

KLASA 1Kg – PROCESY TECHNOLOGICZNE

20-24.IV.2020

Zaczynamy powtarzać lekcje teoretyczne, ale tym razem w wersji praktycznej. Proszę przypomnieć sobie teorię z obróbki cieplnej oraz gotowania warzyw strączkowych i zabarwionych chlorofilem.

Następnie do kolejnych zajęć (**uwaga – od 27.IV zmiana planu**) wykonaj ćwiczenia: zupa szczawiowa i tabela dotycząca warzyw strączkowych suchych. Podsumowanie z zupy i uzupełnioną tabelę proszę wysłać do dnia, w którym mają odbywać się zajęcia wg nowego planu.

Wskazówki do ćwiczeń

- bulion jarzynowy przygotować należy z dowolnego zagęszczonego gotowego bulionu (kostka, pasta)
- szczaw – zrobić sobie spacer na łąkę (już można) lub do ogrodu lub do sklepu – ma być świeży, całe liście
- zawiesina – to sposób zagęszczania zup otrzymana przez dokładne wymieszanie chłodnego płynu (w tym przypadku śmietana) z mąką (najlepiej za pomocą różgi)
- jeżeli do takiej zawiesiny dodasz kilka łyżek gorącej zupy, to wykonasz zabieg określany jako hartowanie. Ma to na celu uniknięcie zważenia się śmietany gdy dodajesz ją do zupy
- jako dodatek polecam ugotowane jajko przekrojone na pół

Smacznego!!! 😊

Myślę, że drugiego ćwiczenia nie muszę tłumaczyć 😊

Ćwiczenie 1.

Przygotuj potrawę zgodnie z podaną niżej recepturą.

Receptura

Zupa szczawiowa	
Normatyw surowcowy na 6 porcji	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">○ bulion jarzynowy 1l○ szczaw 150g○ śmietana 18% 120ml○ mąka 10g○ sól, pieprz do smaku	<ol style="list-style-type: none">1. Szczaw oczyścić, umyć. Usunąć nadmiar łyżerek, pokroić2. Bulion ugotować.3. Dodać szczaw.4. Gotować ok. 10 minut.5. Sporządzić zawiesinę z mąki i śmietany, dolać do niej kilka łyżek zupy, wymieszać.6. Całość dodać do zupy.7. Zagotować, ciągle mieszając. <p>Podawać z chlebem, jajkiem ugotowanym na twardo, ziemniakami</p>

Podsumowanie

Zapisz, jakie działania podjąłeś/podjęłaś, przygotowując zupę szczawiową, aby zapobiec utracie barwy szczawiu.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Ćwiczenie 2

Warzywa strączkowe suche (fasolę, groch, soczewicę) zważ i określ ich objętość przed namoczeniem, po namoczeniu oraz po ugotowaniu. By określić ich objętość, wsyp nasiona do naczynia miarowego (z podziałką). Wyniki zanotuj w poniższych tabelach.

FASOLA				
Surowiec	Masa (g)	Objętość (cm ³)	Przyrost (%)	
			masy	objętości
suchy				
po namoczeniu				
po ugotowaniu				

GROCH				
Surowiec	Masa (g)	Objętość (cm ³)	Przyrost (%)	
			masy	objętości
suchy				
po namoczeniu				
po ugotowaniu				

SOCZEWICA				
Surowiec	Masa (g)	Objętość (cm ³)	Przyrost (%)	
			masy	objętości
suchy				
po namoczeniu				
po ugotowaniu				

Sposób wyliczania przyrostu masy i objętości w procentach, wylicz przy użyciu proporcji i odeślij jeden przykład na mój adres mailowy anna.mucho@witrema.pl podając swoje imię i nazwisko. Pozostałe, pozostają tylko w zeszyte przedmiotowym do wglądu.