Odborný výcvik 2. ročník

1. Príprava bravčového mäsa vyprážaním – viedenský obal
2. Vhodné prílohy a doplnky k bravčovému mäsu
3. Opakovanie tematického celku
4. Príprava pokrmov z údeného mäsa
5. Prílohy k údenému mäsu
6. Doplnky k údenému mäsu
7. Príprava jedál z bravčových vnútorností
8. Vhodné doplnky k bravčovým vnútornostiam
9. Baranie mäso

**Príprava bravčového mäsa vyprážaním – viedenský obal**

**Suroviny:**

**bravčové mäso, múka, vajcia, strúhanka, mlieko, olej, soľ, čierne korenie,**

**Postup:**

Mäso si nakrájame na plátky hrubé približne 1 až 1,5 centimetra. Mierne naklepeme

osolíme a necháme chvíľku odležať.

Pripravíme si do troch nádob suroviny na obaľovanie. Do prvej nasypeme hladkú múku.

V druhej nádobe si rozšľaháme vidličkou vajíčka s mliekom, prípadne s minerálkou, podľa chuti. Do tretej nádoby si pripravíme strúhanku. Naklepané rezne postupne v nádobách tesne vedľa seba obaľujeme. Najskôr rovnomerne z oboch strán v hladkej múke, potom

vo vajíčkach a na záver v strúhanke. Snažíme sa všetky tri vrstvy do mäsa čo najviac povtláčať. Obalené rezne priebežne vyprážame v oleji do zlatista. Vypražené rezne vložíme do spoločnej uzavretej nádoby, aby ešte získali na chuti. Rezne podávame u nás najčastejšie

s prílohou so zemiakov.



**Vhodné prílohy a doplnky k bravčovému mäsu**

**Suroviny:**

olej, jogurt, soľ, mleté čierne korenie, zemiaky, feferóny, tymian, mäta

**Postup:**

Predhrejeme si rúru na 200 stupňov. Zo surovín si spravíme marinádu pričom koreníme podľa vlastnej chuti. Marináda by mala byť ľahká. Očistite si zemiaky a nakrájajte ich na tenšie mesiačiky, ktoré rovnomerne poukladáme na plech obložený papierom na pečenie.

****

**Zemiakový šalát s majonézou**

**Suroviny:**

**zemiaky, vajcia, cibuľa, sterilizovaná zelenina (mrkva, hrášok), kyslá uhorka**

**majonéza, nálev z kyslých uhoriek, soľ, cukor, čierne korenie mleté**

**Postup:**

Zemiaky si varíme v šupke cca 20 minút, podľa veľkosti. Kontrolujeme vidličkou, nesmú byť rozvarené. Po uvarení ich premyjeme studenou vodou. Ak chceme, aby sa nám jednoducho lúpali, každý surový zemiak narežeme v strede dookola.

Po uvarení len stiahneme šupku z oboch strán. Vajíčka si uvaríme na tvrdo. Zeleninu môžeme použiť sterilizovanú, alebo si ju môžeme povariť. Mrkvu varíme v celku, po vychladnutí nakrájame na malé kocky, ako aj kyslé uhorky.

Cibuľu si nakrájame nadrobno a dáme variť do horúcej vody na 3 minúty (bude ľahšie stráviteľná). Scedíme. Suroviny necháme vychladnúť.

Zemiaky a vajíčka si ošúpeme a pretlačíme cez klasické koliesko na šaláty. Pridáme majonézu. Jemne premiešame a pridáme mrkvu s hráškom, cibuľu, uhorky.

Prilejeme nálev z kyslých uhoriek. Šalát odľahčí a bude lahodnejší. Dochutíme soľou, cukrom, čiernym korením mletým.



**Príprava pokrmov z údeného mäsa**

**Kapustnica klobásou a  údeným kolenom**

**Suroviny:**

**kvasená kapusta, údené koleno, bobkový list, čierne korenie, nové korenie, hríby, cesnak**

**na zápražku :**

**olej, cibuľa, hladká múka, mletá červená paprika**

**Postup:**

Namočíme si hríby do studenej vody a necháme postáť. Údené koleno najprv obvaríme

v horúcej vode. Potom vodu vymeníme a koleno dáme variť do studenej vody spolu

s bobkovým listom a koreniami. Keď je mäso uvarené, vytiahneme ho, pokrájame na kúsky

a naspäť pridáme spolu s vyžmýkanou a pokrájanou kapustou. Pridáme precedené hríby.

Vodu s kapusty si môžeme odložiť a prípadne vyliať do kapusty. Urobíme si zápražku.

Na oleji upražíme cibuľku , pridáme hladkú múku, trochu popražíme a odložíme mimo ohňa.

Pridáme červenú papriku, zamiešame a postupne prilievame studenú vodu. Miešaním

sa snažíme zbaviť hrudiek. Keď je zápražka hladká, necháme ju prevrieť a potom ju vylejeme do kapustnice. Pridáme cesnak a povaríme ešte asi pol hodinu.

****

**Prílohy k údenému mäsu**

**Šošovicový prívarok**

**Suroviny:**

**šošovica, zemiak, bobkový list, soľ, vegeta, smotana na varenie, hladká múka**

**Postup:**

Šošovicu namočíme do vody a necháme v nej stáť cca. 2 hodiny. V tej istej vode ju potom dáme variť spolu s bobkovým listom. Zemiak si ošúpeme a nakrájame na malé kocky a dáme variť k šošovici. Keď sú už zemiaky aj šošovica mäkké, pridáme smotanu na varenie zmiešanú s hladkou múkou. Pridáme vegetu a soľ a pár minút ešte povaríme. Podávame s mäskom.



**Doplnky k údenému mäsu**

**Miešaný šalát k údenému mäsu**

**Suroviny:**

**sterilizovaná fazuľa, šampiňóny, hrášok, červená cibuľa, biely jogurt alebo pochúťková smotana, majolka, soľ.**

**Postup:**

Sterilizovanú fazuľu, krájané šampiňóny, hrášok, brokolica, na drobno pokrájanú červenú cibuľu dáme do misy. Posolíme podľa chuti. Biely jogurt alebo smotanu zmiešame

s majolkou. Nalejeme na zeleninu v mise a dobre premiešame. Necháme postáť aspoň

1 hodinu aby sa chute spojili.

****

**Príprava jedál z bravčových vnútorností**

**Bravčove srdce na smotane**

**Suroviny :**

**bravčové srdce, olej, cibuľa, hladka múka, kyslá smotana, soľ, mleté čierne korenie, bobkový list, ocot,**

**Postup:**

Do hrnca dáme vodu, bobkový list, mleté čierne korenie, bravčové srdce a uvaríme do mäkka. Srdce vyberieme a pokrájame na kúsky. Na oleji orestujeme cibuľu, pridáme srdiečko, podlejeme vývarom zo srdca a pridáme smotanu, v ktorej sme rozmiešali múku. Omáčku rozriedime ešte vývarom podľa potreby. Dochutíme soľou, mletým korením a octom. Podávam s knedľou.

****

**Vhodné doplnky k bravčovým vnútornostiam**

**Fazuľové struky s kôprom (dusené**) - do vhodnej nádoby vložíme fazuľové struky, zalejeme nálevom alebo vodou, pridáme maslo a krátko podusíme. Nakoniec pridáme najemno nasekaný kôpor, zľahka premiešame a podľa potreby dochutíme soľou. Fazuľové struky s kôprom podávame ako doplnok k rozličným pokrmom.



**Prírodná zelená fazuľka (struky**) - z čerstvej fazuľky odstránime konce a umyjeme

v studenej vode. Fazuľové struky dusíme pod pokrievkou v mierne osolenej vode do mäkka. Uvarenú scedenú fazuľku scedíme, ohrejeme na masle a mierne osolíme. Fazuľové struky pripravujeme na objednávku a podávame ako doplnok k rozličným mäsitým jedlám.



**Hrášok s mrkvou** - očistenú opláchnutú mrkvu nakrájame na kocky, vložíme do vhodnej nádoby s roztopeným múčnym maslom, zalejeme vodou, mierne osolíme a dusíme pod pokrievkou za občasného miešania do mäkka. Nakoniec pridáme hrášok, podľa potreby dosolíme a krátko ešte podusíme. Hrášok s mrkvou podávame ako vhodný doplnok k rozličným pokrmom.



**Baranie mäso**

**Baraní pilaf**

**Suroviny:**

**baranie mäso, olej, ryža, cibuľa, paradajky, parmezán, soľ, mletá červená paprika, mleté čierne korenie, zelená petržlenová vňať, voda**

**Postup :**

Na oleji zapeníme pokrájanú cibuľu, pridáme mäso pokrájané na kocky, červenú papriku, korenie, soľ, podlejeme vodou a dusíme. K polomäkkému mäsu pridáme ryžu sparenú horúcou vodou, všetko zalejeme vodou a prikryté dusíme do mäkka. Hotové rizoto natlačíme do naberačky, vyklopíme, posypeme postrúhaným syrom, ozdobíme zelenou petržlenovou vňaťou a paradajkami pokrájanými na kolieska alebo krížalky. Podávame so šalátom alebo s uhorkou.

****