

ĆWICZENIA I ZADANIA Z TECHNOLOGII GASTRONOMICZNEJ Z TOWAROZNAWSTWEM

2020



ĆWICZENIA I ZADANIA Z TECHNOLOGII GASTRONOMICZNEJ Z TOWAROZNAWSTWEM

Spis treści

ROZDZIAŁ 1.....	3
WIADOMOŚCI WSTĘPNE I ORGANIZACJA PRODUKCJI, HIGIENA	3
ROZDZIAŁ 2.....	7
METODY UTRWALANIE ŻYWNOŚCI, NORMALIZACJA I PRZYPRAWY	7
ROZDZIAŁ 3.....	11
PROCESY TECHNOLOGICZNE W PRODUKCJI GASTRONOMICZNEJ.....	11
ROZDZIAŁ 4.....	15
TŁUSZCZE.....	15
ROZDZIAŁ 5.....	18
WARZYWA i GRZYBY	18
ROZDZIAŁ 6.....	26
OWOCE	26
ROZDZIAŁ 7.....	30
ZUPY	30
ROZDZIAŁ 8.....	33
MLEKO I JEGO PRZETWORY	33
ROZDZIAŁ 9.....	37
JAJA	37
ROZDZIAŁ 10 ZBOŻA I MĄKA	41
ROZDZIAŁ 11.....	47
KASZE	47
ROZDZIAŁ 12.....	50
CIASTA.....	50
ROZDZIAŁ 13.....	61
MIEŚO, DZICZYŻNA, PODROBY i WĘDLINY	61
ROZDZIAŁ 14.....	78
POTRAWY PÓLMIĘSNE	78
ROZDZIAŁ 15.....	80
DRÓB I DZIKIE PTACTWO.....	80
ROZDZIAŁ 16.....	85
RYBY.....	85

ROZDZIAŁ 17.....	90
KAWA, HERBATA, KAKAO	90
ROZDZIAŁ 18.....	94
NAPOJE ZIMNE I BEZALKOHOŁOWE	94
ROZDZIAŁ 19.....	95
NAPOJE ALKOHOŁOWE	95
ROZDZIAŁ 20.....	99
PODSTAWY OBSŁUGI KONSUMENTA	99
ROZDZIAŁ 21.....	109
KUCHNIA POLSKA I MIĘDZYNARODOWA	109
ROZDZIAŁ 22.....	115
ŻYWIENIE DIETETYCZNE.....	115
ROZDZIAŁ 23.....	118
TECHNOLOGIA GASTRONOMICZNA PRAKTYCZNIE	118

WIADOMOŚCI WSTĘPNE I ORGANIZACJA PRODUKCJI, HIGIENA

1. Higiena pracowników zatrudnionych w zakładach żywienia zbiorowego powinna charakteryzować się:

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

2. Jak powinien wyglądać strój w pracowni gastronomicznej (zakładzie gastronomicznym) wymień elementy zasadnicze, opisując poniższy rysunek (uzasadnij odpowiedź)?



3. Przelicz poniższe miary i wagi stosowane w gastronomii

Np. 1 kilogram [kg] = 1000 gram [g]

1 kg (kilogram) = 100 dag (dekagramów) = 1000 g (gramów)

1 kg =dekagramy[dag]	1 l =dm ³
250 g =dag	0, 2 dm ³ =.....ml
1 litr [l] =.....ml	1 l=cm ³
500 mililitrów [ml] =l	250 cm ³ =.....l

4. Co rozumiesz pod pojęciem układ funkcjonalny pomieszczeń zakładu gastronomicznego?

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

5. Które z poniższych twierdzeń jest błędne?

- A. Obieralnia warzyw i owoców nie może się krzyżować ze zmywalnią
- B. Pomieszczenia ekspedycyjne mogą się krzyżować ze zmywalnią naczyń kuchennych
- C. Zmywalnia naczyń może krzyżować się z obieralnią warzyw i owoców

6. Scharakteryzuj poniższe pomieszczenia produkcyjne:

Kuchnia właściwa:

.....

Pracownia cukiernicza

.....

Przygotownia I i II

.....

7. Opisz schemat mycia naczyń na podstawie poniższego diagramu



—————→
Kierunek

8. Co rozumiesz pod pojęciem oceny organoleptycznej produktów i potraw?

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

9. Opisz cechy charakterystyczne oceny organoleptycznej

Wygląd ogólny określa się, jako:

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

Barwę określa się, jako:

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

Zapach określa się, jako:

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

Konsystencję określa się, jako:

.....

.....
.....
Smakowitość wyrobów, ich intensywność i typowość określa się oceną doustną, przy czym smakowitość ustala się, jako:

.....
.....
10. Co oznacza skrót HACCP

.....
.....
11. Uzasadnij poniższe stwierdzenia

Źródłem zakażenia żywności może być:

Człowiek, ponieważ.....

.....
.....
Woda, ponieważ.....

.....
.....
Brudne naczynia, ponieważ.....

.....
.....
12. Do wzrostu mikroorganizmów potrzebne są pewne warunki, jakie to warunki

.....
.....
13. Najczęściej spotykanymi drobnoustrojami chorobotwórczymi są

Salmonella występująca w

.....
.....
Gronkowce (Staphylococcus ureus) występujące w

.....
.....
Escherichia coli występująca w

Laseczka jadu kielbasianego (*clostridium botulinum*) występująca w

.....

14. Do produktów wysokiego ryzyka zatruc pokarmowych zaliczamy

Lody, ciastka i wyroby cukiernicze z dodatkiem kremów (torty, ptysie, eklery, napoleonki, serniki) i.....

.....

..... *jaja w majonezie.....*

.....

.....

15. Jak można zapobiegać zatruciom pokarmowym?

.....

.....

16. Wymień elementy chodzące w skład systemu HACCP

.....

.....

.....

.....

.....

17. Co oznacza pojęcie „krytyczny punkt kontrolny” w systemie HACCP

.....

.....

.....

18. Wymień siedem zasad systemu HACCP

1 zasada.....

2 zasada.....

3 zasada.....

4 zasada.....

5 zasada.....

6 zasada.....

7 zasada.....

ROZDZIAŁ 2

METODY UTRWALANIE ŻYWNOŚCI, NORMALIZACJA I PRZYPRAWY

1. Do fizycznych metod utrwalania żywności wysoką temperaturą zaliczamy

- A.....
- B.....
- C.....

2. Co oznacza skrót UHT uzasadnij odpowiedź?

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

3. Dobierz odpowiednią metodę utrwalania żywności do poniższych produktów:

- Kompot* -
- Kapusta* -
- Koperek* -
- Śledź* -
- Makaron* -
- Konserwa mięsna* -
- Schab wieprzowy* -

4. Dlaczego produkt rozmrożony nie powinien być po raz kolejny zamrożony??

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

5. Środek konserwujący np. sorbinian potasu, sorbinian sodu, benzoesan sodu ma na celu przedłużenie trwałości produktu gotowego. Jakie są konsekwencje zdrowotne stosowania chemicznych środków konserwujących?

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

6. Do jakiej metody utrwalania żywności zaliczamy kiszenie i jakie produkty możemy kisić?

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

7. Korzystając z poniższej tabeli uszereguj produkty, które powinny być przechowywane w odpowiednich warunkach.

Suche artykuły zbożowe: pieczywo trwałe, suche nasiona roślin strączkowych, cukier, susz, używki i przyprawy, koncentraty

Artykuły o dużej zawartości wody: warzywa owoce, ziemniaki

Artykuły łatwo psujące się: tłuszcze, czekolada, chałwa, mleko, jaja, mięso i wędliny, drób, orzechy

Artykuły zamrożone: mięso, drób, ryby, mrożonki warzywne i owocowe, inne półprodukty mrożone

Pomieszczenia suche (wilgotność względna 60%), Przewiewne, Temp. 8 – 10⁰C	Pomieszczenia wilgotne (wilgotność względna 95⁰C) przewiewne, temp. 0 - 5⁰C	Pomieszczenia suche (wilgotność względna 60%), Temp. 0 - 4⁰C	Pomieszczenia wilgotne (wilgotność względna 90⁰C), temp. – 18 do - 26⁰C

8. Uzupełnij poniższe zdania

A-pasteryzacja przeprowadzona jest w temperaturze.....

B- sterylizacja przeprowadzona jest w temperaturze.....

C-tyndalizacja jest procesem złożonym polegającym na

.....

D- liofilizacja polega na

.....

9. W gastronomi ważną rolę odgrywa receptura potrawy, wzorując się na poniższej recepturze stwórz własną indywidualną recepturę opisując sposób wykonania.

Surówka z kapusty kwaszonej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania
Kapusta kwaszona	900	<i>Kapustę odcisnąć, pokroić i wymieszać ze startą na tarce marchwią i jabłkiem, pokrojoną cebulą, dodać olej i cukier dokładnie wymieszać. Można dodać pokrojoną natkę pietruszki</i>
Jabłka	200	
Marchew	120	
Cebula	100	
Cukier	25	
Olej	70	

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

10. Przyprawy w gastronomii to podstawa udanej potrawy scharakteryzuj poniższe przyprawy uwzględniając ich charakterystyczne cechy.

- *Wanilia: aromatyczna, delikatny zapach, ma formę strąka, najbardziej aromatyczne są nasiona, używana do potraw słodkich i cukierniczych*

- *Kardamon:*

.....

- *Cynamon:*

.....

- *Kminek:*

.....

- *Liść laurowy:*

.....

- *Pieprz czarny:*

.....

- *Lubczyk :*

.....

- *Gałka muszkatołowa :*

.....

11. Opisz przyprawy znajdujące się na zdjęciu



- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

ROZDZIAŁ 3.

PROCESY TECHNOLOGICZNE W PRODUKCJI GASTRONOMICZNEJ

1. Scharakteryzuj elementy wchodzące w skład obróbki wstępnej

Strona | 11

- *Sortowanie:*
.....
.....
- *Mycie ręczne i mechaniczne:*
.....
.....
- *Oczyszczanie:*
.....
.....
- *Płukanie :*
.....
.....
- *Rozdrabnianie ręczne i mechaniczne :*
.....
.....

2. Opisz poniższe noże używane w obróbce



- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....

3. Podaj sposoby rozdrabniania warzyw.

Ziemniaki -
.....
Buraki -
.....
Kapusta -
.....
Marchew -
.....
Cebula -
.....
Por-.....
.....

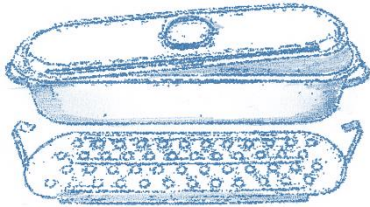
4. Wymień metody obróbki termicznej

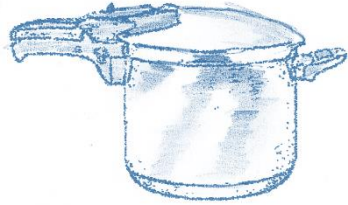
Gotowanie
.....
.....
.....
.....
.....

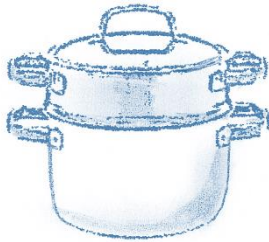
5. Jakie są różnice między gotowaniem na parze i w wodzie (uwzględnij naczynia, temperaturę, wartość odżywczą itp?)

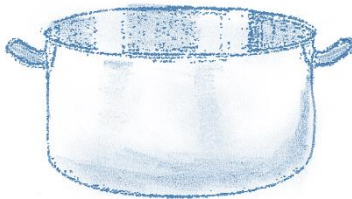
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

6. Opisz poniższe naczynia, do jakich potraw się ich używa.









7. Jakie korzystne zmiany zachodzą w produkcie podczas obróbki termicznej?

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

8. Na czym polega reakcja Maillarda podczas ogrzewania w bardzo wysokiej temperaturze, jaki wpływ na tę reakcję mają :

Białka

.....
.....

Tłuszcze.....

.....
.....

Węglowodany.....

.....
.....

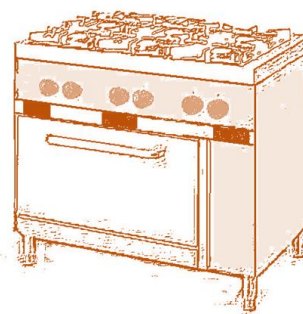
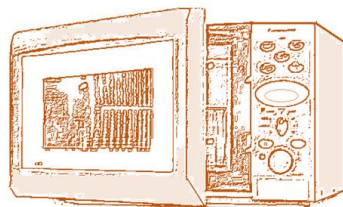
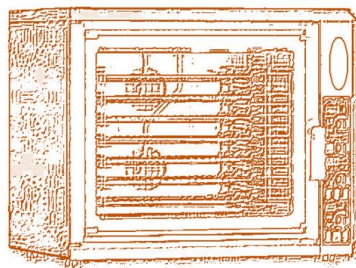
9. W jakich temperaturach przeprowadza się:

- Smażenie* °C
- Pieczenie* °C
- Gotowanie* °C
- Smażenie*..... °C

10. Wyjaśnij poniższe metody obróbki termicznej

- Gotowanie w szybkowarze*
-
-
- Pieczenie i gotowanie w piecu konwekcyjno –parowym*
-
-
- Grillowanie*
-
-
- Gotowanie w kuchence mikrofalowej*.....
-
-

11. Opisz poniższe rysunki proponując techniki przygotowania potraw



-
-
-

12. Na czym polega gotowanie sous-vide

-
-
-
-

ROZDZIAŁ 4

TŁUSZCZE

1. Wymień, jakie są rodzaje tłuszczów używanych w gastronomii

<i>Zwierzęce</i>	<i>Roślinne</i>

Strona | 15

2. Co wpływa na stopień topliwości tłuszczu?

.....
.....

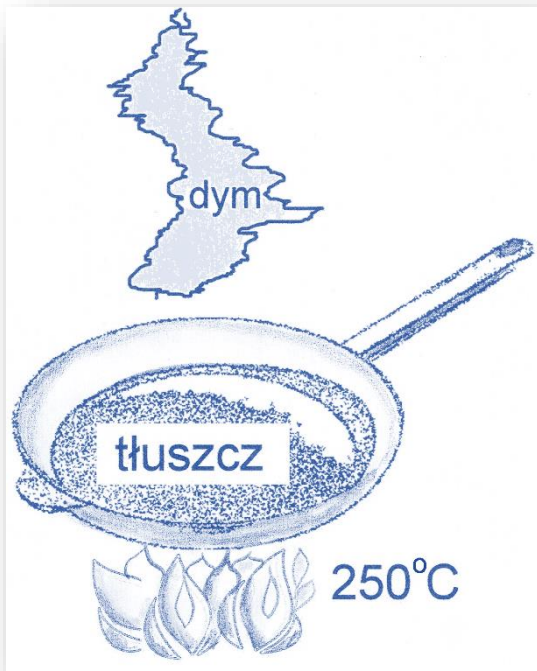
3. Tłuszcze przechowywane w odpowiednich warunkach i w nieodpowiedniej temperaturze zaczynają jęlczyć, opisz proces jęlczenia tłuszczów z uwzględnieniem najważniejszych czynników wpływających na ich trwałość.

Woda-.....
Temperatura.....
.....
.....
.....

4. Opisz proces produkcji masła, jakie są najważniejsze etapy tej produkcji

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

5. Jaką reakcję chemiczną przedstawia poniższy rysunek i uzasadnij swoją odpowiedź?



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

6. Na czym polega produkcja olejów roślinnych metodą zimnego tłoczenia

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

7. Podkreśl nasiona, z których produkowane są oleje jadalne

Soja, orzech, dynia, kukurydza, orzech ziemny, rzepak, słonecznik, kokos, pomarańcza, sezam

8. Podkreśl prawidłowe zdania

- Lój wołowy produkowany jest ze słoniny*
- Lój wołowy produkowany jest ze stopionego tłuszczu nerkowego*
- Słonina jest produktem powstałym przy wytopieniu smalcu*
- Smalec jest produktem po wytopieniu słoniny*
- Masło produkuje się ze śmietanki słodkiej*
- Masło produkuje się ze śmietanki ukwaszonej*

9. Dokończ zdanie

Margaryna jest produktem powstałym w wyniku.....

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

10. Jakie zastosowane w technologii gastronomicznej mają tłuszcze?

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

11. Za pomocą strzałek dobierz odpowiedni tłuszcz do potrawy

<i>Masło</i>	<i>Frytki</i>
<i>Margaryna</i>	<i>Ciasto kruche</i>
<i>Olej</i>	<i>Kotlet schabowy</i>
<i>Smalec</i>	<i>Jajecznicą</i>
<i>Frytura</i>	<i>Pączek</i>

ROZDZIAŁ 5

WARZYWA I GRZYBY

1. Uwzględniając podział warzyw uzupełnij poniższą tabelkę

Strona | 18

<i>Korzeniowe</i>	<i>Seler, marchew,</i>
<i>Cebulowe</i>	
<i>Liściowe</i>	
<i>Kapustne</i>	
<i>Owocowe</i>	
<i>Rzepowate</i>	
<i>Strączkowe</i>	
<i>Różne</i>	
<i>Nowalijki</i>	

2. Wymień najważniejsze barwniki naturalne występujące w warzywach i owocach

Czerwony.....
Zielony
Pomarańczowy.....

3. Co rozumiesz pod pojęciem blanszowanie warzyw, jakie znaczenie ma ten proces w technologii gastronomicznej?

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

4. Solanina najczęściej występuje w ziemniakach, co to za substancja i jak ją można zneutralizować

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

5. Rysunek przedstawia ważne zjawisko często zachodzącą w technologii gastronomicznej, opisz i wyjaśnij to zjawisko



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

6. Surówki są nieodzownym elementem każdej diety, jakie są zasady sporządzania surówek

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

7. Dlaczego podczas sporządzania surówki z sałaty i po dodaniu do niej np. soli sałata traci swoje właściwości estetyczne i staje się miękka?.

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

8. Nazwij poniższe warzywa ¹



- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....
- 11.....
- 12.....

9. Podczas gotowania warzy zachodzą w nich korzystne zmiany scharakteryzuj najważniejsze.

Błonnik -

.....

Aromat-

.....

Kolor-

.....

¹ Ilustracja – Marja Ochorowicz-Monatowa : *Uniwersalna książka kucharska* , Lwów, Księgarnia Polska B. Połanieckiego

10. Warzywa zabarwione chlorofilem zmieniają swoją barwę podczas blanszowania, jakie to są zmiany

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

11. Podkreśl warzywa zabarwione chlorofilem

Salata głowiasta, salata liściasta, kapusta pekińska, pomidor, cykoria, rzeżucha, szpinak, szczaw, boćwina (liście), koperek, natki pietruszki, brokuły, kapusta czerwona, fasola szparagowa, papryka czerwona

12. Fitoncydy są naturalnymi środkami bakteriobójczymi, w jakich warzywach się one znajdują i czym charakteryzują.

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

13. Kolorystyka surówek jest ważna zaproponuj surówki, które będą kompozycją wielu kolorów.

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

14. Jakie znaczenie ma blanszowanie pora?

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

15. Jakie właściwości gastronomiczne posiadają pomidory?

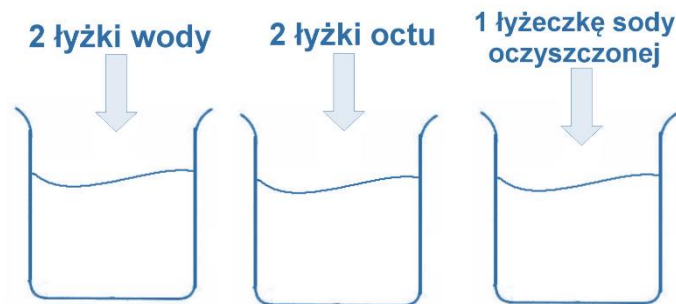
.....
.....
.....
.....
.....

16. Wyjaśnij, dlaczego nie powinno się łączyć pomidorów i ogórków

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

17. Wykonaj eksperyment

Poszatkuj ok. 150 g kapusty czerwonej, zalej gorącą wodą ok. 400 ml i odstaw na 10 minut do momentu zabarwienia wody. Następnie zabarwioną wodę rozlej do trzech szklanek i do każdej z nich dodaj wg schematu:



Jakie reakcje zaobserwowałeś po dodaniu?

Wody

Octu

Sody oczyszczonej

Jakie znaczenie w technologii gastronomicznej ma powyższy eksperyment?

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

18. W których warzywach znajdują się silne olejki eteryczne i w jaki sposób można złagodzić intensywność potrawy.

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

19. Które warzywo ma najwięcej karotenoidów, wyjaśnij pojęcie karotenoidu?

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

20. Suche nasiona roślin strączkowych należą do warzyw wzdymających, co powoduje te właściwości i jak sposób można zminimalizować niepożądane skutki stosując odpowiednią obróbkę technologiczną.

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

21. Suche nasiona grochu, fasoli moczymy przed dalszą obróbką, co ma na celu moczenie tych nasion.

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

22. Opisz poniższe typy ziemniaków

Typ A

.....
Typ B.....

Typ C.....

Typ D.....

.....

23. W handlu znajduje się wiele przetworów ziemniaczanych wymień najważniejsze z nich.

Suszone

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

Mrożone.....

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

24. Wyjaśnij, dlaczego ziemniaki powinniśmy gotować od tzw. wody gorącej.

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

25. Wymień potrawy z ziemniaków, przedstaw proces produkcji jednej z nich

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

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

26. Jakie znaczenie w technologii gastronomicznej mają grzyby?

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

27. Wymień używane w technologii gastronomicznej grzyby

Borowik szlachetny, żółtka, gaska, pieczarka

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

28. Na poniższym rysunku znajdują się grzyby: prawdziwek maślak, kozak, podpieńnik, rydz, pieczarka. Nazwij poniższe grzyby ²



1



2



3



4



5



6

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....

29. Dlaczego niektóre grzyby są trujące, co warunkuje o właściwościach toksycznych grzybów?

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

30. Wymień potrawy, jakie można sporządzić z grzybów i z dodatkiem grzybów.

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

² Ilustracja – Marja Ochorowicz-Monatowa : *Uniwersalna książka kucharska* , Lwów, Księgarnia Polska B. Połanieckiego

ROZDZIAŁ 6

OWOCE

1. Uzupełnij Poniższą tabelkę, odpowiednio dopisz owoce lub grupę owoców

Strona | 26

<i>Jagodowe</i>
.....	<i>Wiśnie, czereśnie, śliwki, morele, brzoskwinie</i>
<i>Ziarnkowe</i>
.....	<i>Orzechy włoskie, laskowe,</i>
<i>Południowe</i>

2. Wymień zastosowanie technologiczne owoców jagodowych

.....
.....

3. Wymień wartość odżywczych owoców

Witaminy

.....

Składniki mineralne

.....

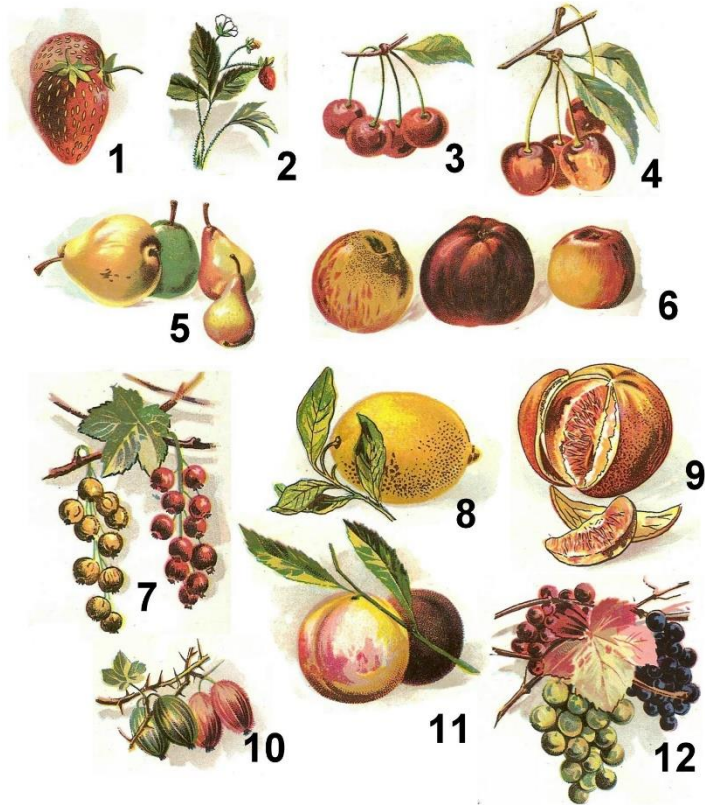
Węglowodany

.....

4. Jakie znaczenie w produkcji dżemów mają pektyny znajdujące się w owocach?

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

5. Nazwij poniższe owoce i zaproponuj zastosowanie gastronomiczne.³



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

6. Wymień najważniejsze warunki przechowywania owoców

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

7. Jak należy postępować z jabłkiem po obraniu, aby zachować świeży jasny wygląd i nie doprowadzić do ciemnienia powierzchni?

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

³ Ilustracja – Marja Ochorowicz-Monatowa : *Uniwersalna książka kucharska* , Lwów, Księgarnia Polska B. Połanieckiego

8. Do zakładu gastronomicznego przywieziono skrzynkę jabłek, zaproponuj etapy obróbki wstępnej.

- A.....

 B.....

 C.....

 D.....

9. Wymień owoce suche i ich zastosowanie w technologii gastronomicznej.

-

10. Jakimi kryteriami możemy określić dojrzałość owoców?

-

11. Omów i opisz sposób wykonania kompotu, kisielu, sałatki i żupy

Sposób wykonania	Sposób wykonania
<i>Kompotu z truskawek</i>	<i>Kisielu z brzoskwini</i>
Sposób wykonania	Sposób wykonania
<i>Sałatki wieloowocowej</i>	<i>Zupy wiśniowej</i>

12. Wyjaśnij pojęcia

Pulpa owocowa

.....

Sok owocowy

.....

Marmolada

.....

Dżem

.....

Powidła

.....

Konfitura

.....

Jakie zjawisko zachodzi podczas sporządzania powyższych przetworów?

.....

.....

ROZDZIAŁ 7

ZUPY

1. Co rozumiesz pod pojęciem zupa?

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

2. Zupy mleczne biorą nazwę od składnika podstawowego, z jakich składników poza mlekiem składa się zupa mleczna

Ryż, kasza,.....
.....
.....
.....

3. Uzupełnij tabelkę przypisując zupę do danej zaprawy.

Rosół, barszcz czerwony, rybna, zupa kalafiorowa, zupa pomidorowa zabieleniana, jabłkowa, śliwkowa, krem z brokułów, krem z kalafiora, krupnik, kleik, grochowa, botwinka, jarzynowa, ziemniaczana, grzybowa, selerowa

<i>Zupy czyste</i>	
<i>Zupy podprawiane żółtkiem i śmietanką</i>	
<i>Zupy podprawiane mąką ziemniaczaną</i>	
<i>Zupy z rozklejonym składnikiem skrobiowym</i>	
<i>Zupa podprawiana mąką i wodą</i>	
<i>Zupa podprawiana zasmażką</i>	

4. Czym charakteryzują się poszczególne zasmażki?

Zasmażka I stopnia

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

Zasmażka II stopnia

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

Zasmażka III stopnia

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

5. Jaka jest zasada gotowania rosółów i bulionów?

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

6. Czym charakteryzują się zupy i wywary jarskie?

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

7. Zaproponuj receptury i sposób wykonania poniższych zup

Zupa jarzynowa

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

Krupnik z kaszy jęczmiennej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

Zupa krem z groszku zielonego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

9. Na podstawie składników napisz jak nazywa się każda zupa

- A) kasza jęczmienna, ziemniaki, jarzyny
- B) koncentrat pomidorowy, śmietana, wywar
- C) seler, wywar, śmietana, zasmażka
- D) wiśnie, mąka ziemniaczana, śmietanka
- E) płatki owsiane, mleko, woda
- F) buraki, wywar, przyprawy
- G) żur, ziemniaki, wywar
- H) kalafior, ziemniaki, śmietana

ROZDZIAŁ 8

MLEKO I JEGO PRZETWORY

1. Wymień dwa podstawowe białka występujące w mleku

.....
.....

Strona | 33

2. Opisz elementy produkcji mleka

A- oczyszczanie mleka

.....
.....

B- proces normalizacji

.....
.....

C- homogenizacja

.....
.....

D- pasteryzacja

.....
.....

E- sterylizacja

.....
.....

3. Czym charakteryzują się jogurty i dlaczego zajmują tak ważne miejsce w żywieniu człowieka?

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

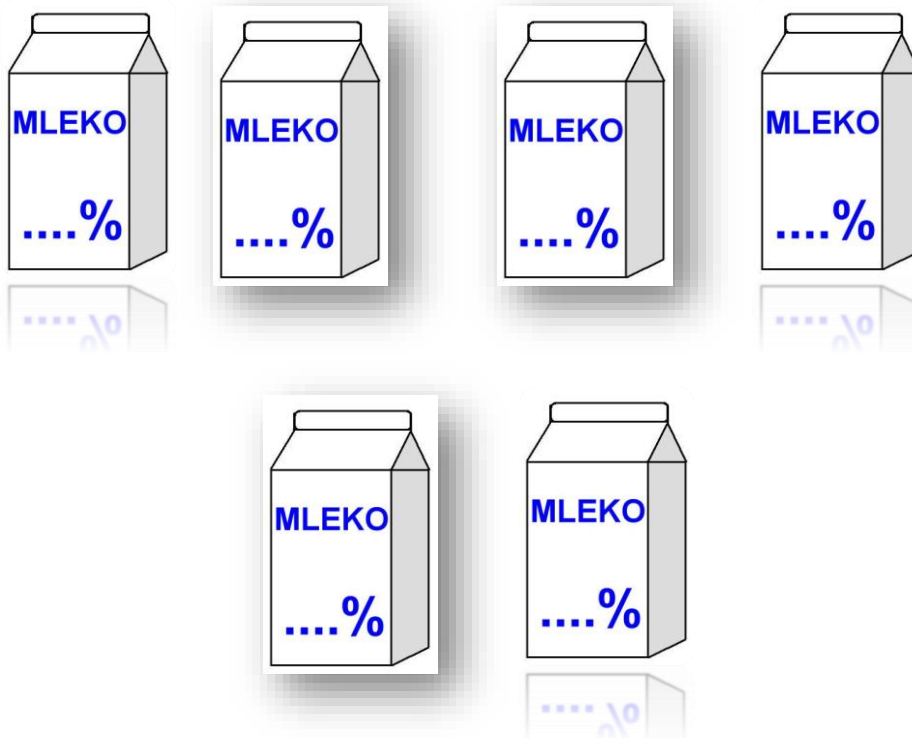
4. Jaka jest różnica między śmietaną i śmietanką?

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

8. Napisz, jaka jest zawartość tłuszczu poniższych rodzajów śmietanek.



6. O jakiej zawartości tłuszczu w handlu znajduje się mleko



7. Dlaczego z mleka poddanego sterylizacji UHT nie można wyprodukować w sposób bezpośredni np. mleka zsiadłego?

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

8. Wymień napoje mleczne fermentacyjne

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

9. Opisz proces produkcji bitej śmietany z uwzględnieniem surowca i techniki.

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

10. Zaproponuj recepturę na napój mleczno- owocowy np. koktajl z truskawek

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

11. Z jakiego mleka można wyprodukować ser twarogowy

.....
.....

12. Jak możemy sklasyfikować sery:

A-ze względu na rodzaj użytego mleka

.....

B- rodzaj skrzepu mleka:

.....

C-zawartość tłuszczu w suchej masie

.....

13. Co to jest podpuszczka i do jakich celów się ją używa w produkcji serów podpuszczkowych?

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

14. Połącz sery podpuszczkowe twarde z poszczególnymi typami

<i>Nazwa sera</i>	<i>Typ</i>
<i>Ementaler, grojer</i>	<i>Ser z masy parzonej</i>
<i>Grana , parmezan</i>	<i>Angielski</i>
<i>Edamski , gouda</i>	<i>Holenderki</i>
<i>Tylżycki , trapistów</i>	<i>Szwajcarsko –holenderski</i>
<i>Chader</i>	<i>Szwajcarski</i>
<i>Oscypek</i>	<i>Włoski do tarcia</i>

15. Sery twarogowe możemy podzielić ze względu na zawartość tłuszczu

Śmietankowe%

Pełnotłuste%

Tłuste%

Półtłuste%

Chude%

16. Jak jest różnica między serem twarogowym a serem podpuszczkowym?

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

17. Jaką rolę w żywieniu człowieka spełniają sery?

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

18. Zaproponuj potrawy na bazie serów

Twarogowych

.....
.....

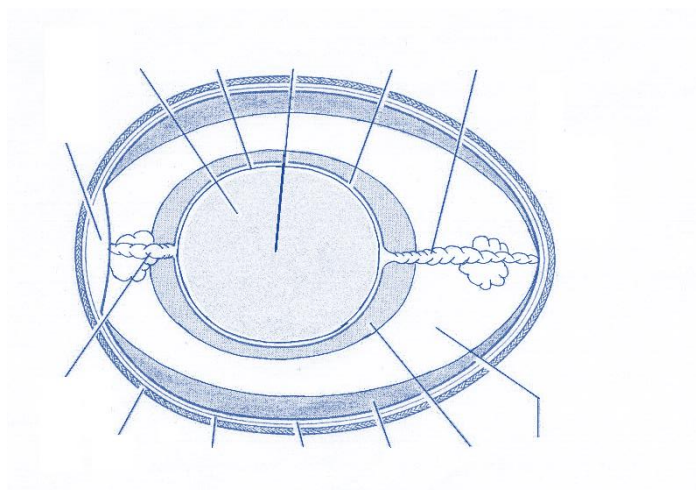
Podpuszczkowych i topionych

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

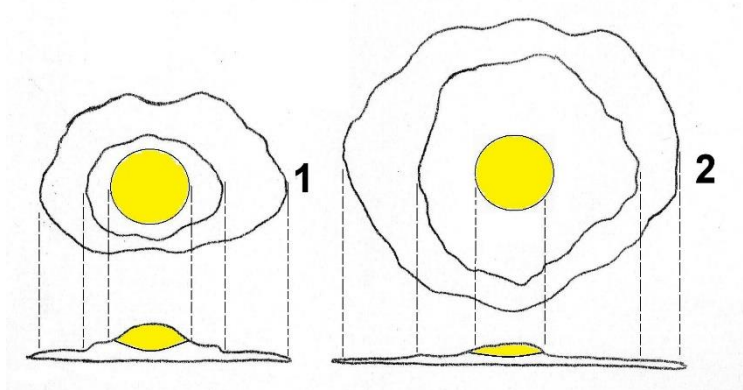
ROZDZIAŁ 9

JAJA

1. Opisz budowę jaja kurzego



2. Opisz poniższe rysunki, przedstawiające ocenę świeżości jaj.



- 1.....
- 2.....

3. Opisz poniższy rysunek przedstawiający świeżość jaj.



- 1.....
-
-
- 2.
-
-

4. W jakich warunkach przechowuje się jaja

.....

.....

5. Uzupełnij poniższą tabelkę kategorii wagowych jaj dostępnych w handlu.

Kategoria	Symbol	Masa jaja, g
	<i>XL</i>	
<i>DUŻE</i>		
		<i>Mniej niż 63-53</i>
	<i>S</i>	

6. Co oznacza poniższy symbol znajdujący się na jajach kurzych?

2-PL-7877



.....
Co oznacza symbol: 0, 1, 2, 3 znajdujący się przed symbolem kraju pochodzenia

7. Opis poniższe właściwości jaj

Emulgujące

Wiążące

Spulchniające

8. Połącz temperatury i potrawy z jaj gotowanych

<i>Jaj na twardo</i>	<i>3- 4 min</i>
<i>Jaja na miękko</i>	<i>4-5 min</i>
<i>Jaja mollét</i>	<i>8-10 min</i>

9. Wymień asortyment z jaj smażonych

Jajecznicą,.....

10. Opisz proces produkcji jajecznicy po chłopsku

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

11. Jaka rolę w żółtku jaj spełnia lecytyna?

.....
.....

12. Opisz proces produkcji majonezu

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

13. Scharakteryzuj zakąski z jaj

Jaja garnirowane

.....
.....

Jaja w sosie zimnym

.....
.....

Jaja faszerowane

.....
.....

14. Czym charakteryzuje się suflet?

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

15. Jakimi metodami można utrwalić ubita na sztywno pianę z białek?

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

16. Wymień rodzaje omletów

.....
.....

17.. Opisz sposób wykonania poniższych sosów

Sos ravigotte

.....

Sos vinaigrette

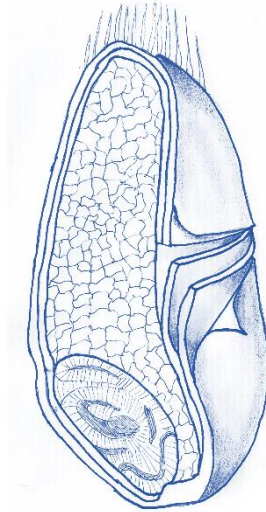
.....

Sos remoulade

.....

ROZDZIAŁ 10 ZBOŻA I MAKA

1. Opisz poniższą budowę ziarna zbożowego



2. Wymień rodzaje zbóż używane w technologii gastronomicznej

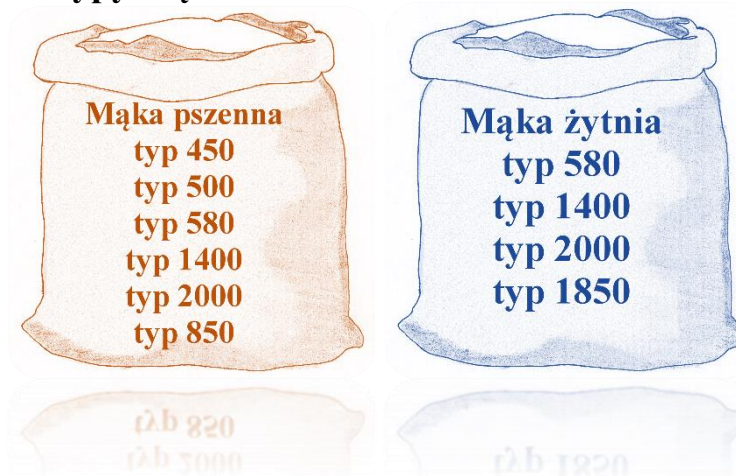
żyto, jęczmień

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

3 Wyjaśnij, co oznacza typ mąki np. typ 450

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

4. Opisz poniższe typy mąki



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

5. Przedstaw proces technologiczny produkcji makaronu domowego

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

6. Jaką rolę w technologii gastronomicznej spełniają makarony?

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

7. Jakie właściwości technologiczne posiada skrobia?

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

8. Dokończ zdanie

Gliadyna i gluteina jest składnikiem

.....

9. Jakie właściwości technologiczne posiada gluten?

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

10. Co rozumiesz pod pojęciem mąki ziemniaczanej?

.....
.....

11. Wymień metody zagęszczania potraw, w których głównym składnikiem jest mąka

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

12. Wymień gorące sosy do dań głównych*Chrzanowy, cebulowy, potrawkowy.....*

.....

.....

.....

.....

.....

13. Wymień zimne sosy do zakąsek*Musztardowy, grecki.....*

.....

.....

.....

.....

.....

14. Wymień słodkie sosy na bazie mleka

.....

.....

.....

15. Przedstaw proces produkcji sosu beszamelowego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

16. Zaproponuj sposób wykonania sosu holenderskiego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

17. Dlaczego po ugotowaniu makaronu przelewamy go zimną wodą – uzasadnij swoją odpowiedź?

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

18. Co rozumiesz pod pojęciem „makaron ugotowany al dente?„

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

19. Opisz metodę wykonania poniższych dań

Pierogi

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

Uszka

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

Kołoduny

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

20. Wymień nadzienia do uszek, pierogów i kołodunów

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

21. Zaproponuj recepturę na ciasto ziemniaczane np. kopytka, knedle

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

22. W jaki sposób formuje się:

Kopytka

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

Knedle

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

Paluszki.

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

23. Co to są kluski lane i jaka jest metoda ich przygotowania

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

24. Do jakich potraw serwujemy kluski kładzione i jakie są metody ich przygotowania.

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

25. Wymień różnicę między kluskami kładzionymi, półfrancuskimi i francuskimi

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

26. Ciasto naleśnikowe przyrządza się wg schematu ilości składników 1: 1: 1, zaproponuj ilość składników do przygotowania ciasta naleśnikowego w gramach.

mleko + woda +
mąka

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

27. Jak nazywają się naleśniki, które w swoim składzie zawierają ubite na sztywno białko jaja kurzego?

.....

28. Jakie znasz metody składania naleśników?

.....
.....

29. Przedstaw proces technologiczny naleśników

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

30. Wymień nadzienia stosowane go naleśników

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

ROZDZIAŁ 11

KASZE

1. Wymień kasze z poniższych surowców

Jęczmień

.....

Gryka.

.....

Proso

.....

Owies.

.....

Pszenica.....

.....

2. Opisz poniższe metody obróbki wstępnej kasz

Przesiewanie

.....

Przebieranie.....

.....

Płukanie.....

.....

3. Na czym polega metoda zacierania kasz jajem, co ma na celu wymieniona metoda

.....

.....

.....

.....

4. Poniższe rysunki przedstawiają kaszę jęczmienną i gryczaną oraz płatki owsiane i jęczmienne, podpisz odpowiednio każdy rysunek



1.....

2.....

3.....

4.....

5. Jaka jest zasada przygotowania kaszy na rzadko?

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

6. Jaka jest zasada przygotowania kaszy na półgęsto i gęsto?

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

7. Jaka jest zasada przygotowania kaszy na sypko

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

8. Jakie zastosowanie w technologii gastronomicznej mają kasze

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

9. Podaj proces technologiczny ryżu na sypko i kaszy jęczmiennej rozklejonej na rzadko.

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

10. Zaproponuj potrawy, w których skład wchodzi kasze

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

ROZDZIAŁ 12

CIASTA

1. Wymień środki spulchniające należące do poniższych grup

Fizyczne środki spulchniające

.....

Chemiczne środki spulchniające

.....

.....

Biologiczne środki spulchniające

.....

2. Wymień podstawowe składniki ciasta kruchego

.....

.....

3. Uzupełnij poniższą tabelkę korzystając z literatury kulinarnej

Nazwa produktu	Ciasto kruche	Ciasto półkruche
	Gramy	
Mąka		
Tłuszcz		
Żółtka		
Jaja		
Cukier		
Śmietana		
Proszek do pieczenia		

4. Jaką rolę w produkcji ciasta kruchego spełnia dodatek tłuszczu?

.....

.....

5. Dlaczego podczas sporządzania ciasta kruchego należy zminimalizować jego ogrzewanie przez dłonie?

.....

.....

.....

.....

6. Scharakteryzuj poniższy asortyment z ciasta kruchego półkruchego

Babeczki śmietankowe

.....

.....

Ciastka kruche korpusowe

.....

Paluszki

.....

Precelki.....

.....

Paszteciki

.....

Kulebiaki.....

.....

Rogaliki.....

.....

Placki

.....

Mazurki.....

.....

7. Zaproponuj recepturę i proces przygotowania ciasta szarlotki

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

8. Wymień skład mieszanki przyprawy piernikowej

.....

9. Wymień metody produkcji ciasta piernikowego

.....

10. Wyjaśnij pojęcie lukier „pomada”

.....

.....

.....

11. Opisz metodę produkcji lukru białkowego „glazury”

.....

.....

12. Wymień podstawowy skład ciasta biszkoptowego

.....

.....

13. Opisz metodę „na zimno i na ciepło” produkcji ciasta biszkoptowego

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

14. Korzystając z literatury kulinarnej uzupełnij poniższą tabelkę

<i>Nazwa surowca</i>	<i>Rolada</i>	<i>Ciasto biszkoptowe tortowe</i>
	<i>Gramy</i>	
<i>Jaj</i>		
<i>Mąka</i>		
<i>Cukier</i>		

15. W jakiej temperaturze wypieka się ciasta biszkoptowe

.....

.....

.....

16. Co jest czynnikiem spulchniającym ciasto biszkoptowe?

.....

17. Opisz proces produkcji tortu z masą maślaną

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

18. Zaproponuj asortyment wypieków z ciasta biszkoptowego

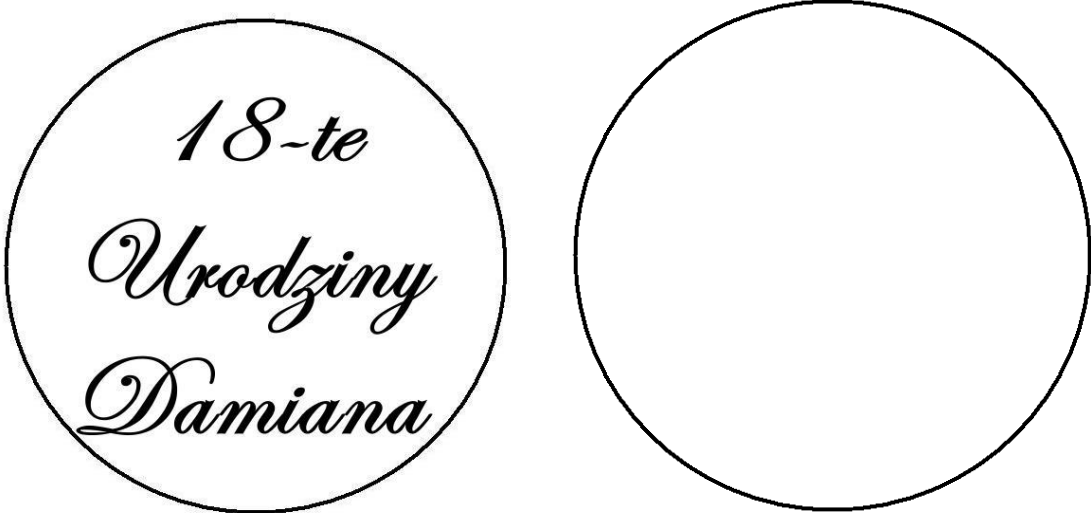
.....

.....

.....

.....

19. Zaproponuj ozdobny napis, który powinien znajdować się na torcie



20. Jakie są cechy ciasta biszkoptowo- tłuszczowego?

.....

.....

.....

21. Przedstaw proces produkcji ciasta biszkoptowo –tłuszczowego

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

22. Czym charakteryzuje się keks

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

23. Co rozumiesz pod pojęciem krem russel, przedstaw proces produkcji tego kremu?

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

24. Jaka jest receptura na krem Russell?

<i>Surowce</i>	<i>Gramy</i>
<i>Cukier puder</i>	
	<i>220</i>
	<i>550</i>
	<i>2</i>
<i>Spirytus</i>	

25. Wymień zasady dekorowania ciast i tortów

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

26. Ciasto ptysiowe ma specyficzny sposób przygotowania, przedstaw proces produkcji tego ciasta

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

27. Dokończ zdanie

Czynnikiem spulchniającym w ciście ptysowym jest

28. Scharakteryzuj poniższy asortyment z ciasta ptysowego

Ptysie

.....

.....

Eklery

.....

.....

Groszek ptysiowy.....

.....

.....

29. Przedstaw recepturę i proces technologiczny produkcji ptysiów z bitą śmietaną

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

30. Przedstaw cechy charakterystyczne mazurków

.....

.....

.....

.....

.....

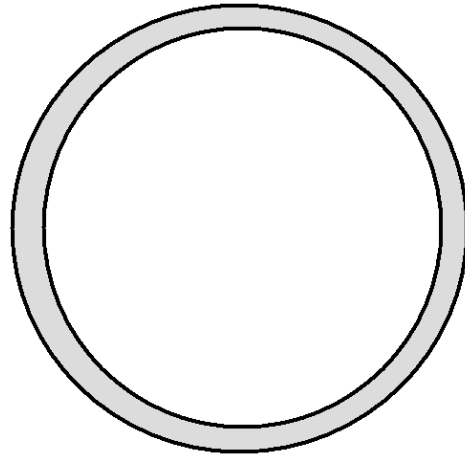
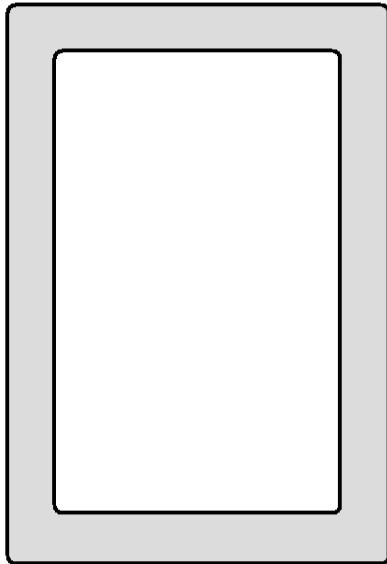
31. Wymień masy używane przy produkcji mazurków

.....

.....

.....

32. Zaproponuj dekorację mazurków



33. Jaki jest skład ciasta drożdżowego podstawowego?

.....
.....

34. Wyjaśnij proces wzrostu ciasta przy użyciu drożdży piekarskich

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

35. Wyjaśnij dwie metody produkcji ciasta drożdżowego

Metoda jednofazowa

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

Metoda dwufazowa

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

36. Scharakteryzuj asortyment z ciasta drożdżowego

Strucle.....
.....
.....
.....

Babki drożdżowe.....
.....
.....

Pączki.....
.....
.....

Placki z owocami.....
.....
.....

Rogale.....
.....
.....

Kluski na parze.....
.....
.....

Racuszki.....
.....
.....

37. Wymień wady ciasta drożdżowego

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

38. Scharakteryzuj ciasta francuskie

.....
.....

39. Opisz etapy produkcji ciasta francuskiego

Przygotowanie ciasta podstawowego.....

.....
.....

*Przygotowanie ciasta
maślanego*.....

.....
.....

Wałkowanie ciasta podstawowego z ciastem maślanym.....

.....
.....

40. W jakiej temperaturze piecze się ciasta francuskie

.....

41. Wymień asortyment wyrobów z ciasta francuskiego

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

42. Opisz proces produkcji

Diablotek.....

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

43. Uzasadni, dlaczego ciasto francuskie ma strukturę listkową

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

44. Jaka jest różnica pomiędzy ciastem francuskim i półfrancuskim?

<i>Ciasto francuskie</i>	<i>Ciasto półfrancuskie</i>

45. Wymień i scharakteryzuj ciasta półfrancuskie, których podstawą są:

Drożdże

.....

.....

śmietana

.....

.....

Ser.....

.....

.....

46. Zaproponuj recepturę i proces technologiczny pasztecików z ciasta półfrancuskiego śmietanowego z dowolnym nadzieniem.

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

47. Zaproponuj recepturę i proces technologiczny rogalików z ciasta półfrancuskiego drożdżowego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

48. Wymień asortyment ciast smażonych

.....
.....

49. Podaj proces produkcji pączków

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

ROZDZIAŁ 13

MIĘSO, DZICZYŻNA, PODROBY I WĘDLINY

1. Co oznacza termin mięso?

Strona | 61

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

2. Scharakteryzuj i opisz grupy zwierząt dostarczających mięso.

Trzoda chlewna.....

.....
.....

Bydło rogate

.....
.....

Owce

.....
.....

Konie.....

.....
.....

Kozy.....

.....
.....

Króliki.....

.....
.....

3. Wymień klasy mięs

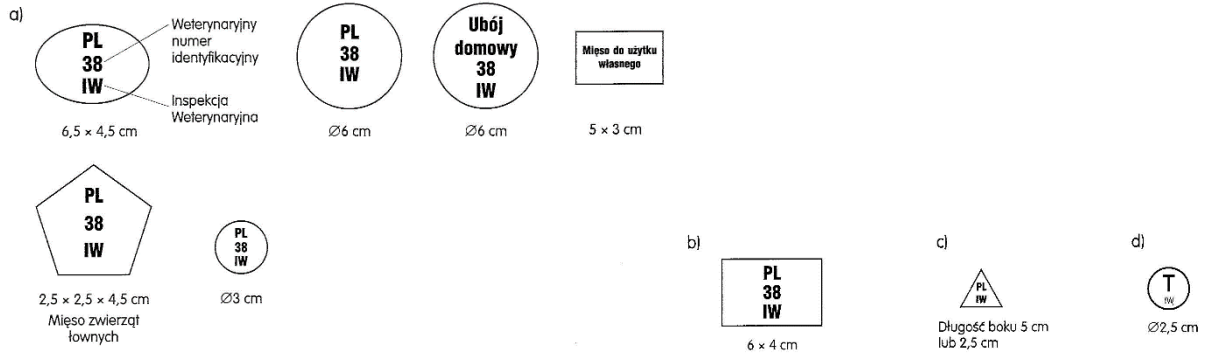
Wieprzowina

Wołowina.....

Cielęcina.....

Baranina

4. Opisz stemple kontroli weterynaryjnej



.....

.....

.....

.....

.....

5. Wymień skład chemiczny mięsa

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Scharakteryzuj tkankę mięśniową i tkankę łączną mięsa

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7. Scharakteryzuj ocenę organoleptyczną mięsa

Konsystencja

.....

.....

.....

Barwa mięsa i tłuszczu

.....

.....

.....

Zapach

8. Na czym polega dojrzewanie mięsa, jakie czynniki wpływają na proces dojrzewania.

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

9. Co rozumiesz pod pojęciem kruchość mięsa?

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

10. Jakie znasz metody utrwalania mięsa?

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

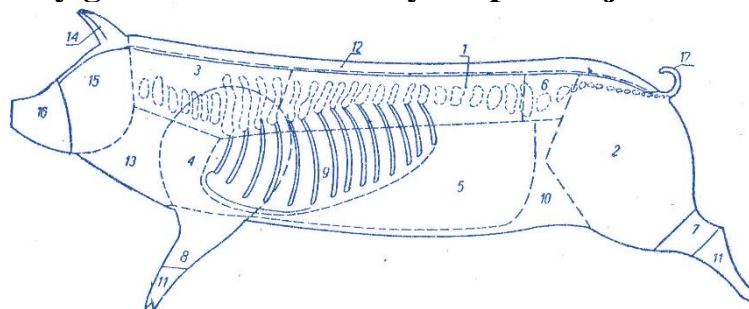
11. Omów poniższe metody krótkotrwałego utrwalania mięsa.

Chłodzenie, przechowywanie w pokrzywach, przechowywanie w kwaśnym mleku, przechowywanie w bejcy, przechowywanie w warzywach.

12. Podaj recepturę oraz proces technologiczny bejcy do mięsa

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

13. Opisz elementy gastronomiczne tuszy wieprzowej ⁴



- 1.....2.....
 3.....4.....
 5.....6.....
 7.....8.....
 9.....10.....
 11.....12.....
 13.....14.....
 15.....16.....
 17.....

14. Wybierz odpowiedni wieprzowy element gastronomiczny do zastosowania kulinarnego

Potrawy duszone	
Potrawy gotowane	
Potrawy smażone	

15. Scharakteryzuj schab i łopatkę, jako element gastronomiczny mięsa wieprzowego

Schab.....

Łopatka

⁴ Ilustracja- Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

16. Opisz boczek, słoninę i podgardle, jako element gastronomiczny tuszy wieprzowej, do jakich celów kulinarnych są używane te elementy.

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

17. Narysuj schemat tuszy cielęcej z zaznaczeniem elementów kulinarnych

1-udziec, 2-łopatka, 3-szyja, 4-karkówka, 5-mostek, 6-górka, 7-nerkówka, 8-lata, 9-goleń tylnia, 10- goleń przednia, 11-ogon

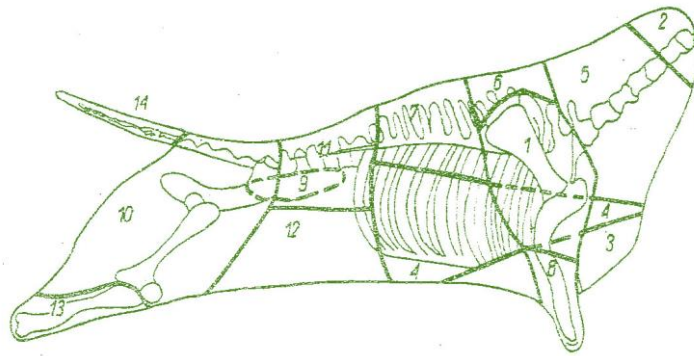
18. Wymień i opisz gatunki półtuszy cielęcej dostępnej na rynku detalicznym

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

19. Zaproponuj zastosowanie kulinarne frykanda I, II, III półtuszy cielęcej

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

20. Opisz elementy gastronomiczne tuszy wołowej ⁵



- | | |
|---------|---------|
| 1..... | 2..... |
| 3..... | 4..... |
| 5..... | 6..... |
| 7..... | 8..... |
| 9..... | 10..... |
| 11..... | 12..... |
| 13..... | 14..... |

21. Opisz gatunki części zasadniczych dostępnych na rynku detalicznym tuszy wołowej

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

22. Wymień elementy gastronomiczne tylne części wołowej

.....
.....

Skrzydło.....

łata.....

.....

Goleń tylna

.....

23. Czym powinno charakteryzować się mięso przeznaczone do gotowania?

Wieprzowe.....

Wołowe

Cielece.....

Baranie.....

.....
.....

⁵ Ilustracja- Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

24. Zaproponuj asortyment z elementu wołowego przeznaczone do gotowania

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

25. Jaka jest zasada gotowania wywaru z kości i mięsa?

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

27. Zaproponuj produkty i proces technologiczny potrawy cielecej.

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

28. Mięso peklowane charakteryzuje się specjalnym procesem przygotowania, podaj metodę peklowania mięsa i proces gotowania mięsa peklowanego.

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

29 Scharakteryzuj mięso przeznaczone do smażenia

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

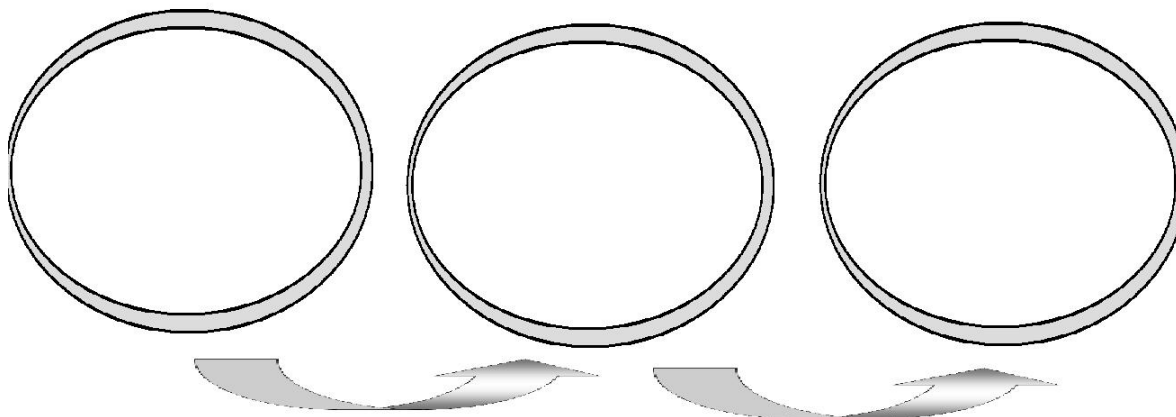
30. Co rozumiesz pod pojęciem mięso sout?

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

31. Wyjaśnij pojęcie panierowania pojedynczego i podwójnego

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

32. Opisz skład poniższych talerzy przygotowanych do panierowania podwójnego.



33. Opisz poniższy asortyment potraw z mięsa smażonego

Bryzol

Befsztyk

Medalion.....

Rumsztyk.....

Stek

Filet.....

Kotlet.....

Szaszłyk.....

.....

34. Scharakteryzuj cztery stopnie wysmażenia mięsa po angielsku

I stopień (Bleu)
.....
II stopień (Saignant).....
.....
III stopień (A point)
.....
IV stopień (Bien cuit)
.....

35. Opisz metodę wykonania smażonych mięs panierowanych

Sznyce
.....
Medaliony
.....
Kotlety panierowane
.....
.....

36. Jakie zmiany zachodzą w mięsie smażonym?

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

37. Zaproponuj dobór surowca na potrawy z mięsa duszonego.

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

38. Scharakteryzuj poniższe potrawy z mięsa duszonego

Pieczeń
.....
.....
Sztufada.....
.....
.....
Zrazy bite i nadziewane.....
.....
.....
Boeuf Strogonow.....
.....
.....

Ragoût baranie

.....

Gulasz

.....

Paprykarz

.....

.....

39. Zaproponuj recepturę i proces technologiczny sztufady wołowej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

40. Jakie zaproponujesz dodatki do mięs duszonych

.....

.....

.....

.....

41. Wymień elementy mięs przeznaczonych do pieczenia

Wieprzowina

Cielecina.....

Wołowina

Baranina

42. Przedstaw recepturę i proces technologiczny wybranego mięsa pieczonego zwijanego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

43. Jaka jest odpowiednia temperatura i czas pieczenia mięs, odpowiedź uzasadnij?

.....

.....

.....

.....

.....

44. Jaki jest dobór surowca na mięso mielone?

.....

.....

.....

45. Uzupełnij poniższą tabelkę

<i>Skład mięsnej masy mielonej</i>			
<i>Rodzaj mięsa</i>	<i>Substancje spulchniające</i>	<i>Substancje wiążące</i>	<i>Substancje smakowo-zapachowe</i>

46. Scharakteryzuj poniższe potrawy podaj ich metody obróbki termicznej dobór surowca, wykończenie i porcję.

<i>Pulpety</i>	
<i>Kotlety</i>	
<i>Kotlety pożarskie</i>	
<i>Sznyce ministerskie</i>	
<i>Zrazy i klopsiki</i>	
<i>Klops, pieczeń rzymska</i>	

47. Scharakteryzuj obróbkę wstępną poniższych podrobów

Mózg

Flaki.....

Nerki

Płuca

Ozory.....

Nogi.....

48. Wymień potrawy, jakie można sporządzić z powyższych podrobów

.....

.....

.....

.....

.....

.....

49. Przedstaw recepturę i proces technologiczny cynaderek wieprzowych

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

50. Wymień zwierzyne łowną zaliczaną do dziczyzny

<i>Zwierzyna drobna</i>	
<i>Zwierzyna gruba</i>	
<i>Dziki ptactwo leśne</i>	
<i>Dziki ptactwo polne</i>	
<i>Dziki ptactwo błotno-wodne</i>	

51. Jakie cechy organoleptyczne posiada mięso dziczyzny?.....

.....

52. Wymień elementy kulinarne dziczyzny przeznaczone do smażenia

.....

53. Wymień elementy kulinarne dziczyzny przeznaczone do pieczenia

Jeleń
Sarna
Zajac

Dzik

54. Dlaczego dziczyznę powinniśmy bejcować

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

55. Przedstaw recepturę i proces technologiczny dowolnej potrawy z dziczyzny

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

56. Co rozumiesz pod pojęciem wędlina?

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

57. Scharakteryzuj poniższe wędzonki

Wędzonki trwale

Wędzonki półtrwale

Wędzonki nietrwale.....

58. Połącz strzałkami kielbasy z odpowiednią grupą

<i>Kielbasy parzone półtrwale</i>		<i>Kujawska, zwyczajna, mortadela</i>
<i>Kielbasy surowe trwale</i>		<i>Salami, węgierska</i>
<i>Kielbasy pieczone bezosłonkowe</i>		<i>Jałowcowa, limanowska, tarnowska, łowiecka, rzeszowska, krakowska, żywiecka, litewska</i>

59. Wymień fazy produkcji kielbas

- a..... b.....
- c..... d.....
- e..... f.....
- g..... h.....

60. Opisz poniższe wędliny podrobowe

- Pasztetowa*
-
- Wątrobianka*
-
- Krupniok*
-
- Kaszanka*
-
- Salceson ozorkowy*
-

61. Wymień kryteria oceny organoleptycznej wędlin

-
-
-
-

62. Co rozumiesz pod pojęciem konserwy mięsne i mięsno- jarzynowe?

-
-
-
-
-
-
-

63. Jak jest zastosowanie wędlin, kielbas i konserw w technologii gastronomicznej?

-
-
-
-
-
-

64. Czym charakteryzuje się befsztyk tatarski, jako zakąska z mięsa surowego?

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

55. Przedstaw recepturę i proces technologiczny galarety mięsnej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

56. Opisz właściwości koloidalne żelatyny i przedstaw proces postępowania technologicznego z żelatyną

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

57. Podczas przygotowywania galarety mięsnej powstał bardzo mętny wywar, jakie są metody klarowania galaret.

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

58. Podaj skład półmiska firmowego z wędlinami.

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

ROZDZIAŁ 14

POTRAWY PÓŁMIĘSNE

1. Co rozumiesz pod pojęciem potrawy półmięsne?

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

2. Zaproponuj potrawy z poniższych połączeń składników.

Mięsno-warzywne

.....
.....

Mięsa i kasz

.....
.....

Mięsa i ciast.....

.....
.....

3. Uszereguj poniższe potrawy według procesu obróbki termicznej

Gołąbki z ryżem, kotlety z kaszy gryczanej, kotlety z ryżu, naleśniki z mięsem, pierogi z mięsem, fasolka po bretońsku, gulasz segedyński, paszteciki z mięsem, pomidory nadziewane mięsem, papryka nadziewana mięsem, rozotto z mięsem, makaron zapiekany z mięsem, naleśniki z mięsem i grzybami, bigos Staropolski, knedle z mięsem, pyzy z mięsem, żeberka wieprzowe w kapuście.

A -gotowane

.....
.....

B- smażone

.....
.....

C- duszone

.....
.....

D- pieczone

.....
.....

4. Przedstaw recepturę i proces technologiczny gołąbków z mięsem

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

5. Wymień warzywa, które można nadziać mięsem

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

4. Przedstaw recepturę i proces technologiczny bigosu staropolskiego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

1.Scharakteryzuj mięso drobiu uwzględniając strukturę, stawność i czas obróbki termicznej

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

2.Drób możemy podzielić na:

- A- grzebiący
- B- wodny
- C-gołębiowaty

3. Dzikie ptactwo dzielimy na:

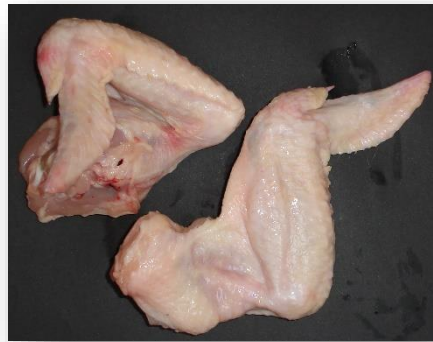
- A- leśne
- B- polne
- C- błotno – wodne

4. Scharakteryzuj obróbkę wstępną drobiu

- Ubój
-
- Odpierzanie
-
- Opalanie
-
- Sprawianie drobiu
-
- Sprawianie wnętrzności.....
-
- Oczyszczanie nóg i głów.....
-

.....

5. Opisz elementy kulinarne drobiu



.....

6. Wymień metody formowania całych tusz drobiowych

.....

7. Wymień potrawy z drobiu i dzikiego ptactwa gotowanego

8. Scharakteryzuj potrawy smażone z drobiu

Filety z kostką

.....

Bryzole.....

.....

Medaliony.. ..

.....

Antrykoty.

.....

Kotlety de volaille

.....

Z masy mielonej

.....

9. Przedstaw recepturę i proces technologiczny kotleta de volaille

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

10 Wymień potrawy duszone z drobiu i dzikiego ptactwa

.....

.....

.....

.....

11. Wymień nadzienia, jakimi można nadziewać drób i dzikie ptactwo

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

12. Wyjaśnij pojęcie tranżerowania drobiu

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

13. W jaki sposób dzieli się

Małe tuszki

.....
.....

Kurczęta

.....
.....

Kury..

.....
.....

Indyki

.....
.....

Gęsi

.....
.....

Kaczki.....

.....
.....

14. Zaproponuj dodatki do drobiu i dzikiego ptactwa, smażonego, pieczonego i duszonego

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

15. Przedstaw recepturę i proces technologiczny kaczki pieczonej z jabłkami.

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

16. Wymień zakąski z drobiu

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

17. Przedstaw recepturę i proces technologiczny galantyny drobiowej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

ROZDZIAŁ 16

RYBY

1. Jakie znaczenie i zastosowanie w technologii gastronomicznej mają ryby?

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

2. Nazwij poniższe gatunki ryb⁶



1.....
2.....
3.....
4.....
5.....
6.....

3. Wymień ryby w zależności od pochodzenia

Słodkowodne

.....
.....

Morskie

.....
.....

3. Wymień etapy obróbki wstępnej ryb

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

⁶ Ilustracja – Marja Ochorowicz-Monatowa : *Uniwersalna książka kucharska* , Lwów, Księgarnia Polska B. Połanieckiego

4. Połącz poniższe ryby z rodzajem przeznaczenia

<i>Ryby konsumpcyjne</i>	<i>Solone, wędzone, marynowane, suszone, konserwy i przetwory, tzw. półkonserwy</i>
<i>Przetwory rybne</i>	<i>żywe, świeże, mrożone</i>
<i>Produkty uboczne przemysłu rybnego</i>	<i>Mączki rybne, oleje lecznicze,</i>

5. W jaki sposób przeprowadzamy odsalanie ryb np. śledzi

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Jakie są metody patroszenia ryb?

.....

.....

.....

7. Co oznacza technika porcjowania ryb w dzwonka??

.....

.....

.....

.....

.....

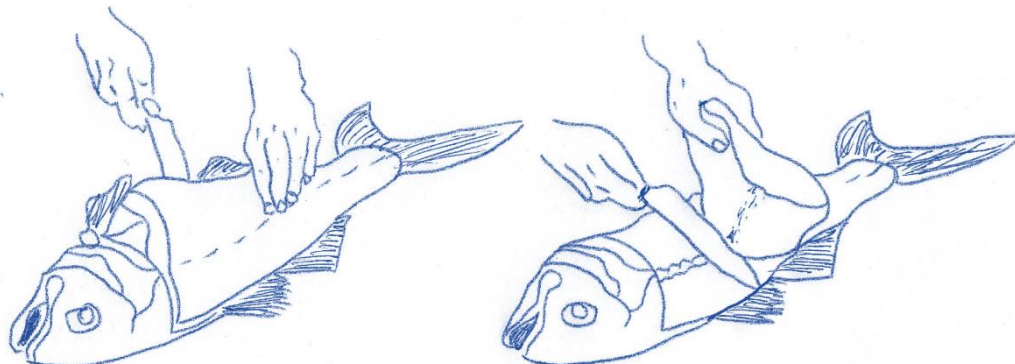
.....

8. Opisz etapy filetowania ryb.



.....

.....



.....

.....

9. W jaki sposób gotujemy ryby, uwzględnij czas oraz naczynia.

.....

.....

.....

10. Przedstaw recepturę i proces technologiczny zupy rybnej

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

11. Wymień metody smażenia ryb.

.....

.....

.....

.....

12. Przedstaw recepturę i proces technologiczny karpia souté

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

Strona | 88

13. Scharakteryzuj potrawy duszone z ryb

.....

.....

.....

.....

.....

14. Podaj metody pieczenia ryb

.....

.....

.....

.....

15. Przedstaw recepturę i proces technologiczny łososia pieczonego

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

16. Wymień zasady przyrządzania rybnej masy mięsnej

.....

.....

.....

.....

.....

17. Przedstaw recepturę i proces technologiczny pulpetów z mintaja

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

18. Zaproponuj zakąski ze śledzi

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

19. Co to jest kawior, jakie są jego odmiany i w jaki sposób się go podaje?.

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

20. Zaproponuj zakąski z ryb gotowanych

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

ROZDZIAŁ 17

KAWA, HERBATA, KAKAO

1. Opisz proces produkcji kawy

.....

.....

.....

.....

.....

2. Wymień poniższe gatunki kawy dostępne w handlu w zależności od pochodzenia.

Kawy południowoamerykańskie

.....

Kawy środkowoamerykańskie

.....

Kawy indonezyjskie.....

.....

Kawy indyjskie

.....

Kawę arabską

.....

Kawy afrykańskie

.....

3. Jak przebiega proces palenia kawy i jaki jest cel jej palenia

.....

.....

.....

.....

.....

4. Co to jest kawa zbożowa ?

.....

.....

.....

5. Wyjaśnij poniższe metody parzenia kawy

Sposób zwykły

.....

.....

Sposób cyrkulacyjny.....

.....

Sposób filtracyjny

.....

Sposób próżniowy

.....

Sposób ciśnieniowy

.....

Sposób zwykły

6. Połącz czasy palenia kawy

<i>Kawa drobno zmielona</i>	<i>6-8 minut</i>
<i>Kawa grubo zmielona</i>	<i>4-6 minut</i>
<i>Kawa średnio zmielona</i>	<i>1-3 minut</i>

7. Czym charakteryzują się poniższe metody sporządzania kawy

Kawa po wiedeńsku

Kawa murzynek

Kawa kapucynek

Kawa po adwokacku

Kawa po staropolsku

Kawa po królewsku

8. Podaj normatyw surowcowy kawy uzupełniając poniższą tabelkę

Nazwa naparu kawowego	Rodzaj porcji	Wielkość porcji cm ³	Normatyw surowcowy g
<i>Kawa zwykła</i>
.....	<i>Mała</i>	<i>6</i>
<i>Kawa po włosku</i>	<i>100</i>
<i>Kawa po włosku</i>	<i>Liliput</i>	<i>5</i>
.....	<i>100</i>
<i>Kawa po turecku</i>	<i>Liliput</i>

9. Co rozumiesz pod pojęciem herbata , uzasadnij swoją odpowiedź

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

10. Opisz klasyfikację herbaty

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

11. Wymień metody parzenia i podawania herbaty

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

12. Opisz poniższe metody podawania herbaty

Herbatę po wiedeńsku

.....
.....

Herbatę po rosyjsku

.....
.....

Herbatę po angielsku

.....
.....

13. Z czego powstaje kakao w proszku

.....
.....

14 Połącz poniższe substancje z odpowiednim surowcem

Teina
Teobromina
Kofeina

Kawa
Herbata
Kakao

15. Przedstaw recepturę i proces technologiczny kawy po wiedeńsku

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

ROZDZIAŁ 18

NAPOJE ZIMNE I BEZALKOHOLOWE

1. Rozróżniamy następujące grupy napojów bezalkoholowych

- A.....
- B.....
- C.....
- D.....

2. Gazowane napoje niesłodzone to :

-
-
-

3. Gazowane napoje słodzone to:

-
-
-

4. Wymień soki pitne z uwzględnieniem składu surowcowego i metod produkcji

- A..... B.....
- C..... D.....
- E..... F.....

5. Rozróżnia się następujące rodzaje koncentratów napojów orzeźwiających

-
-
-
-

ROZDZIAŁ 19

NAPOJE ALKOHOLOWE

1. Uzupelnij ponizszą reakcję chemiczną (powstałą w procesie produkcji alkoholu)



2. Ze względu na zawartość alkoholu napoje alkoholowe dzielimy na :

- Wykoprocentowe o mocy*
- Średnioprocentowe o mocy*
- Niskoprocentowe o mocy*

3. Jak wygląda proces produkcji spirytusu

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

4. Opisz ponizsze napoje alkoholowe

- Wódki czyste*
-
-
- Wódki gatunkowe*
-
-
- ze względu na rodzaj użytego spirytusu 1).....
-2).....
-3).....
- ze względu na zawartość ekstraktu a).....
- b).....c).....
- d).....

5. Jakie są metody oznaczania właściwości koniaków ze względu na wiek leżakowania (*, **, ***, VSO, VSOP itp.)

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

6. Co to są miody pitne i jaki jest ich proces wytwarzania

.....

.....

.....

.....

.....

7. Wyjaśnij pojęcia określające miody pitne

Półtorak

Dwójniak

Trójniak

Czwórniak

8. Połącz wina z zawartością alkoholu

<i>Wina lekkie</i>	<i>10-14 % alkoholu</i>
<i>Wina średniej mocy</i>	<i>Ok. 10 % alkoholu</i>
<i>Wina mocne</i>	<i>Powyżej 14 % obj. alkoholu</i>

9. Ze względu na zawartość cukru wina dzielimy na :

Wytrawne	(sac)	Zawierające do 1% cukru
.....	(demi sac)
Półsłodkie
.....	Zawierające 6-12 % cukru
Bardzo słodkie

10. Co rozumiesz pod pojęciem aperitif

.....

.....

.....

11. Co to są wina szampańskie ?

.....

.....

.....

12. Opisz produkcję piwa

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....
.....
.....
Charakterystyczne cechy piwa , goryczkę ,zapach itp. nadaje piwu.....
.....

13. Piwa ze względu na zawartość alkoholu i barwy dzielimy na :

piwo jasne

- a).....
- b)
- c)

piwo ciemne

- a).....
- b)
- c)

14. Zasady podawania napojów alkoholowych są następujące:

Wina białe wytrawne i półwytrawne
.....
.....

Wina czerwone stołowe wytrawne i półwytrawne
.....
.....

Wina deserowe.....
.....
.....

Wina zielone wytrawne
.....
.....

Wina musujące
.....
.....

15. Uszereguj kolejność podawania win

wina deserowe *wina białe stołowe półwytrawne*
wina czerwone stołowe lżejsze *wina białe wytrawne*
wina stołowe czerwone mocne

16. Scharakteryzuj poniższe napoje z dodatkiem alkoholu

Cobbler
.....
Fizz...
.....
Collins
.....
Coller
.....
egg-nogg.....
.....
hig bali
.....
kruszon
.....
poncz
.....
grog
.....
bowle
.....

17. Przedstaw recepturę i proces technologiczny kruszonu

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

1. Wymień szklane naczynia stołowe do podawania potraw

.....

.....

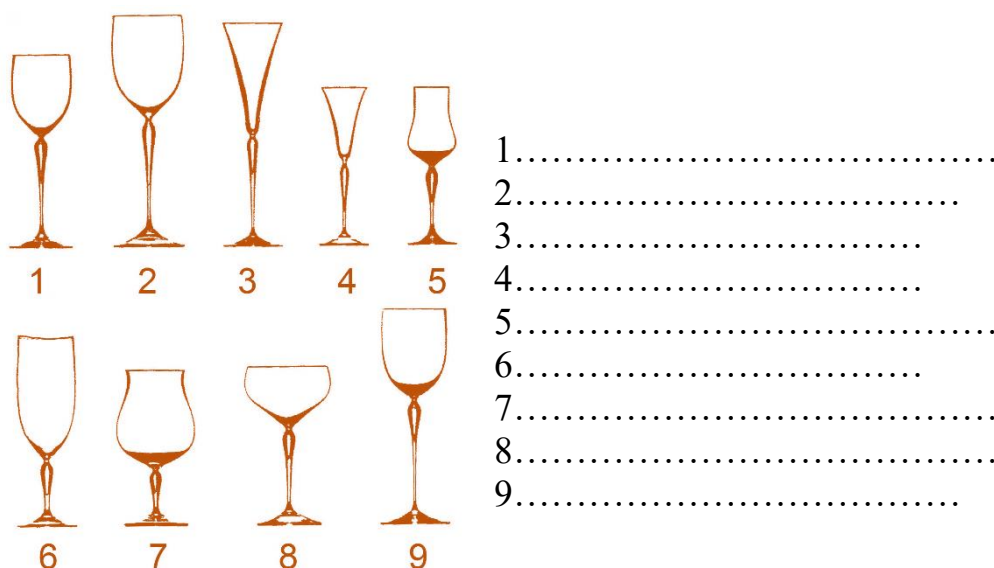
.....

.....

.....

.....

2. Do jakich trunków używane są poniższe kieliszki ⁷



3. Wymień porcelanowe , porcelitowe i kamionkowe naczynia stołowe do podawania potraw.

.....

.....

.....

.....

.....

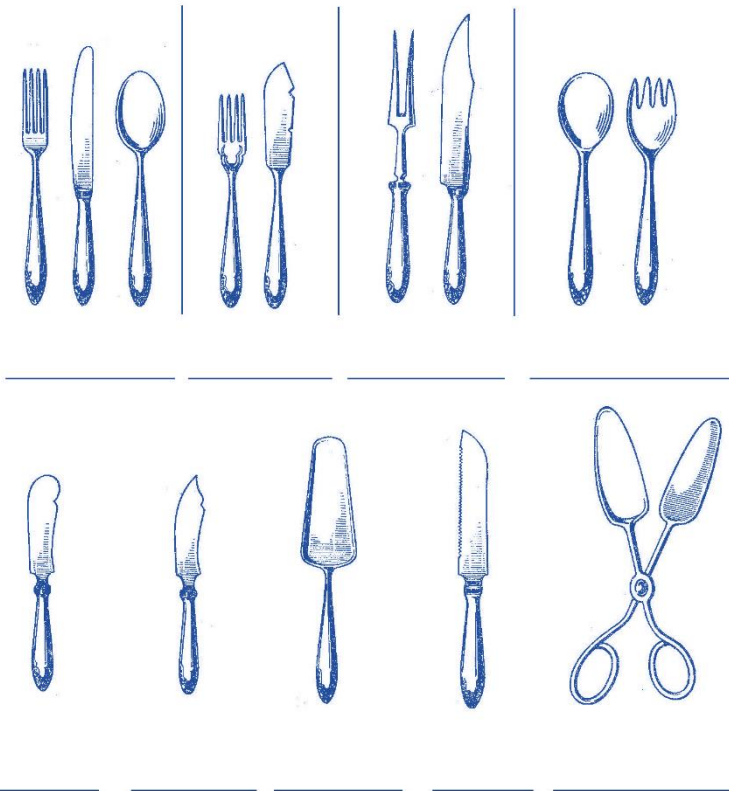
.....

.....

.....

⁷Ilustracja : R.Jargoń *Obsługa Konsumenta* , WSiP , Warszawa 1988

4. Opisz poniższe metalowe wyroby stosowane do podawania i konsumpcji potraw⁸



5. Jakie są zasady konserwowania i przechowywania naczyń stołowych

półmisek małych

.....

.....

szklanek

.....

.....

kieliszków do wina

.....

.....

kieliszków do wódki

.....

.....

sztućców

.....

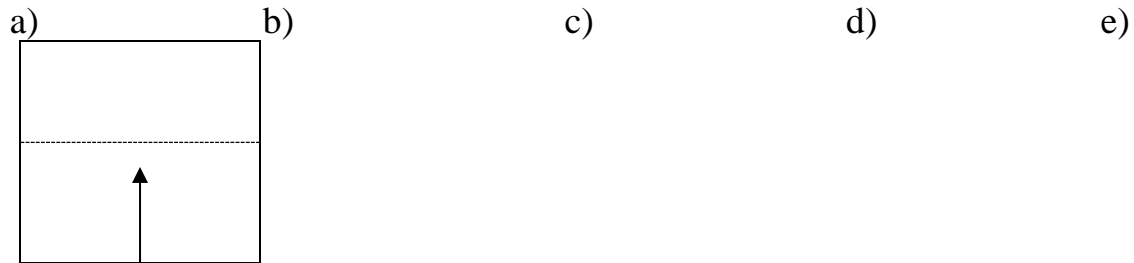
.....

⁸ Ilustracja : R.Jargoń *Obsługa Konsumenta* , WSiP , Warszawa 1988

6. Jakie elementy zaliczamy do bielizny stołowej

.....
.....

7. Narysuj prawidłowe składanie obrusa i opisz czynności

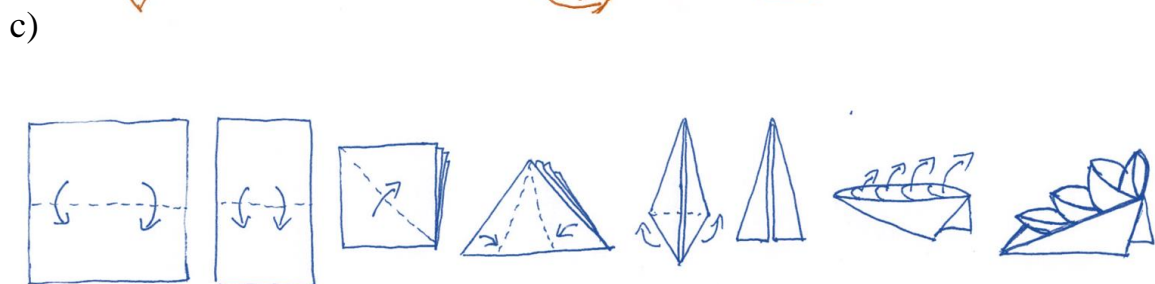
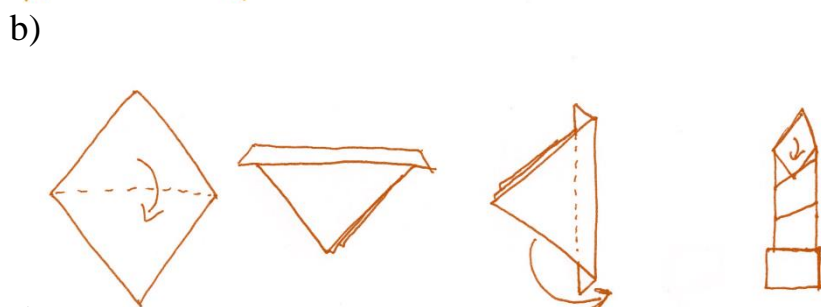
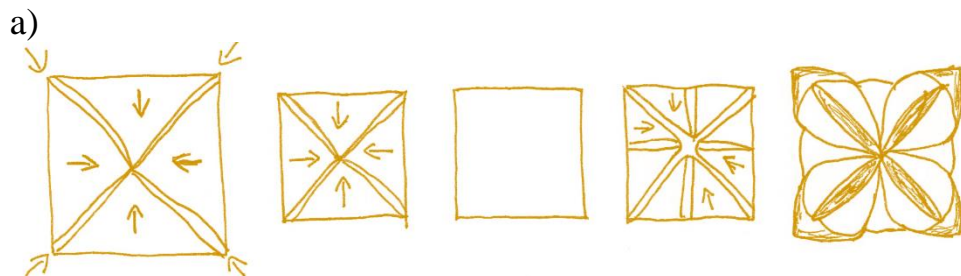


.....
.....
.....

8. Podaj wymiary obrusów dużych i małych stosowanych w gastronomii

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

9. Korzystając z poniższych schematów ulóż serwetki z płótna, jakie rozmiary powinny posiadać serwetki używane w gastronomii



10. Wymień czynności jakie muszą wykonać kelnerzy przygotowujący salę konsumencką.

- A..... B.....
 C..... D.....
 E..... F.....
 G.....

11. Opisz poniższą zastawę stołową, proponując odpowiednie dania

12. Wymień zasady przenoszenia tac

-

13. Wymień zasady przenoszenia talerzy

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

14. Wymień zasady przenoszenia półmisek

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

15. Wymień czynności jakie kelner wykonuje podchodząc z prawej strony konsumenta.

prezentacja win i wódek,

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

16. Wymień czynności jakie kelner wykonuje podchodząc z lewej strony konsumenta.

prezentacja potraw na półmisku,

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

17. Opisz poniższe metody serwowania

serwowanie potraw na talerzu

.....
.....

serwis angielski

.....
.....

serwis francuski

.....
.....

18. Jakie są zasady serwowania zakąsek zimnych

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

19. Jakie są zasady serwowania zakąsek gorących

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

20. Wymień zakąski zimne i gorące

<i>Zakąski zimne</i>	<i>Zakąski gorące</i>

21. Do metod serwowania zup zaliczamy

- a) serwowanie w głębokich talerzach
- b).....
- c).....
- d).....

22. Mięsa gotowane serwuje się w następujący sposób:

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

23. Mięsa smażone serwuje się w następujący sposób:

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

24. Mięsa duszone serwuje się w następujący sposób:

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

25. Jakie serwuje się dodatki do poniższych mięs

gotowanych

smażonych

duszonych

pieczonych

26. Jakie są zasady serwowania deserów

kompotów , owoców , lodów

.....

.....

27. Czym charakteryzują się poniższe śniadania

Śniadanie wiedeńskie.....

.....

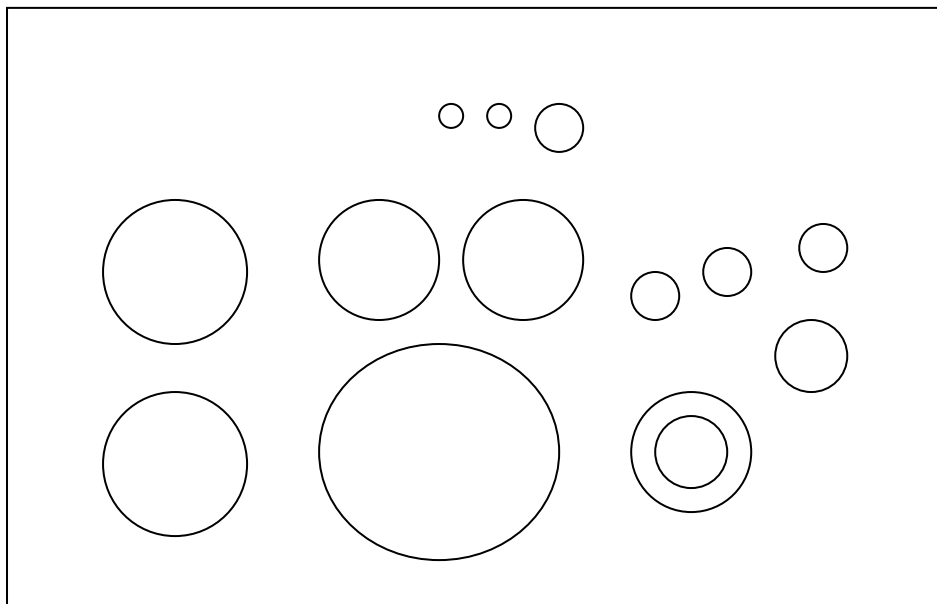
Śniadanie angielskie

.....

Zestawy śniadań dla wycieczek

.....

28. Narysuj i opisz nakrycie do śniadania angielskiego



29. Jakie znaczenie dla gastronomii ma organizacja przyjęć okolicznościowych

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

30. Jakie dane powinno zawierać zamówienie przyjmowane przez kierownika zakładu gastronomicznego na przyjęcie okolicznościowe

- a) datę i godzinę rozpoczęcia i zakończenia przyjęcia
- b).....
- c).....
- d).....
- e).....
- f).....

31. Jakie są zasady ustalania menu

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

32. Wymień rodzaje przyjęć

śniadania ,

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

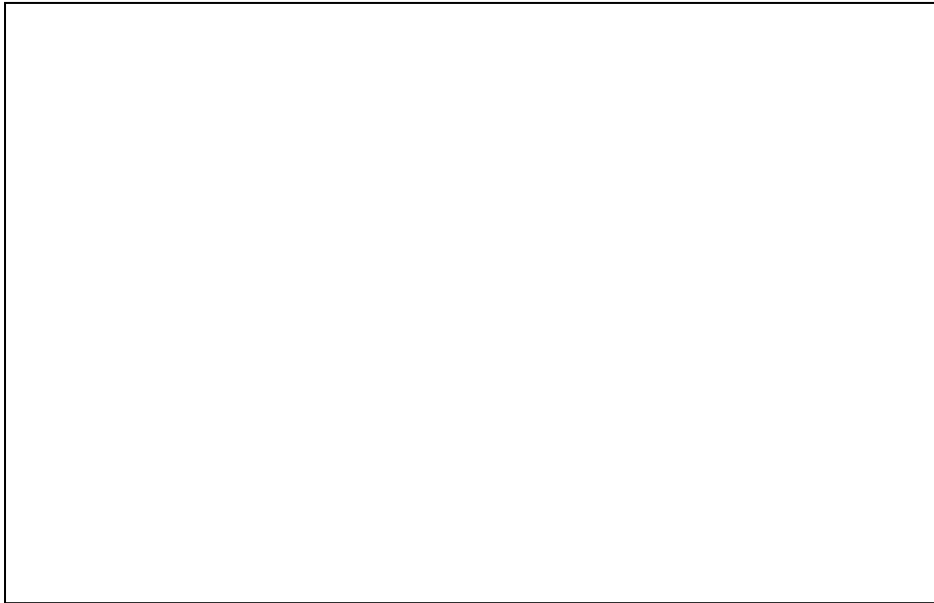
33. Opisz i narysuj poniższe konfiguracje układania stołów bankietowych

<i>Litery I</i>	<i>Litery T</i>
<i>Litery U</i>	<i>Litery E</i>
<i>Grzebienia</i>	

34. Na czym polegają następujące metody obsługi bankietów

- Metoda niemiecka*
-
-
-
- Metoda francuska*
-
-
-
- Metoda angielska*
-
-
-
- Serwis á la carte*
-
-
-

35. Narysuj dwie metody nakrycia stołu angielskiego



36. Zaproponuj menu na przyjęcie weselne korzystając z własnej zdobytej wiedzy gastronomicznej z podziałem na zakąski ziemne , zakąski gorące dania zasadnicze napoje itp.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1. Jakie cechy charakterystyczne posiada kuchnia staropolska?

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

2. Wymień produkty, charakterystyczne w kuchni staropolskiej

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

3. Scharakteryzuj staropolskie zupy

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

4. Wymień potrawy staropolskie

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

5. Jaki rodzaj mięs najczęściej stosowano w kuchni staropolskiej?

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

6. Kuchnia staropolska to bogactwo przypraw, wymień najczęściej stosowane przyprawy

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

7. Kuchnia polska charakteryzuje się regionalnością, jakie regiony mają wpływ na polską kuchnię

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

8. Czym charakteryzuje się kuchnia kaszubska?

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

9. Przedstaw recepturę i proces technologiczny góralskiej kwaśnicy.

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

10. Wymień charakterystyczne potrawy kuchni śląskiej

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

11. Polska kuchnia to kuchnia tradycją wymień tradycyjne potrawy przygotowywane na dwa wielkie święta

Boże narodzenie (12 potraw)

1.....	2.....
3.....	4.....
5.....	6.....
7.....	8.....
9.....	10.....
11.....	12.....

Strona | 111

Wielkanoc

.....

.....

.....

.....

.....

.....

12. Wymień charakterystyczne potrawy kuchni francuskiej

Zakąski zimne

.....

.....

Zupy

.....

.....

Sosy.....

.....

.....

Zakąski gorące

.....

.....

Ryby, skorupiaki i mięczaki

.....

.....

Mięsa

.....

.....

Dziczyzna

.....

.....

Drób

.....

.....

Warzywa
.....
.....
Desery
.....
.....
Dania słodkie.....
.....
.....

13. Wymień cechy charakterystyczne kuchni francuskiej

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

14. Czym charakteryzuje się kuchnia włoska, jakie elementy gastronomiczne dominują w tej kuchni?

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

15. Scharakteryzuj potrawy z mąki, zaproponuj 4 dania „la pasta”

.....
.....
.....
.....
1.....
2.....
3.....
4.....

16. Czym charakteryzują się dania typu „Frutti di mare”

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

17. Opisz zupy kuchni rosyjskiej

Szchi

Barszcz.....

Ucha

Solianka

Rossolnik.....

18. Przedstaw recepturę i proces technologiczny blinów rosyjskich

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

19. Czym charakteryzuje się kuchnia węgierska?

.....

.....

.....

20. Przedstaw recepturę i proces technologiczny węgierskiego lecsó

Nazwa surowca	Gramy	Sposób wykonania

21. Wymień cechy charakterystyczne kuchni bułgarskiej

.....

.....

.....

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

22. Czym charakteryzuje się kuchnia angielska

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

1. Co rozumiesz pod pojęciem żywienia dietetycznego?

.....

.....

.....

.....

2. Podkreśl metody sporządzania potraw, które są dozwolone w żywieniu dietetycznym

Gotowanie, smażenie, duszenie tradycyjne, grillowanie, pieczenie w piekarniku, pieczenie w folii, pieczenie w pergaminie, gotowanie na parze, smażenie bez dodatku tłuszczu

3. Czym charakteryzuje się dieta podstawowa lekko strawna?

.....

.....

.....

.....

4. Wymień schorzenia, w których jest zalecana dieta bogatobiałkowa

.....

.....

.....

5. Wymień produkty i potrawy bogate w białko pełnowartościowe zalecane w diecie bogatobiałkowej

.....

.....

.....

6. Wymień produkty zalecane w diecie z ograniczeniem białka

.....

.....

.....

7. Ktoś z twojej rodziny ma schorzenia dróg żółciowych i trzustki, jaką dietę zalecisz

.....

.....

8. Wymień zestawy potraw zalecanych w diecie niskotłuszczowej z ograniczeniem błonnika

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

9. Do zakładu gastronomicznego przyszedł konsument z wrzodami żołądka, jaki zestaw posiłku obiadowego mu zaproponujesz.

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

10. Wymień produkty zalecane w diecie lekko strawnej

<i>Pieczycwo</i>	
<i>Nabiał</i>	
<i>Zupy i dodatki do zup</i>	
<i>Potrawy mączne i kasze</i>	
<i>Potrawy mięsne, z drobiu i ryb</i>	
<i>Potrawy z warzyw</i>	
<i>Desery</i>	
<i>Napoje</i>	

11. W jakim schorzeniu stosuje się dietę niskoenergetyczną

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

12. Wymień diety o niskiej kaloryczności

.....
.....

13. Wymień produkty bogate w błonnik pokarmowy

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

14. Dieta kleikowa jest zalecana przy biegunkach, zaproponuj sposób przyrządzenia kleiku ryżowego

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

15. Co to jest gluten i w jakim schorzeniu zabronione jest spożywanie glutenu.

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

16. Wymień zboża zawierające gluten

.....
.....

TECHNOLOGIA GASTRONOMICZNA PRAKTYCZNIE

Receptury i przepisy kulinarne stanowią ważny element technologii gastronomicznej, poniżej przedstawiam przegląd receptur, jakie są używane w gastronomii są one mniej lub bardziej profesjonalne, ale uczeń może wybrać te receptury, które jego zdaniem są ciekawe, dokładne i do wykorzystania w części praktycznej technologii gastronomicznej. Mogą one służyć, jako przykład do komponowania swoich prywatnych receptur.

KURCZĘTA PO POLSKU⁹

Normatyw surowcowy (na 10 porcji)	Wydajność
Kurczęta patroszone (5 szt.) 3500 g	Kurczęta netto 3000 g
Jaja (5 szt.) 250 g	Gotowe nadzienie 730 g
Bułka 150 g	Upieczone kurczęta 3150 g
Mleko 300 g	Porcja potrawy
Bułka tarta 100 g	(¹ / ₈ kurczęcia) 310 g
Pietruszka (nać) 50 g	Zwroty poprodukcyjne
Smalec 100 g	Szyja, skrzydła 500 g
Masło 100 g	
Sól	

Sposób wykonania

Bułkę czerstwą namoczyć w mleku, lekko odcisnąć, dodać bułkę tartą i drobno siekaną zieloną pietruszkę lub koper. Masło utrzeć z żółtkami, połączyć z bułką, dodać pianę z białek, przyprawy, wymieszać. Nadziać jamę brzuszną kurcząt, spiąć, uformować jedną nitką, upiec.

KURCZĘTA PO KRAKOWSKU¹⁰

Normatyw surowcowy (na 10 porcji)	Wydajność
Kurczęta patroszone (5 szt.) 3500 g	Kurczęta netto 3000 g
Kasza krakowska 500 g	Nadzienie 1750 g
Białko (1 szt.) 30 g	Upieczone kurczęta 4000 g
Woda 400 ml	Porcja potrawy 400 g
Jaja (5 szt.) 250 g	Zwroty poprodukcyjne
Pietruszka (nać) 50 g	Szyje, skrzydła 500 g
Smalec 100 g	
Masło 150 g	
Sól	

Sposób wykonania

Kaszę krakowską zatrzc białkiem podsmażyć na maśle, dodać wodę, wypiec. Do ostudzonej kaszy dodać drobno siekaną zieloną pietruszkę, Jaja, masło surowe, wymieszać, doprawić do smaku. Nadziać posolone kurczęta, spiąć, uformować, upiec. Pieczone kurczęta podzielić na połówki. Podawać polaną sosem od pieczenia.

⁹ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

¹⁰ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

BARANINA DUSZONA W JARZYNACH ¹¹

Normatyw surowcowy		Wydajność
Baranina z k. (mostek) ,	600 g	Gotowa potrawa w tym 1000 g mięso z k.340 g
Cebula	50 g	
Marchew	100 g	
Seler	100 g	
Pietruszka	50 g	
Pory	50 g	
Kapusta włoska	200 g	
Koncentrat pomidorowy		
12-procentowy	50 g	
lub pomidory świeże	200 g	
Tłuszcz	50 g	
Mąka pszenna	20 g	
Sól		
Czosnek		
Ziele angielskie		
Pieprz		

Strona | 119

Sposób wykonania

Mięso wyporcjować z kością po dwa kawałki na porcję. Warzywa oczyszczone pokrajać w grubą kostkę. Mięso obsmażyć na tłuszczu, złożyć do naczynia, podlać wodą i poddusić na w pół miękko. Następnie dodać warzywa, przyprawy, przykryć i udusić do miękkości. Do potrawy dodać pomidory. Przygotować zasmażkę, sos zasmażyć i przyprawić do smaku.

Podawać z fasolką z wody lub ziemniakami i kwaszonymi ogórkami.

ŚLEDZIE A LA PRUNELLE ¹²

Normatyw surowcowy,		Wydajność	
Śledzie (maWasy)	1000 g	Gotowa potrawa	1000 g
Mleko	400 g	w tym śledzie	500 g
Śliwki węgierki	500 g	Porcja potrawy	100 g
Cukier	70 g	w tym śledzie-	50 g
Oliwa nicejska	60 g		
lub olej	80 g		
Migdały słodkie	70 g		
Pietruszka (nać)	20 g		
Pieprz naturalny	1 g		
Kwasek cytrynowy	1 g		

Sposób wykonania

Śledzie przygotować jak podano w obróbce wstępnej ryb. Oczyszczone ze skóry i ości połówki namoczyć na 3 godz. w mleku. Śliwki umyć, wyjąć pestki, zalać wodą w naczyniu emaliowanym i rozgotować na gęsto. Następnie przetrzeć przez sito, osłodzić, jeśli potrzeba, dodać kwasu cytrynowego, olej i poszatkowane migdały. Osaczone połówki śledzi zwijać w ruloniki, układać na półmisku i zalać przygotowanym sosem. Na każdym zwiniętym śledziu położyć migdał sparzony i obrany ze skórki.

Całość przybrać gałązkami zielonej pietruszki.

¹¹ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

¹² Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

ŚLEDŹ PO WĘGIERSKU ¹³

Normatyw surowcowy		Wydajność	
Śledzie odgłowione	1000 g	Gotowa potrawa	1000 g
Cebula	250g	w tym śledzie	650 g
Olej	100g	Porcja potrawy	100g
Koncentrat pomidorowy		w tym śledzie	65 g
20-procentowy	50 g		
Papryka	15 g		
Cukier	30 g		
Ocet 6-procentowy	50 g		
Wino białe wytrawne	20 g		
Pietruszka (nać)	15 g		
Ziele angielskie	0,5 g		

Strona | 120

Sposób wykonania

Śledzie dobrze wymoczone oczyścić z ości. Połówki - włożyć do słoja, zalać sosem sporządzonym w następujący sposób: cebulę obraną pokrajać w plastry, sparzyć. Zagotować niewielką ilość wody z octem, cukrem i ziele angielskim. Do ostudzonej marynaty dodać koncentrat pomidorowy wymieszany z olejem i papryką. Zalać tym sosem śledzie. Po paru godzinach zalać winem.

Gotowe śledzie układać na półmisku, zalać sosem i przybrać gałązkami zielonej pietruszki.

CIASTO DROŹDŻOWE NA PASZTECIKI I KULEBIAKI ¹⁴

(Półprodukt)

Normatyw surowcowy		Wydajność
Drożdże	30 g	Ciasto surowe 1000 g
Cukier	30 g	
Mleko	130 g	
Mąka wrocławska	570 g	
Smalec	130 g	
Jaja (2,5 szt.)	125 g	
Sól		

Sposób wykonania

Drożdże, cukier i sól rozmieszać w ¼ ilości ciepłego mleka, odstawić do wyrośnięcia. Do wyrośniętego roztworu dodać mąkę, resztę mleka, jaja, wyrobić ciasto. Pod koniec wyrabiania dodać stopiony tłuszcz. Wyrośnięte ciasto stosować do przygotowania pasztecików i kulebiaków.

CIASTO PÓLFRANCUSKIE NA PASZTECIKI I KULEBIAKI ¹⁵

(Półprodukt)

Normatyw surowcowy		Wydajność
Mąka wrocławska	450 g	Ciasto surowe 1000 g
Drożdże	15 g	
Masło	280 g	
Śmietana	130 g	
Jaja (2,5szt.)	125 g	
Sól		

¹³ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

¹⁴ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

¹⁵ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

Sposób wykonania

Mąkę posiekać z masłem i rozkruszonymi drożdżami. Dodać 1 żółtko i pozostałe całe jaja, osolić, zarobić ciasto. Ciasto wystawić do chłodnego pomieszczenia na 8—10 godz.

CIASTO PÓŁKRUCHE NA PASZTECIKI¹⁶ (Półprodukt)

Strona | 121

Normatyw surowcowy	Wydajność
Mąka 600 g	Ciasto surowe 1000 g
Margaryna lub ceres 150 g	
Jaja (3 szt.) 150 g	
Cukier 70g	
Śmietana 100 g	
Proszek spulchniający 7 g	

Sposób wykonania

Mąkę posiekać z tłuszczem, dodać pozostałe składniki, zarobić ciasto.

Kotlety pożarskie z mięsa mieszanego¹⁷

60 dag cielęciny bez kości (okrawków)	Masy mielonej 1,05 kg
20 dag wieprzowiny bez kości (okrawków)	Półproduktu 1,15 kg
10 dag bułki czerstwej	Kotletów usmażonych 1 kg
0,2 l mleka	Kaloryczność 100 g , 411 kcal
1 jajko	
1 dag soli	
10 dag bułki tartej	
10 dag smalcu	

Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć. Mięso zemleć wraz z bułką, dodać sól, jajko i wlewając po trochu mleko pozostałe po moczeniu bułki, wyrobić dokładnie masę. Masę wymieszać i porcjować, każdą porcję obtoczyć w tartej bułce, ukształtować kotlety i smażyć je na zamówienie, kładąc na gorący tłuszcz i rumieniąc z obu stron. Podawać z ziemniakami w różnej formie, zwłaszcza frytkami lub puree i marchewką z groszkiem, groszkiem zielonym, 'warzywami z wody i surówkami, z wyjątkiem surówki z kapusty kiszanej

FASOLA W SOSIE POMIDOROWYM¹⁸

35 dag fasoli białej średniej wielkości	Fasoli ugotowanej 75 dag
0,85 l wody przegotowanej wody	Gotowej potrawy 1 kg
Sos	Porcja
6 dag boczku wędzonego	potrawy podstawowej 300 g
3 dag cebuli	dodatku 100 g
1 dag mąki	Kaloryczność 100 g 165 kcal
5 dag koncentratu pomidorowego	

¹⁶ Praca zbiorowa . *Kucharz Gastronom* . Warszawa PWG 1968

¹⁷ J.Łukasiak , H. Ostrowska . *Książka kucharska dla wiejskich zakładów gastronomicznych* , Wydawnictwa Spółdzielcze , Warszawa 1986

¹⁸ J.Łukasiak , H. Ostrowska . *Książka kucharska dla wiejskich zakładów gastronomicznych* , Wydawnictwa Spółdzielcze , Warszawa 1986

1 dag cukru 1 dag soli 0,25 g pieprzu	
---	--

Fasolę namoczyć poprzedniego dnia, ugotować w tej samej wodzie. Boczek pokroić 1 w drobną kostkę, zrumienić. Na wytopionym tłuszczu podsmażyć cebulę, dodać mąkę, sporządzić zasmażkę. Dodać koncentrat pomidorowy, poddusić razem, połączyć z fasolką, zagotować, doprawić do smaku, chwilę dusić razem

KAPSLE TORTOWE¹⁹

Mąka pszenna wrocławska	326 g
Mąka ziemniaczana	108 g
Cukier	215 g
Jaja	696 g
	Razem 1 345 g
	Straty 345 g
	Wydajność 1 000 g

Jaja wymieszać z cukrem i ogrzewać do uzyskania temperatury około 45°C, następnie poddać je silnemu napowietrzeniu w ubijaczce. Masę jajowo-cukrową wymieszać delikatnie z mąką. Gotowe ciasto wyłożyć na blachy wyłożone papierem i wypiekać w piecu o temperaturze około 160—180°C.

Wskaźniki fizykochemiczne

Sucha masa nie mniej niż 65 %

Cukry w przeliczeniu na sacharozę w suchej masie nie mniej niż 26 %

KAPSLE CZEKOLADOWE²⁰

Mąka pszenna wrocławska	350 g
Mąka ziemniaczana	34 g
Jaja	660 g
Kakao	70 g
Cukier	205 g
	Razem 1 319 g
	Straty 319 g
	Wydajność 1 000 g

Jaja wybić i wlać do kociołka, dodając cukier. Masę jajowo-cukrową ogrzać do temperatury około 45°C, a następnie silnie napowietrzyć w ubijaczce. Mąkę pszenną wymieszać z mąką ziemniaczaną i kakao, następnie połączyć z masą jajowo-cukrową. Otrzymaną masę wylewać na blachy czterorantowe wyłożone papierem i piec w temperaturze 160—180°C.

KARP PO POLSKU²¹

Karp (ok, 1,3 kg), 2 marchewki, 2 pietruszki, mały seler, 3 pory, 3 cebule, butelka jasnego piwa, szklanka octu winnego, cytryna, pół łyżeczki cukru, po pół łyżeczki imbiru i suszonego pokruszonego tymianku,

¹⁹ H.Lipińska , *Receptury i przepisy ciastkarskie* , Zakład Wydawnictw CZSR , Warszawa 1978

²⁰ H.Lipińska , *Receptury i przepisy ciastkarskie* , Zakład Wydawnictw CZSR , Warszawa 1978

²¹ H. Szymanderska , *Wigilia* , Świat Książki , Warszawa 2006

3—4 goździki, po 4—5 ziaren pieprzu i ziela angielskiego, 2 łyżki kaparów, szklanka białego wina, skórka żytniego chleba, łyżka masła, sól, 1—1,5 łyżki cukru do przygotowania karmelu

Oskrobanego i umytego karpia pokroić na dzwonka, natrzeć solą, zostawić na godzinę w chłodnym miejscu. Obrane jarzyny zetrzeć na grubej jarzynowej tarce, pory pokroić. Jarzyny zalać piwem i octem, dodać przyprawy i zioła oraz skórkę z umytej i sparzonej cytryny, gotować; gdy jarzyny będą miękkie, przetrzeć przez sito. Porcje karpia ułożyć w płaskim rondlu, zalać przetartymi jarzynami, gotować ok. 15 minut na małym ogniu. Dodać wino (nieco pozostawić w szklance), pokruszoną skórkę chleba, obraną i pokrojoną w plasterki cytrynę (bez pestek), masło i kapary, chwilę gotować. Na rozgrzanej patelni stopić cukier, dodać pozostałe wino, wymieszać; otrzymanym karmelem zabarwić sos i dokładnie wymieszać. Rybę wyjąć na półmisek i polać sosem.

KARP W CZARNYM SOSEM²²

Karp (ok. 1,3 kg), włoszczyzna bez kapusty, 2—3 cebule, po 4—6 ziaren ziela angielskiego i pieprzu, liść laurowy, po ćwierć łyżeczki mielonego imbiru i pokruszonego suchego majeranku, sok i skórka z cytryny, szklanka ciemnego piwa, 2—3 łyżki czerwonego wytrawnego wina, łyżka miodu, 3 łyżki posiekanych orzechów włoskich, łyżka masła, łyżeczka mąki, sól, woda

Karpia umyć, rozciąć brzuch, zebrać krew do rondelka z sokiem z cytryny. Rybę sprawić, umyć, osuszyć, natrzeć uprażoną na patelni solą, zostawić na godzinę. Cytrynę wyszorować, sparzyć, cieniutko obrać skórkę i drobno posiekać. Cebule obrać, drobno pokroić i ugotować w małej ilości wody z włoszczyzną. W trakcie gotowania dodać majeranek i skórkę z cytryny. Miękkie jarzyny przetrzeć przez sito. W płaskim rondlu ułożyć pokrojonego na dzwonka karpia, zalać ciemnym piwem, dodać przetarte jarzyny i krew z sokiem z cytryny, postawić na silnym ogniu, doprowadzić do wrzenia i dusić pod przykryciem na małym ogniu ok. 20 minut. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją winem, zagotować do zgęstnienia, wymieszać z miodem i posiekanymi orzechami, wlać do ryby; lekko potrząsnąć rondlem i trzymać na małym ogniu jeszcze kilka minut.

PASZTET W CIEŚCIE FRANCUSKIM²³

50 dag karkówki wieprzowej, 50 dag wołowiny z łopatki, 30 dag szynki gotowanej, 20 dag boczku lub słoniny, 1 cebula mała, drobno posiekana, 2 łyżki pietruszki zielonej, 1 łyżka tymianku, 1 listek laurowy (drobno pokruszony), kieliszek koniaku, 1 jajko, sól, pieprz, ciasto francuskie z 50 dag mąki.

Mięso najlepiej raz przepuścić przez maszynkę, resztę składników posiekać, dodać sól, pieprz, koniak, dokładnie wymieszać, odstawić na 1 lub 2 godzin, żeby się zmacerowało. Ciasto rozwałkować na prostokąt o wymiarach 40 x 30 cm grubości 4 mm. Farsz uformować w wałek odpowiedniej długości i zawinąć w ciasto w ten sposób, aby ciasto tworzyło wieko-przykrywę na całą szerokość i długość placka. Nadmiar ciasta odciąć. Wszystkie części i cały placek posmarować ubitym jajkiem, z mięsa uformować małe paszteciki dowolnego kształtu i wielkości. Przed włożeniem do pieca w pokrywie z ciasta zrobić nożem kilka otworków, aby para mogła się wydobywać swobodnie. Piec w temperaturze 250°C od 25 do 30 minut. Gdy się zarumieni, przykryć papierem i zmniejszyć ogień do 180°C na jeszcze około 30 minut. Podawać po lekkim ochłodzeniu, ale ciepłe.

²² H. Szymanderska, *Wigilia*, Świat Książki, Warszawa 2006

²³ Biblioteczka Przyjaciółki, *Z tobą w kuchni francuskiej, rosyjskiej, węgierskiej, włoskiej*, Wydawnictwo Współczesne RSW, Prasa-Książka -Ruch 1988.

COMBER Z KRÓLIKA W MUSZTARDZIE ²⁴

1 królik (ok. 2 kg), 25 dag słoniny (cienko pokrajanej w plastry), 1 szklanka ostrej musztardy, 12 dag śmietanki, 12 dag białego wina wytrawnego, sól, pieprz.

Odciąć przód królika za trzecim kręgiem oraz tylne nóżki (uda zostawić), ogonek i żeberka poniżej combra. Tasakiem ponacinać comber tak, żeby było łatwiej dzielić po upieczeniu. Tak przygotowany comber nasmarować musztardą, owinąć słoniną i zasnurować nitką bawełnianą. Wstawić do bardzo gorącego pieca, obrumienić, obracając dookoła. Gdy się ładnie zarumieni zlać nadmiar tłuszczu, dodać wino, śmietankę, sól i pieprz. Wstawić do pieca o temperaturze 200°C, później 160°C. Piec polewając od czasu do czasu. Gdy królik będzie gotowy, podzielić i ułożonego w całości podawać z ziemniakami pokrajanymi w kostkę i smażonymi na tłuszczu lub z frytkami

²⁴ Biblioteczka Przyjaciółki, *Z tobą w kuchni francuskiej, rosyjskiej, węgierskiej, włoskiej*, Wydawnictwo Współczesne RSW, Prasa-Książka -Ruch 1988.