

Michał Denesiuk

**Przygotowywanie i wydawanie zup oraz sosów
512[02].Z2.03**

Poradnik dla ucznia

Wydawca
**Fundacja „Wspieranie i Promocja Przedsiębiorczości na Warmii
i Mazurach”**
Olsztyn 2010

Recenzenci:
mgr Edyta Kozieł
mgr Barbara Zielonka

Opracowanie redakcyjne:
mgr inż. Michał Denesiuk

Konsultacja:
dr inż. Janusz Figurski

Poradnik stanowi obudowę dydaktyczną programu jednostki modułowej 512[02].Z2.03 „Przygotowywanie i wydawanie zup oraz sosów” zawartego w modułowym programie nauczania dla zawodu kucharz.

Wydawca
Fundacja „Wspieranie i Promocja Przedsiębiorczości na Warmii i Mazurach”
Olsztyn 2010

SPIS TREŚCI

1. Wprowadzenie	3
2. Wymagania wstępne	5
3. Cele kształcenia	6
4. Materiał nauczania	7
4.1. Podział i charakterystyka zup. Zastosowanie w żywieniu	7
4.1.1. Materiał nauczania	7
4.1.2. Pytania sprawdzające	9
4.1.3. Ćwiczenia	9
4.1.4. Sprawdzian postępów	10
4.2. Przygotowanie i zastosowanie wywarów. Przygotowanie i wydawanie zup czystych oraz chłodników	12
4.2.1. Materiał nauczania	12
4.2.2. Pytania sprawdzające	19
4.2.3. Ćwiczenia	19
4.2.4. Sprawdzian postępów	23
4.3. Przygotowanie i wydawanie zup podprawianych i zup kremów	24
4.3.1. Materiał nauczania	24
4.3.2. Pytania sprawdzające	26
4.3.3. Ćwiczenia	27
4.3.4. Sprawdzian postępów	29
4.4. Przygotowanie i wydawanie sosów gorących	30
4.4.1. Materiał nauczania	30
4.4.2. Pytania sprawdzające	34
4.4.3. Ćwiczenia	34
4.4.4. Sprawdzian postępów	37
4.5. Przygotowanie i wydawanie sosów zimnych	38
4.5.1. Materiał nauczania	38
4.5.2. Pytania sprawdzające	41
4.5.3. Ćwiczenia	41
4.5.4. Sprawdzian postępów	44
5.1. Sprawdzian osiągnięć	45
6. Literatura	50

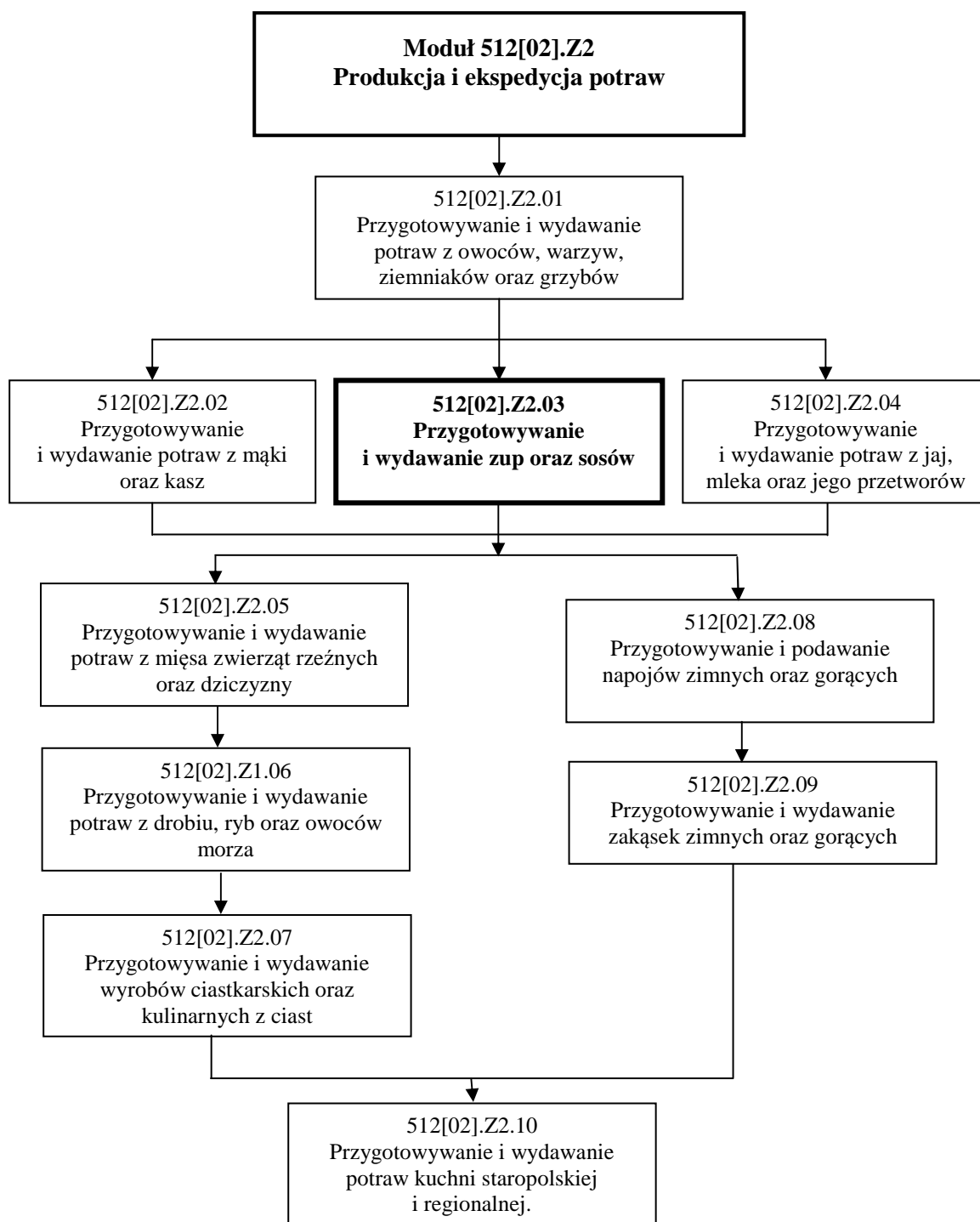
1. WPROWADZENIE

Poradnik będzie Ci pomocny w przyswajaniu wiedzy o przygotowywaniu i wydawaniu zup oraz sosów, które można wykorzystać w produkcji gastronomicznej.

W poradniku zamieszczono:

- wymagania wstępne, czyli wykaz umiejętności, jakie powinieneś mieć już ukształtowane, aby bez problemów móc korzystać z poradnika,
- cele kształcenia, czyli umiejętności jakie powinieneś opanować w wyniku korzystania z tego poradnika,
- materiał nauczania, czyli niezbędne informacje, pomocne w przyswojeniu wiadomości i umiejętności z zakresu objętym jednostką modułową,
- pytania sprawdzających, które pomogą sprawdzić twoją gotowość do wykonywania ćwiczeń,
- przykładowe ćwiczenia ze wskazówkami do realizacji, które pomogą Ci bezpiecznie i sprawnie wykonać ćwiczenie,
- sprawdzian postępów, który umożliwi sprawdzenie Twojego poziomu wiedzy po wykonaniu ćwiczeń, wykonując sprawdzian postępów powinieneś odpowiadać na pytanie tak lub nie, co oznacza, że opanowałeś materiał albo nie,
- sprawdzian osiągnięć wraz z zestawem zadań testowych i instrukcją do korzystania z testu,
- literaturę czyli spis publikacji, które wykorzystano do utworzenia tego poradnika, a które mogą być pomocne w poszerzaniu wiadomości i umiejętności objętych tą jednostką modułową.

Jednostka modułowa: Przygotowywanie i wydawanie zup oraz sosów, której treści teraz poznasz jest podstawową jednostką przygotowującą do nabycia kolejnych umiejętności w module Produkcja i ekspedycja potraw (schemat str. 4).



Schemat układu jednostek modułowych

2. WYMAGANIA WSTĘPNE

Przystępując do realizacji programu jednostki modułowej powinieneś umieć:

- korzystać z różnych źródeł informacji,
- posługiwać się pojęciami z zakresu gastronomii,
- posługiwać się recepturami gastronomicznymi,
- organizować stanowisko pracy zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy oraz wymaganiami ergonomii,
- rozróżniać produkty spożywcze w zależności od ich pochodzenia, wartości odżywczej i metod przechowywania,
- przeprowadzać obróbkę wstępną różnych surowców pochodzenia roślinnego i zwierzęcego,
- dokonywać podstawowej oceny towaroznawczej produktu,
- planować dodatki uzupełniające wartość odżywczą,
- rozróżniać sprzęt gastronomiczny i znać jego przeznaczenie,
- stosować różne metody obróbki termicznej produktów spożywczych,
- dobierać i stosować maszyny i urządzenia do produkcji,
- korzystać bezpiecznie ze sprzętu gastronomicznego,
- sporządzać potrawy zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska stosowanymi w gastronomii.

3. CELE KSZTAŁCENIA

W wyniku realizacji programu jednostki modułowej powinieneś umieć:

- dokonać klasyfikacji wywarów, zup i sosów,
- określić zastosowanie zup i sosów w żywieniu,
- zorganizować stanowisko pracy zgodnie z wymaganiami ergonomii,
- zastosować zasady higieny w procesie produkcyjnym,
- określić warunki i zastosować zasady przechowywania zup i sosów,
- sporządzić zapotrzebowanie na surowce i półprodukty do produkcji zup i sosów,
- dokonać oceny jakości surowców stosowanych w procesie sporządzania zup i sosów,
- dobrać maszyny i urządzenia do wielkości produkcji,
- obsłużyć i dokonać konserwacji maszyn oraz urządzeń stosowanych w procesie sporządzania zup i sosów,
- posłużyć się sprzętem kuchennym,
- sporządzić podstawowe wywary,
- sporządzić i podać zupy gorące,
- sporządzić i podać zupy zimne,
- zastosować metody zagęszczania zup i sosów,
- dobrać i sporządzić dodatki do zup czystych i zagęszczanych,
- sporządzić i podać sosy gorące,
- sporządzić i podać sosy zimne,
- sporządzić zupy i sosy charakterystyczne dla kuchni innych narodów,
- dokonać oceny organoleptycznej sporządzonych zup i sosów,
- dobrać naczynia i technikę podania zup oraz sosów,
- zagospodarować odpady poprodukcyjne i pokonsumpcyjne,
- zastosować przepisy sanitarno-epidemiologiczne, bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska podczas sporządzania i podawania zup i sosów,
- skorzystać z różnych źródeł informacji.

4. MATERIAŁ NAUCZANIA

4.1. Podział i charakterystyka zup. Zastosowanie w żywieniu

4.1.1. Materiał nauczania

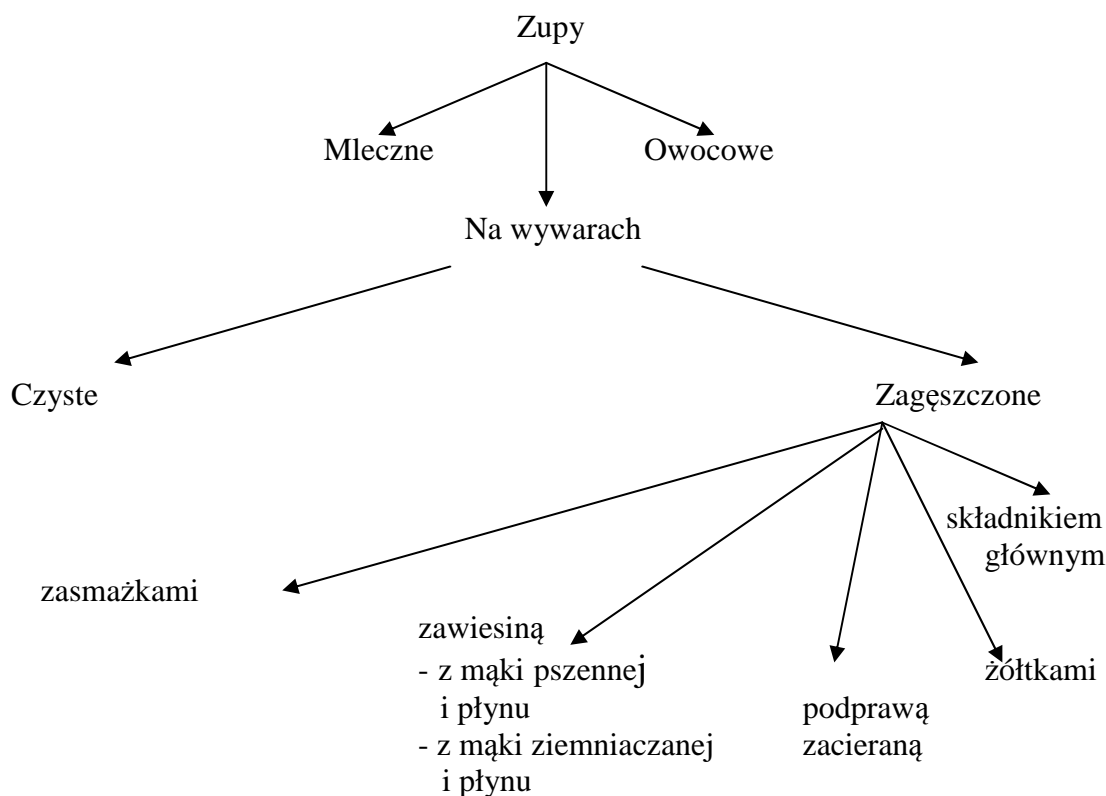
Zupy są potrawy to ciepłe lub zimne, o płynnej lub półpłynnej konsystencji, wchodzące w skład posiłku obiadowego, ale mogą być również podawane na śniadania i kolacje. Głównym zadaniem zupy jest pobudzenie apetytu, ale mogą też podawane jako oddzielny wysoko odżywczy posiłek. W skład każdej zupy wchodzi:

- wywar – z mięsa, mięsa i warzyw, mięsa i kości, z kości, z drobiu, z ryb, z grzybów, z warzyw, z owoców,
- składnik główny – warzywa, grzyby, owoce, kasze, ryby, mięso, kluski, ser,
- podprawa-śmietanka, żółtka wymieszane ze śmietanką, zawiesiny z mąki pszennej lub ziemniaczanej i śmietany, mleka, kefiru, maślanki, wody lub wywaru, zasmażki I, II, III stopnia, podprawa zacierana,
- przyprawy: sól, pieprz, liść laurowy, czosnek, cebula, zielona pietruszka, koperek, kminek, majeranek, cukier, cynamon, goździki, wanilia i inne.

Klasyfikacja zup

Klasyfikacji zup można dokonać ze względu na temperaturę podania, konsystencję, smak oraz obecność czynnika zagęszczającego i technikę wykonania.

1. Ze względu na temperaturę podawania zupy możemy podzielić na: zupy gorące (na wywarach i mleczne), których temperatura podawania wynosi 55°C i zupy zimne inaczej chłodniki oraz zupy owocowe których temperatura podawania wynosi 14°C.
2. Biorąc pod uwagę konsystencje zupy można je podzielić na zupy:
 - płynne (np.: czyste) na przykład barszcz czerwony, pomidorowa czysta, rosół, grzybowa czysta,
 - półpłynne (np.: podprawiane) na przykład grochowa, krupnik, ziemniaczana zasmażana,
 - zupy o konsystencji kremu (zagęszczone przecierem ze składnika głównego i podprawione) na przykład krem z pieczarek, warzyw, zielonego groszku, cukinii.
3. Ze względu na smak można wyróżnić zupy słone np.: na wywarach mięsnych, jarzynowych, rybnych, grzybowych, rybnych, oraz słodkie na mleku i wywarach owocowych.
4. Zupy można podzielić również ze względu na technikę wykonania i obecność czynnika zagęszczającego w następujący sposób:



Rys. 1. Podział zup ze względu na technikę wykonania oraz obecność i rodzaj składnika zagęszczającego [19, s.168]

Etapy sporządzania zup:

1. Sporządzanie wywaru – polega na wygotowaniu w dużej ilości wody rozdrobnionych warzyw, grzybów, kości lub mięsa. Celem tego etapu jest wyługowanie możliwie jak największej ilości składników odżywczych, smakowych i aromatycznych z gotowanych surowców. W czasie pracy należy zwrócić uwagę, iż jest on najdłuższym etapem w sporządzaniu zup, w czasie którego można wykonywać inne czynności produkcyjne. Tendencje kulinarne zmierzają do skracania czasu gotowania wywarów i gotowania w tak zwanym, krótkim smaku.
 2. Przygotowanie głównego składnika – nazwa zupy pochodzi najczęściej od nazwy głównego składnika, który dodawany jest do wywaru w różnym stanie rozdrobnienia i po przeprowadzeniu odpowiedniej obróbki wstępnej. Może on być gotowany oddzielnie w małej ilości wody lub duszony. Ten etap produkcji zup można przeprowadzić podczas gotowania wywaru.
 3. Podprawianie – ma na celu związanie składników zupy. Nie podprawia się zup czystych i z rozklejonym składnikiem głównym skrobiowym (krupnik, grochowa, fasolowa).
 4. Przyprawianie – celem tego etapu jest wydobywanie walorów smakowo – zapachowych. Stosuje się takie przyprawy jak pieprz, majeranek, czosnek, oraz natkę pietruszki i koperek dodawane w celu uzupełnienia w witaminę C.
- Zupy serwuje się w wazach głębokich, talerzach, bulionówkach i filiżankach.
Tradycyjne zupy np.: żurek można podawać w specjalnych miseczkach upieczonych z chleba.

4.1.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Jakie składniki wchodzi w skład każdej zupy?
2. Jak dzielimy zupy ze względu na konsystencję?
3. Jak można podzielić zupy ze względu na temperaturę podawania?
4. Jaka jest różnica między rosółem a kleikiem?
5. Jakie jest zastosowanie zup w żywieniu?
6. Jakie są i na czym polegają poszczególne etapy sporządzania zup?
7. Jakie składniki można zastosować do zagęszczania zup?
8. Jak można podzielić zupy ze względu na technikę wykonania?

4.1.3. Ćwiczenia

Ćwiczenie 1

Wyszukaj w literaturze i Internecie receptury 5 różnych zup, porównaj ich skład surowcowe, techniki wykonania i zagęszczania oraz dobierz sposoby podawania i narzędzia oraz sprzęt do ich sporządzenia.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia,
- 2) wyszukać w literaturze i w Internecie receptury różnych zup,
- 3) przeanalizować wybrane receptury pod kątem różnic w składzie, technice wykonania i zagęszczania, doboru narzędzia oraz sprzętu niezbędnego do wykonania zupy (tabela 1),
- 4) porównać wybrane zupy ze schematami klasyfikacji zup,
- 5) zaprezentować na forum grupy wyniki pracy.

Tabela do ćwiczenia 1. Analiza receptur różnych zup, sposobów serwowania oraz doboru sprzętu i narzędzi do ich sporządzenia

Nazwa zupy	Rodzaj wywaru	Składnik główny	Podprawa	Przyprawy	Naczynie do serwowania	Narzędzia i sprzęt do wykonania zupy

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia,
- książki kucharskie z recepturami sporządzania zup,
- schemat klasyfikacji zup i wywarów,
- materiały piśmiennicze,
- arkusze papieru formatu A1,
- komputer z oprogramowaniem, przyłączem internetowym i drukarką.

Ćwiczenie 2

Do wybranych w poprzednim ćwiczeniu zup napisz schematy blokowe ich sporządzania.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia,
- 2) przeanalizować wybrane receptury pod kątem sposobu wykonania,
- 3) sporządzić schematy blokowe sporządzania zup,
- 4) zaprezentować na forum grupy wyniki pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia,
- książki kucharskie z recepturami sporządzania zup,
- materiały piśmiennicze,
- arkusze papieru formatu A1,
- komputer z oprogramowaniem, przyłączem internetowym i drukarką.

Ćwiczenie 3

Oblicz zapotrzebowanie na surowce do sporządzenia 20 i 65 porcji zup według wybranych wcześniej receptur.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia,
- 2) przeanalizować wybrane receptury pod kątem składu surowcowego,
- 3) obliczyć zapotrzebowane na surowce do sporządzenia 20 i 65 porcji zup,
- 4) zaprezentować na forum grupy wyniki pracy.

Tabela do ćwiczenia 3. Obliczanie zapotrzebowania na składniki zupy

Nazwa zupy	Składnik według receptury	Ilość składnika na n porcji według receptury	Jednostka	Ilość składnika na 20 porcji	Ilość składnika na 65 porcji

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia,
- książki kucharskie z recepturami sporządzania zup,
- kalkulator,
- materiały piśmiennicze,
- arkusze papieru formatu A3,
- komputer z oprogramowaniem, przyłączem internetowym i drukarką.

4.1.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz:

- 1) omówić czym różnią się poszczególne rodzaje zup?
- 2) dokonać klasyfikacji zup pod względem konsystencji?
- 3) dokonać klasyfikacji zup pod względem smaku i temperatury podawania?
- 4) dokonać klasyfikacji zup pod względem techniki wykonania

Tak **Nie**

-
-
-

- i sposobu zagęszczania?
- 5) rozróżnić zupy czyste i zagęszczane?
- 6) omówić etapy sporządzania zup?

4.2. Przygotowanie i zastosowanie wywarów. Przygotowanie i wydawanie zup czystych oraz chłodników

4.2.1. Materiał nauczania

Wyróżniamy cztery podstawowe wywary ich podział i charakterystykę przedstawia tabela 1.

Tabela 1 Rodzaje wywarów i charakterystyka ich sporządzania [opracowanie własne]

Rodzaj wywaru	Charakterystyka
Jarski	Stosuje się warzywa mieszane – włoszczyznę. Do zimnej wody wkładamy warzywa korzeniowe, następnie pozostałe i „bukiet aromatyczny” oraz pieprz ziarnisty i ziele angielskie.
Grzybowy	Sporządza się z grzybów suszonych, namoczonych wcześniej w ciepłej wodzie. Grzyby gotuje się w wodzie, w której się moczyły około 30 minut. Dodaje się włoszczyznę, pieprz ziarnisty, natkę pietruszki i selera.
Owocowy	Sporządza się z kwaśnych, aromatycznych i kolorowych owoców, można użyć też owoców świeżych drugiego gatunku, suszonych lub mrożonych. Po umyciu wkłada się obrane owoce do wrzącej wody i gotuje powoli pod przykryciem. Po ugotowaniu owoc przeciera się przez sito.
Mięsny	Dzieli się na wywar: jasny z kości i mięsa cielęcego lub wołowego, drobiu lub wieprzowiny, zalewa się zimną wodą z dodatkiem włoszczyzny przypraw i bukietu aromatycznego gotuje się długo i wolno oraz szumuje; ciemny z rozdrobnionych, zrumienionych na złoty kolor kości i warzyw zalewanych zimną wodą z dodatkiem „bukietu aromatycznego” i gotuje się wolno minimum 6 godzin, nie szumuje się gotowego wywaru.

Dodatki do wywarów.

Włoszczyzna – w jej skład wchodzi marchew, pietruszka, seler, cebula lub por, kapusta.

Tabela 2. Składniki włoszczyzny na 1kg [opracowanie na podstawie 19, s.171]

Z kapustą	Ilość (g)	Bez kapusty	Ilość (g)
marchew	300	marchew	450
pietruszka	150	pietruszka	200
seler	150	seler	200

cebula lub por	100	cebula lub por	200
kapusta	300		

„Bukiet aromatyczny” – bouquet garni

Warzywa (zielone części pora, natka pietruszki, liście selera lub łądygi) i zioła przyprawowe (świeży tymianek i liść laurowy) gotowane razem, związane w pęczek. Ich rodzaj i porcje są uzależnione od tego, do jakiej potrawy bukiet taki powinien być użyty.

Mirepoix

Cebula, seler i marchew pokrojone w kostkę. Mirepoix dodaje się do niektórych wywarów i pieczonych mięs, aby wzbogacić ich walory zapachowe i smakowe, w ilości stanowiącej ok. 10% wagi mięsa lub 5% gotowego sosu.

Bukiet ziół

Bukiet taki komponuje się z ziół aromatycznych takich, jak tymianek, majeranek, liście laurowe, bazylika, rozmaryn, estragon, lawenda czy cząber, zależnie od przeznaczenia.

Oprócz czterech podstawowych wywarów, w zależności od użytych surowców i techniki sporządzania w nowoczesnej kuchni możemy wyróżnić następujące wywary:

1. Wywar z wołowiny na kościach

Kości wołowe, bouquet garni, przyprawy (można dodać przysmażoną na brązowo cebulę).

2. Wywar z wołowiny na mięsie

Mięso cielęce lub wołowe; zwykle dodaje się też kości, bouquet garni, przyprawy, przysmażona na brązowo cebula.

3. Czysty wywar z cielęciny na kościach

Kości cielęce i okrawki cielęciny, cebula przesmażona z goździkami, przyprawy i bouquet garni (tylko białe warzywa).

4. Ciemny wywar z cielęciny na kościach

Kości z pieczonej cielęciny, przecier pomidorowy, mirepoix, skórka boczku, przyprawy. Do pierwszego rozcieńczenia można użyć białego wytrawnego wina.

5. Wywar z dziczyzny

Kości z pieczonej dziczyzny i okrawki mięsa, mirepoix, białe wino, przyprawy (zwłaszcza jagody jałowca).

6. Wywar z kurczaka

Tuszki drobiowe, cebula smażona z goździkami, przyprawy i bouquet garni. Jeżeli oddamy mięso kurze, gotowy wywar będzie miał znacznie lepszy smak.

7. Wywar z warzyw

Warzywa (surowe lub gotowane) należy włożyć do zimnej wody, dodać przyprawy i doprowadzić do wrzenia. Tego rodzaju wywar przyrządza się na ogół z jednego rodzaju warzyw, np.: szparagów lub kalafiora.

8. Wywar z ryb

Ości (najlepiej ryb morskich), białe matignon, kawałki grzybów, wino czerwone lub białe, przyprawy i woda. Wywar należy doprowadzić do wrzenia i gotować na małym ogniu ok. 30 min. – w tym czasie uzyska on na pewno pożądany aromat, a dłuższe gotowanie spowoduje jedynie, że starci klarowny wygląd.

9. Wywar z ryb

Kawałki grzybów przesmażyć na maśle z ośmi lub okrawkami ryb, a następnie rozcieńczyć białym winem i wywarem z ryb do uzyskania płynnej konsystencji. Wywar należy gotować 30 minut na małym ogniu. Przygotowując taki wywar przyrządza się go bez okrawków mięsa i ryb, używając wtedy dwa razy więcej ości. Wszystkie wywary, które zostały wyżej wymienione można otrzymać w formie koncentratu, dzięki czemu można je przyrządzać w odpowiednich ilościach, kiedy tylko są potrzebne.

Wywary mięsne, kostne, z mięsa i kości

Do sporządzania wywarów mięsnych, kostnych, z mięsa i kości używa się mięsa gorszego gatunku, poprzerastanego błonami, ścięgnami, warstwami tłuszczu, z kośćmi lub samych kości, które pozostają po wyluzowaniu mięsa np.: część łopatki, żeberka, mostek i inne kości. Czas gotowania mięsa zależy od rodzaju, wieku, stopnia odżywienia zwierzęcia. Czas gotowania kości jest dość długi i podczas sporządzania wywaru kostno-mięsnego najpierw należy gotować kości, a mięso dodać ok. 2 godziny przed zakończeniem gotowania. Podczas gotowania mięsa i kości do wywaru przechodzą substancje wyciągowe, składniki mineralne, białka oraz tłuszcze. Ich ilość zależy od czasu gotowania, temperatury gotowania, wielkości kawałków, stosunku mięsa do ilości płynu, części tuszy, jaką przeznaczamy do gotowania. Kolejność przechodzenia poszczególnych składników do wywaru jest następująca: białka rozpuszczalne (albuminy), składniki mineralne, substancje wyciągowe. Na końcu do wywaru przechodzi żelatyna powstała na skutek hydrolizy kolagenu pod wpływem temperatury. Podczas gotowania wywarów z mięsa lub kości powinno przestrzegać się następujących zasad umożliwiających uzyskanie wartościowych wywarów:

- mięso powinno być rozdrobnione, aby jak największa jego powierzchnia miała bezpośredni kontakt z wodą,
- gotowanie wywaru należy rozpoczynać od zimnej wody i wolno doprowadzić do zagotowania,
- dla pełnego wyekstrahowania składników smakowo-zapachowych wywar powinien być gotowany na małym ogniu (ok. 90°C), wołowy ok. 4–6 godzin, z drobiu i cielęciny ok. 2 godzin, z ryb 1 godzinę, ze względu na długi czas gotowania wywarów często w gastronomii stosuje się w produkcji zup i sosów gotowe koncentraty wywarów,
- gotowanie przy silnym wrzeniu utrudnia przepływ substancji z mięsa do wywaru wskutek denaturacji białek na powierzchni mięsa,
- warzywa do wywaru dodaje się ok. 30–40 min. przed końcem gotowania,
- po zakończeniu gotowania wywar należy szybko ochłodzić do 30–40°C,
- wywary z kości są mniej wartościowe pod względem odżywczym od mięsnych, ale zawierają więcej żelatyny powstałej z rozpadu kolagenu kostnego-osseiny,
- wywary kostne zawierają więcej zemulgowanego tłuszczu, są mniej klarowne i mają gorsze cechy organoleptyczne,
- jeżeli konieczne jest klarowanie wywaru to przeprowadza się je przez wymieszanie ubitego białka jaja z zimnym wywarem i powolne ogrzewanie tej mieszaniny, aż

- do wrzenia. Wówczas białko koaguluje, wyłapuje cząsteczki powodujące zmętnienie i unosi się na powierzchni. Po przefiltrowaniu uzyskuje się klarowny wywar,
- jeżeli chcemy uzyskać wywaru o intensywnej barwie, to mięso, kości lub włoszczyznę przed gotowaniem należy zrumienić na patelni lub w piekarniku.

Wywary z warzyw

Wywar z warzyw może stanowić podstawę do sporządzania zup lub sosów. Sporządza się go z różnorodnych warzyw i gotuje ok. 40 minut. Do wywaru przechodzą z warzyw takie składniki jak: cukry (w tym pektyny), substancje azotowe i mineralne, witaminy, pektyny, glikozydy i kwasy organiczne. Na smak wywaru wpływają szczególnie glikozydy i kwasy organiczne. Przechodzenie składników odżywczych z warzyw do wywaru uzależnione jest od stopnia rozdrobnienia warzyw, sposobu gotowania warzyw, ilości wody użytej do gotowania, temperatury gotowania. W związku z tym w procesie przygotowania wywarów z warzyw należy przestrzegać następujących zasad:

- warzywa przeznaczone na wywary należy gotować pokrojone,
- należy warzywa wkładać do zimnej wody i gotować na małym ogniu przy słabym wrzeniu,
- wywary należy solić pod koniec gotowania,
- gotowanie w większej ilości wody ułatwia przechodzenie składników z warzyw do wywaru,
- warzywa o smaku kwaśnym jak ogórki kwaszone, kapusta kwaszone gotuje się oddzielnie od pozostałych warzyw i dodaje do nich pod koniec gotowania, ponieważ kwaśne środowisko przedłuża czas gotowania warzyw,
- krótszy czas gotowania ułatwia zachowanie większej ilości witaminy C także w wywarze.

Zupy czyste to jedno z najprostszych do wykonania zup, ale zaliczane do zup wykwinnych i drogich.

Zupy czyste (klarowne) sporządza się na esencjonalnych wywarach z warzyw, kości i warzyw, mięsa i warzyw, ryb, drobiu, grzybów. Przygotowany składnik główny łączy się z wywarem i ogrzewa. Wykańczanie zup czystych polega na ich przyprawieniu, zup tych nie zagęszcza się. Najpopularniejsze zupy czyste to bulin, rosół, barszcz czerwony, pomidorowa i grzybowa.

Zupy czyste podaje się w bulionówkach o pojemności około 250cm³ ustawionych na talerzykach lub podstawkach. Porcja zupy wynosi 200cm³. Jako dodatek stosuje się paszteciki, groszek ptysiowy, paluszki, diablutki, grzanki na gorąco, makarony (100g na porcję) np.: do rosółu lub pomidorowej, kluski kładzione, francuskie i lane, kostkę kaszy manny, ryż na sypko (80g na porcję). Czasem zupy czyste podaje się w głębokim talerzu np.: barszcz z uszkami (50g na porcję), rosół lub pomidorową z makaronem, najczęściej w stołówkach, barach, rzadko w zakładach wyższej kategorii.

a)



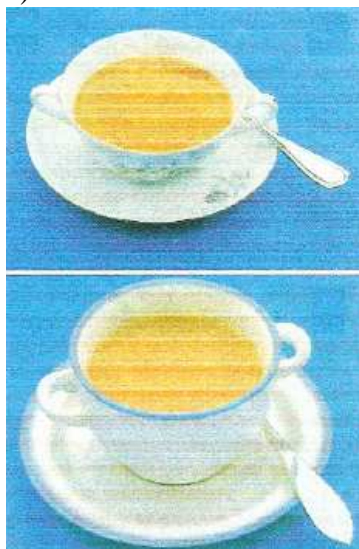
b)



Rys. 2. a) zastawa stołowa do podawania zup czystych – sposób ustawienia, b) sposób podania bulionu z żółtkiem [23]

Chłodniki sporządza się na bazie mleka i śmietany, fermentowanych napojów mlecznych, wywaru z mięsa, zabielaone lub zakwaszane w sposób naturalny (kwasem buraczanym, ogórkowym) z dodatkiem zieleniny, gotowanych jaj, pieczonego mięsa, szyjek rakowych, piwa. Do najbardziej popularnych chłodników należą nasz rodzimy chłodnik litewski (z siadłego mleka, ogórków, botwiny, szczypiorku, pietruszki, z dodatkiem jajka), a z chłodników innych kuchni hiszpańskie gazpacho (z pomidorów, ogórków, papryki czerwonej, oliwy, szczypiorku, czosnku, cebuli, octu winnego czerwonego z dodatkiem soli, pieprzu i estragonu).

a)



b)



Rys.3. a) podawanie zup czystych w bulionówkach, b) podawanie zup czystych z dodatkiem diabletek i pasztecików z ciasta kruchego lub naleśników [23]



Rys 4. Łyżki do zup: a) łyżka okrągła podawana do zup serwowanych w bulionówkach, b) łyżka deserowa, c) łyżka duża [23]

Sprzęt do sporządzania zup i sosów

Podstawowym sprzętem do sporządzania zup i sosów są różnego rodzaju garnki. Powinny one być wykonane ze stali nierdzewnej, ze względu na to, że stal nie jest najlepszym przewodnikiem ciepła dna garnków powinny mieć budowę kilkuwarstwową (3–5 warstw), a przynajmniej jedna z nich powinna być wykonana z dobrego przewodnika ciepła, czyli aluminium lub miedzi. Garnki powinny mieć trwałe uchwyty wykonane z materiałów, które nie powinny się nagrzewać. Pokrywy garnków muszą dobrze przylegać. Podczas gotowania w garnkach należy dobierać wielkość płomienia do wielkości garnków, nie powinno się

stawiać pustych garnków na źródłach ciepła, aby ich nie przegrzewać. Po wstępnym podgrzaniu należy zmniejszyć źródło ciepła, aby zapobiec przypaleniu i oszczędzać energię. Sól powinno się wsypywać do wody ciepłej, aby od razu rozpuściła się, ponieważ nierozpuszczona sól reaguje z materiałem, z którego wykonane są garnki niszcząc ich dna. Garnki na palnikach należy ustawiać wg zasady: im dalej od brzegu trzonu tym większe, aby nie przenosić małych garnków nad dużymi.

Oprócz garnków do produkcji zup i sosów stosuje się następujący sprzęt kuchenny: cedzaki, sita, miski, różgi, a z elektrycznego: miksery i blendery.

Podstawowymi urządzeniami do sporządzania zup i sosów są kotły warzelne i kociołki przechylne.

Autoklawy są urządzeniami ciśnieniowymi stosowanymi jako szybkowary w produkcji gastronomicznej. Przypominają kotły warzelne, ale ciśnienie pary jest w nich większe. W ich miejsce pojawiają się coraz częściej piece konwekcyjno-parowe.

Wszystkie wymienione urządzenia stosowane są w zakładach gastronomicznych do sporządzania zup i sosów. Dobór urządzenia zależy przede wszystkim od wielkości produkcji, a także czasu obróbki. Im urządzenie jest bardziej nowoczesne tym poziom bezpieczeństwa jego stosowania jest wyższy, a równocześnie bardziej ekonomiczne wydaje się wykorzystanie energii.

Kotły warzelne stosuje się do produkcji gastronomicznej do gotowania podgrzewania potraw płynnych i półpłynnych.

Kotły warzelne można podzielić ze względu na:

1. Rodzaj czynnika grzejącego (sposób zasilania) na:
 - a) gazowe,
 - b) elektryczne,
 - c) parowe.
2. Ruchomość komory roboczej:
 - a) stacjonarne,
 - b) przechylne.
3. Konstrukcję:
 - a) kotły z ogrzewaniem bezpośrednim (z pojedynczą ścianą),
 - b) kotły z ogrzewaniem pośrednim (z podwójną ścianą).

W gastronomii spotyka się głównie kotły zasilane elektrycznie.

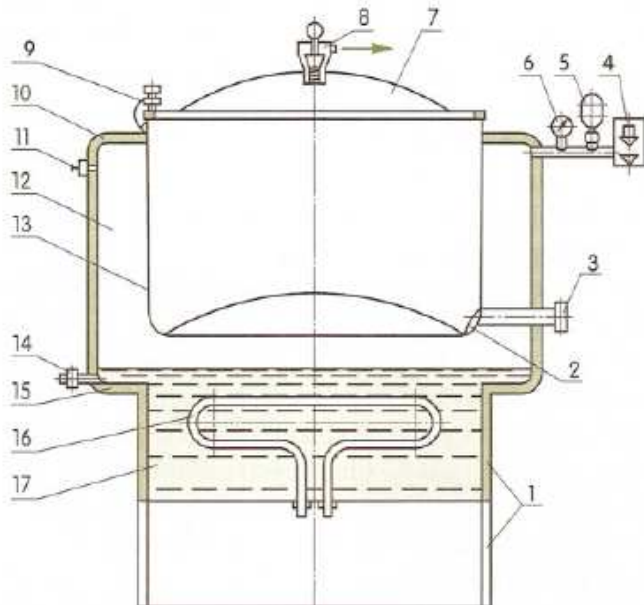
Główne elementy, z jakich zbudowany jest kocioł warzelny elektryczny to:

- a) komora grzewcza,
- b) płaszcz grzejny,
- c) elementy grzejne,
- d) armatury i przyrządów pomiarowo-kontrolnych,
- e) urządzeń zabezpieczających.

Elementem roboczym jest komora warzelna, czynnik ogrzewający stanowi para wodna, która powstaje w wyniku ogrzewania wody przez grzałki, które są w niej zanurzone. Poziom wody reguluje zawór kontrolny, a w przypadku obniżenia się tego poziomu wyłącznik bimetaliczny przerywa dopływ prądu, co chroni element grzejny przed przepaleniem. Para krąży między podwójnymi ścianami urządzenia oddając ciepło. Ciśnienie pary wynosi 0,03-0,05MPa, co odpowiada temperaturze 109-114°C. W nowoczesnych kotłach warzelnych ciśnienie pary wynosi 0,09MPa, co pozwala osiągnąć temperaturę czynnika grzewczego wynoszącą 119,6°C.

Kotły przechylne – konstrukcja tych kotłów ułatwia usuwanie potraw z komory warzelnej, którą można przechylać od osi pionowej o 90°. Kotły mogą występować pojedynczo lub w zestawach po 2 lub 3 sztuki. Czynnikiem grzejącym jest para techniczna lub grzałki elektryczne.

W kotłach i kociołkach bardzo ważne jest kontrolowanie ciśnienia. Do tego celu służy manometr. W chwili, gdy ciśnienie wzrasta do 0,043–0,045 samoczynnie włącza się sygnał dźwiękowy, a następnie otwiera zawór bezpieczeństwa.



Rys.5. Budowa elektrycznego kotła warzelnego z grzaniem pośrednim.

1-podstawa kotła, 2-filtr, 3-zawór spustowy, 4-podwójny zawór bezpieczeństwa, 5-lejek, 6-manometr, 7-pokrywa, 8-zawór turbinka, 9-śruba dociskająca, 10-obudowa zewnętrzna, 11-zawór odpowietrzający, 12-przestrzeń grzejna, 13-kocioł warzelny, 14-zawór wodny kontrolny, 15-izolacja cieplna, 16-elektryczny element grzejny, 17-wytwornica pary [9, s.66]



Rys 6. Kotły warzelne [24a]



Rys. 7. Kociołki przechylne [24b]

4.2.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Z jakich surowców można sporządzić wywar?
2. Jaki jest wpływ poszczególnych składników wywaru na jego wartość odżywczą?
3. Jakie są i na czym polegają poszczególne etapy sporządzania wywarów?
4. Jakie dodatki stosujemy do wywarów?
5. Czym różni się bukiet ziół od bukietu aromatycznego?
6. Jakie są zasady sporządzania wywaru z mięsa i kości?
7. W jaki sposób powinno sporządzać się wywar z warzyw?
8. Jakie urządzenia i sprzęt są niezbędne do sporządzania zup i sosów?
9. W jaki sposób powinno sporządzać się zupy czyste?
10. Jakie dodatki można stosować do zup czystych?
11. W jaki sposób powinno podawać się zupy czyste?
12. Jak sporządza się chłodniki?

4.2.3. Ćwiczenia

Ćwiczenie 1

Sporządź zupę pomidorową czystą na wywarze z warzyw według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce zalać odmierzoną ilością wody i gotować wywar,
- 7) przygotować składnik główny i dodać do wywaru,
- 8) przyprawić zupę,
- 9) wyporcjować zupę,
- 10) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- talerz głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 2

Sporządź zupę grzybową czystą na wywarze z grzybów według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości surowców i przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce zalać odmierzoną ilością wody i gotować wywar,
- 7) przygotować składnik główny i dodać do wywaru,
- 8) przyprawić zupę,
- 9) wyporcjować zupę,
- 10) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy,

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- talerz głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 3

Sporządź rosół na wywarze drobiowym z dodatkiem makaronu fabrycznego według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców jakości przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce zalać odmierzoną ilością wody i gotować wywar,
- 7) przygotować składnik główny i dodać do wywaru,
- 8) ugotować makaron,
- 9) przyprawić zupę,
- 10) wyporcjować zupę,
- 11) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- talerz głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 4

Sporządź bulion wołowy na wywarze mięsa i kości z dodatkiem makaronu fabrycznego według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce zalać odmierzoną ilością wody i gotować wywar,
- 7) ugotować makaron,
- 8) przyprawić zupę,
- 9) wyporcjować zupę,
- 10) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- talerz głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 5

Sporządź zupę owocową czystą z dodatkiem makaronu fabrycznego według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce zalać odmierzoną ilością wody i gotować wywar,
- 7) przygotować składnik główny i dodać do wywaru,
- 8) ugotować makaron,
- 9) przyprawić zupę,
- 10) wyporcjować zupę,
- 11) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,

- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- talerz głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 6

Sporządź chłodnik litewski według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) surowce rozdrobnić,
- 7) połączyć surowce z maślanką,
- 8) ugotować jaja,
- 9) przyprawić zupę,
- 10) wyporcjować zupę,
- 11) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- miseczka lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

Ćwiczenie 7

Sporządź chłodnik gazpacho według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) przeczytać materiał z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować odpowiednie maszyny i urządzenia,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców jakości przygotowanych do wykonania zupy,
- 5) odważyć surowce,
- 6) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców,
- 7) rozdrobnić surowce,
- 8) połączyć surowce,
- 9) przyprawić zupę,
- 10) wyporcjować zupę,
- 11) zaprezentować gotową potrawę na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanej potrawy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura zupy,
- surowce zgodnie z recepturą,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- miseczka głęboki lub bulionówka, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa.

4.2.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz	Tak	Nie
1) wyjaśnić różnicę między wywarem a zupą czystą?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) wymienić składniki zup czystych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) sporządzić wywar z kości i mięsa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) przygotować stanowisko do sporządzania zup czystych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) dobrać urządzenia, narzędzia i sprzęt do sporządzania zup czystych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) dobrać dodatki do zup czystych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) dobrać narzędzia i sprzęt do sporządzania zup?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) scharakteryzować wybrane urządzenie stosowane w produkcji zup?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) podać zupy czyste z odpowiednio dobranym dodatkiem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) sporządzić zupę czystą i chłodnik?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) wymienić i zastosować dodatki do wywarów?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.3. Przygotowanie i wydawanie zup podprawianych i zup kremów

4.3.1. Materiał nauczania

Zupy zagęszczane – są to zupy zagęszczane zawiesinami, zasmażkami pierwszego i drugiego stopnia, żółtkiem lub głównym składnikiem, który zawiera skrobię – kasza jęczmienna, ryż, groch. Podczas zagęszczania wykorzystuje się właściwości skrobi (pęcznienie kleikowanie) w wyniku tego procesu wzrasta wartość odżywcza zup, szczególnie ich kaloryczność. Zmianie ulega jej smak, zapach i wygląd, a także konsystencja na bardziej zawieszistą. Właściwą konsystencję zupy uzyskuje się stosując od 5 do 10g mąki na 1 porcję. Do zagęszczania wykorzystuje się także właściwości białek zawartych w żółtku (pęcznienie i koagulacja).

Do zup zagęszczanych głównym składnikiem należą: krupnik, grochowa, fasolowa, kleiki. Sporządza się je na wodzie, wywarze, mleku. Składnikiem głównym mogą być: ryż, kasza manna, groch, fasola, płatki owsiane, kasza jęczmienna.

Zasmażką i zawiesiną zagęszcza się zupy jarzynowe sporządzane na samym wywarze, lub na wywarze z dodatkiem składnika głównego. Przy zagęszczaniu zawiesiną potrzebna jest duża dokładność, aby w potrawie nie pozostały grudki mąki lub zwarzona śmietana. Przygotowaną zawiesinę z mąki i śmietany należy bardzo dokładnie wymieszać i dodać do niej część gorącej zupy, ponownie dobrze wymieszać, wlać do pozostałej zupy, a następnie zagotować.

Do zup sporządzanych na samym wywarze, a zagęszczanych zawiesiną z mąki pszennej i śmietanki należy zupa rybna. Sporządza się ją z drobnych rybek, kawałków ryby lub jadalnych odpadków pozostałych z produkcji dań rybnych (głów, szkieletów, kawałków mięsa, skóry) oraz warzyw. Zupę rybną podaje się z dodatkami mącznymi jak kluski półfrancuskie, francuskie, łazanki, kostka z kaszki manny oraz witaminowymi (np.: z siekaną, zieloną pietruszką).

Zagęszczanie zup zasmażką może obniżyć ich strawność, ponieważ znajdują się w nich produkty degradacji skrobi i kondensacji związków Maillarda, co nadaje potrawie specyficzny smak i barwę, ale również czyni ją ciężkostrawną (ziemniaczana, kapuśniak). Aby temu zapobiec stosuje się czasem zagęszczanie mąką prażoną, a tłuszcz w postaci masła dodawany jest na surowo. Takie postępowanie zapewnia większą strawność niż przy użyciu tradycyjnej zasmażki, ale zmienia nieco smak zupy. Należy także pamiętać, że im wyższy stopień zasmażki tym jej zdolności zagęszczające są niższe i wówczas zastosować należy większą ilość mąki na 1 litr zupy.

Zupy zagęszczane mogą stanowić pierwsze danie obiadowe, ale także być samodzielnym daniem. Wówczas zupa powinna mieć wysoką wartość odżywczą wynikającą z jej składu, kaloryczności, sytości. Zupy takie zawierają tzw. wkładkę, czyli np.: porcję mięsa (grochówka z wkładką), porcję kielbasy (żurek z kielbasą).

Zupy zagęszczane podaje się w głębokich talerzach. Porcja zupy z dodatkiem wynosi 450cm^3 , bez dodatku 350cm^3 . Dodatek do zupy czystej mogą stanowić kluski kładzione, francuskie i lane, kostkę kaszy manny, ryż na sypko, makarony, ziemniaki oraz jaja na twardo, paluszki, grzanki, które podaje się na oddzielnym talerzyku.



Rys. 8. Sposób podania zupy podprawianej [23]

Zupy kremy zaliczane do potraw wykwintnych i lekkostrawnych. Składnik główny występuje w postaci przetartej. Składnikiem głównym mogą być prawie wszystkie warzywa, raki, drób, pieczarki.

Sporządzanie zup z kremów składa się z kilku etapów.

Pierwszym etapem jest sporządzenie esencjonalnego wywaru z kości lub mięsa i włoszczyzny. Następnie należy bardzo starannie przygotować składnik główny, aby zachować jego cechy organoleptyczne i odżywcze. Jeżeli składnikiem podstawowym są warzywa, wówczas gotuje się je w małej ilości wody i przeciera przez gęste sito lub miksuje. Dopiero wówczas można połączyć je z wywarem. Kolejny etap to podprawianie, które przebiega dwufazowo. Pierwszym składnikiem zagęszczającym zupę krem jest mąka. Dodaje się ją w postaci podprawy zacieranej, czyli mąki wymieszanej z masłem i formowanej w kulkę. W zakładach gastronomicznych zamiast podprawy zacieranej stosuje się często zasmażkę I lub II stopnia. Jeżeli jednak składnik główny ma smak delikatny i jest jasnej barwy to nie można stosować zasmażki ponieważ zmieniła by ona niepożądanie smak i barwę gotowej zupy. Po dodaniu do zupy podprawy zacieranej lub zasmażki należy zupę gotować ok. 5 minut, a następnie lekko ostudzić do ok. 70–80°C. Po tym czasie dodaje się drugi czynnik zagęszczający, czyli żółtko wymieszane ze śmietanką. Najpierw należy zahartować je niewielką ilością gorącej zupy, a następnie dodać do całości. Zupy z dodatkiem surowych żółtek nie wolno ponownie gotować powyżej 80°C, gdyż białko jaja łatwo się warzy i potrawa straciłaby charakterystyczny aksamitny wygląd. Nie można również przechowywać jej dłuższy czas w cieple, lecz natychmiast po sporządzeniu podawać, dlatego żółtka dodaje się tuż przed wydaniem zupy. Zupa z pływającymi kłaczkami ściętego białka nie nadaje się do serwowania, ani nie można zmienić jej konsystencji. Wobec tego w zakładach gastronomicznych, w których wydawanie zup kremów odbywa się przez kilka godzin w ciągu dnia, zagęszcza się potrawę podprawą zacieraną, szybko schładza i ponownie ogrzewa tylko takie ilości potrawy, które wynikają z zamówienia, zagęszcza się je żółtkami ze śmietanką i natychmiast wydaje. Umożliwia to zachowanie właściwej aksamitnej konsystencji zupy.

Zupy kremy podaje się w filiżankach lub bulionówkach w ilości 150 – 200cm³. Jako dodatki stosuje się groszek ptysiowy, słone paluszki, grzanki.



Rys. 9. Sposób podania zupy krem z dodatkiem groszku ptysiowego [23]

Wśród najbardziej znanych zup kuchni innych narodów należy wymienić:

- w kuchni francuskiej: zupę rybną – bouillabaisse (czyt. bujables) z ryb z dodatkiem małży, homarów czy langust, rosoly (consommés) podawane z warzywami pokrojonymi w paski lub kostkę i uduszonymi na maśle, kawałkami mięsa, kluskami, makaronami, frykadkami z mięsa i drobiu; zupy zawiesziste (lié), zagęszczane różnymi dodatkami (purée); zupy aksamitne (veloutée); zupy kremy; zupa cebulowa,
- w kuchni hiszpańskiej: gazpacho i chłodnik migdałowy (ajo blanc),
- w kuchni rosyjskiej: barszcz sporządzany w wielu odmianach, jego podstawę stanowi kapusta oraz buraki, ponadto dodawany może być szczaw, szpinak, botwina i kwas chlebowy; soljanka przyrządzana na bazie wywaru z mięsa, ryb lub grzybów, z dodatkiem cielęcej nerki, szynki, z cebulą, kiszonymi ogórkami i marynowanymi oliwkami i kaparami; ucha ze świeżych ryb, przygotowana na wywarze z warzyw i mniej szlachetnych ryb i głów, wywar łączy się z ugotowaną rybą lepszego gatunku np.: jesiotrem, z miętusa gotuje się uchę bez warzyw, ale z dodatkiem podrobów; rossolnik – jego podstawowy składnik to kiszone ogórki lub ryba, kurczak, nerki cielęce, gęsie podroby; szczy – rodzaj kapuśniaku z kapusty słodkiej lub kiszonej, może być też gotowana ze szpinaku lub szczawiu, podawana z dodatkiem kaszy gryczanej i pirożków,
- w kuchni węgierskiej: zupa fasolowa z wędzonką, golonką lub kiełbasą i kluseczkami; gulaszowa; halászlé, czyli zupa rybacka nazywana też rybną przyrządzana z różnych gatunków ryb słodkowodnych oraz cebuli i papryki, jada się ją z chlebem lub kluseczkami,
- w kuchni włoskiej: zupa minestrone – gęsta zupa jarzynowa, w jej skład wchodzi biała fasola, zielony groszek, selery, cukinia, pory, cebula, marchew, ziemniaki i pomidory, podaje się ją z makaronem lub ryżem,
- w kuchni chińskiej: zupa z jaskółczych gniazd i płetwy rekina,
- w kuchni niemieckiej: zupa piwna i kartoflana.

4.3.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń.

1. Jakie surowce stosuje się do zagęszczania zup?
2. Na czym polega proces zagęszczanie zupy?
3. Czym różni się zagęszczanie zupy zawiesziną od zagęszczania podprawą zacieraną?
4. Na czym polega zagęszczanie zupy zasmażką?
5. W jakich zupach stosujemy zagęszczanie własnym składnikiem skrobiowym?
6. Jak sporządza się i podaje zupy kremy?
7. Jakie dodatki stosuje się do zup kremów, a jakie do zup zagęszczanych?

4.3.3. Ćwiczenia

Ćwiczenie 1

Sporządź zupę zagęszczaną własnym składnikiem skrobiowym krupnik i grochówkę według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować sprzęt, maszyny i urządzenia potrzebny do przygotowania zupy,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców,
- 5) odważyć surowce,
- 6) sporządzić wywar mięsny ciemny,
- 7) przygotować składnik główny,
- 8) połączyć składnikiem głównym z wywarem,
- 9) wykończyć gotową zupę zgodnie z recepturą,
- 10) zaprezentować gotową zupę na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanego wyrobu,
- 12) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura,
- surowce do sporządzenia zupy zagęszczanej własnym składnikiem skrobiowym,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- zastawa stołowa do podawania zupy, talerz głęboki, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa duża.

Ćwiczenie 2

Sporządź zupę ziemniaczaną zagęszczaną zasmażką według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować sprzęt, maszyny i urządzenia potrzebny do przygotowania zupy,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców,
- 5) odważyć surowce,
- 6) sporządzić wywar,
- 7) przygotować składnik główny,
- 8) połączyć składnikiem głównym z wywarem,
- 9) sporządzić zasmażkę,
- 10) zagęścić zupę zasmażką,
- 11) wykończyć gotową zupę zgodnie z recepturą,
- 12) zaprezentować gotową zupę na forum grupy,
- 13) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanego wyrobu,

14) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura,
- surowce do sporządzenia zupy zagęszczanej własnym składnikiem skrobiowym,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- zastawa stołowa do podawania zupy, talerz głęboki, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa duża.

Ćwiczenie 3

Sporządź zupę rybną zagęszczaną zawiesiną według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,
- 3) przygotować sprzęt, maszyny i urządzenia potrzebny do przygotowania zupy,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców,
- 5) odważyć surowce,
- 6) sporządzić wywar rybny,
- 7) przygotować składnik główny,
- 8) połączyć składnikiem głównym z wywarem,
- 9) sporządzić zawiesinę,
- 10) zagęścić zupę zawiesiną,
- 11) wykończyć gotową zupę zgodnie z recepturą,
- 12) zaprezentować gotową zupę na forum grupy,
- 13) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanego wyrobu,
- 14) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura,
- surowce do sporządzenia zupy zagęszczanej własnym składnikiem skrobiowym,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- zastawa stołowa do podawania zupy, talerz głęboki, talerz płaski obiadowy, łyżka stołowa duża.

Ćwiczenie 4

Sporządź zupę krem z brokułów z grzankami z bagietki według receptury podanej przez nauczyciela.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) przygotować stanowisko pracy,

- 3) przygotować sprzęt, maszyny i urządzenia potrzebny do przygotowania zupy,
- 4) dokonać oceny jakości przygotowanych surowców,
- 5) odważyć surowce,
- 6) sporządzić wywar,
- 7) przygotować składnik główny,
- 8) połączyć składnikiem głównym z wywarem,
- 9) sporządzić zawiesinę,
- 10) zagęścić zupę zawiesiną,
- 11) wykończyć gotową zupę zgodnie z recepturą,
- 12) sporządzić grzanki z bagietki,
- 13) wyporcjować zupę,
- 14) zaprezentować gotową zupę na forum grupy,
- 15) przeprowadzić ocenę organoleptyczną metodą punktową wykonanego wyrobu,
- 16) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura,
- surowce do sporządzenia zupy zagęszczanej własnym składnikiem skrobiowym,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zupy,
- zastawa stołowa do podawania zupy: bulionówka lub filiżanka do zup z talerzykiem lub podstawką, łyżka bulionówka lub łyżeczka do zup.

4.3.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz:	Tak	Nie
1) omówić różnicę między sposobami zagęszczania zup?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) wymienić kolejne etapy sporządzania zup zagęszczanych i kremów?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) rozróżnić asortyment zup zagęszczanych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) sporządzić zupy zagęszczane różnymi technikami?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) dobrać narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania zup zagęszczanych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) sporządzić zupy kremy?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) podać zupy zagęszczane i kremy i dobrać odpowiednie dodatki?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) dokonać oceny organoleptycznej zup metodą punktową?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.4. Przygotowanie i wydawanie sosów gorących

4.4.1. Materiał nauczania

Potrawami sporządzanymi w podobny sposób jak zupy są sosy. Nazwa sos pochodzi z francuskiego sauce oznaczającego gęsty płyn, tworzony na bazie różnorodnych składników, nadających mu różne smaki np.: ostry, łagodny, kwaśny, słodki. Sosy są dodatkiem do wielu potraw mięsnych, do ryb, potraw mącznych, sałatek, deserów. Jego konsystencja powinna być luźniejsza od kremu. Sosy dzielą się na: gorące i zimne. Sosy gorące składają się podobnie jak zupy z:

- wywaru – właściwie jeżeli chodzi o wywar to raczej powinno się mówić o płynie, gdyż obok wywaru mięsnego, mięsno – kostnego, warzywnego podstawę do sporządzania sosów może stanowić śmietana, mleko lub woda, a także wino,
- składnika głównego – nadaje sosom smak, zapach, barwę, aromat, a także nazwę np.: grzyby, pomidory, koperek, chrzan, cebula, musztarda, jałowiec,
- podprawy – zawiesina z mąki i śmietany, mąki i wody, mąki i mleka, zasmażki I, II i III stopnia, emulsja z masła i żółtek,
- przypraw smakowych i aromatycznych do sosów słonych: sól, cukier, pieprz, papryka, ziele angielskie, przyprawy ziołowe świeże i suszone, natomiast do sosów słodkich oprócz cukru dodaje się skórkę cytrynową lub pomarańczową, wanilię, cynamon, anyż itp.

Sosy gorące mogą mieć smak słony lub słodki. Sosy słone podawane są do potraw obiadowych, kolacyjnych, natomiast słodkie do deserów.

Ze względu na przeznaczenie sosy dzieli się na:

- sosy gorące do dań głównych,
- sosy zimne do zakąsek,
- sosy do deserów.

Sosy uzupełniają wartość odżywczą i energetyczną potraw, którymi są podawane. Ułatwiają spożywanie potraw suchych, sypkich oraz podnoszą walory organoleptyczne dań.

Sosy często decydują o ostatecznym smaku potrawy. Należ je przygotowywać niezwykle starannie i stosować następujące zalecenia:

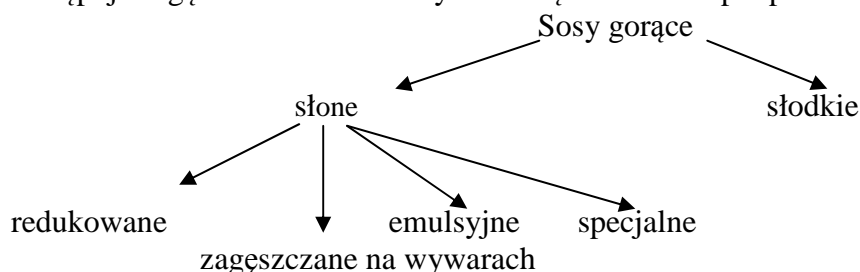
1. Produkty użyte do sporządzenia sosu (kości, kawałki mięsa, warzywa, zioła, masło, śmietana, jaja, olej lub oliwa, owoce czy wino) muszą być najwyższej jakości.
2. Przyrządzając sos należy kontrolować przebieg całego procesu i w miarę potrzeby usuwać nadmiar tłuszczu.
3. Jeżeli sos wymaga gotowania, nie może ono trwać zbyt krótko ani zbyt długo.
4. Jeżeli wszystkie składniki będziemy rumienić na wolnym ogniu, nadamy im nie tylko odpowiedni kolor, ale również wydobędziemy ich pełny aromat.
5. Do przyrządzania sosów należy używać odpowiednich wywarów. Odparowane wywary i inne dodatki powinny wzbogacić walory sosu, ale nie mogą zdominować jego smaku.
6. Dla konsumenta najważniejsza jest, jakość sosu, nie jego ilość.

7. Proces produkcji sosu powinien być stosunkowo krótki i być wykonywany w czasie, gdy podstawowa potrawa jest prawie na ukończeniu. Takie postępowanie pozwala na uniknięcie przechowywania sosu, zmianie jego wartości odżywczej i konsystencji. Należy także odpowiednio dobrać wielkość naczyń, aby była ona proporcjonalna do ilości sosu.
8. Gęstość sosu zależy od rodzaju użytej podprawy i zastosowania sosu. Sos powinien być zawieszisty i nie powinien całkowicie spływać z potrawy lub pozostać na niej nienaruszenie. Wobec tego przewiduje się, iż na 1 porcję sosu powinno się użyć ok. 125cm³ płynu i 5–10g mąki. Ponieważ zasmażanie obniża zdolności zagęszczające mąki do sosów zasmażanych używa się większą ilość mąki ok. 8–10g na 1 porcję. Stosując podprawę zacieraną używamy ok. 5–6g mąki na porcję sosu. Ze względu na taką ilość mąki sosy łatwo ulegają przypaleniu i dlatego podczas gotowania należy je częściej mieszać oraz regulować dopływ ciepła. Sosy przechowywane w temp. 70–80°C łatwo tracą wodę, przez co stają się gęściejsze i wysychają. Natomiast ponownie zagotowywane mogą ulec rozrzedzeniu lub jeśli były zagęszczane żóltkami zmieniają strukturę i pojawiają się kłaczkę ściętego żółtka.

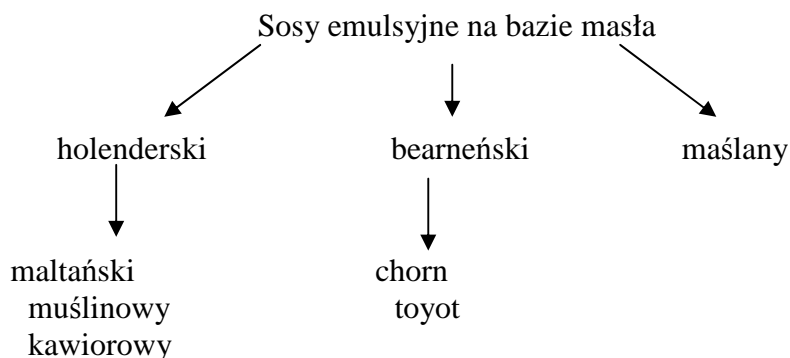
Klasyfikacja sosów gorących obejmuje sosy słone i słodkie. Do sosów słonych należą sosy zagęszczane na wywarach, sosy zredukowane i emulsyjne (zagęszczane żóltkami) i sosy specjalne, których nie można zakwalifikować do żadnej z powyższych grup.

Natomiast sosy słodkie gorące sporządzane są na mleku, zagęszczane żóltkami i mąką ziemniaczaną lub samymi żóltkami. Sosy na bazie samych owoców zagęszczane są tylko mąką ziemniaczaną. Sosy słodkie mają zastosowanie do podawania deserów.

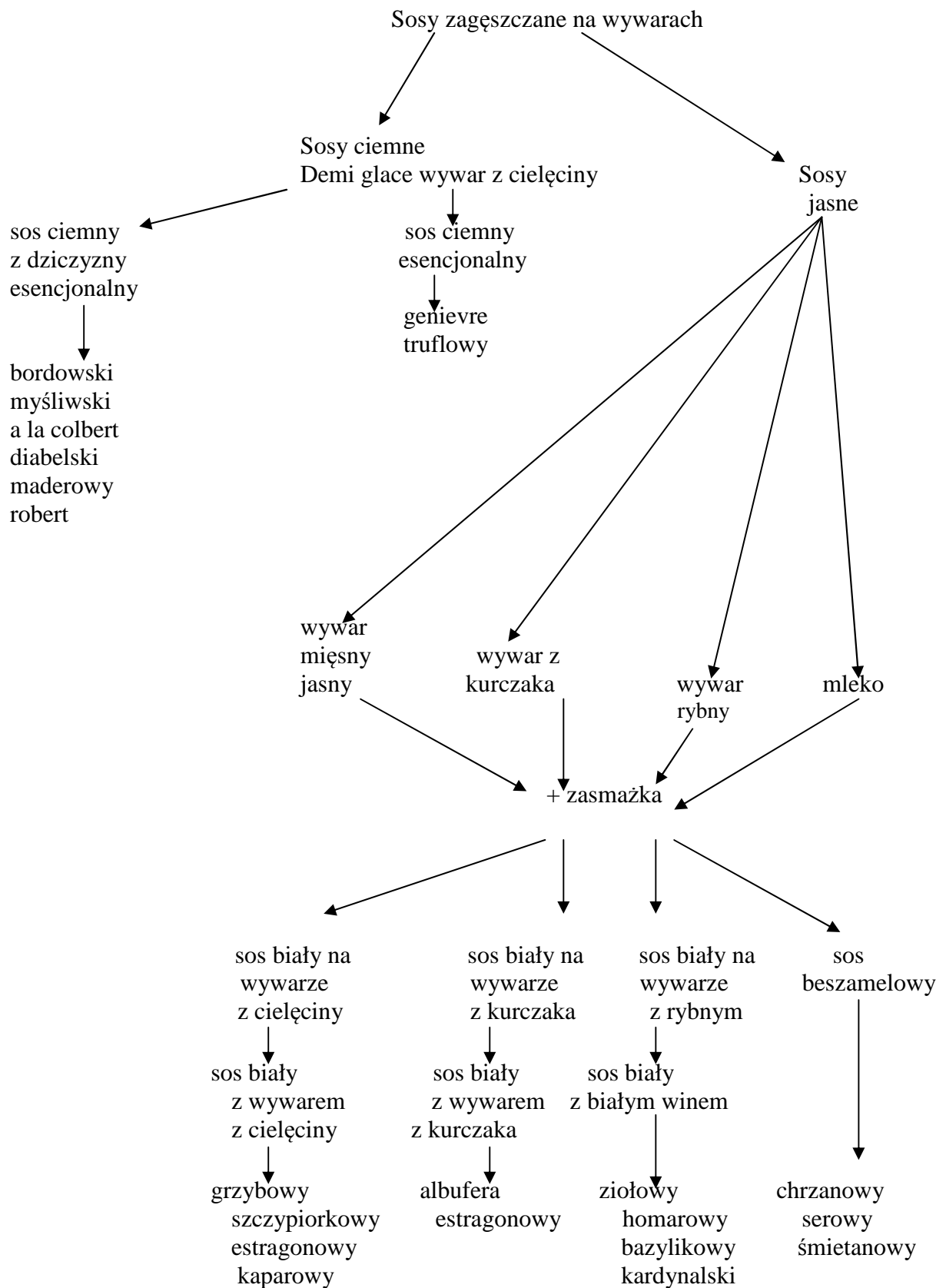
Obecnie można się spotkać z nazwą sosy zredukowane i nie zredukowane. Redukcja sosów polega na odparowaniu (wygotowaniu) do 1/3 początkowej objętości sosu w wyniku czego następuje zagęszczenie sosu. Sosy te nie są dodatkowo podprawiane.



Rys 10. Podział sosów gorących [opracowanie własne]



Rys 11. Podział sosów gorących emulsyjnych [opracowanie na podstawie 21, s.28]



Rys 12. Podział sosów gorących zagęszczanych na wywarach [21, s.25-28]

Sosy gorące na wywarach.

Sos ciemny esencjonalny demi – glace.

Główne składniki: Tłuszcz, kości cielęce, kawałki mięsa, mirepoix, przecier pomidorowy, białe wino, mąka lub skrobia (do sosów ciemnych zagęszczanych), wywar z cielęciny ciemny, przyprawy.

Król sosów mający zastosowanie we wszystkich sosach ciemnych, ogólnie stosowany w kuchni gorącej.

Sos beszamelowy.

Biała zasmażka rozprowadzona mlekiem z dodatkiem pieprzu i gałki muszkatołowej.

Sosy emulsyjne na bazie masła.

Sos holenderski z dodatkiem odparowanego wywaru sporządzonego z: białego octu winnego, białego wina, szalotek, pieprzu białego ziarnistego.

Główne składniki: żółtko, sklarowane masło.

Przyprawy smakowe: sól, pieprz cayenne, sok z cytryny.

Sos bearneski z dodatkiem odparowanego wywaru sporządzonego z: octu estragonowego, białego wina, szalotek, pieprzu białego ziarnistego, łodygi liści estragonu (świeżych).

Główne składniki: żółtko jaja, sklarowane masło

Przyprawy smakowe: sól, sok z cytryny, pieprz cayenne, posiekane świeże liście estragonu.

Sos maślany z dodatkiem odparowanego wywaru sporządzonego z: szalotek, białego wina, białego octu winnego lub innego (specjalny garnek).

Główne składniki: śmietana, masło.

Przyprawy smakowe: sól, pieprz Cayenne.

Sosy specjalne gorące to sos cebulowy biały, curry, chlebowy, jabłkowy, musztardowy.

Sos jabłkowy

Podaje się do pieczonej gęsi, kaczki lub wieprzowiny.

Składniki: ugotowane i zmiksowane jabłka, cukier, sok z cytryny.

Sos chlebowy

Podaje się do drobiu i dzikiego ptactwa.

Składniki: miękisz białego chleba, mleko, cebula przesmażona z goździkami, sól, gałka muszkatołowa, pieprz Cayenne.

Sos musztardowy

Podaje się do jagnięciny i gotowych mięs.

Składniki: musztarda, masło, biała zasmażka, zagęszczony wywar mięsny lub rosół z mięsa wołowego.

Sos cebulowy biały

Podaje się do pieczeni cielęcej lub jagnięcej i kotletów z jagnięcia.

Składniki: cebula, ryż, wywar z cielęciny, przyprawy.

Wartość odżywcza sosów

Sosy mają wysoką wartość kaloryczną wynikającą z zawartości tłuszczu i mąki, dlatego mogą podnosić wartość odżywczą potrawy, do której są podawane. Na ich wartość białkową wpływa zawartość żółtek. Z kolei wartość witaminowa i mineralna sosów ściśle związana jest z rodzajem sosu i łatwo ulega obniżeniu pod wpływem niewłaściwego przechowywania.

Strawność sosów zależy od ich rodzaju i sposobu zagęszczania. Ciężiej strawne są sosy zasmażane.

Wśród sosów kuchni innych narodów najbardziej znane są sosy francuskie – bordoski, myśliwski, vinaigrette, sosy białe, sosy emulsyjne tj. holenderski, sosy majonezowe, które stanowią bazę takich sosów, jak ravigotte i remoulade i sosy włoskie do makaronów tj. pomidorowy, pesto – z bazylii, oliwy, orzeszków pinii, czosnku i sera, carbonara – na bazie bekonu, żółtek, śmietany, ragù – sos mięsny z dodatkiem warzyw np.: boloński oraz sos słodki zabawione z żółtek i wina białego wytrawnego lub słodkiego.

4.4.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń:

1. Jakie są podstawowe składniki sosów gorących?
2. Jaki można sklasyfikować sosy gorące?
3. Co to jest demi glace?
4. Jakie mamy podstawowe sosy emulsyjne?
5. Jaki jest asortyment sosów gorących specjalnych?
6. Co wpływa na wartość odżywczą sosu?
7. Jakie są etapy sporządzania sosu gorącego?
8. Jakie są zasady sporządzania sosu?
9. Na czym polega redukcja sosów?

4.4.3. Ćwiczenia

Ćwiczenie 1

Sporządź sos gorący demi glace według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) wypisać zasady bhp jakie należy stosować w czasie wykonywania ćwiczenia,
- 4) przygotować stanowisko pracy,
- 5) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 6) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 7) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 8) sporządzić wywar na sos,
- 9) przygotować składnik główny,
- 10) połączyć wywar ze składnikiem głównym,
- 11) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 12) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,

- 13) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 14) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- komputer z podłączeniem do Internetu,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: sosjerka.

Ćwiczenie 2

Sporządź sos beszamelowy według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) wypisać zasady bhp jakie należy stosować w czasie wykonywania ćwiczenia,
- 4) przygotować stanowisko pracy,
- 5) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 6) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 7) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 8) sporządzić zasmażkę I stopnia,
- 9) przygotować składnik główny mleko,
- 10) połączyć zasmażkę ze składnikiem głównym,
- 11) doprawić gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 12) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 13) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 14) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- komputer z podłączeniem do Internetu,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: sosjerka.

Ćwiczenie 3

Sporządź sos gorący emulsyjny holenderski według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) wypisać zasady bhp jakie należy stosować w czasie wykonywania ćwiczenia,
- 4) przygotować stanowisko pracy,
- 5) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 6) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 7) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 8) sporządzić wywar na sos,
- 9) sklarować masło,
- 10) połączyć wywar z żółtkiem i sklarowanym masłem,
- 11) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 12) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 13) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 14) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- komputer z podłączeniem do Internetu,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: sosjerka.

Ćwiczenie 4

Sporządź słodki sos gorący zabaione według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) wypisać zasady bhp jakie należy stosować w czasie wykonywania ćwiczenia,
- 4) przygotować stanowisko pracy,
- 5) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 6) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 7) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 8) utrzeć żółtka z cukrem,
- 9) połączyć utarte żółtka z winem w kąpieli wodnej,
- 10) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 11) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 13) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- komputer z podłączeniem do Internetu,

- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: pucharki.

4.4.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz:	Tak	Nie
1) wymienić rodzaje sosów gorących?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) sporządzić sos gorący na wywarze?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) dobrać zastosowanie sosu gorącego?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) dobrać narzędzia i sprzęt do sporządzania sosów gorących?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) sporządzić podstawowe sosy gorące emulsyjne?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) dokonać oceny organoleptycznej gorącego sosu metodą punktową?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) sporządzić sos gorący zredukowany?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

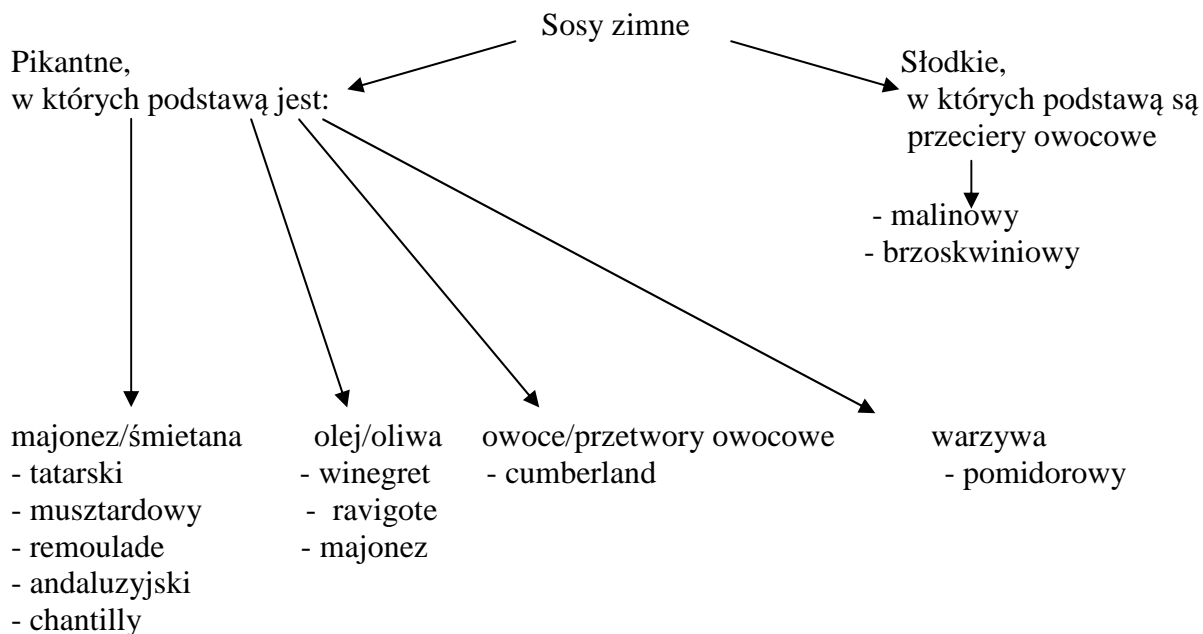
4.5. Przygotowanie i wydawanie sosów zimnych

4.5.1. Materiał nauczania

Moda na sosy, a przede wszystkim ich znaczenie żywieniowe powodują, iż z każdym rokiem ich popularność wzrasta. Równocześnie pojawiają się coraz to nowe kompozycje.

Sporządzanie i zastosowanie sosów zimnych to domena kuchni zimnej, czyli garmażerii. Dla polepszenia smaku zakąsek, urozmaicenia ich asortymentu, zwiększenia atrakcyjności oferty garmażerii stosuje się sosy zimne. Mają one także zadanie żywieniowe, gdyż wzbogacają wartość kaloryczną potraw, ułatwiają przełykanie, zapobiegają wysychaniu potraw, nadają ładniejszy kolor, a gęste sosy mogą służyć do garniowania. Sosy zimne stanowią także zaprawy do sałatek, łącząc składniki ze sobą, nadając potrawie smak i właściwą konsystencję.

Sosy zimne podawane są w temperaturze pokojowej, przede wszystkim do zimnych zakąsek i deserów (wyjątkowo sos tatarski, ravigote, podaje się do łososia i sandacza saute).



Rys 13. Podział sosów zimnych [opracowanie własne]

Klasyfikacja sosów zimnych obejmuje:

1. Sosy na bazie oleju lub oliwy do podstawowych sosów z tej grupy należą majonez i sos vinaigrette (czyt. winegret).

Majonez – najbardziej znany sos tego typu: niemal wszystkie sosy zimne to jego pochodne.

Przygotowanie majonezu nie jest trudne, pod warunkiem, że przestrzega się poniższych zaleceń:

- żółtka jaj i olej (najlepiej słonecznikowy) muszą mieć temperaturę pokojową. Żółtka należy najpierw rozbić z niewielką ilością octu, musztardy i soli, a następnie ucierać, powoli dolewając olej (ok. 200ml na jedno żółtko). Na zakończenie doprawić octem, solą i sokiem z cytryny,
- jeżeli majonez jest zbyt gęsty, można go rozrzedzić do żądanej konsystencji dodając gorący wywar z wołowiny,
- majonez nie powinien zawierać więcej niż 75% oleju,

- ma bardzo wiele zastosowań; znakomicie nadaje się na przykład do ryb, szparagów i dań zimnych, a także, jako podstawa sosów do sałatek (nie może wówczas zawierać więcej niż 65% oleju).

Przygotowanie majonezu wymaga rygorystycznego przestrzegania zasad higieny. Nie zaleca się sporządzania sosów na bazie oleju we własnym zakresie; wskazane jest używanie np.: gotowego majonezu czy sosów do sałatek.

Sos winegret

Składniki: olej lub oliwa, ocet, cebula, zioła, sól, pieprz

Przyrządzając sosy winegret znakomicie nadają się nowe gatunki octu, które są dostępne na rynku np.: malinowy, cytrynowy, ziołowy lub balsamico. Idealnym dodatkiem do sosów typu winegret są gotowane warzywa pokrojone w kostkę (np.: marchew, seler, karczochy, papryka, pomidory).

Na bazie sosu winegret sporządzamy następujące sosy:

Sos ravigotte

Z dodatkiem kaparów i korniszonów.

Sos norweski

Z dodatkiem filetów anchois i żółtek.

Winegret z pomidorami i ziołami

Drobno pokrojone pomidory i posiekane świeże zioła takie, jak bazylia, natka pietruszki, szczypiorek.

2. Sosy majonezowe, w których podstawą jest majonez dekoracyjny.

Zasadniczo znane są dwa rodzaje sosów majonezowych: sosy na podstawie majonezu z różnymi dodatkami i sosy na majonezie na kule. Najpopularniejsze sosy majonezowe to sos tatarski, sos ravigotte (czyt. rawigot), sos remoulade (czyt. remulad)). Podaje się je na stół w sosjerkach lub jako składnik zakąski. Ich wykonanie jest proste. Polega na połączeniu majonezu z odpowiednim dodatkiem.

Na bazie majonezu sporządza się następujące sosy:

Ravigotte

Z dodatkiem szpinaku i szczypiorku.

Sos andaluzyjski

Z dodatkiem przecieru pomidorowego i papryki pokrojonej w paseczki.

Sos remoulade

Z dodatkiem posiekanych kaparów, korniszonów, anchois i natki pietruszki.

Sos tatarski

Z dodatkiem posiekanych jaj na twardo, korniszonów, natki pietruszki, drobno posiekanej cebuli i szczypiorku.

Sos Chantilly

Z dodatkiem bitej śmietany i pieprzu Cayenne.

3. Sosy owocowe i warzywne np.: na podstawie galaretki porzeczkowej, na podstawie koncentratu pomidorowego, na podstawie przetartych lub rozdrobnionych warzyw z dodatkami. Sosy na podstawie przetworów owocowych to głównie sos Cumberland (czyt. kumberland).

Sos Cumberland

Do pasztetów i pieczeni z dziczyzny podanej na zimno.

Składniki: galaretka porzeczkowa, port wine, sok z pomarańczy i cytryn, musztarda angielska, pieprz Cayenne i sok z imbiru.

Sosy warzywne wykonuje się na bazie koncentratu pomidorowego lub przetartych albo rozdrobnionych warzyw z dodatkiem cukru, soli, kwasów spożywczych. Przykładem takiego sosu jest sos grecki. Podaje się go do zimnych zakąsek z ryb, ale można także podawać na gorąco do potraw smażonych z ryb. Jako przyprawy używa się cukier, sól, kwasy spożywcze, wyciągi z warzyw i przypraw. Do tego rodzaju sosów należą na przykład ketchupy.

4. Sosy śmietanowe, w których podstawę stanowi śmietana wymieszana z ostrymi przyprawami jak musztarda, chrzan, szczypiorek.

Sosy na podstawie śmietany są także proste do wykonania. Do sporządzenia sosów używa się gęstej, niezbyt kwaśnej śmietany. Dodaje się do niej składnik główny, czyli np.: musztardę, koncentrat pomidorowy, tarte jabłka i chrzan, grubo siekane jaja na twardo, szczypior, lub szczypiorek i oczywiście odpowiednie przyprawy.

Odmianami sosów zimnych są:

1. Dipy – gęste sos do maczania warzyw, chipsów, ryżowych wafli. Wykonanie ich jest wyjątkowo proste: należy wymieszać serek lub jogurt z wybranym dodatkiem (lub dodatkami). Można to zrobić w każdych warunkach. Do sporządzenia dipu można użyć także drobno posiekanej wędliny, wędzonego łososia (lub innej ryby) czy zmielonego jajka na twardo. Najefektowniej wyglądają dipy o kilku smakach i kolorach wyporcjowane do sąsiadujących ze sobą sosjerek. Do maczania używa się umyte i pokrojone warzywa: młode marchewki, kalafior, seler naciowy, kalarepkę, ogórki (świeże lub kiszzone), rzodkiewki, kolorowe strąki papryki, pomidorki koktajlowe.
2. Dressingi – zimne sosy do sałat, sałatek i surówek, którym polewa się sałatkę na krótko przed podaniem. Do najbardziej znanych dressingów należy sos vinaigrette.

Sosy zimne specjalne

Podobnie jak w przypadku sosów gorących niektórych sosów zimnych nie można zakwalifikować do żadnej z grup jeśli chodzi o technikę wykonania czy składnik główny, a stanowią one nieodzowny element, dodatek stosowany w kuchni gorącej i zimnej. Najbardziej znane to sos miętowy i chrzanowy.

Sos miętowy

Do dań z jagnięciny, podawanych na gorąco lub na zimno.

Składniki: ocet, woda (w porcji 2:1), posiekane świeże liście mięty, sól, pieprz.

Krem chrzanowy

Do ryb wędzonych, gotowanej wołowiny na zimno lub kurczaka a la Maryland.

Składniki: bita śmietana, tarty chrzan, cukier do smaku, sok z cytryny.

4.5.2. Pytania sprawdzające

Odpowiadając na pytania, sprawdzisz, czy jesteś przygotowany do wykonania ćwiczeń:

1. Jakie dzieli się sosy zimne ze względu na smak i podstawowy składnik użyty do ich wykonania?
2. Na czym polega technika wykonania sosu zimnego śmietanowego?
3. Jak sporządza się majonez?
4. Wymień najpopularniejsze sosy majonezowe?
5. Jaki sprzęt, narzędzia i urządzenia należy wykorzystać do sporządzenia sosu majonezowego?
6. Jaki mamy asortyment sosów zimnych na podstawie owoców i warzyw?
7. Jakie jest zastosowanie sosów zimnych w żywieniu?
8. Czym różni się sos ravigote od sosu vinaigrette?
9. Jaki jest asortyment sosów zimnych specjalnych?
10. Czym różni się dip od dressingu?

4.5.3. Ćwiczenia

Ćwiczenie 1

Sporządź sos majonezowy remoulade według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) wypisać zasady bhp jakie należy stosować w czasie wykonywania ćwiczenia,
- 4) przygotować stanowisko pracy,
- 5) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 6) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 7) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 8) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców i rozdrobnić,
- 9) połączyć składniki sosu ze sobą,
- 10) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 11) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 12) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 13) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- komputer z podłączeniem do Internetu,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: miseczki.

Ćwiczenie 2

Sporządź sos tzatzki według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) przygotować stanowisko pracy,
- 4) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 5) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 6) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 7) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców i rozdrobnić,
- 8) połączyć składniki sosu ze sobą,
- 9) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 10) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 12) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: miseczki.

Ćwiczenie 3

Sporządź sos vinaigrette według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) przygotować stanowisko pracy,
- 4) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 5) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 6) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 7) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców i rozdrobnić,
- 8) połączyć składniki sosu ze sobą,
- 9) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 10) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 12) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: sosjerka.

Ćwiczenie 4

Sporządź sos cumberland według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) przygotować stanowisko pracy,
- 4) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 5) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 6) odważyć surowce do sporządzenia sosu,
- 7) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców i rozdrobnić,
- 8) połączyć składniki sosu ze sobą,
- 9) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 10) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 12) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: miseczka.

Ćwiczenie 5

Sporządź sos warzywny grecki według receptury podanej przez nauczyciela i zaproponuj jego zastosowanie.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinienes:

- 1) zapoznać się z materiałem z poradnika dla ucznia i literatury i zapoznać się z recepturą,
- 2) wybrać potrawę, do której zostanie podany sos,
- 3) przygotować stanowisko pracy,
- 4) przygotować odpowiedni sprzęt, maszyny i urządzenia niezbędne do wykonania ćwiczenia,
- 5) dokonać oceny jakości surowców przygotowanych do wykonania ćwiczenia,
- 6) odważyć surowce do sporządzenia sosu,

- 7) przeprowadzić obróbkę wstępną surowców i rozdrobnić,
- 8) połączyć składniki sosu ze sobą,
- 9) wykończyć gotowy sos zgodnie z recepturą,
- 10) zaprezentować gotowy sos na forum grupy,
- 11) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sosu metodą punktową,
- 12) uporządkować stanowisko pracy.

Wyposażenie stanowiska pracy:

- poradnik dla ucznia, literatura,
- receptura sosu,
- surowce do sporządzenia sosu,
- narzędzia, sprzęt i urządzenia do sporządzania sosu,
- zastawa stołowa do podawania sosu: miseczka.

4.5.4. Sprawdzian postępów

Czy potrafisz:	Tak	Nie
1) wyjaśnić różnicę między sosem śmietanowym a majonezowym?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) rozróżnić asortyment sosów zimnych?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) sporządzić wybrane sosy zimne śmietanowe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) sporządzić podstawowe sosy zimne majonezowe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) sporządzić sosy zimne owocowe i warzywne?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) sporządzić sos zimny vinaigrette?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) podać potrawy z odpowiednio dobranymi zimnymi sosami?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) dokonać oceny organoleptycznej sosów zimnych metodą punktową?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5.1. SPRAWDZIAN OSIĄGNIĘĆ

INSTRUKCJA DLA UCZNI

1. Przeczytaj uważnie instrukcję.
2. Podpisz imieniem i nazwiskiem kartę odpowiedzi.
3. Zapoznaj się z zestawem zadań testowych.
4. Test zawiera 22 zadania dotyczące przygotowania i podawania zup oraz sosów. Wszystkie zadania są wielokrotnego wyboru i tylko jedna odpowiedź jest prawidłowa.
5. Udzielaj odpowiedzi tylko na załączonej karcie odpowiedzi: w zadaniach wielokrotnego wyboru zaznacz prawidłową odpowiedź X (w przypadku pomyłki należy błędną odpowiedź zaznaczyć kółkiem, a następnie ponownie zakreślić odpowiedź prawidłową).
6. Pracuj samodzielnie, bo tylko wtedy będziesz miał satysfakcję z wykonanego zadania.
7. Kiedy udzielenie odpowiedzi będzie Ci sprawiało trudność, wtedy odłóż jego rozwiązanie na później i wróć do niego, gdy zostanie Ci wolny czas.
8. Na rozwiązanie testu masz 40 min.

ZESTAW ZADAŃ TESTOWYCH

1. Nazwę zupy tworzymy od
 - a) rodzaju składnika głównego.
 - b) rodzaju podprawy.
 - c) rodzaju wywaru.
 - d) charakterystycznych przypraw dodawanych do zupy.
2. Sosy gorące stosuje w celu
 - a) zagęszczenia potrawy.
 - b) zamaskowania niewłaściwego smaku potrawy.
 - c) zaostrenia smaku mdłej potrawy lub złagodzenia smaku potrawy pikantnej.
 - d) obniżenia kosztów potrawy poprzez zastąpienie mięsa sosem.
3. Konsystencja zupy wynika z
 - a) rodzaju wywaru.
 - b) obecności podprawy.
 - c) dodatku przypraw.
 - d) czasu ogrzewania.
4. Podczas przechowywania zupy krem należy
 - a) zachować niskie temperatury, a odgrzewać tylko zamówioną ilość.
 - b) stale mieszać, aby nie zmieniała swojej konsystencji.
 - c) utrzymywać temperaturę wydawania, aby wydawać natychmiast na zamówienie.
 - d) dolewać niewielką ilość wody, aby zapobiec nadmiernemu zagęszczeniu.
5. Do zagęszczenia kapuśniaku wykorzystasz
 - a) śmietanę.
 - b) zawiesinę z mąki i śmietany.
 - c) zasmażkę.
 - d) podprawę zacieraną.

6. W efekcie zagotowania zupy krem
- następuje ścięcie żółtka jaja.
 - potrawa staje się mniej strawna.
 - poprawia się barwa zupy.
 - konsystencja staje się aksamitna.
7. Do podstawowych sosów emulsyjnych na bazie masła nie zaliczamy
- sosu maślanego.
 - sosu berneńskiego.
 - sosu beszamelowego.
 - sosu holenderskiego.
8. Aby wykonać podprawę zacieraną należy
- wymieszać śmietanę z mąką.
 - zrumienić mąkę na tłuszczu.
 - połączyć zacierki z mąką.
 - połączyć mąkę z surowym masłem i uformować w kulkę.
9. W zakładzie gastronomicznym zupę pomidorową czystą na 5 porcji przygotowuje się według receptury:
Kości 100g, włoszczyzna 100g, woda 1000cm³, pomidory 600g, sól, pieprz, koperek.
Aby przygotować 50 porcji zupy pomidorowej czystej, trzeba użyć następującą ilość wody
- 1 litr.
 - 10 litrów.
 - 5 litrów.
 - 50 litrów.
10. Zupę czystą jednoporcjowo podajemy w
- wazie.
 - filizance.
 - bulionówce.
 - talerzu głębokim.
11. Własnym składnikiem skrobiowym zagęszczana jest zupa
- ziemniaczana.
 - krupnik.
 - krem z zielonego groszku.
 - gazpacho.
12. Wybierz dodatek jaki zastosujesz do zupy pomidorowej
- łazanki.
 - ziemniaki.
 - pasztecik.
 - chleb.
13. Zupa minestrone jest charakterystyczna dla
- Francji.
 - Rosji.
 - Anglii.
 - Włoch.

14. W celu przygotowania 400 porcji zupy posłużysz się
- trzonem kuchennym.
 - bemarem.
 - kotłem warzelnym.
 - taboretym podgrzewczym.
15. Chłodniki sporządza się
- z owoców lub warzyw z dodatkiem mleka i śmietany, fermentowanych napojów mlecznych i podaje w temperaturze 14°C.
 - z owoców lub warzyw z dodatkiem mleka i śmietany, fermentowanych napojów mlecznych i podaje się w temperaturze 2°C.
 - na wywarach z dodatkiem składnika głównego i podaje w temperaturze 55°C.
 - z mrożonek.
16. Zasmażanie mąki
- nie wpływa na jej właściwości zagęszczające.
 - podwyższa właściwości zagęszczające.
 - obniża właściwości zagęszczające.
 - wpływa na aksamitny wygląd potrawy.
17. Aby sporządzić zupę brokułową należy
- sporządzić wywar, przygotować składnik główny, zagęścić i przyprawić.
 - przygotować składnik główny, sporządzić wywar, zagęścić i przyprawić.
 - sporządzić wywar, przygotować składnik główny, przyprawić, zagęścić.
 - sporządzić wywar, zagęścić, przygotować składnik główny, przyprawić.
18. Aby jak największa ilość substancji wyciągowych przeszła do wywaru należy
- wkładać kości i włoszczyznę do wody wrzącej.
 - pod koniec gotowania dodać przyprawy.
 - rozdrobione mięso i kości i wkładać do zimnej wody.
 - wywar posolić na początku gotowania.
19. Redukowanie sosów polega na
- odparowaniu wywaru do 1/3 pierwotnej objętości.
 - usunięciu pod koniec gotowania włoszczyzny i kości z wywaru.
 - dodaniu pod koniec gotowania żółtek wymieszanych ze śmietanką.
 - zagęszczeniu sosu zawiesiną z 1/3 objętości wywaru i mąki.
20. W skład sosu remoulade obok majonezu dodaje się
- szpinak i jajko.
 - posiekane kapary, korniszony, anchois i natkę pietruszki.
 - bitą śmietaną i pieprz Cayenne.
 - koncentrat pomidorowy.
21. Sos cumberland stosuje się jako dodatek do
- zimnych mięs z drobiu i cielęciny.
 - deserów z owoców.
 - ciasta drożdżowego.
 - gorących dań z dziczyzny.

22. Zabaione to sos

- a) słony na wywarze mięsny.
- b) emulsyjny.
- c) zimny na bazie majonezu.
- d) słodki sporządzany z ubitych w kąpiel wodnej żółtek z dodatkiem likieru.

KARTA ODPOWIEDZI

Imię i nazwisko

Przygotowywanie i wydawanie zup oraz sosów

Zakreśl poprawną odpowiedź.

Nr zadania	Odpowiedź				Punkty
1.	a	b	c	d	
2.	a	b	c	d	
3.	a	b	c	d	
4.	a	b	c	d	
5.	a	b	c	d	
6.	a	b	c	d	
7.	a	b	c	d	
8.	a	b	c	d	
9.	a	b	c	d	
10.	a	b	c	d	
11.	a	b	c	d	
12.	a	b	c	d	
13.	a	b	c	d	
14.	a	b	c	d	
15.	a	b	c	d	
16.	a	b	c	d	
17.	a	b	c	d	
18.	a	b	c	d	
19.	a	b	c	d	
20.	a	b	c	d	
21.	a	b	c	d	
22.	a	b	c	d	
Razem:					

6. LITERATURA

1. Berndt-Kostyrzewska J. (red.): Kuchnie różnych narodów. Format AB, Warszawa 2001
2. Biller E. i inni: Kucharz & Gastronom: vademecum. Rea, Warszawa 2001
3. Blome E.: Stół elegancko nakryty. Kalliope, Warszawa 1998
4. Derbis A. Sporządzanie i ekspedycja zup oraz sosów. Poradnik dla ucznia .Wydawca Instytut Technologii Eksploatacji – Państwowy Instytut Badawczy, Radom 2007
5. Gawęcki J. (red.): Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu. PWN, Warszawa 2004
6. Gawęcki J., Gertig H.: Słownik terminów żywieniowych. PWN, Warszawa 2001
7. Flis. K., Procnier A.: Technologia gastronomiczna z towaroznawstwem. Cz. 2. WSiP, Warszawa 2006
8. Górecka D., Milanówka H., Superczyńska E., Żylińska-Kaczmarek M.: Technologia gastronomiczna z obsługą konsumenta. Cz. 2 i 3. Format – AB, Warszawa 2006
9. Grzebińska W.: Wyposażenie techniczne zakładów. WSiP, Warszawa 2005
10. Jargoń R.: Obsługa konsumenta. Cz. 1 i 2. WSiP, Warszawa 2000
11. Jastrzębski W.: Wyposażenie techniczne zakładów gastronomicznych. WSiP, Warszawa 2005
12. Kołożyn-Krajewska D., Sikora T.: Towaroznawstwo żywności. WSiP, Warszawa 2004
13. Konarzewska M.: Technologia gastronomiczna z towaroznawstwem. Cz. 2. Wydawnictwo REA s.j., Warszawa 2008
14. Konarzewska M., Lada E. H., Zielonka M.: Wyposażenie techniczne zakładów gastronomicznych. Wydawnictwo REA s.j., Warszawa 2004
15. Konarzewska M., Konarzewska-Sokołowska M., Zielonka B.: Technologia gastronomiczna z towaroznawstwem. Cz. 1. Wydawnictwo REA s.j., Warszawa 2005
16. Leitner H.: Poradnik dla kelnera. WSiP, Warszawa 1993
17. Ławniczak D., Szajna r., Ziaja A.: Obsługa gości konsumentów. Cz. 1 i 2. Wydawnictwo REA s.j., Warszawa 2009
18. Mikuta B.: Technologia gastronomiczna z obsługą konsumenta. Format – AB, Warszawa 1998
19. Procnier A.: Technologia gastronomiczna z towaroznawstwem. Cz. 1. WSiP, Warszawa 2006
20. Schnitzer H-G.: Poradnik współczesnego savoir-vivre'u. Delta, Warszawa 2002
21. Widomski M. Kuchnia gorąca dla każdego! opracowanie powstało w ramach umowy zawartej pomiędzy Markiem Widomskim i Kurt Scheller Academy sp. z o.o. podczas realizacji projektu „Efektywny Nauczyciel Sztuki Kulinarnej„ realizowanego przez partnerstwo w składzie: Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Fundacja na Rzecz Budowy Społeczeństwa Opartego Na Wiedzy „Nowe Media”, Kurt Scheller Academy sp. z o.o., opracowanie powstało dzięki współfinansowaniu ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.
22. Zalewski S.: Podstawy technologii gastronomicznej. WNT, Warszawa 1999
23. Czasopisma:
 - a) Przegląd gastronomiczny,
 - b) Kuchnia.
24. Strony www
 - a) www.zwiadowca.pl
 - b) www.gastronomiczne.pl