INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Téma: Přílohy z rýže

VY_32_INOVACE_312

Autor:	**Ing. Ladislav Břenda**
Číslo projektu:	CZ.1.07/1.5.00/34.1072
Ročník:	1.
Obor vzdělávání:	Hotelnictví
Vzdělávací oblast:	**Odborné vzdělávání-Technologie přípravy pokrmů**
Tematická oblast:	Přílohy, polévky
Vytvořeno dne:	Květen 2013
Anotace:	V průběhu hodiny se žáci seznámí s významem a základním rozdělením příloh z rýže a jejich důležitostí v gastronomii. Na konci hodiny je krátké zopakování doplněné testem.

Přílohy z rýže

Rýže

- Získáváme jednoděložných rostlin z čeledi lipnicovitých
- Původ má v tropických oblastech Afriky a Asie
- Rýže pokrývá asi 20% kalorické spotřeby lidské populace
- **Poměrně stravitelná**
- **Vhodná i v dietním stravování**
- Nejdůležitější obilovina světa (hl. příjem potravy ji má ¼ obyvatelstva zeměkoule
- Nejkvalitnější je dlouhozrnná rýže
- Je vhodnou přílohou k pokrmům zadělávaným, dušeným a pečeným
- Jako přílohu podáváme rýži vařenou a dušenou

Druhy rýže

- **Rýže dlouhozrnná** -> nejkvalitnější, loupaná
- **Rýže kulatozrnná** -> nejvhodnější na přípravu rizota (původ i Itálie)
- **Rýže NATURAL** -> velký podíl biologické hodnoty
  -> přírodní neloupaná s typickou nahnědlou slupkou
- **Rýže BASMATI** -> pochází z předhůří Himalájí
  -> je menší, rovněž neloupaná
- **Divoká rýže** -> méně používaná
  -> semena divoce rostoucího druhu trávy
  -> sklízí se v bažinatých oblastech severní Ameriky
  -> prodává se neloupaná a vzhledem k obtížené sklizni je drahá

Vaření rýže

1. Rýži přebereme a propláchneme v několika vodách
2. Poté ji vložíme do vařící dochucené vody
3. Vaříme pomalu a po uvaření ji propláchneme ve studené vodě
4. Můžeme dále používat na další přípravu

Dušení rýže

1. Rýži přebereme a propláchneme v několika vodách, až ji zbavíme škrobu,
2. správně by se měla opéct na tuku v případě, že ji opečete příliš zůstane sklovitá a tvrdá
3. Po opečení zalijeme vařící vodou v poměru 1 díl rýže : 1,5 dílu vařící vody, přidáme sůl, cibuli s hřebíčkem, zavaříme
4. Poté ji s poklicí na 20min. Vložíme do rozehřáté trouby, je vhodné po 15min. Zkontrolovat
5. Dá se ještě upravit množství vody, po udušení vyjmeme cibuli a rýži promícháme

Varianty dušené rýže

- Kari rýže
- Papriková rýže
- Kečupová rýže
- Rýže s hráškem
- Rýže se šunkou
- Rýže petrželová
- Rýže zeleninová
- Rýže se sýrem
- Rýže žampionová
- Rýže ovocná
- Rýže staročeská
- Rýže rozinková
- Vařená rýže na anglický nebo italský způsob

TEST ZNALOSTÍ

Rýže do Evropy byla dovezena z:

a) Francie-jižní oblast
b) Asie a Ariky
c) Holandska

2) Poměr 1díl rýže/1,5vody se používá při

a) Vaření rýže
b) Dušení rýže
c) namáčení rýže

3) Rýže NATURAL je nevhodnější pro jaké vlastnosti

4) Rýži získáváme z

a) rostlin luštěnin
b) rostlin obilovin
c) rostlin lipnicových

TEST ZNALOSTÍ-odpovědi

Rýže do Evropy byla dovezena z:

a) Francie-jižní oblast
b) Asie a Ariky
c) Holandska

2) Poměr 1díl rýže/1,5vody se používá při

a) Vaření rýže
b) Dušení rýže
c) namáčení rýže

3) Rýže NATURAL je nevhodnější pro jaké vlastnosti

4) Rýži získáváme z

a) rostlin luštěnin
b) rostlin obilovin
c) rostlin lipnicových

Zdroj

- https://www.google.cz/search?q=p%C5%99%C3%ADlohy&espv=210&es_sm=93&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=hIL7UpCyNYfe7AatnoFQ&ved=0CAoQ_AUoAg&biw=1280&bih=699#q=r%C3%BD%C5%BEe&tbm=isch&imgdii=_