

Využití HM při úpravě metodou Sous-Vide

Kód programu

65-51-H/01



Tento učební materiál k závěrečným zkouškám pro studenty středních odborných škol vznikl v rámci projektu Odborné vzdělávání – Cesta k úspěšné budoucnosti, který je realizovaný Nadací rozvoje občanské společnosti (NROS) a dánskou The VELUX Foundations.

Zde budou pokyny k pracovnímu listu.

1. Jaká zařízení lze použít při přípravě masa metodou Sous-Vide
 - a. Gril, pec, hrnec
 - b. Frima, Konvektomat, Sous-Vide sestava
 - c. Pánev, kastrol, rožeň
2. Kolik stupňů a jaký čas nastavím pro přípravu h.steaku na propečení medium
 - a. 40°C a 12min.
 - b. 45°C a 15min.
 - c. 58°C a 50min.
3. Napiš alespoň 5 částí HM vhodných k úpravě metodou Sous-Vide
4. Přiřaďte k obrázkům HM správné označení- Květová špička, Holubička, Svíčková, Pupek- Flank steak, Pupek-Flap steak, Roštěnec vysoký, Roštěnec nízký, Žebro vysoké



5. Set na přípravu Sous Vide se skládá z:

- a. Ponorného cirkulátoru, vodní lázně, vakuovačky
- b. Konvektomatu a vodní lázně
- c. Frimy a konvektomatu

6. Sous Vide je technika úpravy, která je založená na:

- a. Rychlém způsobu úpravy
- b. Nastaveném přesném čase a teplotě

7. Sous Vide metoda se využívá při přípravě surovin

_____původu a _____ původu.

8. Při přípravě surovin metodou Sous Vide nepoužíváme:

- a. Koření
- b. Sůl
- c. Oleje

9. Sůl z masa vytahuje _____ a způsobuje _____ struktury během úpravy metodou Sous Vide.

10. Konvektomat je multifunkční trouba, která umožňuje připravovat pokrmy různými způsoby tepelných úprav. ANO x NE

Řešení

1. b.

2. c.

3. Květová špička, Holubička, Svíčková, Pupek- Flank steak, Pupek-Flap steak, Roštěnec vysoký, Roštěnec nízký, Žebro vysoké

4.



Flank steak



Holubička



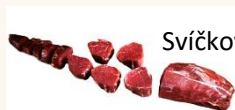
Vysoký roštěnec



Nízký roštěnec



Květová špička



Svíčková



Flap steak



Žebro vysoké

5. a.

6. b.

7. Rostlinného původu – ovoce, zelenina

Živočišného původu – maso (všechny druhy mas)

8. b.

9. Sůl z masa vytahuje tekutiny a způsobuje zešednutí struktury během úpravy.

10. ANO