INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt:	**MO-ME-N-T MOderní MEtody s Novými Technologiemi**
Registrační č.:	CZ.1.07/1.5.00/34.0903
Operační program:	Vzdělávání pro konkurenceschopnost
Škola:	Hotelová škola, Vyšší odborná škola hotelnictví a turismu a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky Poděbrady
Předmět:	Technologie přípravy pokrmů
Tematický okruh:	Základní technologické postupy III – pečení a smažení
Jméno autora:	Zdeněk Lebeda
Datum	23. srpna 2013
Ročník:	1. ročník
Anotace:	Seznámení žáků se základními technologickými postupy při pečení a smažení. U jednotlivých technologických postupů budou uvedeny jejich charakteristiky, vhodné použití inventáře, vhodné způsoby a jejich výhody.

PEČENÍ

úprava potravin pomocí suchého tepla

- jedná se o úpravu potravin bez vody
- teplo je přenášeno – přímým kontaktem
  v horkém tuku
  horkým vzduchem
  sáláním tepla
- teploty se pohybují v hodnotách mezi 150°C až 260°C

PEČENÍ

- pečení je úprava potravin pomocí horkého vzduchu za přítomnosti tuku nebo vypečené šťávy
- pečení – na pánvi s použitím malého množství tuku (rostlinného, nevystřikuje)
- pečení - na kamnech, v peci, v troubách
- při pečení se z pečené potraviny uvolňují aromatické látky typické pro danou potravinu
- při pečení se vytváří kůrka, která zabraňuje vysychání (především u masa)

PEČENÍ MASA

- maso je možné před pečením opéci – zabraňuje se vyluhování cenných živin a aromatických látek
- maso starších kusů (hovězí zadní, zvěřina) se před pečením dusí v troubě – maso je dřív hotové a je šťavnaté
- maso tučnější polévat během pečení vypečenou šťávou nebo vývarem
- výpek – vypékaná šťáva a tuk z masa, má mít zlatohnědou barvu,nesmí se připálit (hořká chuť)
- šťáva se připravuje z výpeku, ředí se vodou, vývarem, vínem a tím se dochucuje

PEČENÍ V TROUBĚ

- v troubě se peče – maso
  brambory
  slané nákypy ze zeleniny
  slané nákypy z obilovin
  sladké nákypy z obilovin
  moučníky
- teplota v troubě se nastavuje podle potraviny, která se bude péci

PEČENÍ V TEPLOVZDUŠNÝCH TROUBÁCH – V KONVEKTOMATECH

- pokrmy se upravují působením páry a horkého vzduchu
- nastavení vhodné teploty, pokrmy jsou šťavnaté
- výhoda pečení v konvektomatu – minimální dohled a pečení v několika vrstvách nad sebou

BRAISSIERA

- je zařízení v němž je možné vařit potraviny v páře, dusit, péci, smažit pod tlakem a nebo jednotlivé postupy propojit
- je zařízení které představuje kombinaci pečící pánve a tlakového kotle
- zařízení je vždy dodáváno a podrobným popisem použití

PEČENÍ V KERAMICKÉM PEKÁČI (římský hrnec)

- dvoudílný pekáč nejprve namočit do studené vody
- do spodní části pekáče vložit kuchyňsky připravené maso a případně i zeleninu
- vrchní část pekáče zaklopit
- nádobu vkládat do vyhřáté trouby na rošt
- maso takto pečené je šťavnaté
- vhodná úprava pro menší množství masa a při speciálních objednávkách pro náročné hosty

PEČENÍ V HLINÍKOVÉ FOLII

- pečení v alobalu je šetrný způsob přípravy požadovaných potravin z hlediska stravitelnosti
- potraviny se pečou v běžných troubách a na roštu i rožni
- potraviny pro připravované pečení vložit do alobalu a dobře zabalit – tím jsou potraviny šťavnaté

SMAŽENÍ

- úprava potravin v předehřátém tuku
- úprava potravin syrových nebo předem částečně tepelně zpracovaných

SMAŽENÍ PODLE MNOŽSTVÍ TUKU

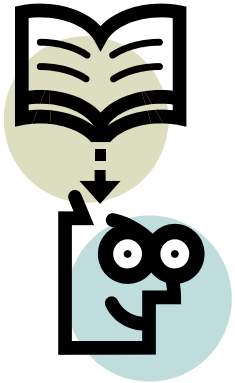
- **smažení v malém množství tuku** – používat pánev se zesíleným dnem nebo teflonový povrch
- smaží se takto v domácnostech a nebo jídla jednotlivá na objednávku
- potravinu vkládat do malého množství předem rozehřátého tuku, osmažit na jedné straně, obrátit a osmažit druhou stranu

- **smažení ve velkém množství tuku** - fritézy (termostat, kovový koš), požití v malých provozovnách, jídla na objednávku
- **ponorné smažiče** – bývají součástí zabudované kuchyňské linky ve velkých provozech, mají termostat, kovový koš, mají různé velikosti podle provozu
- **smažící tunely** – požívají se ve velkokapacitních provozech a při průmyslové výrobě
- **smažící pánve** – pro větší množství potravin smažených najednou, obsahují již také termostaty

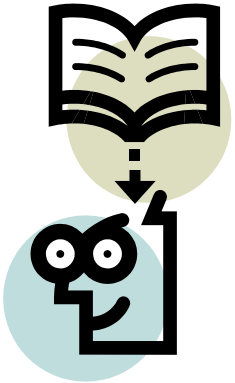
- potraviny smažené **bez obalení**
  - plátky veky, syrové brambory (lupínky, hranolky…)
- potraviny smažené **obalené**
  - trojobal, těstíčko
  - řízky masové, sýr, zelenina (květák, brokolice, lilek…)

ZÁSADY SMAŽENÍ

- používat tuk nebo olej určený k této úpravě (viz. etiketa)
- vhodná teplota smažení od 175°C do 185°C
- správné zahřátí tuku (zkouška pomocí špejle - tuk zašumí)
- potraviny jsou většinou obalené v trojobalu, pozor na přepalování tuku z drobečků z obalu
- **POZOR** – esenciální mastné kyseliny oxidují, tuk tmavne, ničí se.
  - NUTNÁ VÝMĚNA TUKU!



Pracovní list



1. Co je to pečení?
2. Co je braissiera?
3. Jaký způsob pečení je nejvhodnější z hlediska stravitelnosti?
4. Jaké jsou zásady smažení?

Vypracovaný pracovní list

1. Pečení je úprava potravin pomocí horkého vzduchu za přítomnosti tuku nebo vypečené šťávy.
2. Braissiera je zařízení v němž je možné potraviny vařit v páře, dusit, péci, smažit pod tlakem a nebo jednotlivé postupy propojit.
3. Pečení v hliníkové folii
4. Zásady:
   - používat tuk nebo olej určený k této úpravě (viz. etiketa)
   - vhodná teplota smažení od 175°C do 185°C
   - správné zahřátí tuku (zkouška pomocí špejle-tuk zašumí)
   - potraviny jsou většinou obalené v trojobalu, pozor na přepalování tuku z drobečků z obalu
   - esenciální mastné kyseliny oxidují, tuk tmavne, ničí se - nutná výměna tuku

LITERATURA

- SEDLÁČKOVÁ, Hana a Jan POTÁCEL. *Výživa a příprava pokrmů I: pro střední školy /zejména rodinné/*. 1. vyd. Praha: Fortuna, 1992, 94 s., il. ISBN 80-716-8021-4.
- SEDLÁČKOVÁ, Hana a Pavel OTOUPAL. *Technologie přípravy pokrmů I.: učebnice pro střední odborné školy a pro hotelové školy*. 1. vyd. Praha: Fortuna, 1998, 85 s., [8] s. barev. obr. příl. ISBN 80-716-8571-2.
- METZ, Reinhold, Hermann GRÜNER a Thomas KESSLER. *Restaurace a host: základní odborné vědomosti : restaurace, hotel, kuchyně*. Vyd. 1. Praha: Europa-Sobotáles, 2008, 606 s. ISBN 978-80-86706-18-4.

Zdroje obrázků

- klipart