evropský sociální fond v ČR
EVROPSKÁ UNIE
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY
OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Téma: **Přílohy k pokrmům- tepelné úpravy**

ISŠ INTEGROVANÁ STŘEDNÍ ŠKOLA hotelového provozu, obchodu a služeb Příbram

VY_32_INOVACE_309

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:	Duben 2013
Anotace:	V průběhu hodiny se žáci seznámí s významem a základní úpravou příloh před tepelnou úpravou a jejich důležitostí v gastronomii.

Přílohy- tepelné úpravy

Rozdělení

- **Dle základní suroviny:**
  - Přílohy z brambor
  - Přílohy z obilovin a výrobků z nich (mouky, těstovin, rýže)
  - Přílohy ze zeleniny
  - Z ovoce
  - Z hub
- **Dle způsobu podávání:**
  - Tepelně zpracované => vařené, dušené, pečené, smažené (60°C)
  - Podávané za syrova (5°C)
- **Doplňky příloh:**
  - Jednoduché saláty a kompoty

Smažení

- Je tepelná úprava, kdy na suroviny působí velké, nebo malé množství dostatečně rozehřátého tuku. (150°C – 180°C)
- Tato tepelná úprava je velice oblíbenou úpravou hlavně u mladých lidí. Dnešní moderní technologie umožňují využití mnohem šetrnější způsoby smažení. (speciální druhy olejů a fritovacích hrnců a pánví)
- Při smažení je důležité potravinu pravidelně otáčet, mít správnou teplotu, nepřepalovat tuk (karcinogenní látky=rakovina)

Smažení

Péct můžeme:

- Na pánvích
- V troubě
- V konvektomatech (horkovzdušných troubách)
- Ve fritovacích hrncích

Každý z těchto způsobů je vhodný pro úpravu jiných potravin a pokrmů

Způsoby smažení

- **Na pánvi-** klasický způsob smažení v malém množství tuku na sporáku
- **V troubě-** smažíme bez poklice v malém množství tuku, teplota 160°C - 200°C, důležité je otáčení potravin během tepelné úpravy.
- **V konvektomatech** (horkovzdušných troubách) - v dnešní době v gastronomii nejefektivnější způsob tepelné úpravy pro zachování živin v potravinách.
- **Ve fritovacích hrncích-** probíhá ve velkém množství tuku, výhodou je, že se potravina rovnoměrně prosmaží ze všech stran současně.

Smažení

Smažením můžeme připravit tyto druhy příloh:

- **Přílohy z brambor:** bramborové krokety, bramborové hranolky, bramborové placky..
- **Přílohy z obilovin:** ovesné placky….
- **Přílohy ze zeleniny:** cuketa, lilek, papriky, cibule..

Dávkování příloh

- V současné době již velikost příloh není dána recepturami, ty se považují pouze za doporučující a závisí již většinou na samotné provozovně a nebo přání hosta
- **Přílohy z mouky** – knedlíky 160g
- **Přílohy ze zeleniny** – 150g – 200g
- **Přílohy z rýže** – 150g – 200g
- **Přílohy z luštěnin** – 200g
- **Přílohy z brambor**
  - *Smažené* 50g – 75g lupínky
    100g – 150g hranolky
  - *Ostatní úpravy* 150g – 200g

TEST ZNALOSTÍ

- **1) Nejoblíbenější tepelnou úpravou je.**

  a) vaření v tlakových nádobách
  b) pečení
  c) smažení

- **2) Doplňte znění věty tak, aby bylo správné: SMAŽENÍ Je tepelná úprava, kdy na suroviny působí ……při teplotě ……°C.**

  a) malé množství tekutiny, 150°C
  b) velké množství horkého vzduchu, 180°C
  c) velké množství, nebo malé množství oleje, 130°C- 180°C

- **3) Jaká nebezpečí nám plynou z nesprávného postupu při smažení.**

  a) vznik rakovinotvorných látek v oleji
  b) spálení povrchu pokrmu
  c) neprosmažení

TEST ZNALOSTÍ- odpovědi

- **1) Nejoblíbenější tepelnou úpravou je.**

  a) vaření v tlakových nádobách
  b) pečení
  c) smažení

- **2) Doplňte znění věty tak, aby bylo správné: SMAŽENÍ Je tepelná úprava, kdy na suroviny působí ……při teplotě ……°C.**

  a) malé množství tekutiny, 150°C
  b) velké množství horkého vzduchu, 180°C
  c) velké množství, nebo malé množství oleje, 130°C- 180°C

- **3) Jaká nebezpečí nám plynou z nesprávného postupu při smažení.**

  a) vznik rakovinotvorných látek v oleji
  b) spálení povrchu pokrmu
  c) neprosmažení

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
- 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=gril&tbm=isch
- https://www.google.cz/search?q=pol%C3%A9vky&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=tDX7UovplleO5AT5q4CQCQ&sqi=2&ved=0CAcQ_AUoAQ&biw=1280&bih=699#q=hrnce&tbm=isch
- https://www.google.cz/search?q=pol%C3%A9vky&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=tDX7UovplleO5AT5q4CQCQ&sqi=2&ved=0CAcQ_AUoAQ&biw=1280&bih=699#q=tlakov%C3%A9+hrnce&tbm=isch
- https://www.google.cz/search?q=pol%C3%A9vky&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ei=tDX7UovplleO5AT5q4CQCQ&sqi=2&ved=0CAcQ_AUoAQ&biw=1280&bih=699#q=konvektomaty&tbm=isch