



Kovácsné Szaladják Annamária

## Az étlap fajtái, követelményei, az ételválaszték csoportosítása

**NSZFI**  
NEMZETI SZAKKÉPZÉSI  
ÉS FELNŐTKÉPZÉSI INTÉZET

A követelménymodul megnevezése:  
**Ügyviteli tevékenységek végzése**

A követelménymodul száma: 1429-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-007-30

## AZ ÉTELKÉSZÍTÉS ALAPFOGALMAI, ÉTELKÉSZÍTÉSI MŰVELETEK

### ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Olvassa el az alábbi cikket és húzza alá benne azokat a nyersanyagokat, amelyeket egy vendéglátó üzlet konyháján fel lehet használni, majd húzza alá a szövegben szereplő ételneveket!

"A mezőgazdaság területén sokan panaszkodnak arról, hogy nehezen találnak felvevőpiacot termékeik számára, a gasztronómia világában pedig épp ellenkezőleg, a kiegyenlített minőségű hazai alapanyagok hiányáról szól a fáma. A fiatal egri sajtmeister, Sándor Tamás, akivel az Etyeki Pincefesztiválon ültem le beszélgetni, tudatosságával és az új lehetőségek iránti fogékonyságával jó példát szolgáltatathat arra, hogy merre kereshető a kiút.

Tamás Bükki sajtjainak a híre már az ország többi részére is elért. Számtalan fesztiválon találkozhatunk vele, ahol reggeltől estig sajtokat darabol, hozzá magvakat, különböző ínyenc mártásokat kínál. Szerénysége mellett látszik rajta, hogy nagyon is tudja, hogy mit csinál. Első kérdésem tehát nem véletlenül az volt, mikor, hogyan indult ez a szenvedély a gasztronómia iránt?

Egy kis faluban, Borsodnádason idilli környezetben, egy tó partján nőttem fel. Gyönyörű volt ez a Bükk hegységben fekvő falu. Igazából már akkor én voltam a csapat szakácsa. Focimeccs után házinyulat süttünk a fűzfa alatt, máskor a barátaimmal halat fogtunk, és azt is én készítettem el. Fontos volt, hogy édesanyám is nagyon jól főzött. Én pedig mindig éhes voltam és szerettem kóstolni, erre ő azt mondta, hogy ha akarok, menjek be a konyhába és segítsek neki. Így alakult, hogy hatéves koromtól már főzök.

Hogy került a nyúl és a pisztráng helyett később a sajt a figyelmed középpontjába?

Korábban is nagyra értékelttem a sajtokat, de önálló sajtkészítésbe igazából akkor fogtam bele, amikor hazaköltöztem Svájcba, ahol annak francia részén egy négy csillagos hotelben dolgoztam. Az ihlet onnan jött, hogy a szálloda konyháján nagyon sok finom sajtot használtunk. Szakácsként itthon először borvacsorák készítésével foglalkoztam, itt az volt a fontos, hogy maga az étel, amit készítünk a borhoz illő, magas minőségű legyen. Így már kezdetben sem gondolkodtam tömegtermékek készítésében. Ezen vacsorák záró fogásaiként szolgáltuk fel első friss sajtjaimat. Először tehát szakácsként kezdtem el sajtkészítéssel foglalkozni, aztán szerelem lett belőle, és akkor úgy gondoltam, hogy csináljak egy sajtkészítő manufaktúrát. Később olyan igények jelentkeztek, hogy azóta főállásban foglalkozom sajttal.

A mai világban, ilyen technikai adottságok mellett miért érdemes kézműves sajtkészítésbe fogni?

A kézműves termék egy kisebb létszámú állatállomány tejéből készül. Egy ilyen kisebb létszámú állományt folyamatosan tisztán, higiénikusan lehet tartani. Nem tömegmunka van vele, a tejtermelő partnerem például egyenként ismeri a teheneit. Más harminc tehénnel foglalkozni, és megint más ötszázzal vagy ezerrel. Kis mennyiségből jó minőséget lehet készíteni, nagy mennyiségből csak tömegterméket, ugyanúgy mint a bornál. A tejtermelést követően a későbbi folyamatok során sem gépek irányítanak, hanem a sajtészítő tudása, odaadása illetve ezen folyamatok alatt is az elérhető maximális tisztaságra fordított figyelem.

Mégis mennyi ez a kis mennyiség?

Havi négy-ötszáz kilogramm sajt kerül ki a kezeim alól. Ez nem sok, de kitölti a napjaimat reggeltől estig, a konkrét sajtészítés mellett ugyanis az üzemben takarítani is kell, de a cég marketingjével és az értékesítéssel is én foglalkozom. E mellett ha főzni kell, akkor főzök is. Nekem ez az életem: a gasztronómia. Nagyon sokat járok az országban, például fesztiválok alkalmával, ilyenkor elmegyek borospincébe kóstolni, ízeket fölfedezni, és mindig találok újdonságokat.

Hogyan tudod értékesíteni a sajtjaidat?

Leginkább helyben, Egerben van egy étterem és egy szálloda, ahová szállítok, és van jó pár borász, akik folyamatosan használják a sajtjaimat borkóstolók során. De az ország más részeire is eljutok, télen megoldható postával, de nyáron magam viszem a sajtokat a megrendelőhöz. Budapesten a Gundel étterem vett fel az étlapra. Rendezvények alkalmával pedig a Greshem Palotában is szolgálnak fel a sajtjaimból. Valamint van még egy sajtbolt is. De itt az Etyeki Pincefesztiválon is jelentkeztek új érdeklődők, például az Andante Borpatika.

Azért a főzés gondolom még mindig nagyon fontos az életemben, hol zajlik ez pontosan, hol lehet az általad készített ételeket megkóstolni?

A főzés úgy néz ki, hogy van két-három pince Egerben, amit fiatal borászok irányítanak, akik látják a gasztronómia jövőjét, és ezért tenni is szeretnének. Ott szoktunk a borokhoz ételeket készíteni: kezdve a friss tökmagolajos túrókrémtől, a noszvaji szilvalekváros szarvasraguig, ami egy bazsalikomos kukoricás kásával körítve kerül a vendég elé. Az a lényeg, hogy minőségi alapanyagokból próbálunk jó ételt főzni, az étkezés végén pedig a hagyományoknak megfelelően jönnek a sajtok.

Vannak a gasztronómiának olyan új területei, amelyekkel mostanában kezdte el behatóbban foglalkozni?

A pástétomok készítése ilyen, itt is sokfélével kísérletezem a szilvásváradai füstölt pisztráng pástétomtól, a hízott kacsamáj-, libamájpástétomokon át, egészen a borjúpástétomig. Ezt is a szállodában tanultam meg, ahol igen szigorú követelményeknek kellett megfelelni az ételkészítés területén. Az idei Bikavér Ünnepre egy meglepetéssel készülök a vendégeknek: hegyvidéki sajtkülönlegességek lesznek a tányéron, tökmaglisztes kemencés kenyérral és egy mini szomolyai sajttortával, amelyet fekete cseresznye raguban tálalunk. Kenyereket is szoktam sütni, ebben egy pék srác segít, akinél megvannak a receptjeim. Ha több kell, akkor ő lesüti, de ha kisebb mennyiségre van szükség, akkor én otthon megoldom.

Milyen sajttípusokat készítesz?

Lényegében minden sajtnak – egy krémsajtnak, egy lágysajtnak, egy félkemény vagy kemény sajtnak –, megvan a maga technológiája. Én azokat a körülményeket, azt a hőmérsékleti viszonyt használhatom ki, amely jelenleg a műhelyemben adott. Ha majd egy nagyobb helyszín áll a rendelkezésemre, akkor többet készíthetek például érlelt, kemény sajtokból. De én alapjában úgy gondolom, hogy itt Magyarországon van egy klímánk és egy tejünk, és így itt magyar sajtokat kell készíteni, nem roquefort-t, camembert-t vagy más francia utánezeteket. Ugyanúgy lehet használni fahamut, de a sajt legyen magyar, magyar ízvilággal például egy túrós sajtként.

Mit jelent a magyar ízvilág?

Megvan az úgynevezett mezofil törzseknek az íze. Ez egy hidegtűrő baktériumtörzs, ami nálunk jellemző, ők adják ezt a jó ízt az itthon készített termékeknek: a tejfölnek, a túrónak vagy a félkemény sajtoknak, lényegében ezt kellene kihasználni. Nekünk sajtkészítőknek meg kell találnunk a magunk útját.

Hogyan látod a saját jövődet?



A minőséget csak abban látom, ha az ember szabadon alkothat. Ezért is szeretnék csinálni egy kis borházban egy kóstolótermet, ahol tíz-húsz embert fogadok egy sajtkóstolóra, és ahol esetleg főzhetnek nekik egy-egy különlegességet. Ez egy saját kis gasztronómiai birodalom lenne: kis konyhával, kis sajtműhellyel, saját fűszerkerttel. Ebben látom egyébként Magyarország jövőjét is, hogy több ilyen legyen, többen foglalkozzanak a gasztronómiával ily módon. Tartsanak mondjuk libát, hogy a szakácsoknak jó minőségű libamáj álljon a rendelkezésükre és jó pástétomot tudjanak készíteni! Vagy gyümölcsöst telepítsenek! És az állam ezt támogassa és akkor lesz egy kiút a gasztronómiánk számára. Lényeges, hogy ezt ne csak egy réteg érje el, legyen egy olyan libamáj, amit nagyjából mindenki megvásárolhat. Nem az a cél, hogy méregdrága legyen, inkább legyen egy standard minőség, ami jó áron kapható.

Végszóként, mi az, ami kihívást jelent számodra?

Amikor egy új ízt fedezel fel, az önmagában is egy kihívás, azt nem is lehet szavakba önteni. A lényeg, hogy olyan ízeket találj meg, amelyeket még nem fedeztek fel. Ilyen például a szarvasgombamézem vagy a tökmagolajos túrókrémem".<sup>1</sup>

## SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

### ÉTELISMERETI ALAPFOGALMAK

Az ételkészítés folyamata a nyersanyagok kiválasztásától a tálalásig tart. Ezt a folyamatot természetesen bővíteni lehet, hiszen ahhoz, hogy ki tudjuk választani a megfelelő nyersanyagokat ismernünk kell az üzletünk kínálatát. Az üzlet kínálatának igazodnia kell az üzlet jellegéhez és a földrajzi helyhez, ahol az üzlet található. Még jobb, ha van arra lehetőség, kedv és szakmai tudás, hogy feltérképezzük a beszerzési lehetőségeket, azokat összevessük vendégeink igényével és úgy állítsuk össze az étlap tartalmát. A kínálat összeállításánál pedig elengedhetetlen az egyes ételek megbízható csoportosítása a felhasználandó alapanyagok és az ételkészítési műveletek alapján.

Az ételkészítés folyamata

- Nyersanyagok kiválasztása
- A nyersanyagok, alapanyagok előkészítése
- Az ételek elkészítése
- Az ételek készentartása

---

<sup>1</sup> <http://www.vinoport.hu/?node=704> (2010-05-25 8:55)

- Az ételek adagolása, tálalása

## ÉTELKÉSZÍTÉSI MŰVELETEK

### 1. A nyersanyagok (élelmiszerek) kiválasztása

A nyersanyagok kiválasztása elsődlegesen a fajta, a minőség és a mennyiség alapján történik. Bizonyos típusú ételekhez meghatározott, hogy milyen nyersanyagokat használhatunk fel. Hiszen az egyes alapanyagok közül biztosan vannak olyanok, amelyek a belőlük készülő ételek jellegadó anyagai. Ilyen étel például a Sertésbordák hentes módra, amelynek jellegadó anyaga a füstölt szalonna, a gépsonka és az ecetes uborka. Ezek nélkül az étel elveszíti a "hentes" jellegét. Más ételeknél a jellegadó anyag adott, ám ez az alapanyagok több formában kerülhet be a vendéglátó üzletbe. Vegyük példának a zöldbabfőzeléket: a zöldbab érkezhet frissen, konzervként, de fagyasztva is. Azt a leírást, amely az egyes ételek anyagainak pontos fajta-, mennyiség- és minőségleírását adja, anyaghányadnak nevezzük. Az anyaghányadok összeállítását, nyilvántartását és az esetleges változtatásait végezheti a tulajdonos, a konyhafőnök, de akár a szakács is. Manapság ennek a dokumentumnak az elkészítését a vendéglátásban használatos számítógépes programokkal lehet a leggyorsabban elvégezni. Az anyaghányad-nyilvántartó lapon a nyersanyagokat 10 adag étel elkészítéséhez írják össze. Ez a kimutatás lehet később az árképzés alapja, abban az esetben, ha az árképzésért felelős személy a beszerzési árakat veszi a kialakítandó árak alapjául. A vendéglátásban az ételleket először 10 adagra kalkulálják, mert így könnyebb a sokféle összetevő és a hozzájuk kapcsolódó kis mennyiségek nyilvántartása. Nehezen lehetne elosztani 1 darab tojást, hogy hány szelet húst lehet vele bepanírozni, ugyanígy a fűszerek egy ételre jutó milligramm mennyiségeit is nehezen tudnánk kimérni. Soha nem készítünk egy adag töltött káposztát vagy egy adag húslevest, mert rendkívül gazdaságtalan lenne.

A Sertésbordák hentes módra anyaghányad-nyilvántartó lapja

Az üzlet neve és címe:	
<b>ANYAGHÁNYAD-NYILVÁNTARTÓ LAP</b>	
<b>Sertésbordák hentes módra</b>	
<b>Nyersanyag</b>	<b>Mennyiség (10 adagra)</b>
Sertéskaraj	2 kg
Só	0.003 kg
Finomliszt	0.20 kg
Sertészsír	0.15 kg
Paradicsompüré	0.15 kg
Füstölt szalonna	1.4 kg
Gépsonka	0.20 kg
Ecetes uborka	0.25 kg

Őrölt fekete bors	0.005 kg
Petrezselyemzöld (csomó)	2
A termék adalékanyagot nem tartalmaz	
A termék csomagolóanyagot nem tartalmaz	

## 2. A nyersanyagok, alapanyagok előkészítése

A nyersanyagok előkészítése nagyon sokféle lehet és a módját az alapanyag jellege (nyers élelmiszer, feldolgozott élelmiszer) és a belőle készítendő étel technológiai leírása határozza meg. A vendéglátásban leggyakrabban felhasznált nyers élelmi anyagok: zöldség- és gyümölcsfélék, malomipari termékek, állati eredetű élelmiszerek. Elsődleges feladat a szennyeződésektől való megtisztítás: száraz tisztítás (válogatás, kivágás, szitálás) és nedves tisztítás (le mosás, áztatás, leöblítés). Ezután következik a hámozás, csontozás, darabolás, szeletelés, aprítás, töltés, kötözés, burkolás, pácolás.

## 3. Az ételek elkészítése

Az élelmiszerek egy jelentős részét nyersen fogyasztjuk, más részét valamilyen hőkezelési eljárással étellé átalakítva. A hőkezeléssel könnyebben emészthetővé, változatosabbá, ízletesebbé tesszük az élelmi anyagokat.

A **főzés** bő, ízesített folyadékban való hőkezeléssel történő puhítás. A főzést a technológiai leírástól függően lehet hideg (így a táp- és ízanyagok kioldódnak a főzővízbe) és meleg vízben (így a táp- és ízanyagok inkább az élelmi anyagban maradnak) kezdeni. A főzés további változatai: főzés normál nyomáson, túlnyomáson, vákuumban.

A **gőzölés** zárt légtérben, vízgőzben való puhítás.

A **sütés** 140–300 °C közötti hőmérsékletes történő, pörzsanyagképzéssel együtt járó hőkezelés. Sütési módok: zárt légtérben, nyílt légtérben, bő zsiradékban és kevés zsiradékban, sugárzó hővel, roston sütés, grillezés.

A **pirítás** apróra vágott, szeletelt vagy darált élelmi anyagok kevés felhevített zsiradékban történő gyors hőkezelése, amely erős pörzsanyagképződéssel jár. Bizonyos esetekben a zsiradék használata elhagyható (száraz pirítás).

A **párolás** kevés folyadék és zsiradék együttes jelenlétében fedő alatt történő puhítás. A párolás módjai: együtemű, kétütemű.

Az **elkészítés kiegészítő műveletei:**

- **Sűrités:** rántás, habarás, lisztszórás, szárazon pirított liszt, saját anyagával való sűrités, zsemlemorzsa, búza- és burgonya-keményítőpor;
- **Dúsítás:** legírozás, montírozás, tejtermékkel dúsítás;
- **Bundázási** eljárások: bécsi, párizsi, sörtészta, bortészta;
- **Fűszerezés, ízesítés:** sózás és az ételjellegéhez illeszkedő és a recepturában ajánlott fűszerek kiválasztása, a technológiai folyamat megfelelő helyén való alkalmazása;

#### 4. Az ételek készentartása

Az elkészült ételeket a megrendelésig olyan állapotban kell tartani, hogy biztosítva legyen a készítmény minőségének állandósága. Éppen ezért a meleg ételeket melegre kell tenni és biztosítani kell, hogy a hőmérséklete tartósan 65 °C felett maradjon. A hideg ételeket, jellegüktől függően 60–120 perc alatt 6°C alá kell hűteni és ez alatt a határérték alatt tárolni.

#### 5. Az ételek adagolása, tálalása

A tálalás folyamatával megbízott szakember az üzleti előírásoknak megfelelően és az anyaghányad-nyilvántartó lapon meghatározott adagban kitalálja az ételleket. A meleg ételeket előmelegített, a hideg ételeket pedig előhűtött tálon, tányéron, csészében tálalják a vendégnek. A tálalóedény megválasztása az étel jellegétől és az értékesítési, felszolgálatási módtól függ. A tálalás eszközeinek előkészítése a legtöbb helyen a pincérek feladata.

#### Összefoglalásként válasz a felvetett esetre

"A mezőgazdaság területén sokan panaszkodnak arról, hogy nehezen találnak felvevőpiacot termékeik számára, a gasztronómia világában pedig épp ellenkezőleg, a kiegyenlített minőségű hazai alapanyagok hiányáról szól a fáma. A fiatal egri sajtmeister, Sándor Tamás, akivel az Etyeki Pincefesztiválon ültem le beszélgetni, tudatosságával és az új lehetőségek iránti fogékonyságával jó példát szolgáltat arra, hogy merre kereshető a kiút.

Tamás Bükki sajtjainak a híre már az ország többi részére is elért. Számtalan fesztiválon találkozhatunk vele, ahol reggeltől estig sajtokat darabol, hozzá magvakat, különböző ínyenc mártásokat kínál. Szerénysége mellett látszik rajta, hogy nagyon is tudja, hogy mit csinál. Első kérdésem tehát nem véletlenül az volt, mikor, hogyan indult ez a szenvedély a gasztronómia iránt?

Egy kis faluban, Borsodnádason idilli környezetben, egy tó partján nőttem fel. Gyönyörű volt ez a Bükk hegységben fekvő falu. Igazából már akkor én voltam a csapat szakácsa. Focimeccs után házinyulat süttünk a fűzfa alatt, máskor a barátaimmal halat fogtunk, és azt is én készítettem el. Fontos volt, hogy édesanyám is nagyon jól főzött. Én pedig mindig éhes voltam és szerettem kóstolni, erre ő azt mondta, hogy ha akarok, menjek be a konyhába és segítsek neki. Így alakult, hogy hatéves koromtól már főzök.

Hogy került a nyúl és a pisztráng helyett később a sajt a figyelmed középpontjába?



Korábban is nagyra értékelttem a sajtokat, de önálló sajtkészítésbe igazából akkor fogtam bele, amikor hazaköltöztem Svájcba, ahol annak francia részén egy négy csillagos hotelben dolgoztam. Az ihlet onnan jött, hogy a szálloda konyháján nagyon sok finom sajtot használtunk. Szakácsként itthon először borvacsorák készítésével foglalkoztam, itt az volt a fontos, hogy maga az étel, amit készítünk a borhoz illő, magas minőségű legyen. Így már kezdetben sem gondolkodtam tömegtermékek készítésében. Ezen vacsorák záró fogásaiként szolgáltuk fel első friss sajtjaimat. Először tehát szakácsként kezdtem el sajtkészítéssel foglalkozni, aztán szerelem lett belőle, és akkor úgy gondoltam, hogy csináljak egy sajtkészítő manufaktúrát. Később olyan igények jelentkeztek, hogy azóta főállásban foglalkozom sajttal.

A mai világban, ilyen technikai adottságok mellett miért érdemes kézműves sajtkészítésbe fogni?

A kézműves termék egy kisebb létszámú állatállomány tejéből készül. Egy ilyen kisebb létszámú állományt folyamatosan tisztán, higiénikusan lehet tartani. Nem tömegmunka van vele, a tejtermelő partnerem például egyenként ismeri a teheneit. Más harminc tehénnel foglalkozni, és megint más ötszázzal vagy ezerrel. Kis mennyiségből jó minőséget lehet készíteni, nagy mennyiségből csak tömegterméket, ugyanúgy mint a bornál. A tejtermelést követően a későbbi folyamatok során sem gépek irányítanak, hanem a sajtészítő tudása, odaadása illetve ezen folyamatok alatt is az elérhető maximális tisztaságra fordított figyelem.

Mégis mennyi ez a kis mennyiség?

Havi négy-ötszáz kilogramm sajt kerül ki a kezeim alól. Ez nem sok, de kitölti a napjaimat reggeltől estig, a konkrét sajtészítés mellett ugyanis az üzemben takarítani is kell, de a cég marketingjével és az értékesítéssel is én foglalkozom. E mellett ha főzni kell, akkor főzök is. Nekem ez az életem: a gasztronómia. Nagyon sokat járok az országban, például fesztiválok alkalmával, ilyenkor elmegyek borospincébe kóstolni, ízeket fölfedezni, és mindig találok újdonságokat.

Hogyan tudod értékesíteni a sajtjaidat?

Leginkább helyben, Egerben van egy étterem és egy szálloda, ahová szállítok, és van jó pár borász, akik folyamatosan használják a sajtjaimat borkóstolóik során. De az ország más részeire is eljutok, télen megoldható postával, de nyáron magam viszem a sajtokat a megrendelőhöz. Budapesten a Gundel étterem vett fel az étlapra. Rendezvények alkalmával pedig a Greshem Palotában is szolgálnak fel a sajtjaimból. Valamint van még egy sajtbolt is. De itt az Etyeki Pincefesztiválon is jelentkeztek új érdeklődők, például az Andante Borpatika.

Azért a főzés gondolom még mindig nagyon fontos az életedben, hol zajlik ez pontosan, hol lehet az általad készített ételeket megkóstolni?

A főzés úgy néz ki, hogy van két-három pince Egerben, amit fiatal borászok irányítanak, akik látják a gasztronómia jövőjét, és ezért tenni is szeretnének. Ott szoktunk a borokhoz ételeket készíteni: kezdve a friss tökmagolajos túrókrémtől, a noszvaji szilvalekváros szarvasraguig, ami egy bazsalikomos kukoricás kásával körítve kerül a vendég elé. Az a lényeg, hogy minőségi alapanyagokból próbálunk jó ételt főzni, az étkezés végén pedig a hagyományoknak megfelelően jönnek a sajtok.

Vannak a gasztronómiának olyan új területei, amelyekkel mostanában kezdte el behatóbban foglalkozni?

A pástétomok készítése ilyen, itt is sokféleképpen kísérletezem a szilvásváradai füstölt pisztráng pástétomtól, a hízott kacsamáj-, libamájpástétomokon át, egészen a borjúpástétomig. Ezt is a szállodában tanultam meg, ahol igen szigorú követelményeknek kellett megfelelni az ételkészítés területén. Az idei Bikavér Ünnepre egy meglepetéssel készülök a vendégeknek: hegyvidéki sajtkülönlegességek lesznek a tányéron, tökmaglisztes kemencés kenyérral és egy mini szomolyai sajttortával, amelyet fekete cseresznye raguban tálalunk. Kenyereket is szoktam sütni, ebben egy pék srác segít, akinél megvannak a receptjeim. Ha több kell, akkor ő lesüti, de ha kisebb mennyiségre van szükség, akkor én otthon megoldom.

Milyen sajttípusokat készítesz?

Lényegében minden sajtnak – egy krémsajtnak, egy lágysajtnak, egy félkemény vagy kemény sajtnak –, megvan a maga technológiája. Én azokat a körülményeket, azt a hőmérsékleti viszonyt használhatom ki, amely jelenleg a műhelyemben adott. Ha majd egy nagyobb helysín áll a rendelkezésemre, akkor többet készíthetek például érlelt, kemény sajtokból. De én alapjában úgy gondolom, hogy itt Magyarországon van egy klímánk és egy tejünk, és így itt magyar sajtokat kell készíteni, nem roquefort-t, camembert-t vagy más francia utánezeteket. Ugyanúgy lehet használni fahamut, de a sajt legyen magyar, magyar ízvilággal például egy túrós sajtként.

Mit jelent a magyar ízvilág?

Megvan az úgynevezett mezofil törzseknek az íze. Ez egy hidegtűrő baktériumtörzs, ami nálunk jellemző, ők adják ezt a jó ízt az itthon készített termékeknek: a tejfölnek, a túrónak vagy a félkemény sajtoknak, lényegében ezt kellene kihasználni. Nekünk sajtkészítőknek meg kell találnunk a magunk útját.

Hogyan látod a saját jövődet?

A minőséget csak abban látom, ha az ember szabadon alkothat. Ezért is szeretnék csinálni egy kis borházban egy kóstolótermet, ahol tíz-húsz embert fogadok egy sajtkóstolóra, és ahol esetleg főzhetnek nekik egy-egy különlegességet. Ez egy saját kis gasztronómiai birodalom lenne: kis konyhával, kis sajtműhellyel, saját fűszerkerttel. Ebben látom egyébként Magyarország jövőjét is, hogy több ilyen legyen, többen foglalkozzanak a gasztronómiával ily módon. Tartsanak mondjuk libát, hogy a szakácsoknak jó minőségű libamáj álljon a rendelkezésükre és jó pástétomot tudjanak készíteni! Vagy gyümölcsöst telepítsenek! És az állam ezt támogassa és akkor lesz egy kiút a gasztronómiánk számára. Lényeges, hogy ezt ne csak egy réteg érje el, legyen egy olyan libamáj, amit nagyjából mindenki megvásárolhat. Nem az a cél, hogy méregdrága legyen, inkább legyen egy standard minőség, ami jó áron kapható.

Végszóként, mi az, ami kihívást jelent számodra?

Amikor egy új ízt fedezel fel, az önmagában is egy kihívás, azt nem is lehet szavakba önteni. A lényeg, hogy olyan ízeket találj meg, amelyeket még nem fedeztek fel. Ilyen például a szarvasgombamézem vagy a tökmagolajos túrókrémem".

## TANULÁSIRÁNYÍTÓ

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább húsz ételt, amelyeket főzéssel készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább öt ételt, amelyeket gőzöléssel készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább húsz ételt, amelyeket sütéssel készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább húsz ételt, amelyeket párolással készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább húsz ételt, amelyeket pirítással készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Gyűjtsön az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből legalább húsz ételt, amelyeket párolással készítenek el! Írja le a nevüket és gyűjtse ki őket egy mappába!

Nézze át gyakorlati munkahelye étlapját, válasszon ki két-két ételt főcsoportonként és beszélje meg a szakács kollégákkal, hogy milyen módon készülnek a kiválasztott ételek! Keresse meg az egyes ételekhez tartozó receptúrákat a szakácskönyvekben!

Keresse meg az Interneten a kiválasztott ételek receptúráit, írja le azokat és hasonlítsa össze a szakácskönyvek receptúráival! Az eltéréseket beszéljék meg a szakács kollégákkal! Figyeljen oda, hogy a receptúrák hozzávalóinál mindig 10 emberre számoljon! Tartsa szem előtt, hogy az Interneten sok helyen csak 2-4 személyre szólnak a receptúrák!

MUNKANYELV

## ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

### 1. feladat

Tegye a megfelelő sorrendbe az ételkészítés folyamatát!

Az ételek elkészítése, az ételek adagolása és tálalása, az ételek készentartása, a nyersanyagok előkészítése, a nyersanyagok kiválasztása;

MUNKANYELV

---

---

---

---

### 2. feladat

Sorolja fel, hogy milyen adatok szerepelnek az anyaghányad-nyilvántartó lapon!

MUNKANYELV

---

---

---

### 3. feladat

Válaszoljon a kérdésekre!

Minek az alapját képezheti az anyaghányad-nyilvántartás?

---

Mennyire juthat központi szerep a tulajdonos egyéni ízlésének a kínálat kialakításakor? El lehet-e tekinteni a kínálat kialakításakor a beszerzési lehetőségek feltárásától és az üzlet jellegétől?



---

---

---

Mi a főzés?

---

---

---

Mi a gőzölés?

---

---

---

Mi a sütés?

---

---

---

Mi a pirítás?

---

---

---

Mi a párolás?

---

---

---

## MEGOLDÁSOK

### 1. feladat

A nyersanyagok kiválasztása, a nyersanyagok előkészítése, az ételek elkészítése, az ételek készentartása, az ételek adagolása és tálalása;

### 2. feladat

Az üzlet neve és címe, az étel pontos megnevezése, az adagszám, nyersanyagok fajtánként megnevezve, a felhasználandó nyersanyagok pontos mennyiségei.

### 3. feladat

Az anyaghányad-nyilvántartás az árképzés alapját képezheti.

A tulajdonos egyéni ízlésénél fontosabb az üzlet jellegének és a beszerzési lehetőségek feltárásnak a szempontja.

A **főzés** bő, ízesített folyadékban való hőkezeléssel történő puhítás.

A **gőzölés** zárt légtérben, vízgőzben való puhítás.

A **sütés** 140–300 °C közötti hőmérsékletes történő, pörzsanyagképzéssel együtt járó hőkezelés.

A **pirítás** apróra vágott, szeletelt vagy darált élelmi anyagok kevés felhevített zsiradékban történő gyors hőkezelése

A **párolás** kevés folyadék és zsiradék együttes jelenlétében fedő alatt történő puhítás.

## AZ ÉTELEK CSOPORTOSÍTÁSA

### ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Önnek a munkája során sokszor kell étlapokat, ételsorokat összeállítania. Mindez csak akkor sikerülhet, ha tisztában van az egyes ételfőcsoportokon (pl.:a levesek) belüli további csoportosításokkal (híg levesek, sűrített levesek) és az azokon belüli variációkkal (húsleves jellegű levesek, erőlevesek, magyaros híglevesek) is minden ételfőcsoportban.

A szakmai információtartalom feldolgozása közben gondolkodjon el azon, hogy még milyen más csoportosításokat lehetne készíteni az ételekhez! Ötletek kereséséhez használja nyugodtan az Internetet!

### SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

Az ételek csoportosítását többféleképpen el lehet végezni. Ha az ételkészítési technológiai eljárások szempontjait vesszük figyelembe (főzéssel, sütéssel, párolással, pirítással, gőzöléssel), biztosan másképpen csoportosítjuk az ételeket, mintha a csak a felhasználandó alapanyagokat nézzük (zöldségekből készíthető ételek, szárnyasokból készíthető ételek, halakból készíthető ételek). Van a csoportosításnak egy nagyon megbízható szakmailag kiértelt és elfogadott módja, ez az étlapra kerülés sorrendje. Mi most a nyugat-európai étlap egyik változatának felépítését vesszük sorra, és az azon található ételfőcsoportokat tekintjük át. Az alapváltozatban a készételek és frissensültek külön csoportosításban szerepelnek a levesek után, de ez a csoportosítás egyre kevésbé érvényesül az étlapokon. Nézzük meg a nyugat-európai étlap legtöbbet használt változatát, hiszen a következő fejezetben éppen az étlaptervezés lesz a feladatunk!

A nyugat-európai étlapszerkesztésnél az állandó ételek felsorolása az ételek elfogyasztásának sorrendjében történik a következők szerint:

- hideg előételek
- levesek
- meleg előételek
- halételek
- húsételek
- köretek és főzelékek
- saláták
- sajtok

- desszertek
- gyümölcsök

## 1. A hideg előételek csoportosítása

- halakból és hidegvérű állatokból készíthető hideg előételek: a halakból készíthető hideg előételeket általában nem önmagukban adják a vendégnek, hanem hasonlóan a töltött tojásokhoz, töltött zöldség előételekhez saláta alapra helyezve tálalják. Halakból készíthető hideg előételek név szerint: süllőszeletek Tihanyi módra, halmajonéz, magyaros pontykocsonya, füstölt lazac tejszínes tormával, kaviár vajjal, tonhalsaláta;



1. ábra. Tonhalsaláta

- zöldség- és salátaféléből készíthető hideg előételek: zöldségféléből készíthető hideg előételek az összetett saláták és a töltött zöldségfélék. Az összetett saláták alkotják a hidegkonyha alapjait, hiszen a legtöbb készítményt ezekre tálaljuk. Ezek a saláták majonéz, salátaecet vagy paradicsomos alapúak. Összetett saláták: például a **franciasaláta**, az **orosz hússaláta**, a **jércesaláta**, a **svéd gombasaláta** és a **Gundel saláta**, **Waldorf-saláta**. A töltött zöldségféléknél egyszerű majonézes salátákat, összetett salátákat vagy libamájpürét töltenek különböző zöldségekbe. Így készíthetünk orosz hússalátával **töltött paradicsomot**, libamájjal **töltött gombát** stb.
- gyümölcsökből készíthető hideg előételek: a gyümölcsféléből készíthető hideg előételek általában jégágyon tálalt nyers gyümölcsöket (sárgadinnye, őszibarack, grapefruit) vagy nyers, töltött, ízesített gyümölcsöket takarnak. Ezen kívül ezekhez az előételekhez felhasználhatnak tartósított gyümölcsöket is. Néhány példa: **zellersalátával töltött dinnye**, **dinnyegömbök**, **őszibarack sherryben** vagy **tokajiban**, **töltött alma**, **töltött sárgadinnye**, **őszibarack saláta**;

- tojásból készíthető hideg előételek: a hideg előételek között a tojásból készíthetőeknek két fajtáját ismerjük a töltött és a kocsonyázott tojásokat. Ilyen a **kaszinótojás**, illetve a **töltött tojás oroszosan**, norvég, kiskőrösi módra valamint a **kocsonyázott bevert tojás spárgával**;
- húsból és belsőségekből készíthető hideg előételek: ezek az ételfélék lehetnek egészben sült húsok hűtés után szeletelve, belsőségek, töltött felvágottak, vagdaltfélék. Név szerint: **angolosra sült hideg bélszín**, **rozéra sült kacsamell**, **füstölt kacsamell**, **hideg libamáj zsírjában**, **tatárbifsztek**, **tejszínes tormával tálalt főtt**, **füstölt marhanyelv**, **sonkatekercs**, **jércekocsonya**, **kocsonyázott sonkahab**, **libamájpástétom tésztában**;



2. ábra. Sonkatekercs

## 2. A levesek csoportosítása

- híglevések: a híg levesekhez tartoznak a húsleves jellegű levesek, erőlevések, magyaros híglevések, összetett híglevések: **marhahúsleves**, **tyúkhúsleves**, **csontleves**, **fácánleves**, **erőleves nemzeti módra**, **Újházi- tyúkhúsleves**, **hallesves**;
- különleges levesek: teknőcleves, cápauszonyleves;
- sűrített levesek fajtái: egyszerű sűrített levesek, pürélevések, krémlevések, gyümölcslevések, összetett levesek. Név szerint: **tejfölös burgonyaleves**, **zöldborsó leves**, **lencseleves**, **csirkeragu leves**, **Jókai- bableves**, **paradicsomleves**, **borsópüréleves**, **gombakrémleves**, **spárgakrémleves**, **hideg meggyleves**, **hideg málnakrém leves**, **Nyírségi gombócleves**, **Szoljanka**, **Frankfurti leves**, **Palócleves**) **tejfölös burgonyaleves**, **Jókai- bableves**, **tejszínes zalai csirkehúsleves**, **zellerkrémleves**;





3. ábra. Szoljanka

### 3. Meleg előételek csoportosítása

- zöldségféléből készíthető meleg előételek: a zöldségféléből készíthető előételek lehetnek bundázott előételek, töltött előételek, ropogósok, felfújtak, pudingok, csőben sülték és egyéb előételek. Név szerint: gombafejek rántva, szárnyasmájjal töltött gomba rántva, kukoricaropogós, kelvirágfelfújt, parajpuding, kelvirág csőben sültve, spárga fúrjtojással;
- tésztából készíthető meleg előételek: a tésztából készült meleg előételek lehetnek főtt tésztából készültek, vajás tésztából készültek, tekercsek, fánkok, kevert és kelt tésztából készültek, rétesek. Név szerint: spagetti milánói módra, húsos ravioli, vajaspástétom vadász módra, májas piskótatekercs, tésztafánk csongrádi módra, hortobágyi húsos palacsinta, zöldséges pizza, zöldséges rétes;
- rizottók: a párolt rizst, gombát, borsót és a jelleget adó anyagot reszelt sajttal összekeverik, reszelt sajttal meghintve, pecsenyelével tálalják. Név szerint: zöldséges, borjú, szárnyas, májas, sonkás rizottó;
- sajtféléből készíthető meleg előételek: a sajtokból készülhetnek bundázott előételek, ropogósok, felfújtak. Név szerint: rántott sajt, sajtropogós, sajtfelfújt, sajtpuding, pirított sajt, meleg sajtos szendvics;
- tojásokból készíthető meleg előételek: főtt tojások (kemény, lágy, híg tojás), bevert tojások (metternich, hadik, bakonyi, vadász módon), edényben párolt tojások (tejszínnel, parajjal), habart tojások (sajttal, gombával, sonkával, paradicsommal, rákkal), tojáslepények (omlett libamájjal, spárgafejjel), tálon sült tojások (Bercy módra, szalonnával, ham and eggs), rántott tojások (gombával, sonkával, kolbásszal, lecsóval), töltött tojások (csőben sültve);
- húsféléből készíthető meleg előételek: a húsféléből bundázott előételeket (velő, máj), ropogósokat (sonka, máj), felfújtakat (máj, vadhús), csőben sültéket (borjúvelő) és egyéb előételeket (libamájszeletek magyarosan, libamájszeletek roston tokaji mártással) lehet készíteni;

#### 4. Meleg halételek csoportosítása

- főtt halak: süllőszeletek vajjal, pisztráng kékre főzve, pontyhalászlé;
- sütéssel készíthető halak: süllő egészben sütvé, Fogasszelet Gundel módra, Harcsaszelet molnárné módra, Pisztráng mandulával sütvé, Sült keszeg, Ponty Orly módra, Tonhalszelet rostón);
- párolással készíthető halételek: Fogasszelet jóasszony módra, Süllőszelet fehérbormártásban, Töltött csuka, Pörkölt ponty;

#### 5. A háziszárnyas ételek csoportosítása

A háziszárnyas ételek készülhetnek csirkéből, jércéből, kakasból, kappanból, pulykából, kacsából, libából, házigalambból és gyöngytyúkból. A háziszárnyasok kora és fajtája nagyban meghatározza az elkészítés módjait. Az étlapokon a felsorolásban általában:

- fehérbúsú szárnyasokból készült ételek: rostón sült csibe, rántott csirke, sült csirke, csirkegulyás, pirított csirke, becsinált csirke, töltött jérce, kakaspörkölt, tűzdelt pulykasült;
- barnahúsú szárnyasokból készült ételek: ropogós libasült, párolt libamell, rizses libaaprólék, pirított libamáj, sült libamáj, ropogós sült kacsa, töltött galamb;



4. ábra. Sült libacomb



5. ábra. Kacsasült

## 6. A borjúhús ételek csoportosítása

Borjúhúsból ételek készülhetnek:

- egyben sütvé: borjúsült, töltött borjúszeget, tűzdelt borúcomb;
- frissen sütvé: borjújava Marengo módra, borjújava Jóasszony módra, natúr borjúszelet, Bécsi szelet;
- párolással: vajas borjúszelet, borjúborda tavasziasan, bakonyi borjúborda;
- főzéssel: borjúbecsinált, Bécsi borjúszeget;
- belsősegekből: borjúláb rántva, borjómáj rántva, pirított borjűvese gombával;

## 7. Bány- és ürűhús ételek csoportosítása

Bány és ürűhúsból ételek készülhetnek:

- egyben sütvé: rozmaringos bánykaraj, korianderes bányasült;
- frissen sütvé: kaukázusi saslik, bánybordák Villeroy módra;
- párolással: párolt ürűcomb, bánypaprikás;
- főzéssel: tárkonyos bánybecsinált, ír ürűgulyás;

## 8. Sertés hús ételek csoportosítása

A sertés hús ételek készülhetnek:

- egyben sütvé: sertésült, ropogós malacsült, Debreceni sertéskaraj, sertéscsülök Pékné módra;



6. ábra. Sertécsülök Pékné módra

- frissen sütvé: sertésflekken, tordai lacipecsenye, rántott borda, rablólhús, pirított szűzermék magyarosan;
- párolással: sertésborda parasztosan, sertésborda hentes módra, temesvári sertésborda, debreceni sertésborda, sertéspörkölt, csikós tokány;
- főzéssel: töltött káposzta, töltött paprika
- belsősegekből: pirított sertésvese, pirított sertésmáj, pirított vese velővel;

## 9. Marhahús ételek csoportosítása

A marhahús ételek készülhetnek:

- egyben sütvé: bélszín Wellington módra, hátszín angolosan;
- frissen sütvé: bélszínjava gombával, bélszínszeletek Rossini módra, pirított bélszínérmék magyarosan, hagymás rostélyos;
- párolással: párolt marhasült, gombás marhasült, serpenyős rostélyos, Csáky rostélyos, marhapörkölt, Debreceni tokány;



7. ábra. Csáky rostélyos

## 10. Vadhús ételek csoportosítása

A vadhús ételek a következő csoportosítás szerint kerülnek az étlapra:

- egészben sütéssel készült vadételek: őzgerinc egyben sütvé, tűzdelt vadsertéspecsenye, angolos nyúlgerinc, tűzdelt fácán, fogolysült szalonnában, vadkacsa birsalmával sütvé;
- szeletben sülték: tűzdelt őzfilé áfonyával, muflonborda roston sütvé;



8. ábra. Nyárson sült őzgerinc



9. ábra. Szarvassteak

- párolással készített vadhúsételek: párolt őz- és szarvascomb, gombás szarvasragu, vörösboros vadsertéspörkölt;

## 11. Köretek és főzelékek csoportosítása

Az étlapon szereplő ételeknek megfelelően:

- idényfőzelékek: burgonyafőzelék, babfőzelék, lencsefőzelék;
- angolosan, franciásan készült főzelékek: franciás karotta, angolos zöldbab;
- burgonyaköretek: hasábburgonya, Petrezselymes burgonya, Burgonyapüré;



- rizsköreték: párolt rizs, gombás rizs, mazsolás rizs); tésztaköreték: galuska, tarhonya, kifőtt tészták;
- vegyes köreték: párizsi körítés, virágáruslány köret;
- zöldköreték: tavaszi körítés

## 12. Saláták csoportosítása

A saláták az étlapon lehetnek:

- idényjellegűek: paradicsomsaláta, fejessaláta;
- főzve készült saláták: céklasaláta, vajbabsaláta;
- tartósított saláták: ecetes almapaprika, csemegeuborka, csalamádé;
- vegyes saláták: görögsaláta, sopszka, friss vegyes saláta;



10. ábra. Görög saláta

## 13. Sajtok csoportosítása

A sajtok étlap szerinti csoportosítása:

- penészes- és fehér: Camambert, Brie;
- lágy és kenhető: tejszínes krémsajt;
- kecskesajt;
- félkemény sajtok: Ementáli;
- kemény sajtok: Edami, Parmesan;
- kék és édeskés sajtok: Gorgonzola, Roquefort;

## 14. Desszertek csoportosítása

A desszertek étlap szerinti csoportosítása:

- éttermi meleg tészták: szilvásgombóc, palacsinták, aranygaluska;



11. ábra. Szilvásgombóc

- cukrásztermékek: somlói galuska, torták, gesztenyepüré, puding;
- parfék, fagyaltok;

## 15. Gyümölcsök csoportosítása

A gyümölcsök étlap szerinti csoportosítása:

- friss gyümölcsök
- befőttek
- párolt gyümölcsök

Összefoglalásként válasz a felvetett esetre: az ételeket csoportosíthatjuk a származási helyük szerint is, ekkor általában az ország nevekkkel (Magyarország, Spanyolország, Németország, Franciaország, Olaszország) vagy a nagy tájegységségek (bakonyi, andalúziai, provance-i, német-alföldi) neveivel jelezzük, hogy honnan származnak. Egy másik csoportosítási mód: húsételek vagy vegetáriánus ételek. Harmadik csoportosítási mód: hagyományos ételek vagy fúziós látásmóddal készített ételek.

## TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. Keresse ki ételkészítési ismeretek szakkönyvből vagy az internetről az alábbiakban felsorolt ételek receptúráit és csoportosítsa az ételeket az alábbiak szerint:

1. Hideg előételek
2. Levesek
2. Meleg előételek
3. Meleg halételek
4. Húsokból készíthető ételek
5. Köretek
6. Saláták
7. Desszertek

2. A csoportosítás után gyűjtse ki a szakmai információtartalomból az ételpéldákat és azokat is írja fel a felsorolásába!

Cézársaláta, Füstölt lazac tejszínes tormával, Kaviár vajjal, Erőleves tojással, Fokhagymakrémleves, gulyásleves, Tárkonyos ózragu leves, Brokkoli sonkával csóban sütvé, Gombafejek rántva, Fogasfilé roston tejszínes gombamártással, Szezámagos pangasiusfilé, Csirkemell mézes erdei gyümölcsmártással, Sajtos brokkolival töltött pulykamell, Pirított sertésérmék magyarosan, Neszmélyi pecsenye, Natúrselet grillezett paradicsommal, fokhagymás sajtmártással, Bélszínszeletek Rossini módra, Roston bélszín sült bacon szalonnával és Dijoni mártással, Chilisbabos bélszíncsíkok, Vörösboros marhapörkölt, Hasábburgonya, Burgonyakrokkett, főtt burgonya, párolt rizs, vegyes idénysaláta, tejfölös uborkasaláta, káposztasaláta, káposztával töltött almapaprika, csemegeuborka, Gundel palacsinta, gesztenyepüré tejszínhabbal, fagyaltkehely;

Hideg előételek \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Levesek:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Meleg előételek:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Meleg halételek: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Húsokból készíthető ételek: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

MUNKANYAG



AZ ÉTLAP FAJTÁI, KÖVETELMÉNYEI, AZ ÉTELVÁLASZTÉK CSOPORTOSÍTÁSA

Köreték:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Saláták:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Desszertek: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

### Megoldás

Hideg előételek: Cézársaláta, Füstölt lazac tejszínes tormával, Kaviár vajjal, süllőszeletek tihanyi módra, halmajonéz, magyaros pontykocsonya, tonhalsaláta, franciasaláta, orosz hússaláta, jércesaláta, svéd gombasaláta, Gundel saláta, Waldorf-saláta, töltött paradicsom, töltött gomba, zellersalátával töltött dinnye, dinnyegömbök, őszibarack sherryben, töltött alma, töltött sárgadinnye, őszibarack saláta, kaszinótojás, kocsonyázott bevert tojás spárgával, töltött tojás oroszosan, angolosra sült hideg bélszín, rozéra sült kacsamell, hideg libamáj zsírijában, tatárbifsztek, sonkatekercs, jércekocsonya, kocsonyázott sonkahab, libamájpástétom tésztában.

Levesek: Erőleves tojással, Fokhagymakrémleves, Gulyásleves, Tárkonyos őzragu leves, marhahúsleves, tyúkhúsleves, csontleves, fácánleves, erőleves nemzeti módra, Újházi-tyúkhúsleves, halles, teknőcleves, cápauszonyleves, tejfölös burgonyaleves, zöldborsó leves, lencseleves, csirkeragu leves, Jókai-bableves, paradicsomleves, borsópüréleves, gombakrémleves, spárgakrémleves, hideg meggyleves, hideg málnakrém leves, Nyírségi gombócleves, Szoljanka, Frankfurti leves, Palócleves, tejfölös burgonyaleves, Jókai-bableves, tejszínes zalai csirkehúsleves, zellerkrémleves.

Meleg előételek: Brokkoli sonkával csőben sütvé, Gombafejek rántva, szárnyasmájjal töltött gomba rántva, kukoricaropogós, kelvirágfelfújt, parajpuding, kelvirág csőben sütvé, spárga fúrjtojással, spagetti milánói módra, húsos ravioli, vajaspástétom vadász módra, májas piskótatekercs, tésztafánk csongrádi módra, hortobágyi húsos palacsinta, zöldséges pizza, zöldséges rétes, zöldséges, borjú, szárnyas, májas, sonkás rizottó, sajtropogós, sajtelfújt, sajtupuding, pirított sajt, meleg sajtos szendvics, főtt tojások (kemény, lágy, híg tojás), bevert tojások (metternich, hadik, bakonyi, vadász módon), edényben párolt tojások (tejszínnel, parajjal), habart tojások (sajttal, gombával, sonkával, paradicsommal, rákkal), tojáslepények (omlett libamájjal, spárgafejjel), tálon sült tojások (Bercy módra, szalonnával, ham and eggs), rántott tojások (gombával, sonkával, kolbásszal, lecsóval), töltött tojások (csőben sütvé), libamájszeletek magyarosan, libamájszeletek roston tokaji mártással.

Meleg halételek: Fogasfilé roston tejszínes gombamártással, Szezámagos pangasiusfilé, süllőszelet vajjal, pisztráng kékre főzve, pontyhalászlé, süllő egészben sütvé, Fogasszelet Gundel módra, Harcsaszelet molnárné módra, Pisztráng mandulával sütvé, Sült keszeg, Ponty Orly módra, Tonhalszelet roston, Fogasszelet jóasszony módra, Süllőszelet fehérbormártásban, Töltött csuka, Pörkölt ponty.

Húsból készíthető ételek: Csirkemell mézes erdei gyümölcs mártással, Sajtos brokkolival töltött pulykamell, Pirított sertésérmék magyarosan, Neszmélyi pecsenye, Natúrszelet grillezett paradicsommal, fokhagymás sajtmártással, Bélszín szeletek Rossini módra, Roston bélszín sült bacon szalonnával és Dijoni mártással, Chilisbabos bélszín csíkok, Vörösboros marhapörkölt, roston sült csibe, rántott csirke, sült csirke, csirkegulyás, pirított csirke, becsinált csirke, töltött jérce, kakaspörkölt, tűzdelt pulykasült, ropogós libasült, párolt libamell, rizses libaprólék, pirított libamáj, sült libamáj, ropogós sült kacsa, töltött galamb, borjúsült, töltött borjúszelet, tűzdelt borjúcomb, borjújáva Marengo módra, borjújáva Jóasszony módra, natúr borjúszelet, Bécsi szelet, vajas borjúszelet, borjúborda tavasziasan, bakonyi borjúborda, borjúbecsínált, Bécsi borjúszelet, borjúláb rántva, borjúmáj rántva, pirított borjúvese gombával, rozmaringos báránysült, korianderes báránysült, kaukázusi saslik, báránysült Villeroy módra, párolt ürücomb, báránypaprikás, tárkonyos báránysült, Ír ürügulyás, sertésült, ropogós malacsült, Debreceni sertéskaraj, sertéscsülök Pékné módra, sertésflekkén, tordai lacipecsenye, rántott borda, rablöhús, pirított szűzermék magyarosan, sertésborda parasztosan, sertésborda hentes módra, temesvári sertésborda, debreceni sertésborda, sertéspörkölt, csikós tokány, töltött káposzta, töltött paprika, pirított sertésvese, pirított sertésmáj, pirított vese velővel, bélszín Wellington módra, hátszín angolosan, bélszínjáva gombával, bélszín szeletek Rossini módra, pirított bélszínérmék magyarosan, hagymás rostélyos, párolt marhasült, gombás marhasült, serpenyős rostélyos, Csáky rostélyos, marhapörkölt, Debreceni tokány, őzgerinc egyben sütvé, tűzdelt vadsertéspecsenye, angolos nyúlgerinc, tűzdelt fácán, fogolysült szalonnában, vadkacsa birsalmával sütvé, tűzdelt őzfilé áfonyával, muflonborda roston sütvé, párolt őz- és szarvascomb, gombás szarvasragu, vörösboros vadsertéspörkölt.

Köreték: Hasábburgonya, Burgonyakroket, főtt burgonya, párolt rizs, burgonyafőzelék, babfőzelék, lencsefőzelék, franciás karotta, angolos zöldbab, párolt rizs, gombás rizs, mazsolás rizs, hasábburgonya, Petrezselymes burgonya, Burgonyapüré, galuska, tarhonya, kifőtt tészta, párizsi körités, virágáru slávköret, tavaszi körités.

Saláták: vegyes idénysaláta, tejfölös uborkasaláta, káposztasaláta, káposztával töltött alma paprika, csemegeuborka, paradicsomsaláta, fejes saláta, céklasaláta, vajbabsaláta, ecetes alma paprika, csemegeuborka, csalamádé, görög saláta, sopszka, friss vegyes saláta.

Desszertek: Gundel palacsinta, gesztenyepüré tejszínhabbal, fagyaltkehely, szilvásgombóc, palacsinták, aranygaluska, somlói galuska, torták, gesztenyepüré.

## ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

### 1. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Tatár bifsztek

Sóágyon érlelt lazac vékonyan szelve, kaviárral, vodkás tejföllel, friss pirítóssal

Magyaros vegyes ízelítő

/baconszalonna, téliszalámi, parasztkolbász, sajtok, vaj, primőr zöldségek/

---

### 2. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Húsleves zöldséggel és lúdgégetésztával

Francia hagymakrémleves sajtos pirítóssal

Tárkonyos borjúraguleves

Házi gulyásleves

---

### 3. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Libamáj roston sütve Kecskeméti barackpálinkával flambírozva schalotta hagymával és pármai sonka-rózsákkal

Fekete kagyló fehérboros fokhagymás lében, frissen sütött kukoricás kenyérrel, királyrákkal

Camembert rántva mézzel párolt almával, párolt rizzsel

#### 4. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Balatoni fogasfilé roston sütve, aprórakos Chardonnay mártással, vajas, petrezselymes burgonyával

Currys, kókuszos fogas-érem wok zöldséggel és vadrizzzsel

Tavi fogasfilé grillezve zsenge, leveles paraj és pirított barnafokhagyma ölelésében készült tejszínes széles metélttel

Zsályás fehérboros vajhalfilé jégsalátával, spárgával, jázminrizzzsel

Cápaharcsa filé paprikás mártáson kapros túrós csuszával

Egészben sültt pisztráng zsenge fokhagymás parajágyon, vajas burgonyával

#### 5. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Illatos furmintban pácolt csirkemedalion bacon szalonnába göngyölt aszalt szilvával és burgonyapürével

Vaslapon sült csirkemell mozzarellaival és paradicsommal rakva zöld fűszerekkel, sonkás pirított burgonyával

Snidlinges juhtúróval töltött csirkemellfilé rántva brokkolirózsával, gombás rizzsel és roston sült olívaolajos paradicsommal

Mustáros borssal pácolt sertésstarja, hagymás törtburgonyával tálalva, kolozsvári szalonna taréjjal, házi vegyes salátával körítve

Sertésszűzermék roston sütve, friss paprikából, paradicsomból készített lecsóval, snidlinges, fokhagymás burgonya chips-szel

Sertésszűz-steak roston sütve spárgával és bacon szalonnával gratinírozva, vajas párolt zöldséggel és fűszeres burgonyával

Dupla bélszínjava rostos sült kivánság szerinti körettel, spanyol vagy tejszínes, snidlinges Camembert mártással

Bélszínjava rostos sült Dijon-i mustáros barnamártással, fűszeres steak-burgonyával, grillezett zöldségekkel

Bélszínjava „Gizella-módra” /libamáj és bélszínjava randevúja zöldborsmártással/, zelleres burgonyapürével

Marhapörkölt Egri bikavérrel készítve, főtt burgonyával

#### 6. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Paradicsomsaláta

Káposztasaláta

Vegyes friss saláta joghurtos dresszingsel

Csemege uborka

Káposztával töltött almapaprika

Házi vegyes savanyúság

#### 7. feladat

Írja a felsorolás alá, hogy az ételek melyik ételcsoportba tartoznak?

Forró mákkrémmel töltött palacsinta, vörösboros szilvaraguval, vanília fagyalattal

Somlói galuska vanília fagyalattal

Gundel palacsinta

Banán split

Szeder charlotte fagyival

Turmix fagylalttal (epres, banános, málnás,szedres)

---

MUNKANYELV



## MEGOLDÁSOK

### 1. feladat

Hideg előételek

### 2. feladat

Levesek

### 3. feladat

Meleg előételek

### 4. feladat

Meleg halételek

### 5. feladat

Húsételek

### 6. feladat

Saláták

### 7. feladat

Desszertek

## AZ ÉTLAP FAJTÁI, KÖVETELMÉNYEI, AZ ÉTELVÁLASZTÉK CSOPORTOSÍTÁSA

### ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Önnek étlapot, megrendelésre ételsort kell összeállítania! Keressen az Interneten étlapokat, mentse le őket egy mappába és hasonlítsa össze azok tartalmát!

Az összehasonlítás szempontjai:

Az ételek csoportosítása megegyezik-e az előző fejezetben tárgyalt csoportokkal?

Ha nem egyezik, akkor mik az eltérések? Írja le észrevételeit!

A large rectangular area with a yellow border, containing 20 horizontal lines for writing. A large, diagonal watermark reading "MUNKANYAG" is overlaid across the page.

## SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

### AZ ÉTLAP

Az étlap az üzlet meleg, hideg étel, továbbá melegített kész-, illetve félkész étel, valamint cukrászati készítmény, édesipari termék választékát szakmai csoportosítás (levesek, főzelékek, frissensültek, stb.) szerint tételesen felsoroló ártájékoztató. Az étlap jól olvashatóan a termék neve mellett a Magyar Köztársaság törvényes fizetőeszközében meghatározva tartalmazza az egyes ételek, készítmények, termékek – jellegétől függően – mennyiségére vagy mértékegységére megállapított, a fogyasztói forgalomban fizetendő árát (pl. 4 cl rum – 400Ft, 2dl Coca Cola – 200Ft, Családi pizza (50cm) – 900 Ft, Kis pizza (32 cm) – 500Ft). Étlapot azokban a vendéglátó üzletekben készítenek, ahol étlap szerinti értékesítést végeznek. Az étlap szerinti értékesítési forma lényege, hogy a vendég az étlapról rendeli meg a tetszés szerinti ételeket, italokat. Az étlap szerinti értékesítés azonban azt is jelenti, hogy nemcsak az étlapon szereplő ételek rendelhetők meg, hanem minden olyan étel, amelyekhez a konyhán a szükséges nyersanyagok rendelkezésére állnak, és amelyek anyaghányad-nyilvántartása az üzleti nyilvántartásokban szerepel.

Mivel az étlap, mint a kínálat megjelenítésének fontos eleme nagyon sokféle lehet, vegyük sorra, hogy mik befolyásolhatják a kialakítását:

- az üzlet jellege (étterem, vendéglő, csárda, söröző, borozó)
- a megcélzott vendégkör (helybéli családok, idegenforgalom, helyi fiatalok, csoportok)
- különleges események (nemzetek konyhái bemutató, hosszabb időtartamú rendezvényekhez kapcsolódó)
- speciális időszakok (szezoni kínálat, jeles napok kínálata)

#### 1. Az étlap fajtái

- Állandó étlap: a vendéglátó üzlet alapkínálata, amelyet minden nap biztosítani kell. Ez az üzlet állandó választéka, amelyet alkalmanként kiegészítenek, bizonyos időszakonként pedig átgondolnak, újraírják.
- Napi étlap: napokra lebontva jeleníti meg a kínálatot. Változatosságot biztosít, mert összeállítási szempontja, hogy egy bizonyos időtartamon belül a kínálat nem ismétlődhet.
- Ünnepi étlap: az ünnep napjain az adott ünnep hagyományos különlegességeit kínálják vagy az állandó étlap mellett vagy önmagában.
- Alkalmi étlap: különleges rendezvények esetén alkalmazzák, ahol nagyobb létszámú vendégkört kell ellátni rövid idő alatt (Pl. Golf Világbajnokság két hete). Adott eseményhez kötődő, speciális, rendszerint kevés ételből álló, díszesebb kivitelezésű.
- Diétás étlap: fűszermentes, kalóriaszegény ételeket tartalmaz, speciális ételekkel (liszt érzékeny embereknek, tejcukor érzékeny embereknek, cukorbetegnek)
- Gyermekétlap: kisebb adagok, gyermekekhez közelálló fantázia neves megfogalmazás, alkalmazkodás külalakban is a gyermekekhez.

## 2. Az étlap külalakjával szemben támasztott követelmények

- Esztétikus megjelenésű, figyelemfelkeltő, vendégcsalogató, a vendéglátó üzlet rangját, jellegét kifejező legyen.
- Szerepeljen rajta az üzlet neve, címe, emblémája, telefonszáma, az üzletvezető és a konyhafőnök neve.
- Az étlapba a nyomtatás után ceruzával, tollal belejavítani nem elegáns.
- Az étlap szerkesztése legyen szellős, logikusan felépített, az írott részek és az árak pedig egyértelműek, jól olvashatóak.

## 3. Az étlap tartalmával szembeni elvárások

- Az ételek szabatos rövid, étvágykeltő elnevezése, idegen nyelven is.
- Az étlapon szereplő ételek mindig kaphatóak legyenek.
- Kívánatos, hogy étel-főcsoportonként egy-egy magyar specialitás is szerepeljen az étlapon.
- Az étterem étlapján szerepeljen az adott tájra jellemző házi specialitás.
- A konyhafőnök ajánlata csak igazi, a házra jellemző különlegességeket tartalmazzon.
- Vágóállatok és vadak húsból készült ételeket legalább 10–12 fajtát tartalmazzon.
- Ha azonos fajtájú állat különböző részeiből készülnek ételek, akkor az étlapon a nemesebb húsrészek szerepelnek előbb a felsorolásban (belső, hátsó)
- Azonos húsból többféle étel kerülhet az étlapra, ebben az esetben az elkészítés módja szabja meg a helyes sorrendet: egészben sütéssel készült ételek, darabban sülték, szeletben sülték, darabolt húsból készültek, darált húsból készültek.
- A vadakból készült ételeknél a helyes sorrend: szárnyasok, kisvadak, nagyvadak.

## 4. Az állandó étlap felépítése

- Hideg előételek 4–5 féle: Hideg libamáj zsírjában, Füstölt marhanyelv tormával, Házisonka sárgadinnyével, Sajtkoktél;
- Levesek 4–5 féle: híglevések (Marhahúsleves, Erőleves), magyaros híglevések (Gulyásleves, Lebbencsleves), különleges levesek (Teknőcleves, Cápauszonyleves), sűrített levesek (Tejfölös burgonyaleves, Jókai-bableves, Tejszínes zalai csirkehúsleves, Zellerkrémleves), gyümölcslevesek (Meggyleves, Almaleves)
- Meleg előételek 4–5 féle: Hortobágyi húsos palacsinta, Rántott Camamber áfonyalekvárral, Májpürével töltött gombafejek;
- Halételek 3–4 féle: édesvízi fehérhúsú (Balatoni süllő egészben sütve, Pisztráng kékre főzve, Töltött csuka), édesvízi barnahúsú (Angolna Molnárné módra, Kecsege Kárpáti módra, Ponty Orly módra), tengeri halak (Zöldséges-tormás lazacszeletek, Paradicsomos-hagymás tőkehalfilé), egyéb hidegvérű állatok (Csigapörkölt);
- Szárnyasokból készült ételek 3–4 féle: fehérhúsú szárnyasok (Töltött csirke gödöllői módra, Kijevi jércemell), barna húsú szárnyasok (Rizses pecsenyekacsa, Hízottliba-sült), Rántott csirkemáj;
- Borjúhúsból készült ételek: Borjúcsülök Pékné módra, Borjúpaprikás;
- Báránnyúsból készült ételek: Báránnyermék rántva, Birkapörkölt;

- Sertéshúsból készült ételek: Csabai karaj, Magyaros szűzermék, Töltött káposzta, Szalontüdő;
- Marhahúsból készült ételek: Angolos bélszín, Bélszínermék Budapest módra, Hátszín Udvarmester módra, Gombás marhatokány;
- Vadhúsból készült ételek: Őzgerinc egyben ütve, Szarvas-szelet Vadász módra, Nyúlcomb vadasan;
- Köretek az étlapon szereplő ételeknek megfelelően: burgonyaköretek (hasáburgonya, Petrezselymes burgonya, Burgonyapüré), rizsköretek (Párolt rizs, Gombás rizs, Mazsolás rizs), tésztaköretek (galuska, tarhonya, kifőtt tészták), vegyes köretek (Párizsi körítés, Virágáru slány köret), zöldköretek (Tavaszi körítés);
- Saláták 5–6 féle: idényjellegű (Paradicsomsaláta, Fejessaláta), főzve készült (Céklasaláta, Vajbabsaláta), tartósított (Ecetes almapiaprika, Csemegeuborka, Csalamádé), vegyes (Görögsaláta, Sopszka, Friss vegyes);
- Sajtok 3–4 féle: penészes- és fehér (Camambert, Brie), lágy és kenhető (tejszínes krémsajt), kecskesajt, félkemény sajtok (Ementáli), kemény sajtok (Edami Parmesan), kék és édeskés sajtok (Gorgonzola, Roquefort);
- Desszertek 4–5 féle: éttermi meleg tészták (Szilvászgombóc, Palacsinták, Aranygaluska,), cukrásztermékek (Somlói galuska, torták, gesztenyepüré, puding), fagyaltok, (adag és kehely), parfék;
- Gyümölcsök 2–3 féle

Természetesen találkozhatunk másféle csoportosítással is. Vannak olyan étlapok, ahol ajánlott köretek együtt szerepelnek a főételekkel. Vannak olyan étlapok, ahol a felsorolásnál nem a fent említett sorrendet követik, hanem a meleg előételek után szerepeltetik a készételeket hús fajtánként és módozatonként és utána írják a frissensülteket ugyancsak hús fajtánként és módozatonként.

Mivel az étlap nem csak a kínálat megjelenítésének eszköze, hanem az üzleti arculati elemek meghatározó tagja, a tulajdonosok és üzemeltetők döntenek el az üzletvezetővel és a szakácsokkal egyeztetve, hogy az étlap melyik formáját választják. Természetesen az egyes ételfélék darabszáma is étlaponként eltérő lehet, hiszen egy vadászház, egy halászcsernye és egy belvárosi étterem kínálatának összeállítását meghatározza az üzlet jellege és a vendégkör. A vadászház étlapján leginkább hagyományosan vadhúsból készíthető előételek, levesek, főételek és ezekhez illő köretek, desszertek, saláták fognak szerepelni. A halászcsernyével viszont a halételek kínálatában nem fog tudni versenyezni a belvárosi étterem. Amikor étlapot állítunk össze, tekintettel kell lenni a fent említetteken kívül arra is, hogy az étlapon szereplő ételek ne csak az alapanyag, de az elkészítés módja szerint is változatosak legyenek. Figyelni kell, mert ha a köretek nem szerepeltetjük az ételnevek mellett, akkor bizonyos ételek jellegadó köreteit mindenképpen fel kell tenni az étlapra (Pl. Sertésborda bakonyi módra, Bélszín Budapest módra).

## TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. Keresse ki az alább felsorolt ételek receptúráit az Internetről vagy ételkészítési technológia szakkönyvekből és állítsa fel az étlaphoz kerülés sorrendjét a szakmai információtartalomban leírtaknak megfelelően!

Sajtkoktél, marhahúsleves, zellerkrémleves, meggyleves, májpürével töltött gombafejek, balatoni süllő egészben sütve, töltött csirke gödöllői módra, borjúpaprikás, csabai karaj, töltött káposzta, bélszínérmék Budapest módra, hátszín udvarmester módra, nyúlcomb vadasan, hasáburgonya, petrezselymes burgonya, gombás rizs, galuska, paradicsomsaláta, ecetes almaaprika, aranygaluska;

MUNKANYELVI ÉRTÉKELÉS

2. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 4-5 féle hideg előételt és írja ide a kiválasztott ételeket!

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 4-5 féle levest és írja ide a kiválasztott ételeket!

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 4-5 meleg halételt és írja ide a kiválasztott ételeket!

---

---

---

---

---

---

---

---



AZ ÉTLAP FAJTÁI, KÖVETELMÉNYEI, AZ ÉTELVÁLASZTÉK CSOPORTOSÍTÁSA

5. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 4–5 féle húsélt húsajtáéként és írja ide a kiválasztott ételket!

MUNKANYAG

6. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 6-7 féle köretet és írja ide a kiválasztott ételeket! Ügyeljen, hogy minden húsetelhez tudjon köretet választani a vendég!

MUNKAMINTA

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

7. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 6-7 féle salátát és írja ide a kiválasztott ételeket!

MUNKAMINTA

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

8. Gyűjtsön ki az előző fejezetből és ebből a fejezetből 6-7 féle desszertet és írja ide a kiválasztott ételeket!



Ezután nézzék végig ezt a nyers étlapot szakoktatójával és javítsák ki benne az esetleges sorrendi és tartalmi hibákat! Amennyiben elkészülnek vele, Ön nagy valószínűséggel összeállította élete első étlapját. Meg kell jegyezni azonban, hogy ez az összeállítás most a melegkonyhás vendéglátó egység jellegétől (magyaros étterem, halászcsernye, gyermekétkeztetés) és a beszerzési lehetőségektől (milyen minőségű és előkészítettségű árut, honnan, mennyi idő alatt, mennyiért) teljesen függetlenül készült el. Sem az üzlet jellegét sem pedig a beszerzési lehetőségeket soha nem hagyhatjuk figyelmen kívül az étlapok összeállításakor!

### Megoldás

A tanulásirányító 1. feladatának megoldása: Sajtkoktél, marhahúsleves, zellerkrémleves, meggye leves, májpürével töltött gombafejek, balatoni süllő egészben sütve, töltött csirke gödöllői módra, borjúpaprikás, csabai karaj, töltött káposzta, bélszínérmék Budapest módra, hátszín udvarmester módra, nyúlcomb vadasan, hasábburgonya, petrezselymes burgonya, gombás rizs, galuska, paradicsomsaláta, ecetes almapirika, aranygaluska;

## ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

### 1. feladat

Írja le, mit tud az állandó étlap külalakjáról és tartalmáról!

MUNKANYAG

### 2. feladat

Határozza meg a napi étlap fogalmát!

**3. feladat**

Határozza meg az alkalmi étlap fogalmát!

---

---

---

**4. feladat**

Határozza meg a diétás étlap fogalmát!

---

---

---

**5. feladat**

Határozza meg a gyermek étlap fogalmát!

---

---

---

## MEGOLDÁSOK

### 1. feladat

Külsőalak:

Esztétikus megjelenésű, figyelemfelkeltő, vendégcsalogató, kifejezi a vendéglátó üzlet rangját.

Szerepeljen rajta: az üzlet neve, címe, emblémája, telefonszáma, az üzletvezető és a konyhafőnök neve.

Tilos beleírni ceruzával!

Az étlap szerkesztése legyen szellős, logikusan felépített, az írott részek és az árak pedig egyértelműek, jól olvashatóak.

Belül:

Az ételek szabatos rövid, étvágykeltő elnevezése, idegen nyelven is.

Az étlapon szereplő ételek mindig kaphatóak legyenek.

Kívánatos, hogy étel-főcsoportonként egy-egy magyar specialitás is szerepeljen az étlapon.

Az étterem étlapján szerepeljen az adott tájra jellemző házi specialitás.

A konyhafőnök ajánlata csak igazi, a házra jellemző különlegességeket tartalmazzon.

Vágóállatok és vadak húsból készült ételeket legalább 10–12 fajtát tartalmazzon.

Ha azonos fajtájú állat különböző részeiből készülnek ételek, akkor az étlapon a nemesebb húsrészek szerepelnek előbb a felsorolásban (bélszín, hátszín)

Azonos húsból többféle étel kerülhet az étlapra, ebben az esetben az elkészítés módja szabja meg a helyes sorrendet: egészben sütéssel készült ételek, darabban sülték, szeletben sülték, darabolt húsból készültek, darált húsból készültek.

A vadakból készült ételeknél a helyes sorrend: szárnyasok, kisvadak, nagyvadak.

### 2. feladat

Napi étlap: napokra lebontva jeleníti meg a kínálatot. Változatosságot biztosít, mert összeállítási szempontja, hogy egy bizonyos időtartamon belül a kínálat nem ismétlődhet.

**3. feladat**

Alkalmi étlap: különleges rendezvények esetén alkalmazzák, ahol nagyobb létszámú vendégek kell ellátni rövid idő alatt (Pl. Golf Világbajnokság két hete). Adott eseményhez kötődő, speciális, rendszerint kevés ételből álló, díszesebb kivitelezésű.

**4. feladat**

Diétás étlap: fűszermentes, kalóriaszegény ételeket tartalmaz, speciális ételekkel (liszt érzékeny embereknek, tejcukor érzékeny embereknek, cukorbetegnek).

**5. feladat**

Gyermekétlap: kisebb adagok, gyermekekhez közelálló fantázia neves megfogalmazás, alkalmazkodás külalakban is a gyermekekhez.



## IRODALOMJEGYZÉK

Ajánlott irodalom:

Burkáné: Vendéglátó Ismeret, Képzőművészeti Kiadó, 2002.

HEFOP 3.5.1 NSZFI: Vendéglátási tevékenységek gyakorlása, Panem Kft., 2007.

Dr. Dunszt Károly–Oriskó Ferenc–Ónódi Ferenc–török István János: Vendéglátó Technológia, Képzőművészeti Kiadó, Budapest, 2004.

Ónódi Ferenc–Török István János: Felsőszolgáltató ismeretek, Képzőművészeti Kiadó, Budapest, 2002.

MUNKANYAG

A(z) 1429-06 modul 007-es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
52 811 01 0000 00 00	Élelmezésvezető
33 811 03 1000 00 00	Szakács
52 811 02 0000 00 00	Vendéglős

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:  
15 óra

MUNKANYELVI ANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv  
TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának  
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap  
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet

1085 Budapest, Baross u. 52.

Telefon: (1) 210-1065, Fax: (1) 210-1063

Felelős kiadó:

Nagy László főigazgató