

KLASA 1Kg – PROCESY TECHNOLOGICZNE

27-30.IV.2020

W tym tygodniu należy przypomnieć sobie zasady gotowania warzyw zabarwionych karotenem i betalainami. W części praktycznej wykonujecie – każdy indywidualnie, ćwiczenie *marchew glazurowana i buraczki zasmażane*. Zdjęcie potrawy wraz z wykazem rodzaju obróbki wstępnej i cieplnej zastosowanej w ćwiczeniach oraz odpowiedzi na podsumowanie ćwiczeń przesyłamy do 05 maja 2020 do godz. 10³⁰. Mam do Was prośbę – przysyłajcie **czytelne** prace.

UWAGA 12-go maja o godz. 9⁰⁰ napiszemy zdalną pracę klasową z działu *mleko i jaja*. W tym czasie konieczny będzie dla Was dostęp do komputera, tabletu lub smartfonu z dostępem do Internetu i dużo wiadomości w głowie 😊

KARTA PRACY Buraczki zasmażane

ZADANIE

Przygotuj potrawę zgodnie z podaną niżej recepturą.

Receptura

Buraczki zasmażane	
Normatyw surowcowy na 4 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• buraki czerwone 500 g• masło 40 g• sok z cytryny 20 ml• mąka 15 g• cukier 10 g• sól, pieprz do smaku	<ol style="list-style-type: none">1. Buraki umyć, obrać, każdy osobno zawinąć w folię aluminiową.2. Piec w temp. 180°C przez 1 godz. Ostudzić.3. Zetrzeć na tarce o dużych oczkach.4. Masło rozpuścić na patelni, dodać mąkę, podsmażyć (nie dopuścić do zmiany barwy) i dołożyć starte buraki.5. Podsmażać przez 10 min, co jakiś czas mieszając.6. Doprawić solą, pieprzem, cukrem i sokiem z cytryny. Podawać na ciepło jako dodatek do potraw z wieprzowiny, wołowiny, drobiu pływającego.

WSKAZÓWKA

Buraczki przeznaczone do zasmażenia można również ugotować w skórce, a następnie zetrzeć na tarce o drobnych oczkach.

PODSUMOWANIE

Podaj przykład dania jarskiego, do którego można wykorzystać jako dodatek buraczki zasmażane.

ZADANIE

Przygotuj potrawę zgodnie z podaną poniżej recepturą.

Receptura

Marchew glazurowana	
Normatyw surowcowy na 3 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• marchew 500 g• cukier 5 g• miód 40 g• masło 30 g• sól, pieprz, imbir do smaku	<ol style="list-style-type: none">1. Marchew umyć, obrać, pokroić wzdłuż na ćwiartki / batony.2. Tak przygotowaną marchew gotować w osolonej wodzie z dodatkiem cukru (5 g) i masła (10 g) przez 6–8 min.3. Na patelni rozpuścić masło, wymieszać je z miodem.4. Dołożyć ugotowaną marchew.5. Posypać imbirem, solą i pieprzem.6. Dusić, aż glazura nabierze lekko brązowego koloru. Podawać zaraz po przygotowaniu.

PODSUMOWANIE

Napisz, w jakim celu do potraw z marchwi są dodawane miód, cukier i masło.

Owocnej pracy 😊