



Kiss Iren

Állati eredetű élelmi anyagok előkészítése II.

NSZFI
NEMZETI SZAKKÉPZÉSI
ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI INTÉZET

A követelménymodul megnevezése:

Előkészítés

A követelménymodul száma: 1464-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-020-30

SZÁRNYASOK, TOJÁS ÉS A HALAK ELŐKÉSZÍTÉSE

ESETFELVETÉS – MUNKAHELYZET

Az ételkészítés fizikai és kémiai folyamatok, valamint hatások összessége, amelyek meghatározott sorrendben követik egymást. Az előkészítés, feldolgozás, elkészítés kapcsolatrendszerét nevezik az ételkészítés technológiájának. Ebben a tananyag részben a szárnyasok, tojás és halak előkészítési folyamatával fognak megismerkedni.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

1. Szárnyasok osztályozása:

A szárnyasok húsának minősége függ a felhasználásra kerülő állat:

- korától,
- nemétől,
- fajtájától,
- táplálásától,
- vágási körülményeitől,
- a vágás és a felhasználás között eltelt időtől.

A háziszárnyasokat húsuk színe szerint csoportosítjuk, így megkülönböztetünk fehér és barnahúsú szárnyasokat.

Fehérhúsú szárnyasok jellemzése:

A fehér húsú háziszárnyasok húsának színe a tört fehértől a világos rózsaszínig terjed. Rostozatuk általában laza. Magas a fehérje- és víztartalmuk, ezért könnyen emészthetőek és a diétás étrend egyik kedvelt húsfélesége.

A fehér húsú háziszárnyasok csoportosítása:

- *Csibe*: Fiatal, kb. 40–50 dkg súlyú, 7–8 hetesnél nem idősebb állat, frissen sütve (rántva, párizsiasan) készítik.
- *Csirke*: Fiatal, kb. 70–80 dkg súlyú, 12 hetesnél nem idősebb állat, frissen sütve, párolva, egészben sütve készítik.

- *Jérce*: 3–7 hónapos nőivarú állat, súlya 1–1,2 kg, mellcsontjának vége porcos, rugalmas, töltve, egészben sütve, párolva, mellét lefejtve, filének készítik.
- *Tyúk*: 1 hónaposnál idősebb, nőivarú állat, súlya 1,5–2,5 kg is lehet. Mellcsontjának vége elcsontosodott, lába erős, gyűrűs. Gyakran zsírosra hízik, zsírja, sárga színű. Főzéssel vagy párolással készíthető levesnek.
- *Kappan*: Fiatal, ivartalanított kakas, melynek súlya 1,2–1,5 kg lehet. Húsa finom rostozatú, jóízű, esetenként zsírosra hízik. Egészben sütve, párolva, főzve készíthető.
- *Kakas*: 7 hónaposnál idősebb állat, súlya 1,2–2,5 kg. Lábán sarkantyú van és mellcsontjának vége elcsontosodott, nem hajlítható. A kifejlett állat húsa rostosabb, mint a tyúké, főzve, párolva készíthető.
- *Pulyka*: Fehér húsú háziszárnyasok közül a legnagyobb, 8 hónapos korára 6–10 kg súlyú is lehet. A fiatal pulyka lábai simák, fényesek, míg az idősebb pulyka lábai fénytelenek, durvák, recések. A mellehúsa finom rostozatú, omlós, így ez filének is felhasználható.

Barna húsú háziszárnyasok:

A barna húsú szárnyasok húsának színe a világosbarnától a sötétbarnáig terjed. Húsuk rostos, ezért nehezebben emészthető. Zsírtartalmuk nagy, amely a bőr alatti kötőszövetekben és a hasüregben rakódik le, valamint az izmok is jelentős mennyiségű zsírt tartalmaznak.

A barna húsú háziszárnyasok csoportosítása:

- *Kacsa*: kedvelt baromfi körülbelül 2 és fél hónap alatt 2–3 kg súlyt is elérheti. A fiatal állat csőrének alsó része könnyen hajlítható, az ilyen kevésbé zsíros állatot nevezik pecsenyekacsának. Mája értékes, gazdag íz-, illat- és zamatanyagokban sokrétű a felhasználási lehetősége. A hímállatot gácsérnak nevezik. A kacsa készíthető egészben sütve, párolva.
- *Liba*: nagy testű, zsíros állat, elérheti a 9–10 kg-os súlyt is. Az idős állat neve lúd. A fiatal libát, melynek csőre még hajlékony, egybesütéssel készíthetőek. Az idősebb, nagy testű, zsírosra hizott lúd csőre kemény, feldarabolva készíthető el párolva, főzve, sütve, továbbá vagdaltnak, apróléknak. A hizálás eredményeképpen a libamáj nagyra nőhet, jó ízű, puha állományú, zsíros szerkezetű. Az liba mája értékesebb, mint a húsa, sütve, pirítva, rántva, pástétomnak készíthető el.
- *Gyöngytyúk*: súlya 1,5 kg-ot is elérheti. A fiatal gyöngytyúk lába fényes és sima és a mellcsontjának vége rugalmas, valamint az idősebb állat lába recés, mellcsontja merev. Legértékesebb része a viszonylag vastag mellehúsa. A combjai aránylag kicsik. Húsának íze a vadszárnyasok húzához hasonlít.

A szárnyasok előkészítése:

Az élő állat tisztítása:

A baromfi lábait és a szárnyait összekötözik, majd az összekötözött lábakat a lábuk közé kell szorítani, nyakát hátrahajtják és egy nagyon éles késsel, a feje alatt közvetlenül átvágják a nyakát.

A vérét fogják fel egy tálba. A levágott szárnyast mártsák forró, de nem lobogó vízbe néhány pillanatra, majd fektessék deszkára, és a tollait tépkedjék ki. Ha a toll nehezen jön ki, akkor az állatot még egyszer mártsák meg a forró vízben, ne hagyják kihűlni, a kihűlt szárnyasnak nehezen jön ki a tolla. A lábáról fejtsék le a viaszos részt. Ha tisztítás után még maradna pihe vagy tolltok, akkor tépkedjék ki csipesszel és gázláng fölött óvatosan húzzák át a megtisztított baromfit.

A szárnyas bontása:

A jól megmosott baromfit gondosan szárazra törölik és deszkára fektetik. Kivágják a végbélnyílást és a farok részén lévő faggyúmirigyet. Éles késsel vágják fel a bőrt, a végbélnyílásától egészen a mellcsontig, de ügyeljenek arra, hogy ne vágjanak bele a belekbe. A nyílást óvatosan tágítsák ki és a mellcsont alatt benyúlva a baromfi belsejébe, egészben vegyék ki a hasüreg tartalmát, a belső zsigereket. Vigyázzanak, hogy az epehólyag ne sérüljön meg, mert a kifakadó epe teljesen tönkreteszi a májat és a hús egy részét is. A szárnyas belsejét folyó vízzel többször ki kell öblíteni, majd hagyják lecsepegni. A májat és a zúzat, az esetleges bélhájjal együtt, válasszák le a belekről, a májról vágják le az epét és a zöldsre színeződött részt és tegyék tiszta, hideg vízzel teli tálba. A zúzat vágják félbe, beltartalmát dobják ki és többször mossák át, majd fejtsék le róla a vastag belső hárttyát. A szárnyas fejét és nyakát vágják le és húzzák ki a gégét meg a nyelőcsövet. Ha tölteni akarják, akkor a mellrésznél hagyják hosszabbra a bőrt, így később jobban lezárható. A lábakat az ízületnél vágják le, majd csípjék le a karmokat.

Szárnyasok darabolása:

A szárnyasokat az előkészítés során ne áztassák hosszú ideig vízben, mert értékes nedvei, íz anyagai kiáznak. A feldarabolásnál ügyeljenek arra, hogy csak az ízületeknél vágják át a végtagokat, hogy minél kevesebb szilánk képződjön. A kisebb csirkét négy-, a nagyobbakat nyolcfelé darabolhatják. A négy részre vágásnál két elejét és két hátulját kapnak. A nyolc részre darabolt csirke két combból, két félbevágott mellrészből, két szárnyból a hozzávágott mellhússal, valamint két hátrészből áll.

Bontott csirke előkészítése:

Amennyiben darabolva (comb, szárny, mell, aprólék) vásárolnak frissen csirkét, a bőr átvizsgálása után mossák meg és csepegtessék le. A bontott csirke, fej, nyak, láb és tüdő nélkül, visszahelyezett belsőséggel és nyakkal kaphatóak. Ezek lehetnek: konyhakész fél csirke szárnytővel; első és hátsó negyedelt csirke; csirkemell csonttal és csont nélkül; ezen kívül tyúkmell és csirkecomb csonttal és bőrrel. Máj szívvel, tisztított zúza a belsőségek közül, az aprólékok – a fej, a láb, a szárny, a far-hát – külön-külön és együttesen is kapható. A fagyasztott termékeket (mindig lassan, nem meleg vízben) engedjék fel, és az előkészítést mosás, átvizsgálás, darabolás a fentiekhez hasonlóan végezzék.

Előkészítés sütéshez:

A fiatal jérce és a pulyka mellcsontjáról a mellhús lefejtése – szaknyelven filézése – előtt a bőrt szedjék le.

Ezeknek a szárnyasoknak fehér a húruk, ezért enyhébben fűszerezék őket. A csirkét úgy készítsék elő a sütéshez, hogy a szárnyait erősítsék hozzá a mell két alsó oldalához, combjait pedig a püspökfalathoz kötözzék. Ha feldarabolják, akkor legelőször vágják le a szárnyakat, azután a combokat, majd a mellét, amit hosszában is kettévághatnak. A sütés megkezdése előtt kívül-belül sózzák meg, a belsejébe a majoránát vagy a frissen őrölt fehér borsot szórjanak, és petrezselyem vagy zeller zöldjét tegyenek bele.

KACSA, LIBA előkészítése:

Zsíros szárnyas húrok. Előkészítésük nagyrészt megegyezik a csirkéével: a kövér szárnyasok bőrét éles késsel két irányba vagdalják be (kockázzák), hogy a zsírja jobban kiszűljön. A kacsza és a liba feldarabolása annyiban különbözik a csirkéétől, hogy a mellét keresztben vágják félbe.

Pulyka előkészítése:

Előkészítése megegyezik a más szárnyasokról leírtakkal, nyilvánvalóan az állat termetéből adódóan nagyobb darabokat kapnak, ezért fokozottabban figyeljenek az egyenletes elosztásra (csontos és húsos részek arányára). A pulykánál célszerűbb az étel jellegének megfelelő húsrészt vásárolni a szakboltokban. A pulyka vastagabb húsrészeit (mell, comb), célszerű füstölt szalonnacsíkokkal megspékélni – azaz vékony szalonnacsíkokat vágjanak, és a hús rostozatának irányában tűzdelő tűvel azt szűrják bele. Ha nincs spékélő tű, egy hegyes és éles késsel vékony nyílás (oka) – t vágjanak a húsba, és ujjukkal tömődjék bele a szalonnát. A másik, amire ügyelni kell, hogy az alsó combból az inakat el kell távolítani, mert elkészítés közben ezek "összehúzzák" a húrt. **Az eltávolítás menete a következő:** a combon a láb felőli részen a bőrt és az inak végződését vágják körbe a csontig, majd az inakat száraz konyharuhával – ha nagyon erősek esetleg laposfogóval – megfogva húzzák ki. A bébi pulyka 3–4 kg-os, a hizlalt pulyka pedig akár 8–9 kg-ra is megnőhet. Legértékesebb része a melle. A pulyka combja inas, elkészítéskor ne felejtsek el kihúzni belőle a "szalagot"! A bébi pulykát egyben szokás megsütni, ennek a combja is finom. A pulykahús jó paprikásnak, ragunak, vagdaltnak, egyben is meg lehet sütni, az aprólékból pedig levest és mártásos ételt készíthetnek.

Belsőségek meghatározása és felhasználásuk:

A hústermelésben **belsőségeknek** nevezik a vágóállatok testüregében található szerveket, zsigereket, amelyek főleg a mell- és a hasüregben, illetve a medencében találhatóak. Ezek a szív, zúza, tüdő (pejsli), gyomor (pacal), belek, máj, vese, lép. A húskereskedelem ide sorolja az agyvelőt, farkat, nyelvet, velős csontot, lábat, szemgolyót, vért, bár ezek nem tartoznak, az anatómiai felosztás szerint, a zsigerekhez.

- **Szív:** eltávolítják a szívburkot, az érmaradványokat és az esetleges vérrögöket. Önállóan pörköltnek készíthetik el.
- **Zúza:** félig bevágva, távolítsák el a begy tartalmát a belső felületet borító bőrrel együtt, majd kívül tisztítsák le a felesleges zsírtól és alaposan mossák le. Pörköltöt, ragut készíthetnek belőle.

- **Máj:** óvatosan vágják le az epét, illetve az epével színezett részt. Sütve, raguk elemeként használható.

2. A tojás előkészítése:

A tojás által közvetített fertőző betegség a szalmonellózis, Magyarországon és az európai országok többségében is gyakori a szalmonellafertőzés. A megbetegedés súlyosabb esetekben hányással, hasmenéssel, hasi görcsrel, magas lázzal jelentkezik, enyhébb esetekben csak hasmenéssel járó heveny fertőző betegség. A betegség lappangási ideje: 6–48 óra. A baromfiállomány fertőzöttségéből eredően a tojás felhasználásával készült különféle ételek fogyasztása (madártej, tejes, vaníliás sodó, nyers tojással kevert túros palacsinta, – túrótorta, máglyarakás, krémes, majonézes saláta, tatárbifsztek, stb.) gyakran idéz elő ilyen megbetegedést a vendéglátásban étkezők körében. Fertőzési veszélyt elsősorban a tojánhéjon baromfiürülékkel vagy szemmel nem láthatóan megtapadó baktériumok jelentenek, de a tojásbennék is tartalmazhatja a kórokozót, ha a baromfi petefészke fertőzött volt. A baromfiállomány szalmonellamentesítése világszerte megoldatlan, ezért a tojás helyes kezelésével és a felhasználása során alkalmazott konyhatechnológiai eljárásokkal kell elhárítani a fertőzési veszélyt.

A tojás kezelése, felhasználása:

- **Beszerezés:** Ajánlatos tiszta, friss, ép tojást vásárolni. A kereskedelemben kapható tojások többnyire jelöltek, ezért a frissességet a megbízható helyről való vásárlás garantálhatja.
- **Tárolás előtti tisztítás:** Ha szennyezett a tojás, a héjon lévő vér- és ürülékfoltot tárolás előtt kell eltávolítani száraz tisztítással, kefével, dörzspapírral. A tárolásra szánt tojást nem szabad nedvesen tisztítani, mert így megsérülhet a tojás természetes, külső védőrétege, s a héj átjárhatóvá válhat a baktériumok számára.
- **Tárolás:** A héjas tojást száraz, hűvös helyen (optimálisan 70–80% páratartalmú, 2–18 °C léghőmérsékletű), elkülönített tojásraktárban helyes tárolni. Elkülönített tároló helyiség hiányában a tojást – kényszermegoldásként – a földesáru-raktárban lehet tárolni.
- **A frissesség megállapítása:** A héjas tojás frissessége vízbemerítéssel ellenőrizhető: a friss lemerül, a vízben lebegő nem friss, de fogyasztásra még alkalmas, a víz felszínén maradó tojás általában nem fogyasztható. A vízbemerítéses próbát közvetlenül a felhasználás előtt kell elvégezni. A feltört friss tojást átlátszó fehérje, egészben maradt sárgája és jól látható jégzsinór jellemzi, míg a felhígult, zavaros fehérje, a zöldes, vöröses, szétfolyt sárgája baktérium okozta romlásra utal.
- **Tojásfertőtlenítés, közvetlenül a felhasználás előtt:** Az étkeztetés közegészségügyi szabályairól szóló 9/1985. (X. 23.) EüM-BkM sz. együttes rendelet előírása értelmében "a tojást – a felhasználását megelőzően – a szennyeződéstől meg kell tisztítani és fertőtleníteni kell." Ezt a műveletet elkülönített tojáselőkészítő helyiségben célszerű végezni.

- Tojáselőkészítő helyiség hiányában a zöldség-előkészítőben vagy (ahol ez nincs) a zöldségraktárban (de mindenképpen olyan helyen, ahol tisztább terméket nem szennyezhet) kell a tojás tisztítását, fertőtlenítését elvégezni, kizárólag erre a célra használt és a rendeltetésnek megfelelően, maradandóan megjelölt edényben.
- A tisztító és a fertőtlenítő műveletet a tojás utószennyeződésének elkerülése végett közvetlenül a felhasználás előtt kell végezni. A felhasználást nem közvetlenül megelőző nedves tisztítás és fertőtlenítés azért sem kívánatos, mert a nedves eljárás kedvezőtlenül befolyásolja az eltarthatóságot, elősegíti a tojás apadását. Ez a magyarázata a tárolás alatti páralecsapódástól való tojásvédelemnek is. A szárazon nem tisztítható szennyeződést (vérfolt, ürülék) mosással, áztatással kell eltávolítani, illetve a szennyeződést fellazítani. A fertőtlenítés hatékonysága szempontjából ez döntő jelentőségű, mert a fertőtlenítőszer baktériumölő hatása szerves anyag (pl. baromürülék) jelenlétében csökken, vagy nem érvényesül azáltal, hogy hatóanyaga elsősorban a baktériumokat körülvevő szennyezőanyaghoz kötődik. Minden tojásfertőtlenítésre engedélyezett szer alkalmazható, az előírt töménységgel és behatási idővel. Könnyű beszerezhetősége miatt legelterjedtebb a háztartási **Hypo** használata, melynek baktériumölő hatását aktív klór tartalma biztosítja. A fertőtlenítőoldatot **2%-os töménységűre** (10 l vízhez 2 dl Hypo) kell készíteni. Az így elkészített oldatban a tojáshéjon lévő szalmonellák pusztulása 5–10 perc alatt következik be. Lejárt minőségű megőrzési idejű Hypóval a kívánt hatás nem érhető el! Az elhalt baktériumokat és a fertőtlenítőszer-maradékot a fertőtlenítőoldatnál melegebb, de maximum 40 °C-os folyó vízzel kell öblíteni. A fertőtlenített tojás tiszta edénybe (nem az eredeti tojástartóba!) helyezve kerülhet a konyhába. A repedt, törött tojás nem fertőtleníthető! A héjsérülésen át baktérium kerülhet a tojás beltartalmába, ezért a repedt, sérült héjú tojást felhasználni tilos.
- **Ózonnal fertőtlenített tojás:** A kereskedelemben ma már kapható fertőtlenített héjú tyúktojás beszerzésével a konyhaüzemben történő tojásfertőtlenítés elkerülhető. Az ózonnal történő fertőtlenítés elpusztítja a héjon lévő kórokozó baktériumokat, azonban nem befolyásolja a tojás beltartalmának esetleges bakteriális szennyezettségét, ezért a hűtéssel és hőkezeléssel kapcsolatos higiénés szabályokat az ózonnal kezelt tojás felhasználása során is be kell tartani. A fertőtlenített héjú tojást a szennyezett nyersanyagoktól elkülönítve, száraz helyen tojástároló helyiség hiányában a szárazáru-raktárban más áruféleségtől elkülönítve, a gyártó által javasolt hőmérsékleten kell tárolni.
- **A fertőtlenített tojás felhasználása:** A tojásokat egyenként, külön csészébe célszerű felütni és csak érzékszervi ellenőrzés után szabad a többihez adni. A feltört tojást nem szabad tárolni, haladéktalanul fel kell dolgozni. A feltört tojásba (eredendően vagy a nem kielégítő fertőtlenítés következtében) bekerült szalmonellák sorsát az étel jellegétől függő konyhatechnológiai műveletek hőkezelés (főzés, sütés) vagy hűtés határozzák meg. Jó hőkezeléssel a baktériumok elpusztíthatók, hűtéssel a szaporodásuk gátolható. (fontos tudni, hogy a megbetegedés létrejöttét, illetve súlyosságát az elfogyasztott ételben lévő élő baktériumok mennyisége határozza meg.)
- **Tojással készült veszélyes ételek:**

- A rántottát, tükörtojást addig kell hőkezelní, amíg a fehérje és a sárgája is megszilárdul.
- A héjában főtt tyúktojás biztonságos hőkezelési ideje méretétől függően a forrástól számítva legalább 7–9 perc.
- A nyers tojásból készült ételeket addig kell sütni, főzni, amíg maghőmérsékletük legalább 2 percen át eléri a 70 °C-ot.
- Az ételmaradékot és az előre megsütött, megfőzött ételeket a kiszolgálásig hűtőhőmérsékleten (optimálisan +5 °C alatt) vagy forrón (63 °C fölött) kell tartani. Langyos hőmérsékleten a baktériumok nagymértékben elszaporodhatnak, ezért rendeleti előírás szabályozza, hogy a 3 órán túl tárolt, melegen fogyasztandó ételt csak alapos újrahőkezelés után szabad kiszolgáltatni.
- Az újrasütést–főzést nem kell elvégezni, ha az ételt az elkészítéstől folyamatosan 63 °C fölött – ellenőrizhető hőmérsékletű étel–melegentartóban tárolják (ezen a hőmérsékleten a baktérium nem szaporodik), azonban mindig kötelező a kiszolgálás előtti újrahőkezelés forralásig hevítve vagy legalább 2 percen át tartó 70 °C-os maghőmérsékletre, ha az ételt szállították és ez nem termoszedényben történt.
- Az olyan melegen fogyasztandó tojásos ételt, melyet – a rendelkezésre álló sütő–főző berendezéssel nem lehet jelentős minőségi károsodás nélkül újrahőkezelní (pl. tojásos galuska) nem szabad eltenni és szállítani.
- Kiszolgálás előtt a termoszedényben szállított étel hőmérsékletét is ellenőrizni kell.
- Az egyadagos kiserelésű meleg étel szállítása a konkrét technológiára vonatkozó engedély alapján végezhető. A recept szerint nyers tojással, hőkezelés nélkül készítendő ételeknél (tatárbifsztek, majonéz, tartármártás) a friss, tisztított, fertőtlenített tojás felhasználásával, a technológiai műveletek gyors lebonyolításával és a készítmény hűtve tárolásával csökkenthető a kockázat.
- A savanyú közeg gátolja a baktériumok szaporodását, a majonézt és a tartármártást úgy kell savanyítani, hogy vegyhatása (ellenőrzésére indikátorpapír használható) pH 4 vagy ennél alacsonyabb legyen. Majonéz készíthető pasztörözött tojásléből vagy tojásporból is, tartármártás pedig a kereskedelmi forgalomban kapható biztonságos technológiával készült majonéz felhasználásával.
- A friss, tisztított, fertőtlenített tojás használatának hangsúlyozása mellett, a hőhatás mértékére vonatkozóan módosítani kell a gyengén hőkezelendő tojásos ételek receptjét, úgy hogy az ételjellemző sajátosságait megtartó, lehető legalaposabb hőkezelést végezzék.
- A nyers tojással kevert túrótelékes palacsintát jól át kell sütni, a tejes vagy vaníliás sodót alaposan fel kell forralni.
- A madártej és a habgaluskát helyes jól átfőzni, de díszíthető tejszínhabból formázott galuskával is.
- A máglyarakás tetején a tojásfehérjehabot ajánlatos rózsaszínű helyett barnára sütni.

- A főzött tojásos ún. sárga krémeket minél gyorsabban kell lehűteni és a kész süteményt (krémes, képviselőfánk) hűtőben tárolni. Az ilyen termékek "A vendéglátás és közétkeztetés keretében történő élelmiszer-előállítás és forgalmazás feltételeiről" szóló 80/1999. (XII. 28.) GM-EüM-FVM együttes rendelet előírása értelmében csak a hűtlánc megtartásával szállíthatók, hűtött szállítás hiányában csak az előállítás helyéhez közvetlenül csatlakozó, illetve ugyanazon épületben lévő üzletben forgalmazhatók.
- A tojáskrém süteményeket hűtőpultból kell árusítani.
- **A fertőző anyag terjedésének elkerülése:**
 - A nyers tojással érintkező edényeket, eszközöket a főzőtérből haladéktalanul el kell távolítani.
 - Minden olyan felületet (edény, eszköz), amely érintkezett a nyers tojással, a fekete edényekre vonatkozó mosogatási szabály szerint az alkalmazott szertől függően két-, illetve három fázisban (zsírolás, fertőtlenítés, öblítés) kell elmosogatni.
 - Mosogathoz és takarításhoz minden olyan szer alkalmazható, amely e célokra engedélyezett.
 - A héjas tojással való foglalkozás után a dolgozónak kötelessége a kezét alaposan tisztára mosni, fertőtleníteni, valamint akkor is, ha az ételkészítést megszakította, különösképpen WC-használat után.

3. A halak előkészítése:

A hal kábítása:

Az élő halat hasi részére fektetik, egyik, konyharuhába burkolt kezükkel fogják meg a törzsét s a másik kezükbe fogott bárd fokával a tarkóra mért erőteljes ütéssel elkábítják, majd hegyes késsel a kopolyún keresztül átszúrják a gerincet. Ezután megtisztítják a halat.

A halak bontása és tisztítása:

- *A pikkelyek eltávolítása:* Ehhez az állatot az oldalára fektetik, az egyik kezükkel fogják meg a farkát, s egy éles, hegyes késsel a farkától a feje felé haladva fejtsék le a pikkelyeket. Ennek során a kést a bőr és a pikkelyek közé csúsztatva "lepattintják", illetve kaparják le a lemezeket, lehetőleg úgy, hogy ne kaszabolják össze az állat bőrét. (A halak többnyire csúszósak, így a biztonságos megfogásukban sokat segíthet, ha a felületüket előbb szárazra törölik, majd konyharuhával fogják meg a testüket.)
- *A halak zsigerelese:* A lepikkelyezett és alaposan lemosott, leszárított halat az oldalára fektetik, leszorítják, majd egy kicsi, éles és hegyes késsel a végbelétől a torkáig óvatosan felvágják a hasát. Fontos, hogy sekélyen vágják, és meg ne sértsék a belső szerveit, ugyanis az esetlegesen kiömlő epe élvezhetetlenül keserűvé teszi a húst. A belsőségeket tartó szöveteket vágják át, s óvatosan emeljék ki a hasüreg tartalmát. A tejet, illetve az ikrát, s esetleg a májat válasszák külön, tisztítsák meg a rájuk tapadó részekről, majd töröljék szárazra, s a további felhasználásig tegyék hűtőbe.

- *A halak darabolása:* Ha a halat darabolva akarják felhasználni, akkor a következő lépésként a kopoltyúk mögött, egy határozott mozdulattal vágják le a fejét. A fej felhasználás (főzés) előtt további tisztításra szorul: vágják ki a kopoltyúkat, a keserűfogot (ez pld. a pontyban a sárga színéről ismerhető fel), valamint a kés hegyével emeljék ki a szemgolyókat. Lemosás és szárazra törlés után a fej elhelyezhető a hűtőbe. A hal törzséről késsel, vagy ollóval vágják le az uszonyokat és a farkat. Amit így kapnak az a tisztított halderék, amelynek további darabolása már az étel jellegétől függ. Rántáshoz, rostos sütéshez, halászléhez általában (1,5–2 cm széles) U-alakú szeleteket kell vágni a gerincre merőlegesen. (A hal vállánál általában kevesebb a száalka, s azok vastagabbak is, míg a fark felé eső keskenyebb részeken kisebbek és gyakoribbak.) Szokás például a ponty vékonyabb hasi húását külön levágni (ez a laposfilé), mivel ez a rész jóformán száalkamentes. Ezt felhasználhatják szeletben sütvé, vagy felkockázva halászlébe, paprikásba. Terjedelmesebb szeletekhez a klasszikus filézéssel, azaz az egybefüggő halhúsnak a bordákról való lefejtésével juthatnak. Az egyben hagyott esetleg a laposfélétől már megszabadított halderék süthető, főzhető, de egyes fajtáknál tanácsos az előzetes irdalás, azaz a száalkák felaprítása. Ízléstől, illetve recepttől függően szükség lehet még a halbőr lefejtésére is.
- *A halak filézése:* A halat szárazra kell törölni és az oldalára fektetni. A fej felől indulva a gerinc mentén (a gerinc felfelé álló nyúlványaira „támaszkodva”) egy vékony hegyes késsel vágják végig a hátát; a hasüreg végénél, ahol a bordák már nem domborodnak, a kést tolják mélyre, annyira, hogy a farknál már teljesen vágják át a halat. Ezután menjenek vissza az elejére, s az előbb ejtett vágásba helyezve a kést, azzal (az íves csontokon csúsztatva) fejtsék le a húst a hal oldaláról. Ugyanezt tegyék a hal másik oldalán is. A nagyobb testű halakat könnyebben filézhetik, ha a törzset előtte két vagy három darabra vágják.
- *A filék nyúzása:* Ha a filét a bőrtől is meg akarják szabadítani, akkor vegyenek egy széles pengéjű kést. A filét fektessék a bőrével lefelé egy sima felületre. A farkánál fejtsék le a húst annyira, hogy alatta a bőrt kézzel meg tudják fogni, majd a kést arra ráfektetve, a filét a bőrénél fogva lassan húzzák át ezen az alkalmi „gyalun”.
- *Az irdalás:* A száalkás halak élvezhetővé tételének hatékony módja az irdalás, amelynek során a húspan megbúvó száalkákat apróra s így veszélytelenre darabolják. Ha filét irdalnak, akkor a szeletet bőrrrel lefelé fektessék a deszkára (úgy, hogy a vastagabb oldala felénk essen), s egy igen éles és vékony pengéjű késsel – az egykori gerincvonalra merőlegesen 2–3 mm sűrűn vagdalják be. A húst igyekezzenek úgy átvágni, hogy a bőrt ne sérüljön meg. Ha haltörzset irdalnak, akkor azt mindkét oldalán a gerincig vagdalják be. Ekkor értelemszerűen a bőrt is át kell vágni, a bőr a párhuzamos bemetszések ellenére is egybefogja a húst a sütés vagy a főzés ideje alatt. Olykor használják az irdalást nem száalkás halaknál is, bár ilyenkor jóval ritkábbak a bevágások. (1–3 centiméterenként követik egymást.) Ennek a díszítésen túl az az értelme, hogy a bevagdalt hal gyorsabban süthető–főzhető, illetve így zsiradékot és fűszereket is be lehet juttatni a hús mélyebb rétegeibe. A rostra szánt vastag halszeleteket ugyancsak tágabb közökkel és a bőr felől irdalják, ami azt is meggátolja, hogy a bőr összerántsza a szeletet.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. Gyakorlati munkahelyén vegyen részt a szárnyasok előkészítésében!
2. Írja le a szárnyasok előkészítésének menetét, ha élő tyúkot hoznak az egységbe!
3. Gyakorlati munkahelyén végezze el a szárnyasok zsigerezését!
4. Gyakorlati munkahelyén végezze el a szárnyasok darabolását!
5. Gyakorlati munkahelyén figyelje, meg hol tárolják, és hol készítik elő a tojásokat!
6. Gyakorlati munkahelyén végezze el a felhasználásra kerülő tojások fertőtlenítését!
7. Gyakorlati munkahelyén vegyen részt a halak előkészítésében!
8. Írja le a halak előkészítésének menetét!

ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

1. feladat:

Határozza, meg mitől függ a szárnyasok húsának a minősége!

2. feladat:

Határozza, meg a fehérhúsú szárnyasok jellemzőit!

3. feladat:

Sorolja fel a szárnyasok előkészítésének részeit!

4. feladat:

Határozza meg a szárnyasok belsőségeinek felhasználási lehetőségeit!

5. feladat:

Határozza meg hol és milyen módon tárolják a tojást!

6. feladat:

Határozza, meg hogyan történik a halak zsigerelése!

7. feladat:

Határozza, meg hogyan történik a halak filézése!

MUNKANYAG

MEGOLDÁSOK

1. feladat:

A szárnyasok hújának minősége függ a felhasználásra kerülő állat:

- korától,
- nemétől,
- fajtájától,
- táplálásától,
- vágási körülményeitől,
- a vágás és a felhasználás között eltelt időtől.

2. feladat:

- *Csibe:* Fiatal, kb. 40–50 dkg súlyú, 7–8 hetesnél nem idősebb állat, frissen sütve (rántva, párizsiasan) készítik.
- *Csirke:* Fiatal, kb. 70–80 dkg súlyú, 12 hetesnél nem idősebb állat, frissen sütve, párolva, egészben sütve készítik.
- *Jérce:* 3–7 hónapos nőivarú állat, súlya 1–1,2 kg, mellcsontjának vége porcos, rugalmas, töltve, egészben sütve, párolva, mellét lefejtve, filének készítik.
- *Tyúk:* 1 hónaposnál idősebb, nőivarú állat, súlya 1,5–2,5 kg is lehet. Mellcsontjának vége elcsontosodott, lába erős, gyűrűs. Gyakran zsírosra hízik, zsírja, sárga színű. Főzéssel vagy párolással készíthető levesnek.
- *Kappan:* Fiatal, ivartalanított kakas, melynek súlya 1,2–1,5 kg lehet. Húsa finom rostozatú, jóízű, esetenként zsírosra hízik. Egészben sütve, párolva, főzve készíthető.
- *Kakas:* 7 hónaposnál idősebb állat, súlya 1,2–2,5 kg. Lábán sarkantyú van és mellcsontjának vége elcsontosodott, nem hajlítható. A kifejlett állat húsa rostosabb, mint a tyúké, főzve, párolva készíthető.
- *Pulyka:* Fehér húsú háziszárnyasok közül a legnagyobb, 8 hónapos korára 6–10 kg súlyú is lehet. A fiatal pulyka lábai simák, fényesek, míg az idősebb pulyka lábai fénytelenek, durvák, recések. A mellehúsa finom rostozatú, omlós, így ez filének is felhasználható.

3. feladat:

1. A szárnyasok tisztítása
2. A szárnyasok bontása
3. A szárnyasok darabolása

4. feladat:

- **Szív:** eltávolítják a szívburkot, az érmaradványokat és az esetleges vérrögöket. Önállóan pörköltnek készíthetik el.
- **Zúza:** félig bevágva, távolítsák el a begy tartalmát a belső felületet borító bőrrel együtt, majd kívül tisztítsák le a felesleges zsírtól és alaposan mossák le. Pörköltöt, ragut készíthetnek belőle.
- **Máj:** óvatosan vágják le az epét, illetve az epével színezett részt. Sütve, raguk elemeként használható.

5. feladat:

A héjas tojást száraz, hűvös helyen (optimálisan 70–80% páratartalmú, 2–18 °C léghőmérsékletű), elkülönített tojásraktárban helyes tárolni. Elkülönített tároló helyiség hiányában a tojást kényszermegoldásként a földesáru-raktárban lehet tárolni.

6. feladat:

A halak zsigerelese: A lepikkelyezett és alaposan lemosott, leszárított halat az oldalára fektetik, leszorítják, majd egy kicsi, éles és hegyes késsel a végbelétől a torkáig óvatosan felvágják a hasát. Fontos, hogy sekélyen vágják, és meg ne sértsék a belső szerveit, ugyanis az esetlegesen kiömlő epe élvezhetetlenül keserűvé teszi a húst. A belsőségeket tartó szöveteket vágják át, s óvatosan emeljék ki a hasüreg tartalmát. A tejet, illetve az ikrát, s esetleg a májat válasszák külön, tisztítsák meg a rájuk tapadó részekről, majd töröljék szárazra, s a további felhasználásig tegyék hűtőbe.

7. feladat:

A halak filézése: A halat szárazra kell törölni és az oldalára fektetni. A fej felől indulva a gerinc mentén (a gerinc felfelé álló nyúlványaira „támaszkodva”) egy vékony hegyes késsel vágják végig a hátát; a hasüreg végénél, ahol a bordák már nem domborodnak, a kést tolják mélyre, annyira, hogy a faroknál már teljesen vágják át a halat. Ezután menjenek vissza az elejére, s az előbb ejtett vágásba helyezve a kést, azzal (az íves csontokon csúsztatva) fejtsék le a húst a hal oldaláról. Ugyanezt tegyék a hal másik oldalán is. A nagyobb testű halakat könnyebben filézhetik, ha a törzset előtte két vagy három darabra vágják.

IRODALOMJEGYZÉK

Felhasznált és ajánlott irodalom:

Lukács István- Oriskó Ferenc- Sándor Dénes- Zsolnai Gábor: Ételkészítési ismeretek;
Képzőművészeti Kiadó Kft., Budapest, 2003

A(z) 1464–06 modul 020–as szakmai tankönyvi tartalomeleme
felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
33 811 03 0100 31 01	Gyorséttermi- és ételleadó

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:
15 óra

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