



KOCSONYA KÁLMÁN • VOMBERG FRIGYES • ILLÉS VINCE LEVENTE

MAG

MODERN ALAP GASZTRONÓMIA

A szerzői csapat:
Kocsonya Kálmán,
Vomberg Frigyes
és Illés Vince Levente.



Előszó

MAG = MAGYAR ALAP GASZTRONÓMIA

A MAG célja az ételkészítés szakmai alapjainak bemutatása. Konyhatechnológiákat ismertető formabontó megközelítésben, útmutatókkal segíti a szakoktatók munkáját, és mindazokat, akik az ételkészítési szakma elsajátítására vállalkoztak.

Étkezési szokásaink megváltoztak, új gasztronómiai irányzatok születtek, nemcsak a nagyvilágban, de Magyarországon is a gasztronómiai forradalom idejét éljük. Ennek következményeként a hazai munkaerőpiacon is hatalmas az igény az azonnal használható tudással rendelkező szakácsok iránt. Olyan tudásanyaggal rendelkező szakemberekre van szükség, akik kiválóan ismerik a MAG-ban szereplő konyhatechnológiákat és képesek is azt a gyakorlatban alkalmazni.

A MAG egyesíti az általános mellett a modern gasztronómiai konyhatechnológiák alapjait, valamint egyedülálló módon, az éttermi cukrászat tanait is.

A MAG gyakorlati segítséget nyújt. A technológiák ismertetését a fejezetek végén található QR kódokon keresztül elérhető képek, fázisfotók és videó anyagok illusztrálják, valamint könyvjelző formájában puskát is ad a mértékegység átváltásokhoz.

Sajátsítsd el a technológiákat, hogy a legjobb helyeken dolgozhass!

Technológia a középpontban!

A kreatív ételkészítés tan-kézikönyve!



Előkészítő műveletek

1

Alapműveletek

Főzés

Gőzölés

Sütés

Sous-vide

Konfitálás

Kombinált konyhatechnológiai hőkezelési eljárások

Párolás

Mikrohullámú hőkezelés

Füstölés

Sűrítési eljárások

Dúsítási eljárások

Bundázási eljárások

Alaplevek készítése

Kivonatok, pecsenyelevek

Fűszerezés, ízesítés

Befejező műveletek

Egyéb anyagok felhasználásával végzett technológiák

Hőelvonással végzett eljárások

Éttermi cukrászat technológiái

Tartalomjegyzék

1. Előkészítő műveletek	11	3.7. Előfőzés (blansírozás)	58
1.1. Növényi eredetű élelmi anyagok előkészítő műveletei	12	3.8. Főzés zárt térben	59
1.1.1. Válogatás	12	4. Gőzölés	61
1.1.2. Tisztítás	13	4.1. Közvetlen	62
1.1.3. Darabolás	16	4.2. Közvetett	63
1.1.4. Növényi eredetű élelmi anyagok tárolása	21	4.2.1. Egyszintű	64
1.2. Állati eredetű élelmi anyagok előkészítő műveletei	23	4.2.2. Többszintű	64
1.2.1. Vágóállatok – vadak	24	5. Sütés.	67
1.2.2. Háziszárnyasok, vadszárnyasok	37	5.1. Zárt légtérben	68
1.2.3. Halak	40	5.1.1. Sütőben sütés	68
1.2.4. Rákok, kagylók előkészítése	43	5.1.2. Kombi sütőtérben	70
2. Alapműveletek	45	5.1.3. Kemencében sütés	70
2.1. Habverés, habkészítés	46	5.1.4. Jospér	71
2.2. Vaj tisztítása	48	5.2. Nyílt légtérben	72
2.3. Áttörés vagy passzírozás	48	5.2.1. Nyárson sütés	72
2.4. Lehabozás	50	5.2.2. Roston sütés	73
2.5. Hőkiegyenlítés.	50	5.3. Bő zsiradékban sütés.	75
3. Főzés.	51	5.4. Kevés, forró zsiradékban sütés	76
3.1. Forralás	52	5.5. Sütés sugárzó hővel (szalamander).	79
3.2. Gyöngyöző forralás	52	5.6. Alacsony hőmérsékleten történő hőkezelés.	80
3.3. Abálás	54	5.7. Piritás	81
3.4. Poszírozás.	55	5.7.1. Kevés zsiradékkal történő piritás	81
3.5. Beforralás (redukálás)	56	5.7.2. Zsiradék nélkül	82
3.6. Forrázás	57	5.7.3. Szakácsfáklyával	82
		5.8. Papírban sütés	83

6.	Sous-vide	85	12.7.	Saját anyaggal történő sűrités. . .	123
7.	Konfitálás	91	12.8.	Hideg vajjal történő sűrités	124
8.	Kombinált konyhatechnológiai hőkezelési eljárások	95	13.	Dúsítási eljárások	125
8.1.	Főzés – sütés	96	13.1.	Legírozás	126
8.2.	Sütés – főzés	98	13.2.	Montírozás.	127
9.	Párolás.	99	13.3.	Tejtermékkel.	128
9.1.	Egyszerű párolás	100	14.	Bundázási eljárások	129
9.2.	Összetett párolás	101	14.1.	Bécsi bundázás (panírozás)	130
10.	Mikrohullámú hőkezelés	107	14.2.	Párizsi bundázás	131
11.	Fűstölés	111	14.3.	Tésztába mártott bundázási eljárások.	131
11.1.	Hideg fűstölés.	112	14.3.1.	Tempura	132
11.2.	Meleg fűstölés.	113	14.3.2.	Sörtészta.	133
11.3.	Forró fűstölés	114	14.3.3.	Bortészta	133
11.4.	Aromatizálás	115	14.4.	Bundázás egyéb anyagokkal . . .	134
12.	Sűritési eljárások.	117	15.	Alaplevek készítése	137
12.1.	Rántás	118	15.1.	Szárnyasalaplevek	139
12.1.1.	Világos rántás	118	15.1.1.	Fehér alaplé	139
12.1.2.	Zsemleszínű rántás	119	15.1.2.	Barna alaplé	140
12.2.	Lisztzórás	120	15.2.	Borjúalaplevek.	140
12.3.	Habarás	120	15.2.1.	Fehér alaplé	141
12.4.	Liszttel begyúrt vaj	121	15.2.2.	Barna alaplé	141
12.5.	Szárazon pirított liszt	121	15.3.	Marhaalaplevek	142
12.6.	Sűrités keményítővel	122	15.4.	Vadalaplevek	142
12.6.1.	Közvetlen keményítőszerekkel . .	122	15.5.	Halalaplevek	143
12.6.2.	Sűrités keményítőt tartalmazó élelmi anyaggal	123	15.6.	Rákalaplevek	144
			15.7.	Zöldségalaplevek	145
			15.8.	Fűstölt alaplé	146
			16.	Kivonatok, peccsenyelevek	147

17. Fűszerezés, ízesítés	153	21. Éttermi cukrászat technológiái .	189
17.1. Fűszerekkel	154	21.1. Tésztakészítési technológiák.	190
17.1.1. Száraz fűszerek	154	21.1.1. Gyúrt omlós tészta	
17.1.2. Zöldfűszerek.	157	készítésének technológiái	190
17.2. Ízesítőszerekkel	159	21.1.2. Kevert omlós tészta	
17.2.1. Sós ízesítők	159	készítésének technológiái	193
17.2.2. Természetes és mesterséges		21.1.3. Gyúrt élesztős tészta	
édesítőszer	160	készítésének technológiái	195
17.2.3. Savanyítók.	161	21.1.4. Leveles tészta	
17.2.4. Keserű anyagok.	163	készítésének technológiái	197
18. Befejező műveletek	165	21.1.5. Forrázott vagy égetett	
18.1. Hidegen, melegen tartás.	166	tészta készítésének technológiái.	200
18.2. Adagolás.	168	21.1.6. Felvert tészták technológiái	201
18.3. Dekorálás, díszítés	169	21.1.7. Egyéb tészták	209
19. Egyéb anyagok felhasználásával		21.2. Töltelékkészítésnél alkalmazott	
végzett technológiák	171	technológiák.	213
19.1. Hidegen sütés.	172	21.2.1. Alapkrémek	214
19.2. Pácolás	174	21.2.2. Zöldség- és gyümölcs	
19.2.1. Nedves pácolás	174	készítmények	217
19.2.2. Olajos pácolás.	175	21.2.3. Habok	220
19.2.3. Száraz pácolás	176	21.2.4. Egyéb krémek, töltelékek	223
19.2.4. Tejtermékes pácolás	177	21.3. Fagylaltkészítés technológiája.	226
19.2.5. Savas (gyümölcslé) pácolás	178	21.4. Felfújt és gőzölt puding	
20. Hőelvonással végzett eljárások . .	181	készítés technológiái	229
20.1. Hűtés	182	21.4.1. Krém alapú felfújtak (soufflé)	229
20.2. Fagyasztás.	183	21.4.2. Rizs alapú felfújt	230
20.3. Sokkolás	186	21.4.3. Gőzölt puding	
		vagy angol puding	231
		21.5. Díszítésnél alkalmazott	
		technológiák.	234
		21.5.1. Csokoládé temperálás	234
		21.5.2. Egyéb díszítési technológiák	236

1. Előkészítő műveletek

Célja:

A nyersanyagokat feldolgozásra alkalmas állapotba hozzuk.

Az előkészítés olyan konyhatechnológiai művelet, amely magába foglalja az ételkészítéshez szükséges eszközök, főzőedények, tárolóeszközök, nyersanyagok meglétét, illetve élelmi anyagok előkészítését.

Ezt a kifejezést idegen szóval „mise en place”-nek nevezzük (miz an plász).

Az ételkészítést megelőző előkészítő műveletek megkezdése előtt már munkatervet kell fejben összeállítani, annak érdekében, hogy tudatos munka folyjon az előkészítéstől a tálalás befejezéséig, ami egyúttal meghatározza az elkészült étel minőségét.

Az előkészítő műveleteket két nagy élelmi anyag csoportra tagoljuk:

- növényi eredetű élelmi anyagok előkészítő műveletei,
- állati eredetű élelmi anyagok előkészítő műveletei.



1.1. NÖVÉNYI EREDETŰ ÉLELMI ANYAGOK ELŐKÉSZÍTŐ MŰVELETEI

Módozatai:

- válogatás,
- tisztítás,
- darabolás,
- növényi eredetű élelmi anyagok tárolása.

1.1.1. VÁLOGATÁS

Célja:

A feldolgozásra legalkalmasabb nyersanyagok kiválasztása.

Az egyes növényi eredetű élelmi anyagok esetében a tisztítást megelőzi a válogatás.

Technológiai lépések:

- kiválogatjuk a töltésre, egyben sütésre, egyben főzésre közel egyforma méretű darabokat, azokat, amelyek erre a célra a legalkalmasabbak,
- eltávolítjuk az ételkészítésre alkalmatlan részeket, idegen anyagokat.

Alkalmazása:

Burgonya, paradicsom, paprika, vöröshagyma, rizsfélék, száraz hüvelyesek esetében.

1.1.2. TISZTÍTÁS

Célja:

A nyersanyagokon lévő szennyeződések és a fogyasztásra alkalmatlan részek eltávolítása.

Módozatai:

- száraz tisztítás,
- nedves tisztítás,
- száraz/nedves tisztítás,
- a hőkezeléssel történő tisztítás (héj eltávolítása).

Száraz tisztítás

Hámozás I.

Technológiai lépések:

- a növényi eredetű élelmi anyag héját forgó pengéjű késsel vékonyan lehámozzuk,
- megmossuk őket.

Alkalmazása:

Burgonya, sárgarépa, petrezselyemgyökér, pasztinák, uborka, spárga, feketegyökér, angol zeller, citrusfélék (fűszerkivonat készítéséhez), alma, körte stb. esetében.

Hámozás II.

Technológiai lépések:

- a hámozást ez esetben tisztítókéssel végezzük,
- vékonyan eltávolítjuk a gyökérzöldségek és a tökfélék héját,
- a hagymafélékről lehúzzuk a héját,
- megmossuk őket.

Alkalmazása:

Zellergumó, karalábé, tökfélék, hagymafélék esetében.

Kaparás

Technológiai lépések:

- a vékony héjrészt tisztítókéssel lekaparjuk,
- hideg folyó víz alatt átdörzsöljük a zöldség felületét,
- a feltapadt héjdarabokat teljesen eltávolítjuk,
- átmoszuk.

Alkalmazása:

Újburgonya, sárgarépa, petrezselyemgyökér, pasztinák esetében.

Kivágás

Technológiai lépések:

- a felületi sérült részeket, valamint az étkezésre alkalmatlan részeket eltávolítjuk egy tisztítókéssel segítségével,
- hideg vízzel alaposan átmoszuk.

Alkalmazása:

Valamennyi zöldség és gyümölcs esetében.

Leszemezés

Technológiai lépések:

- a gyümölcsöket többször bő vízbe mártjuk kíméletesen, majd lecsepegtetjük,
- kézzel a szárról leszedjük a szemeket.

Alkalmazása:

Szőlő, ribizli esetében.

Feltörés

Technológiai lépések:

- a héjat feltörtjük diótörővel vagy kis kalapáccsal,
- a megtört héjból kézzel vagy kis kés segítségével feltárhadjuk a magvakat.

Alkalmazása:

Dió, mandula, mogyoró, pisztácia esetében.

Nedves tisztítás

Megmosás

Technológiai lépések:

- a földdel szennyezett felületi, valamint levelek közötti részeket megtisztítjuk, általában hidegvízzel,
- kivételt képeznek a citrusfélék, ezek héjának megmosása esetében meleg vizet használhatunk,
- a tisztított zöldségek azonnali mosást igényelnek, így a földes, piszkos kéz által felvitt szennyeződések nem tudnak megtapadni a zöldségeken,
- gombák: gyakran csak óvatosan vagy egyáltalán nem moshatók, nedves ruhával vagy kéztörölővel történő törölgetéssel, ecsetelés-

sel, lágy dörzsöléssel tudjuk megtisztítani. Az erdei gombákat közvetlenül felhasználás előtt, áztatás nélkül, gyorsan megszabadítjuk az esetleges szennyeződésektől.

Áztatás

Technológiai lépések:

- a hüvelyeseket kiválogatás után többször váltott vízzel megmossuk, majd bő, hideg vízben állni hagyjuk, lehetőség szerint egy éjszakán át,
- a szárított gombát forró vízzel leöntjük, majd áztatni hagyjuk kb. 15 percig,
- amikor megszívta magát, kiszedjük a vízből,
- az áztató levét finom szűrőn át leszűrjük, és ételkészítésnél felhasználjuk. (Beforralással koncentrálnak a gombaíz.)

Alkalmazása:

Lencse, szárazbab, szárított gomba, levesek, mártások, raguk esetében.

Leöblítés

Technológiai lépések:

- hideg vízzel végezzük a leöblítést,
- lecsepegtetjük, konyhai papírtörölkőre helyezzük, a felesleges vizet felitatjuk.

Alkalmazása:

Friss fűszernövények, mint kakukkfű, lestyán, petrezselyemzöld, zsálya, kapor esetében.

Nedves/száraz tisztítás

Szemezés

Technológiai lépések:

- a hámozást követően jól megmossuk és a barna részeket a kés hegyével kivágjuk,
- újra megmossuk az így megtisztított zöldséget.

Alkalmazása:

Gyökérzöldségek, gumósok esetében.

Csumázás

Technológiai lépések:

- a már megmosott zöldpaprika szárát a hüvelykujj és a mutatóujj közé fogva, a hüvelykujj előre nyomásával és a paprika körbe forgatásával megpróbáljuk beszakítani a paprika torzsáját,
- kihúzzuk a szárával együtt a torzsát.

Alkalmazása:

Paprikafélék esetében.

Magozás I.

Technológiai lépések:

- leszárazzuk a bogyós gyümölcsöket,
- többször váltott hideg vízben átforgatva megmossuk és lecsepegtetjük,
- kézzel vagy meggymagozóval eltávolítjuk a magokat.

Alkalmazása:

Meggy, cseresznye esetében.

Magozás II.

Technológiai lépések:

- a szilvát és a barackot megmossuk,
- késsel hosszanti irányban kettévágjuk és a kés hegyének segítségével eltávolítjuk a magot.

Alkalmazása:

Szilva, barack esetében.

Hőkezeléssel történő tisztítás (héj eltávolítása)

Forró vízzel

Technológiai lépések:

- a megmosott paradicsom héját a csúcsánál keresztirányban bevágjuk,
- csumáját eltávolítjuk,
- érettségétől függően 8-10 másodpercig forró vízbe tesszük,
- ezután jeges vízbe átszedjük, lehűtjük (sokkoljuk),
- a lehűlt paradicsom héját lehúzzuk.

Alkalmazása:

Paradicsom esetében.

Sütéssel

Technológiai lépések:

- a paprikát süthetjük nyílt láng felett vagy sütőben magas hőmérsékleten,
- amint a paprika héja megpirult, betakarjuk,
- hagyjuk állni 1-2 percig, addig, amíg a héj elválk a hústól,
- hideg, folyó víz alatt ledörzsöljük a felpuhult héjat vagy jeges vízbe téve sokkoljuk, majd ezt követően távolítjuk el a héjat,

- süthetjük bő olajban is, így puhítjuk fel a héját, ez esetben változik az íze és a textúrája is.

Alkalmazása:

Kaliforniai paprika esetében.

HASZNOS TANÁCSOK, GYAKORLATI TAPASZTALATOK, PÉLDÁK

A héjától eltávolított burgonyát felhasználásig tartsuk hideg víz alatt, mert így megakadályozzuk a burgonya oxidációját, vagyis a megbarnulását. A hosszantartó vízben áztatásnak negatív hatása van, ugyanis a burgonyában lévő értékes tápanyagok kioldódnak. Ezért a lehető legrövidebb időn belül használjuk fel!

A fűszernövények öblítését kíméletesen kell végezni, mert a zsemeke növényi részek magas víznyomáson megsérülnek, sokat veszítenek frissességükből, csökken az élvezeti értékük.

A tisztított, mosott levélzöldegeket salátacentrifugával pörgessük viszonylag szárazra és nedves ruhával letakarva felhasználásig hűtőben tároljuk.

A meghámozott almát azonnal citromos vízbe helyezzzük, ezáltal megvédjük a beburnulástól. Ugyanígy járhatunk el a feketegyökér hámozását követően. Kíméletes eljárás a beburnulás megakadályozására, ha a citromos víz helyett citrommal történő bedörzsölést alkalmazunk.

A kicsumázott zöldpaprika magjait kiütögetéssel, ereit kis késsel tudjuk eltávolítani a keletkezett nyíláson keresztül.

A száraz hüvelyesek áztatásával a felpuhítást segítjük elő, lecsökkentve ezzel a főzési időt.

1.1.3. DARABOLÁS

A válogatást és a tisztítást követő előkészítő műveletet darabolásnak nevezzük.

Célja:

A hőkezelés elősegítése, időtartamának csökkentése, a különböző anyagok hasonló darabokra történő vágásával az esztétikus látvány elérése, az adagolás, a tálalás megkönnyítése. Fogyasztás során szájba kerülve az élelmi anyag méreteivel az étel ízét is befolyásolhatjuk.

Módozatai:

- nyersanyagok jellemző darabolása,
- hagymafélék darabolása,
- fokhagyma darabolása,
- burgonya darabolása.

Nyersanyagok jellemző darabolása

Módozatai:

- rudacskák,
- vékony metélt,
- kocka,
- nem szabályos kocka,
- parasztos,
- cikk,
- chiffonade,
- lekerekítés.

Rudacskák /baton/ (ejtsd: baton)

Technológiai lépések:

- a megtisztított gyökérzöltség széleit először minden oldalán egyenesre vágjuk hosszanti

irányban, majd merőlegesen 40-50 milliméteres hosszúságú darabokra szeljük,

- vágási felületükkel a vágódeszkára fektetjük és 5 milliméteres vastag szeletekre, majd azokat 5 milliméteres rudakra, hasábokra vágjuk.

Alkalmazása:

Sárgarépa, petrezselyemgyökér, zeller, karalábé, körettek, raguk, levesek (ez esetben 30-40 milliméteres hosszúságúra) esetében.

Vékony metélt /julienne/ (ejtsd: zsülien)

Technológiai lépések:

- a megtisztított zöldségeket 40-50 milliméteres hosszúságú darabokra vágjuk, 3 milliméteres szeletekre,
- a szeleteket 3 milliméteres vastagságú metéltekre szeljük.

Alkalmazása:

Gyökérzöldségek, póréhagyma, cukkini, alma, körte, levesbetétek, körettek, saláták esetében.

Kocka

Az előkészített zöldségeket különféle méretű kockákra vágjuk, ám fajtájuknak megfelelő egyenlő élhosszúságú kockákat írunk elő a receptek. Azonban ezek más és más méretűek.

Technológiai lépések:

- a zöldségek oldalait egyenesre levágjuk, majd julienne-re (ebből brunoise), vagy batonra (ebből kis kocka) illetve a közepes vagy nagy kockához vastag hasábokra szeljük a zöldségeket,
- ezt követően kereszt irányban daraboljuk, így kapunk egyenletes kockákat a méretüknek megfelelően.

Alkalmazása:

3x3 milliméteres	apró kocka /brunoise/ (ejtsd: brünoáz) » salsák,
5x5 milliméteres	kis kocka /macédoine/ (ejtsd: maszedoán) » levesek, raguk,
10x10 milliméteres	közepes kocka » levesek (gulyásleves, tejfölös burgonya-leves),
20x20 milliméteres	nagy kocka » burgonya köret, libaszírban konfitált burgonya, petrezselymes, vajás burgonya.

Nem szabályos kocka /mirepoix/

(ejtsd: mirpoá)

Technológiai lépések:

- a megtisztított gyökérzöldségeket hosszában ketté vagy négybe vágjuk a vastagságának megfelelően,
- keresztirányban egyenletes darabokra vágjuk, amelyek kockára emlékeztető méretűek.

Alkalmazása:

A mirepoix kifejezés a francia konyhában hagyma, sárgarépa és zeller 2:1:1 arányú zöldségkeveréke. Ezen összetevők mellett egyéb hasonló kombinációk is számításba jöhetnek.

- alaplevek (fondok), mártások, levesek,
- fehér mirepoix (petrezselyemgyökér, póréhagyma, szárzeller, vöröshagyma) » fehér hal alapléhez készítjük.

Parasztosra /paysanne/ (ejtsd: pejzán)

A darabolás formája lehet négyzet, háromszög, kör, esetlen félkör alakú. Alakját a zöldség formája és a gazdaságosság határozza meg.

Technológiai lépések:

- mérete: 10x10 milliméteres hasábokat szeletelünk fel 1-2 milliméteres szeletekre vagy 15 milliméternél vastagabb henger alakot 1-2 milliméteres szeletekre vágunk.

Alkalmazása:

Levesek esetében.

Cikkre

Technológiai lépések:

- a megtisztított zöldségeket először félbe, majd a vágott felületén indítva a vágást, cikk alakúra vágjuk.

Alkalmazása:

Vöröshagyma, gomba, burgonya, paradicsom esetében.

Chiffonade (ejtsd: sifonád)

Gasztronómiai értelmezésben a chiffonade zöld fűszernövények leveleinek és leveles zöldségeknek a feldarabolása hosszúkás, vékony csíkokra. Ugyanakkor hasznos módszer erősebb rostú növények leveleinek feldarabolásánál is.

Technológiai lépések:

- az erős rostú leveleket levágjuk,
- kimetsszük a központi vastagabb erüket,
- egy maroknyi levelet lazán felgöngyölünk egy kötegbe és úgy vágjuk vékony csíkokra.

Alkalmazása:

Mángold, kínai kel, spenót, fejes saláta esetében.

Lekerekítés /tourner/ (ejtsd: turné)

Lényege, hogy az amerikai hétoldalú futball-labdára emlékeztető alakot alakítsunk ki.

Technológiai lépések:

- az előkészített zöldséget 50 milliméteres darabokra vágjuk,
- a mutató és a hüvelykujunk közé fogjuk, ívesen faragjuk az oldalát, hogy ovális legyen,
- minden vágáskor fordítunk egyet a zöldségen,
- a faragás végére hét szabályosra vágott oldalt készítve kapjuk a kívánt formát.

Alkalmazása:

Gyökérzöldségek, gumósok, köretek (sütve, főzve, gőzölve, párolva) esetében.

Hagymafélék darabolása

Felezve

Technológiai lépések:

- a konyhakész vöröshagymát keresztirányban félbe vágjuk,
- a felezett hagymát vágási felületével a tűzhely lapján vagy serpenyőben szárazon megpirítjuk,
- a hagymában lévő cukor a hőhatására karamellizálódik, megbarnul,
- javíthatjuk ezzel az ételek színét és ízkozzóként is kiváló,
- az így megpirított vöröshagymát hagyma-brülé-nek nevezzük.

Alkalmazása:

Erőlevesek és húslevesek készítésénél.

Karikára

Technológiai lépések:

- a tisztított hagymát keresztirányban szeleteljük karikákra,
- a szelet vastagságát az étel jellege határozza meg.

Módozatai:

- vastag, 5 milliméteres szelet,
- vékony szelet esetében 2-3 milliméter.

Alkalmazása:

A vastagabbra szeletelt változatát bundázáshoz, a vékonyabbra szeleteltet lyoni hagyma készítésnél és salátáknál alkalmazzuk.

Fél karikára

Technológiai lépések:

- a hagymát kettévágjuk hosszanti irányban és vágási felületével a deszkára fektetjük,
- keresztben vékony szeletekre vágjuk.

Alkalmazása:

Párolt káposzta és saláták esetében.

Fél főre

Technológiai lépések:

- az előzőhöz hasonlóan ketté vágjuk,
- az oldalán szeleteljük fel hosszanti irányban,
- szálakra, csíkokra esik szét.

Alkalmazása:

Lecsó, pirított csirkemáj, salátafélék esetében.

Finomra

Technológiai lépések:

- a hagymát kettévágjuk hosszanti irányban és vágási felületével a deszkára fektetjük,
- vízszintesen 2-3-szor (a hagyma nagysá-

ga határozza meg, hogy hányszor) bevágjuk gyökérzetig, de azt nem vágjuk át,

- az oldalán is bevagdossuk, szintén a gyökérzetig, amit továbbra sem vágunk át,
- ezt követően keresztben felszeleteljük egyforma kockákra egészen a gyökérzetig.

Alkalmazása:

Pörköltök, tokányok, levesek, főzelékek esetében.

Fokhagyma darabolása

A fokhagymát nem minden esetben szükséges feldarabolni.

Egészben

Technológiai lépések:

- a hagyma külső héját lehúzzuk,
- egyben használjuk fel vagy gerezdekre szedve adjuk az ételhez.

Alkalmazása:

Húslevesek, kocsonyák és alaplevek készítésénél egészben használjuk.

Törve

Technológiai lépések:

- a fokhagymát megtisztítva a szakácskés lapjával szétnyomjuk a deszkán, mindezt úgy végezzük, hogy kezünkkel többször a kés lapjára nyomunk,
- felaprítjuk.

Pépesítve

Technológiai lépések:

- késsel többször nyomjuk a deszkához,

- csipetnyi sót adunk a felaprított fokhagymához,
- ezt követően pépesítjük, így nem tapad a késre.

Alkalmazása:

Levesek, mártások, főzelékek esetében.

Burgonya darabolása

Egészben

A burgonyát egyes ételeknél nem daraboljuk fel, hanem egészben készítjük el.

Alkalmazása:

Héjában főzve rakott burgonyához, burgonyasalátához. Héjában sütvé fóliába csomagolva grillezhetjük töltött burgonyához. Az újburgonyát lekaparás után egészben főzve, párolva készíthetjük el.

Korongra

A burgonyát főtt és nyers állapotban is korongra darabolhatjuk.

Technológiai lépések:

- a héjában főtt burgonyát meghámozzuk,
- kihűlést követően 5 milliméteres karikákra daraboljuk,
- a nyersen készített változatánál a burgonyát megtisztítjuk,
- keresztben vékony, 2 milliméteres szeletekre daraboljuk.

Alkalmazása:

Főtt változatnál pirított burgonya készítésénél. Nyers változatban rósejbní/chips, Anna burgonya készítésénél.

Rácsosra

Technológiai lépések:

- a meghámozott burgonyát szeletelés előtt megformázzuk,
- téglá vagy esőcsepp alakra alakítjuk,
- hullámos gyalun minden szeletelés előtt elforgatjuk derékszögben.

Alkalmazása:

Bő zsiradékban sütvé köretként használjuk fel, például bélszín java, budapest módra esetében.

Hordóra

Technológiai lépések:

- a burgonyát 50 milliméteres hosszúra vágjuk,
- oldalát egyenesre vágjuk,
- hét vágással alakítjuk ívesre, mint a zöldségeknél a » Lekerekítés /Tourner/ alfejezetben, azzal a különbséggel, hogy a végei egyenesek.

Alkalmazása:

Köretként, főzve vajon és/vagy olajon pirítva, friss zöldsűszerekkel megszórva tálaljuk.

Hasábra /pommes frites/ (ejtsd: pomfrit)

Technológiai lépések:

- a burgonya oldalán vékony szeleteket vágunk, így formázva téglatest alakúra,
- 10 milliméteres lapokra, majd 70 milliméter hosszúságú hasábokra vágjuk.

Alkalmazása:

Bő zsiradékban sütvé, köretként adjuk.

Kockára

Technológiai lépések:

- a burgonya széleit minden oldalon egyenesre vágjuk,
- 10 milliméteres lapokat szeletelünk, azokat 10 milliméteres hasábokra, majd keresztbe vágjuk 10 milliméteres kockákra.

Alkalmazása:

Bő zsiradékban sütve köretként, leveseknél levesbetétként (például a gulyásleves, lebbencsleves készítésénél) használjuk fel.

Főzve köretként nagyobb kockára vágjuk, 20x20x20 milliméterre daraboljuk.

Gömbformára

Technológiai lépések:

- a konyhakész burgonyát karalábévájával alakítjuk ki gömbformára,
- a nagyobb gömb a parisienne (ejtsd: párizien), a párizsi burgonya,
- a kisebb gömb a noisette (ejtsd: noázzett), a mogyoró burgonya.

Alkalmazása:

Köretként bő zsiradékban sütve vagy párolva, például tejszínes burgonya készítésénél.

1.1.4. NÖVÉNYI EREDETŰ ÉLELMI ANYAGOK TÁROLÁSA

Tárolás

Az előkészítés sikerét nagymértékben befolyásolja az élelmi anyagok helyes tárolása, amely nagy odafigyelést, törődést igényelő folyamat.

Célja:

A megrendelt, beérkezett és átvett növényi alapanyagokat oly módon kell tárolni, hogy felhasználásig minél kevesebbet veszítsenek a minőségükből.

Tárolás technológia I.

A növényi élelmiszerek egy része nem igényel hűtőtárolást. Elegendő a hűvös, jól szellőző, fénytől védett helyen 10-16 °C-on történő tárolás. Földesáru raktárban történik a raktározásuk.

Alkalmazása:

Burgonyafélék, káposztafélék, hagymafélék esetében.

Tárolás technológia II.

A hűtést igénylő növényi élelmiszereket fajtájának megfelelő hőmérsékleten és páratartalom mellett szükséges tárolni, általában 4-7 °C közötti hőmérséklet az ideális.

Alkalmazása:

Primőr zöldségek és gyümölcsök esetében.

.....

HASZNOS TANÁCSOK, GYAKORLATI TAPASZTALATOK, PÉLDÁK

Csak helyes tárolás mellett tarthatjuk el hosszabb ideig a növényi eredetű élelmi anyagokat. Fontos az adott növényi élelmiszernek megfelelő hőmérséklet és páratartalom biztosítása. A legtöbb zöldség- és gyümölcsféle szobahőmérsékleten gyorsan elveszíti frissességét, néhány óra alatt nemcsak víztartalma csökken, de fonnyadt lesz vagy elszíneződik. Továbbá a fényre és a levegőre érzékeny vitaminok is megsemmisülnek a növények szöveteiben. A primőrök legjobb tárolási helye a hűtőszekrény. Néhány éve léteznek olyan hűtőszekrények, amelyek osztott részei különböző hőmérsékleten való tárolást tesznek lehetővé (0-1 °C, 5-7 °C és 10-12 °C). A tárolás azonban ezekben a hűtőszekrényekben is csak akkor lesz optimális, ha a zöldségeket fajuk szerint szétválasztva légáteresztő fóliába csomagoljuk. Csak a fóliában alakulhat ki a szükségesen magas, 90% feletti páratartalom. Csomagolás nélkül az ér-

zékeny salátafajták és leveles zöldségek gyorsan kiszáradnak és megfonnyadnak. Azonban a hidegre érzékeny zöldségeket, a paradicsomot, az uborkát, a paprikát, a spárgát és a padlizsánt 5-14 °C között tároljuk. Túl hosszú tárolás esetén ezek a zöldségfélék barna foltosak lesznek vagy megsárgulnak. A burgonyát sem szabad 5 °C alatt tárolni.

A légáteresztő fólia hiányában a salátákat és a friss zöldségeket érdemes vizes ruhával letakarva hűtőben tárolni. A fűszernövények szárát visszavágjuk és vízbe állítva tároljuk. Utóérlelés: az avokádó, szobahőmérsékleten tárolandó papírzacskóban, banán vagy alma mellett (ez a két gyümölcs etiléngázt bocsát ki, mely elősegíti az érési folyamatot). A levezőzöldségeket a paradicsomtól távolabbra helyezzük el, mert a paradicsom etiléngázt bocsájt ki és ettől a zöld színű zöldségek könnyen fonnyadásnak indulnak.

.....



Az alábbi linken, a fejezetben található anyagot segítő digitális tartalmat találász:

www.magonline.hu

