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

Téma: Přílohy z mouky (obilovin)

ISŠ
INTEGROVANÁ STŘEDNÍ ŠKOLA hotelového provozu, obchodu a služeb Příbram

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 obilovin a jejich důležitostí v gastronomii. Na konci hodiny je krátké zopakování doplněné testem.

Přílohy z mouky(obilovin)

Mouka

- Rozmělněná vnitřní část obilného zrna (obilky) s menším podílem otrubnatých částí
- Používá se pro přípravu jídla
- V české obchodní síti se pšeničná mouka (nejběžnější typ) běžně prodává ve 4 druzích rozlišených podle tloušťky zrn:
  - Hladká – nejjemnější zrnitost
  - Polohrubá
  - Hrubá
  - Krupice – nejhrubší zrnitost

Přílohy z mouky

- Řadíme zde všechny přílohy, ve kterých mouka tvoří základní část
- Z mouky vytváříme různé druhy těst, které můžeme dále doplňovat a tepelně zpracováváme vařením
- Zákl. potravinami jsou hrubá mouka, krupice, žemle, vejce, tekutina (voda nebo mléko), droždí či kypřící prášek do pečiva nebo sníh z vaječných bílků
- Na ochucení se používá sůl, mletý muškátový květ i zelená petrželka
- Z hrubé mouky a krupice připravujeme nejčastěji noky a knedlíky

Druhy mouky

- Žitná – oblíbená k přípravě chleba nebo perníku
- Špaldová mouka – vhodná do sladkých i slaných těst
- Bezlepkové – vyráběné z ječmene, kukuřice, pohanky, rýže nebo sóji

Druhy příloh připravované z mouky

- Knedlíky
  - Houskové – kypřené pečivovým práškem
    - kynuté, kypřené droždím
  - Kynuté
  - Karlovarské
- Noky
  - Z krupice
  - Z pálené hmoty (odpalovaného těsta)
- Halušky

Ingredience na přípravu

Knedlíků

- Hrubá mouka
- Droždí nebo kypřící prášek
- Mléko
- Voda
- Vejce
- Sůl
- Žemle (osmažená nebo oschlá)

Noků

- Hrubá mouka nebo krupice
- Tuk
- Vejce
- Sůl
- Kypřící prášek do pečiva
- Mléko
- Mletý muškátový květ nebo oříšek

Postup přípravy

Houskové knedlíky

Z vlažného mléka, části hrubé mouky, droždí připravíme kvásek.
Po nakynutí přidáme do zbytku mouky vlažné mléko, sůl, vypracujeme těsto, před koncem dáme nakrájené housky a domícháme, necháme vykynout, vážíme, tvarujeme bochánky. Pak vyválíme knedlíky, necháme vykynout a po vykynutí vaříme.
Pokud vaříme ve vodě knedlíky otočíme, po vytažení propícháme, aby mohla unikat pára a knedlíky namastíme olejem.

Noky

Mléko zavaříme se solí a máslem, přidáme hrubou mouku.
Vypracujeme odpalované těsto, necháme vychladnout, přidáme muškátový květ, vejce, důkladně do hladka promícháme.
Polévkovou lžící namočenou ve vodě tvarujeme noky a vaříme v osolené vodě.

Těstoviny

- Pochází původně z Itálie
- Vyrábí se z tence vyváleného nekvašeného těsta, jehož základem je pšeničná mouka z tvrdé pšenice s vysokým obsahem lepku, vody a vajec
- Těsto se nechá odležet a upravuje se na různé tvary a dosušuje se
- Vařením zvětšují svůj objem
- Doba varu se řídí velikostí a křehkostí
- Vhodná příloha k vařeným, dušeným a pečeným masovým pokrmům
- Vařené těstoviny můžeme chuťově zvýraznit přísadou koření, zeleniny, zeleninových natí, hub, slaniny, atd….
- Na jednu porci používáme 60 – 80 g syrových těstovin

Dělení

1. **Podle obsahu vajec:**
   - Bezvaječné
   - Vícevaječné

2. **Podle tvaru:**
   - **Krátké** -> nudle (vlasové, pološiroké, široké, abeceda, flíčky, atd..), mušle, vřetena, kolínka, růžky
   - **Dlouhé** -> makarény, špagety

Obměny

- **Se slaninou** – promastíme nadrobno nakrájenou a rozškvařenou slaninou
- **Se zelenými natěmi** – doplňujeme nadrobno nakrájenou pažitkou, petrželkou, apod..
- **S rajčatovým protlakem (kečupem**) – promastíme nakrájenou a na másle nebo oleji zpěněnou cibulí a doplníme protlakem nebo kečupem
- **S tvrdým sýrem** – těstoviny promícháme s tvrdým nastrouhaným sýrem
- **S žampióny** – promícháme s nakrájenými a na osmažené cibuli podušenými žampióny
- Těmito způsoby obměňujeme přílohy z těstovin podle toho, k jakému masu je podáváme
- V italské kuchyni se tyto obměny již považují za hlavní pokrm

Vařené těstoviny

- Těstoviny se navaří až o 150%
- Těstoviny vaříme takzvaně na zkus – **an dante**
- Doba vaření se řídí druhem a stářím těchto výrobků (10-15 minut)

Dušené těstoviny

- Na dušení používáme těstoviny předem používané (makaróny, špagety, široké nudle, kolínka, atd…)
- Pokud používáme syrové těstoviny, musíme je předem orestovat (strouhání, těstovinová rýže)

TEST ZNALOSTÍ

1) Mezi obiloviny nepatří:

a) kukuřice, proso, čočka
b) kukuřice, pšenice, ječmen, oves
c) kroupy, cukr, rýže

2) Podle vymletí rozdělujeme mouku:

a) pšeničnou, kukuřičnou, ovesnou
b) bezlepková, rýžová
c) hladká, hrubá, polohrubá, krupice

3) Mouku získáváme :

a) Jen ze semletých slupek zrna (otrub)
b) ze stonků
c) z vnitřní části zrna s menším podílem otrub

4) Některé obiloviny obsahují lepek, které to jsou?

a) rýže, kukuřice, pohanka, proso
b) pšenice, žito, ječmen, oves
c) rýže, pšenice, proso, žito

TEST ZNALOSTÍ- odpovědi

1) Mezi obiloviny nepatří:

a) kukuřice, proso, čočka
b) kukuřice, pšenice, ječmen, oves
c) kroupy, cukr, rýže

2) Podle vymletí rozdělujeme mouku:

a) pšeničnou, kukuřičnou, ovesnou
b) bezlepková, rýžová
c) hladká, hrubá, polohrubá, krupice

3) Mouku získáváme :

a) Jen ze semletých slupek zrna (otrub)
b) ze stonků
c) z vnitřní části zrna s menším podílem otrub

4) Některé obiloviny obsahují lepek, které to jsou?

a) rýže, kukuřice, pohanka, proso
b) pšenice, žito, ječmen, oves
c) rýže, pšenice, proso, žito