

Dělení: sladkovodní kapr, pstruh, úhoř)
mořské (makrela, tuňák, sardelka)

Předběžná příprava

- zabíjení
- čištění
- kuchání
- dělení (porcování)



Opracování drůbežního masa

Drůbež:

- hrabavá (slepice, kuře, krocan, krůta, perlička, holub, kohout)
- vodní (husa, kachna)



* **Zabití**

drůbež se zabíjí před krmením (ráno) tak, aby došlo přeříznutí jícnu i chřtánu, pak se nechá drůbež vykrvácet.

* **Škubání**

zpravidla škubeme ihned po zabití, tučné kusy se většinou nechávají v chladu ztuhnout, drůbež před škubáním spaříme vodou a pak ihned škubeme, při tomto způsobu může dojít k potrhání kůže, drobné zbytky peří můžeme opálit.

* **Přípravné práce před kucháním**

odsekne se nohy a křídla v kloubu, dále celou hlavu (někdy jen zobák), vyjmeme volec, chřtán a jícn, pokud necháváme nohy odstraníme tvrdou kůži.

* **Kuchání**

drůbež nařízneme od řitního otvoru k prsní kosti, musí se provádět opatrně, aby nedošlo k proříznutí střev, poté rukou opatrně vyjmeme celý obsah břišní dutiny, teprve pak oddělím dále využitelné vnitřnosti.

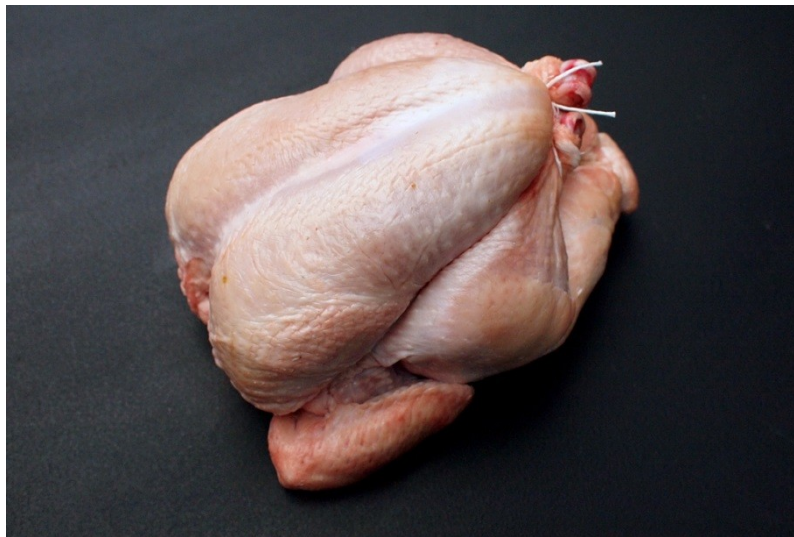
vyháčkování - provádí se pokud drůbež nezbavujeme ihned peří, jedná se o vytáhnutí střev háčkem přes řitní otvor, provádí se hlavně u pernaté zvěřiny, kterou necháváme odležet vcelku.

* **Vykost'ování**

- drůbež můžeme vykost'ovat buď úplně nebo částečně

Tvarování – drezírování

Drůbež před grilování ale i pečení v celku většinou drezírujeme a to pomocí provázku.



Zvěřina

Srstnatá:

Nízká- zajíc, divoký králík

vysoká- jelen, srnec, daněk

Černá - divočák

Červená - medvěd



Pernatá:

lesní - tetřev, tetřívek, sluka, jeřábek

polní - bažant, koroptev, křepelka

vodní - divoká husa, divoká kachna



Opracování zvěřiny

- * maso zvěřiny se vyznačuje typickou chutí a vůní
- * je méně tučné, proto se musí špikovat nebo obalovat slaninou (pernatá zvěřina)
- * odležení masa může probíhat v kůži a zčásti už rozbourané na jednotlivé části
- * aby maso bylo měkčí, šťavnatější, lépe stravitelné – se starší kusy nakládají do láku a nechají se asi 3 dny odležet
- * mladší kusy můžeme nakládat nasucho – okořenit, potřít olejem, případně proložit nakrájenou zeleninou
- * po zabití se vysoká hned vyvrhne a pak se nechává odležet
- * pernatou a nízkou musíme před odležením vyháčkovat
- * doba odležení je delší než u jatečného masa

Předběžná příprava

- * stáhnutí z kůže – škubání peří, bourání a vykostování
- * odblaňování – hlavně u hřbetu a zadních běhů u zajíce
- * špikování nebo obalování masa slaninou - maso je téměř bez tuku, slanina dělá maso šťavnatějším a křehčím
- * pernatou zvěřinu je vhodné slaninou obalovat

Nakládání masa do láku (mořidla)

vodu s kořenovou zeleninou, divokým kořením, jalovcem, tymiánem a octem svaříme, necháme vychladnout

vložíme kusy staršího masa, které necháme v láku proležet asi 3 dny, obracíme, aby se maso proleželo.

Způsoby mechanické přípravy potravin:

- * Krájení - základní dovednost kuchaře, používáme různé druhy nožů na různé pracovní úkony.
- * Sekání - sekáme maso s kostí.
- * Strouhání - strouháme ovoce, zeleninu (stává se stravitelnější).
- * Mletí - jemnost závisí na zvolené velikosti šajby, potraviny ihned zpracováváme.
- * Lisování - ovoce, zelenina - oddělujeme pevnou tkáň a šťávu.
- * Mixování - surovinu mixujeme v mixéru
- * Tření - suroviny společně roztíráme do jednolité hmoty - žloutky, tuk, cukr.
- * Šlehání - rychlé vhánění vzduchu do šlehané potraviny nebo různých směsí - bílek, žloutek.

Nejpoužívanější bylinky v kuchyni



Bazalka

Bazalka patří mezi nejoblíbenější bylinky Středomořské kuchyně. Charakterizuje ji velmi aromatická, peprně nasládlá vůně. Čerstvé listy se přidávají k rajčatům, salátům, rybám, sýrům, ale také do těstovin a různých omáček.



Tymián

Nízký polokeř s drobnými listy a v létě světle fialovými květy. Přidáváme do nádivek, omáček, polévek, vývarů a masitých pokrmů. Působí především protizánětlivě, je výborným dezinfekčním prostředkem dýchacích cest a trávicího traktu. Působí protikřečově a zlepšuje trávení. Účinné antiseptikum - proti bakteriím, plísním, střevním prvokům a parazitům.



Majoránka

Majoránka zahradní je jednoletá, někdy i dvouletá bylina s přímým, rozprostřeným stonkem a protilehlými, oválnými listy. Používá se jako koření na dochucování polévek, omáček a masitých jídel. Ve staročeské kuchyni je nezbytnou přísadou bramborové polévky a bramboráku. Díky svému blahodárnému účinku na trávení se přidává do pokrmů z luštěnin, zelí či jiných tučných jídel.



Pažitka

Pažitku konzumujeme výhradně čerstvou a krájíme těsně před použitím. Chutná jako nejjemnější cibule, nepálí a pro svou svěže zelenou barvu je nejen kořením, ale i ozdobou mnoha studených a teplých pokrmů. S oblibou se přidává do slaných tvarohových pomazánek, na chléb s máslem, do míchaných vajíček, majonéz a studených omáček, na sypání vařených brambor a ke zdobení studených mís. Není vhodná k sušení, ale dá se dobře zamrazit.



Kopr

Kopr se používá jako zelenina, koření a jako léčivka. Bylina se používá především jako dochucovadlo k rybám a vařenému masu i syrové zeleniny, do mléčných omáček a polévek, pomazánek a salátů. Koprová nať je důležitou součástí jak bylinkového octa, tak nálevu na nakládané okurky, zelí a cibule. Sušený kopr uchováváme v dobře těsnicích nádobách. Z téhož důvodu přidáváme kopr k teplým pokrmům až těsně před podáváním.



Levandule

Vytrvalý stálezelený keřík s charakteristickou vůní. Listy jsou úzké, stříbřitě šedé, plstnaté. Kvete fialově, modře, růžově i bíle a dorůstá do výšky 60 cm. Používá se i v kuchyni, je jednou ze součástí provensálského koření. Květ levandule je pro své zklidňující účinky přidáván do směsí bylinek užívaných při bolestech hlavy, nespavosti, nervozitě a závratích. Mírně snižuje krevní tlak. Masáže oleji z levandule pomáhají při revmatických bolestech a mají povzbuzující účinek.



Oregano

Dobromysl obecná (Oregáno) je blízkým příbuzným majoránky a často se také označuje jako „divoká majoránka“. Jakožto typické italské koření je dobromysl vynikající do všech jižních jídel. K nim patří pizza a lasaně, nudlové omáčky a jídla z rajských jablíček. Koření však také saláty a polévky, ryby a masitá jídla, ragú a sekanou. Hodí se i k sýrovým jídlům a sádlu. Pomáhá zejména lépe strávit tučná jídla.



Petrželka

Pro svou jemnou vůni a nevtíravou chuť se petržel naťová stala nejuniverzálnějším kořením používaným prakticky do všech slaných pokrmů. Jejimi nadrobno nakrájenými listy nemůžeme potravě uškodit. Dobře se snáší i v kombinaci s ostatním kořením. Petrželku dáváme do polévek, omáček, příloh, k bramborům, těstovinám, rýži, do knedlíků, nádivek, pomazánek, do studené kuchyně.



Saturejka

Saturejka je částečně vytrvalá letnička. Dorůstá výšky okolo 30 centimetrů a šířky okolo 20 centimetrů. V létě kvete malými bílými kvítky se světle fialovým nádechem.

Saturejku dáváme do všech pokrmů, kam dáváme pepř. Zvláště vhodná je k přípravě zvěřiny, k nakládání zeleniny, do luštěninových pokrmů, kapusty, do bílých smetanových zeleninových polévek, rajčatového salátu, bylinkového másla a majonézy.



Rozmarýn

Rozmarýnka je právem považována za jednu z nejpůsobivějších bylinek. Listy skvěle doplní tučná masa, jako vepřové, kachní, skopové. Hodí se i k pokrmům z brambor, k sýrům, do těstovin a na pizzu, do nádivek, přidávají se do klobás. Voňavé odrhnuté větvičky lze použít jako grilovací jehly. Vůně a chuť rozmarýny je velmi intenzivní, proto stačí přidávat do pokrmů menší množství. Kulinářským zážitkem je i rozmarýnový ocet a olej.



Yzop

Yzop se používá čerstvý, sušený nebo mražený. V kuchyni doplňuje masité pokrmy, hodí se do nádivek, paštik, ke skopovému masu, zvěřině, rybám a do marinád určených ke grilování. Bylina napomáhá trávení tučnějších pokrmů. Yzop využijeme i při přípravě dušené zeleniny, do pomazánek, polévek a omáček. Květy yzopu dozdobí chlebíčky, jednohubky, obložené mísy a zeleninové saláty. Yzopem zdobíme i míchané nápoje, často je součástí bylinných likérů díky svému aroma.. Yzopem můžeme okořenit i měkké sýry.



Estragon

Listy estragonu mají jemnou hořkosladkou kořeněnou chuť. Používá se k aromatizování vinných nebo ovocných octů, bylinkových másel, do nádivek, drůbeže, k pečeným a dušeným masům, do omáček, při nakládání zeleniny, k přípravě estragonové hořčice, při nakládání okurek, do čínských a francouzských pokrmů, k rýži a vařeným rybám, do salátů, polévek a marinád. Pokrmům dodává pikantně trpkou příchut'.

Odkazy na videa

- * <https://www.youtube.com/watch?v=HRf9CbuDQA8>
- * <https://www.youtube.com/watch?v=FTNU2JDQum8&t=8s>
- * <https://www.youtube.com/watch?v=8rlgrxndLYw>

Zdroje:

Sedláčková, H. Technologie přípravy pokrmů 3.: učebnice pro střední odborná učiliště, učební obory kuchař-kuchařka, kuchař-číšník, číšník-servírka a pro hotelové školy.

2., upr. vyd. Praha: Fortuna, 2008. 87 s., [16] s. barev. obr. příl. ISBN 978-80-7373-032-1.

Obrázky:

<https://i.susickypotravin.sk/img/1a0cf44bde38de1673e3aeecba916.jpg>

<https://www.vareni.cz/include/ir/clanky/2320/detail--c600xc600.jpg>

https://img.cncenter.cz/img/97/full/3837613_vanoce-stedrovecerni-vecere-kapr-bramborovy-salat-recepty-vareni-v0.jpg?v=0

https://www.cuketka.cz/wp-content/uploads/kure_1024_8.jpg