



Nagy Józsefné

Burgonyából készíthető köretek

NSZFI
NEMZETI SZAKKÉPZÉSI
ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI INTÉZET

A követelménymodul megnevezése:

Ételkészítés

A követelménymodul száma: 1465-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-010-30

BURGONYÁBÓL KÉSZÍTHETŐ KÖRETEK

ESETFELVETÉS – MUNKAHELYZET

Ön egy szálloda vendéglátó egységben szakácsként szeretne dolgozni. Az eddigi munkahelyén, ahol szakácsként dolgozott, mirelit burgonya köreteket készítettek. Az új munkahelyén a konyhafőnök az első héten reggeliztetéshez, majd a köret posztra állítja be. Ahhoz, hogy a köreteket készítésénél a rábízott feladatokat minőségi színvonalon tudja ellátni, részletes és elmélyült ismeretekkel kell rendelkeznie. Az alábbiakban ismerkedjünk meg a burgonyából készíthető köretek választékaival, technológiájával.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

A burgonyából készíthető köreteket az alábbiak szerint dolgozzuk fel:

1. A burgonya eredete.
2. A burgonya jellemzése, fajtái.
3. A burgonya előkészítése.
4. A burgonyából készíthető köretek csoportosítása.
5. A burgonyából készíthető köretek technológiája, tálalása.

1. Burgonya eredete: Őshazája Dél–Amerika. Már 5000 éve az őslakós indiánok fő táplálékául szolgált. Európába csak a 16. század végén hozták be a Spanyolok. Eleinte nem kedvelték, főzve nem volt számukra ízletes, e mellett fejfájásra, hasfájásra panaszkodtak a fogyasztóik. Ezeket a tüneteket a gumóban megtalálható mérgező szteroid vegyület okozta. A legenda szerint a burgonya igazi ízére a francia parasztlak jöttek rá, amikor kigyulladt egy pajta, amiben burgonyát is tároltak. A tüzet oltó parasztlak érezték a furcsa, ám kellemes illatot, majd a kíváncsiságukat kielégítve egy-két ember megkóstolta a tűzben megsült burgonyákat. A legenda szerint ettől számít a burgonya népelelmezési cikknek. Más forrás szerint a burgonya az 1770-es éhínség idején terjedt el, és azóta természetik széleskörűen. Régi elnevezése a földi alma, vagy földi körte. A magyar fogyasztók körében krumpli néven terjedt el. Erdélyben pityókának hívják.



1. ábra. Burgonya ültetvény

2. A burgonya jellemzése, fajtái:

Burgonyafélék közül a burgonyának az egyik legszélesebb a felhasználási területe. Keményítőtartalma 15–20% körül mozog, 2–2,5%-ban tartalmaz teljes értékű fehérjét. C, B vitamint tartalmaz, víztartalma magas, könnyen emészthető. A tápanyagtartalmát leghatékonyabban héjában elkészítve, főzve, sütve óvhatjuk meg szervezetünk számára. A földalatti megvastagodott gumóját fogyasztjuk. Kedvező ára miatt mindenki számára elérhető. Alapvető tény, hogy a burgonyafajták héj és hússzíne semmilyen összefüggésben nincs a főzési minőséggel, vagy típussal. Ezek csupán esztétikai tényezők. **Keszthelyi Burgonyakutatási Központ új burgonyafajtái és a felhasználási típusaival kapcsolatos összefoglalóval szeretném a burgonyát bemutatni:**

"A főzési típust a gumók keményítőtartalma és a sejtekben lévő keményítő szemcsék mérete határozza meg. Ezek genetikailag meghatározott, öröklődő fajtulajdonságok. A szemcseméret fajtán belül stabil, nem változik. A keményítőtartalmat befolyásolja az évjárat, a termesztéstechnológia, a víz és tápanyagellátás, valamint a gumó méret. A nagyobbra nőtt gumók keményítőtartalma rendszerint alacsonyabb. Minél magasabb a keményítőtartalom és minél nagyobbak a keményítőszemcsék, a burgonya annál könnyebben, gyorsabban fő meg. A főzés hatására a keményítő megduzzad és a sejtek, a szöveti struktúra szétesik. A nagy, durva keményítőszemcsék fogyasztáskor a szájból „lisztes” érzetet keltenek. A fajtákat a keményítőtartalom és a keményítő minősége alapján négy fő főzési típusba soroljuk: A, B, C és D típusok. „A” típus: Alacsony (9–12 %), vagy közepes keményítő tartalmú, de kemény húsú, nem szétfővő, salátaburgonya fajták csoportja. Kiválóan alkalmasak hidegkonyhai készítményekhez, salátatálakhoz. „B” típus: Közepes keményítő tartalmú (13–17 %), „szappanos” konzisztenciájú, nem szétfővő burgonyafajták. Elsősorban főtt és rakott típusú burgonyás ételek, levesek, főzelékek készítésére alkalmasak. „C” típus: Magas keményítő tartalmú (18–22 %), lisztes, könnyen fővő burgonyafajták. Elsősorban sült típusú ételek készítésére, fagyasztott hasábburgonya és chips gyártására, püré készítésére és tésztafélék alapanyagának ajánlottak. „D” típus: Nagyon magas keményítő tartalmú (22–25 %), rendszerint durva keményítő szemcséjű, alacsony étkezési minőségű, nem humán fogyasztásra, hanem takarmányozási és ipari feldolgozási célokra (keményítő, szesz, bioetanol gyártás) nemesített fajták. Az étkezési minőséget azonban nem csak a főzési típus határozza meg. Befolyásolja azt a gumók nyers és főzési szürkületi hajlama, a sütési elszíneződés mértéke (karamellizáció), ami a burgonya redukáló cukor tartalmával van összefüggésben (glukóz, fruktóz), valamint a gumók glykoalkaloid tartalma is."

Burgonya fajtái:

- Góliát
- Lorett
- Katica
- Luca XL

Javasolt felhasználása: "B" főzési típusú, közepes keményítő tartalmú, nem szétfővő burgonyafajták. Kiválóan alkalmasak főtt és rakott burgonyás ételek készítésére.

Burgonya fajtái:

Kánkán,

White Lady,

Rioja (Szászorszép),

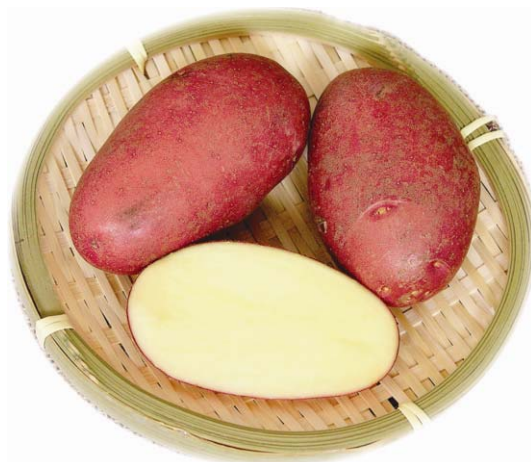
Vénusz Gold,

Hópehely,

Démon

„B/C típusú, tipikus vegyes hasznosítású fajták, szinte minden típusú ételhez elsőrangúak. Széleskörű tapasztalatok alapján a legjobb ízű fajtáink.

Javasolt felhasználása: „ A ” főzési típusú, közepes keményítő tartalmú, de mégis kemény húsú, nem szétfővő salátaburgonya fajta, szinte minden típusú ételhez elsőrangúak. Széleskörű tapasztalatok alapján a legjobb ízű fajtáink.



2. ábra. Balatoni rózsa

3. A burgonya előkészítése: Ha lehetőségünk van rá, kiválasztjuk az ételnek, köretnek megfelelő burgonya típust. A burgonyáról lemoszuk a földes szennyeződést. Ha nem egészben főzzük a burgonyát, akkor a héjrészét lehámozzuk. A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. A formázáskor leasett burgonya széleket püréleves, burgonyapüré, tojásos burgonyapép, stb. készítésére hasznosíthatjuk. Az előkészített burgonyát felhasználásig hidegvízben tartjuk, a meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. az oxidáció elkerülése érdekében. Lehetőleg minél rövidebb ideig tartsuk a hidegvízben, mert a burgonya értékes keményítőtartalma kioldódik. HA a burgonyát forró olajban sütjük, ügyeljünk arra, hogy a vizet teljesen leszársuk a burgonyáról, mert vizesen a forró olajba téve pattog, vagy elfut az olaj, ami balesetet okozhat.



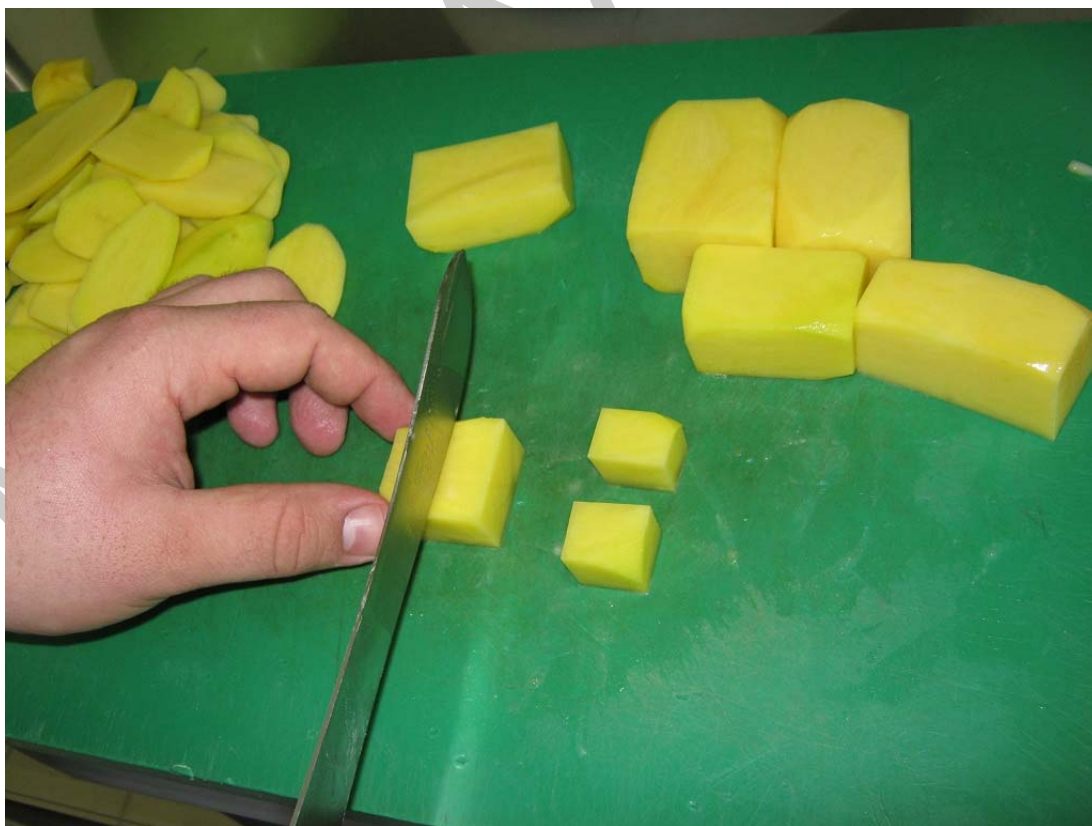
3. ábra. Burgonya üzemi tárolása



4. ábra. Burgonya tisztítására használható koptató gép



5. ábra. A burgonya előkészítése földes áru előkészítőben történik



6. ábra. Burgonya formázása, darabolása

4. Burgonyából készíthető köretek csoportosítása:

- Bő zsírban sült burgonyaköretek
- Főtt burgonyaköretek
- Főtt-sült burgonyaköretek
- Rakott burgonyaköretek
- Egyéb burgonyaköretek

"Az olajban, zsírban sütés szabályai

A különféle sütőzsiradék nem megfelelő használata során az egészségre káros anyagok keletkezhetnek bennük, amelyek felszívódhatnak a sült élelmiszerekbe.

Ezek az anyagok főleg daganatkeltő hatásuk miatt lehetnek veszélyesek.

Ennek megelőzésére az alábbi szabályokat kell figyelembe venni:

A sütőzsiradék hőmérséklete nem emelkedhet 160–180 C fölé. Ennek biztosítására a legalkalmasabbak az automata hőfokszabályozóval ellátott sütő berendezések.

Nem szabad a zsiradékot füstölésig hevíteni, ez friss zsiradék esetében 200 C felett következik be. Ha a zsiradék alacsonyabb hőfokon is füstöl, akkor az az elhasználtságát jelenti, le kell cserélni.

A megfelelő hőmérséklet elérésekor azonnal helyezzük a zsiradékba az élelmiszert, és lehetőség szerint folyamatosan végezzük a sütést. A zsiradék gyakori lehűtése-felmelegítése fokozottan igénybe veszi a zsiradékot, hamarabb válik használhatatlanná.

Ha rövid időre (1–2 óra) szüneteltetjük csak a sütést, akkor a fűtés kikapcsolása helyett állítsuk a hőmérsékletet 30–40 C alacsonyabbra a sütési szünet idejére.

A zsiradék levegővel érintkező szabad felülete a lehető legkisebb legyen, tehát lehetőség szerint kis átmérőjű, de mély edényzetben süssünk, vastag zsiradék rétegben.

Megfelelő gyakorisággal szűrjük át a zsiradékot, és az edényzetet tisztítsuk meg a lerakódott szennyeződésektől. A következő sütésig (hosszabb idő eltelte esetén) a sütőzsiradékot tároljuk hűtőszekrényben.

Lehetőleg ne pótoljuk a sütés során a csökkenő sütőzsiradék mennyiséget, ha mégis megtesszük a használhatósági idő az első feltöltéstől számít.

Gondos kezelés esetén a napraforgó olaj kb. 8 –10 órás sütési ideig használható.

Az elhasználódott, sütésre már nem alkalmas zsiradék minősége semmilyen módszerrel nem javítható meg, a zsiradék nem regenerálható.

Az elhasználódott, vagy a sütésre más okok (pl. túlhevítés) miatt alkalmatlanná vált zsiradék állatok etetésére sem alkalmas, valójában veszélyes hulladéknak minősül, és ennek megfelelően is kellene kezelni.

A sütőzsiradék használatra való alkalmasságát érzékszervileg rendszeresen vizsgálni kell a sütési folyamat során. Érzékszervi eltérés esetén (pl. füstölés, erős habzás), illetve nyolc órás sütési idő elérésekor Oxifrit vagy egyéb alkalmas teszttel meg kell vizsgálni a sütőzsiradék minőségét. A benne sült étel csak annak megfelelősege esetén adható ki, nem megfelelősege esetén az ételtételt meg kell semmisíteni.

Nyolc órán túli sütőzsiradék használat csak úgy történhet, még annak érzékszervi megfelelősege esetén is, ha annak két óránkénti teszttel történő vizsgálata is megfelelő eredményt ad.

A fentiekben leírt követelményeknek megfelelő maximum 4 órát használt sütőzsiradékot egyéb ételek készítéséhez is fel lehet használni.

Célszerű a sütőzsiradék használatának kezdetén azt pl. hasáburgonya sütésére használni, majd annak még megfelelő minősége esetén a továbbiakban húst sütni benne.

A sütőzsiradékok túlhevítése során keletkező káros anyagokkal azonosak vagy hasonlóak képződhetnek az egyéb ételkészítési technológiák során is (pl. párolás, pirítás, stb.), amikor az ételek egyes részei túlhevülnek, leégnek, megpörkölődnek. Ez ritka esetben még a főzéskor is előfordulhat.

Ezért egyrészt a hőkezeléseket úgy kell végezni, hogy ez kizárható legyen, másrészt pedig a sütésekhez használt edényzetet (pl. sütőlap) ismételt felhasználása előtt megfelelő módon meg kell tisztítani.

A sütőzsiradékok használatát a Sütőzsiradék felhasználás ellenőrzési lapon dokumentálni kell." ¹

Dátum	Sütéshez felhasznált zsiradék		Sütés során a zsiradék érzékszervi tulajdonságai	Sütési idő (óra)	A sütés végén visszamaradt zsiradék mennyisége (liter)	Zsiradék felhasználása/ selejtezése	Aláírás
	Mennyisége (liter)	állapota					
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				
		friss használt	megfelelő nem megfelelő				

7. ábra. Sütőzsiradék felhasználás ellenőrzési lapon

– **Bő zsírban sült burgonyaköretek csoportjába tartozó köretek technológiája:**

Anyaghányad:

Burgonya 3000g

Olaj 1000ml

Só 50g

Hasábburgonya:

A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és 1 cm vastag 4 cm hosszú lapokat vágunk belőle, majd abból 1 cm-es hasábokat darabolunk. A burgonyát újra megmossuk, majd felhasználásig hidegvízben tároljuk. Sütés előtt gondosan leszárítjuk. A sütéskor egyszerre ne rakjunk nagyobb mennyiségű burgonyát a forró olajba, mert lehűtjük vele az olaj hőfokát, a burgonya megszívja magát olajjal, és étvágyrontóvá válik. Az olajban, zsírban sütés szabályainak megfelelően arany barnára sütjük, gondosan lecsepegtetjük róla a zsiradékot. Enyhén besózzuk. Tálaláskor ügyeljünk arra, hogy a köret mennyisége ne nyomja el a húsetelt. Arányosan adagoljuk.

Kockaburgonya:

A hasábburgonyánál leírt módon hasábokat formázunk, amit azután 1x1-cm kockára vágjuk. A burgonyát újra megmossuk, majd felhasználásig hidegvízben tároljuk. Sütés előtt gondosan leszárítjuk. A sütéskor egyszerre ne rakjunk nagyobb mennyiségű burgonyát a forró olajba, mert lehűtjük vele az olaj hőfokát, a burgonya megszívja magát olajjal, és étvágyrontóvá válik. Az olajban, zsírban sütés szabályainak megfelelően arany barnára sütjük, gondosan lecsepegtetjük róla a zsiradékot. Enyhén besózzuk. Tálaláskor ügyeljünk arra, hogy a köret mennyisége ne nyomja el a húsetelt. Arányosan adagoljuk.



8. ábra. Sütés előtt gondosan leszárítjuk.

Mogyoróburgonya:

A gondosan megtisztított, megmosott burgonyából karalábévájó segítségével kis golyókat formálunk, majd a hasábburgonyánál ismertetett módon dolgozunk vele tovább.

Szalmaburgonya:

A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és 2–3mm vastag 4 cm hosszú lapokat vágunk belőle, majd abból 2–3mm-es metéltet, gyufát (julienne-t) darabolunk. A burgonyát újra megmossuk, majd felhasználásig hidegvízben tároljuk, sütésekor a hasábburgonyánál ismertetett módon dolgozunk vele tovább.

Burgonyafészek:

Az előkészített, metéltre vágott burgonyával speciális fémkosár formát kibélelünk, felvetetjük a burgonyával a kosárforma alakját. Kisebb méretű kosárral a burgonya csíkokat rögzítjük, majd a hasáburgonyánál ismertetett módon megsütjük. Csepegtetés után enyhén besózva tálaljuk.

Rácsos burgonya:

A megtisztított burgonyát hullámos élű gyalun gyaluljuk le, úgy, hogy minden lehúzás után 180C-ban elfordítjuk a burgonyát. Ezáltal kis vájatokat, lyukacsákat kapunk, majd a hasáburgonyánál ismertetett módon megsütjük. Csepegtetés után enyhén besózva tálaljuk.



9. ábra. Rácsos burgonya tálalva

- Főtt burgonyaköretek csoportjába tartozó köretek technológiája:

Anyaghányad:

Burgonya 3000g

Só 50g

Héjában főtt burgonya:

Több alkalommal van szükségünk héjában főtt burgonyára, például rakott, pirított burgonya köretek készítésénél. Értékesebb marad a burgonya, ha héjában főzzük, mert a keményítő tartalma kevésbé tud kioldódni.

Sós burgonya:

A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, 2 cm vastag 4 cm hosszú lapokat vágunk belőle, majd abból 2 cm-es hasábokat, végül 2cm-es kockákat darabolunk. A burgonyát újra megmossuk, majd felhasználásig hidegvízben tároljuk. Olyan mennyiségű sós, hideg vízben feltesszük főni, hogy ellepje a víz a burgonyát. A főzés során keletkezett habot eltávolítjuk, készre főzzük. Tálalása forrón történik, alaposan lecsepegtetve, ízlésesen elrendezve. A sós burgonya készíthető különböző alakra formálva is, például henger, hordó, kifli alakban is.



10. ábra. Sós burgonya tálalva

Vajas burgonya:

Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük, forró vajban átfogatjuk, megkóstoljuk, ha szükséges sóval utóízestjük.

Vajas–petrezselymes burgonya:

Sós burgonyát főzünk. Amíg fő, az előkészített petrezselyemzöldet finomra vágjuk, forró vajban átfuttatjuk. Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, csepegtetjük, majd óvatosan összekeverjük a vajas petrezselyemmel, hogy ne törjön össze a burgonya.

Burgonyapüré:

Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük, még forrón átnyomjuk, hogy teljesen sima állagot kapjunk. Vajat olvasztunk, tejet forralunk. Az áttört burgonyához hozzákeverjük a forró vajat, majd a forró tejből fokozatosan adagolva olyan mennyiséget keverünk a burgonyához, hogy formázható, könnyű állagot kapjunk. A felvett tej mennyiségét a burgonya fajtája határozza meg.

Hagymás tört burgonya:

Sós burgonyát főzünk. Amíg fő a burgonya, addig finomra vágott vöröshagymát zsírban üvegesre pirítunk. Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük. Hozzáöntjük a hagymás zsírt, és azzal együtt áttörjük, hogy teljesen sima állagot kapjunk. Ha szükséges utóízesítjük. Ízlésesen tálaljuk 70–80C hőmérsékleten.



11. ábra. Hagymás tört burgonya

Burgonyagánica (dödölle):

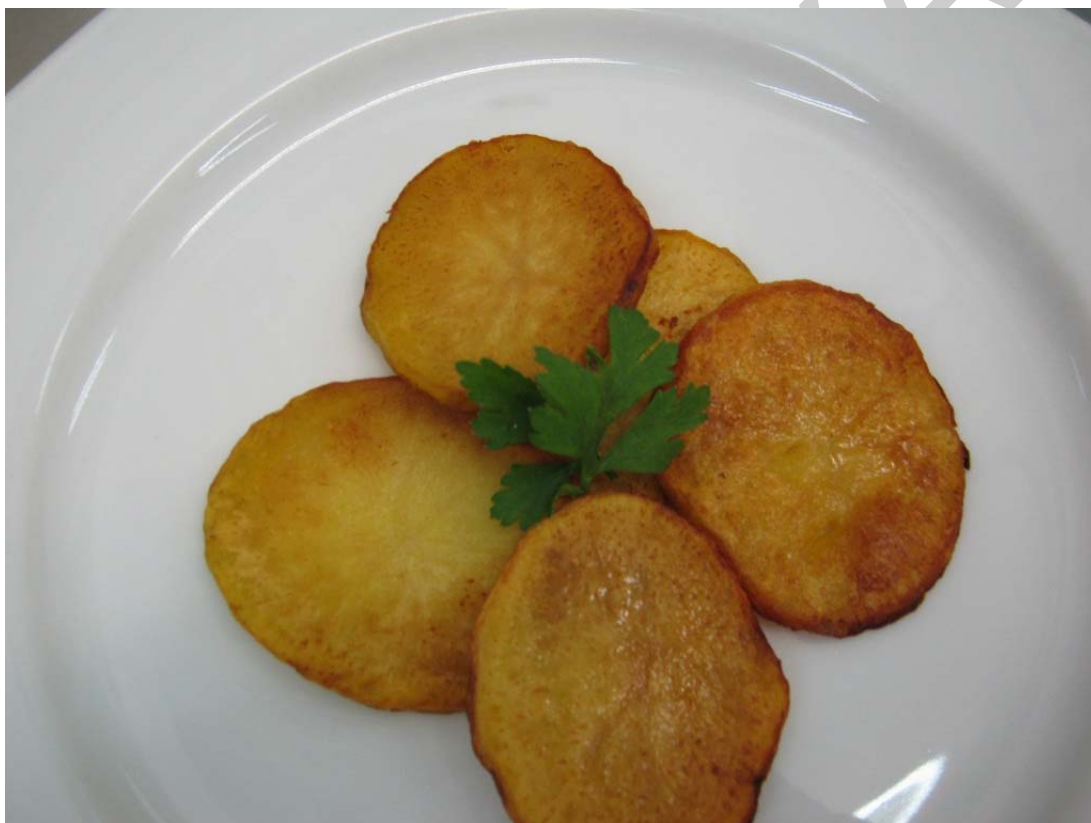
Sós burgonyát főzünk. Zsírban finomra vágott vöröshagymát fonnyasztunk. Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük, még forrón átnyomjuk, hogy teljesen sima állagot kapjunk. Adunk hozzá sót, őrölt borsot, lisztet. Visszahelyezzük a tűzre, takarékon addig dolgozzuk fakanál segítségével, míg a massa elválk az edény falától. Tűzről levéve hagymás zsírba mártott két kanál segítségével daragaluskához hasonló galuskákat formázunk. Zsírral vékonyan kikent tepsibe helyezük, forró sütőben megpirítjuk. Önálló ételként is fogyasztható tejjel, de vadpörköltök köreteként is kiváló. Zala megyében a dödöllének nagy hagyománya van. A dödöllére épül Nagykanizsa legnagyobb rendezvénye, a Dödölle Fesztivál. A fesztiválon elkészített 2332 adag dödölle készítésével bekerültek a Guinness rekord rekordok könyvébe. A fesztiválon különböző élelmi anyagokkal kombinálva, töltve, göngyölve készíténe a versenyzők dödöllét.

- Főtt- sült burgonyaköreték csoportjába tartozó köreték technológiája:

A főtt- sült burgonyaköretet a burgonya előkészítése után először héjában főzzük, lehűtjük, megtisztítjuk, a kívánt módon daraboljuk, azt követően sütjük.

Pirított burgonya:

A burgonyát héjastól többször váltott vízben gondosan megmossuk. Az előkészítése után először héjában reszre (félíg puhára) főzzük. Azért nem fontos teljesen megfőzni, mert újabb hőkezelésnek vetjük alá a főtt burgonyát, és ha nem főtt meg teljesen, akkor könnyebben, és szebben tudjuk darabolni. A burgonyát lehűtjük, megtisztítjuk, majd 3 mm vékony karikára vágjuk, vigyázva, hogy ne törjük össze. Serpenyőben kevés étolajat hevítünk, belerakjuk a burgonyakarikákat, mindkét oldalát pirosra sütjük. Sütés után lecsepegtetjük, enyhén besózva, forrón tálaljuk.



12. ábra. Pirított burgonya

Velesült burgonya:

A pirított burgonya alapján reszre főzzük héjában a burgonyát, lehűtjük, megtisztítjuk, cikkekre vágjuk, besózzuk, majd a félíg megsütött hússok mellé rakjuk. A hússal együtt, locsolgatva készre sütjük. Lecsepegtetjük, forrón, ízlésesen tálaljuk.

Burgonyaropogós:

Anyaghányad:

Burgonya 2500g

Tojás 7db

Só 4g

Szerecsendió 5g

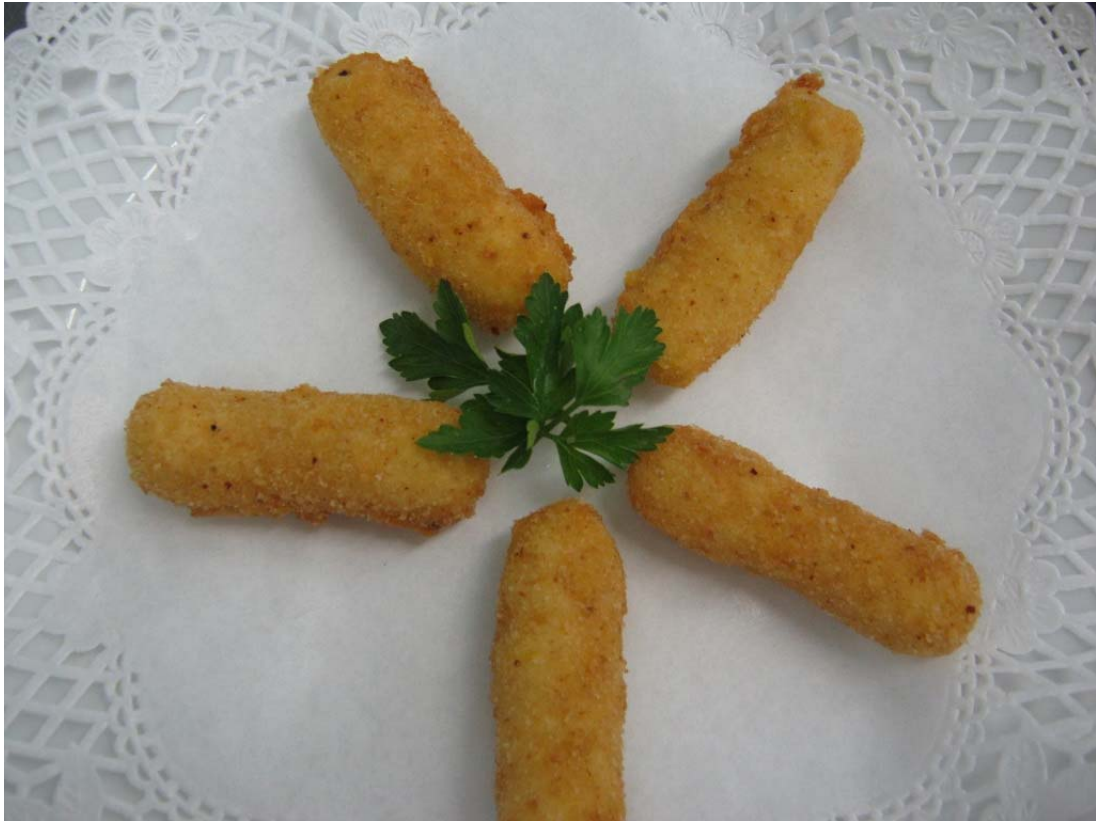
Liszt 150g

Zsemlemorzsa 200g

Étolaj 500ml

Burgonyaropogós technológiája:

Sós burgonyát készítünk a tanultak alapján. Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük, még forrón átnyomjuk, hogy teljesen sima állagot kapjunk. Az áttört burgonyához hozzákeverünk kevés vajat, tojások sárgáját. Ízesítjük sóval, fűszerezzük őrölt borssal, szerecsendióval, hogy formázható, állagot kapjunk. Zsemlemorzzával lehintett asztalra borítjuk, habkártya segítségével 1cm vastag téglalap alakúra tömörítjük. Hűtjük, 1cm átmérőjű, 3-4 cm hosszú hengereket formálunk, bécsi bundázzuk, bő olajban pirosra sütjük. Lecsepegtetjük, forrón tálaljuk.



13. ábra. Burgonyaropogós

– Rakott burgonyaköretek csoportjába tartozó köretek technológiája:

Francia rakott burgonya:

Anyaghányad:

Burgonya 2000g

Zsír 100g

Vaj 100g

Só 40g

Tojás 10db

Tejföl 500ml

Őrölt bors 5g

Szerecsendió 5g

Zsemlemorzsa 8g

Technológiája:

A burgonyát héjastól többször váltott vízben gondosan megmossuk. Az előkészítése után először héjában reszre (félíg puhára) főzzük. Azért nem fontos teljesen megfőzni, mert újabb hőkezelésnek vetjük alá a főtt burgonyát, és ha nem főtt meg teljesen, akkor könnyebben, és szebben tudjuk darabolni. A burgonyát lehűtjük, megtisztítjuk, majd 3 mm vékony karikára vágjuk, vigyázva, hogy ne törjük össze. A tojásokat az előírásoknak megfelelő módon fertőtlenítjük. A fele mennyiségű tojást keményre főzzük, lehűtjük, tisztítjuk, majd 3 mm vékony karikára vágjuk, vigyázva, hogy ne törjük össze. A többi tojást gondosan kettéválasztjuk, hogy a fehérjébe ne kerüljön tojás sárga, mert akkor nem tudjuk a fehérjét habbá verni. A tojás sárgákat keverőtálba helyezünk, adunk hozzá szoba hőmérsékletű vajat, tejfölt, ízesítjük sóval, fűszerezünk őrölt borssal, szerecsendióval, alaposan összedolgozzuk. Megkóstoljuk, ha szükséges utóízesítjük. Ebbe a krém alapba keverjük bele óvatosan a burgonya és tojás karikákat. A tojások fehérjét csipet sóval kemény habbá verjük, majd óvatosan, hogy ne törjük össze a habot hozzáforgatjuk a burgonya és tojás karikához. Szűk, magas peremű formát egyenletesen kivajazzuk, meghintjük zsemlemorzsával. Beöntjük a francia rakott burgonyát. Előmelegített, közepesen meleg sütőben készre sütjük. Rövid pihentetés után kiöntjük a formából, leszélezzük, kockára, vagy háromszögre vágva ízlésesen, forrón tálaljuk. A francia rakott burgonyát készíthetjük besamel mártás hozzáadásával is.



14. ábra. Francia rakott burgonya

Sonkás rakott burgonya:

Francia rakott burgonyát állítunk össze, de apró kockára vágott sonkát is keverünk hozzá.

Svájci rakott burgonya:

Francia rakott burgonyát állítunk össze, amihez a reszelt sajt 2/3-át is hozzákeverjük. A maradék sajttal meghintjük a felületét, illetve díszítésre használjuk.

– Egyéb burgonyaköreték csoportjába tartozó köreték technológiája:

Tojásos burgonyapép:

Sós burgonyát főzünk. Az elkészült sós burgonyát leszűrjük, lecsepegtetjük, még forrón átnyomjuk, hogy teljesen sima állagot kapjunk. Vajat, tojás sárgákat, sót, őrölt borsot, őrölt szerecsendiót keverünk hozzá. Csillagcsővel ellátott nyomózsákba töltjük, a tálalóedényre formázzuk, meglocsoljuk olvasztott vajjal, felületét lekenjük tojás sárgával, meghintjük zsemlemorzsával. Forró szalamanderben aranyárára pirítjuk.



15. ábra. Tojásos burgonyapépből készített kosárka

Lapcsánka:

Anyaghányad:

Tojás 2db

Só 2g

Víz 200ml

Liszt 360g

Tej 300ml

Burgonya 800g

Étolaj 300ml

A burgonya kivételével minden anyagot csomómentesre összekeverjük. Megkóstoljuk, ha szükséges utóízesítjük, majd beleszéljük az előkészített burgonyát, és folyamatosan belekeverjük a burgonyát a masszába, hogy ne oxidálódjon (ne barnuljon meg). Palacsintasütőben kevés étolajat hevítünk, ebben a palacsintához hasonlóan sütjük meg a tésztát, pirosra, ropogósra. Papíron leszárítjuk róla a zsiradékot, forrón tálaljuk. Készíthető aludttejjel is a tej helyett, valamint sütőben is süthető.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. Olvassa el figyelmesen az olajban, zsírban sütés szabályait! Készítsen róla jegyzetet. Kezdeményezzen csoporttársaival szakmai beszélgetést a készített jegyzete alapján! Kérje oktatója segítségét a jegyzet készítésénél, és a beszélgetés elkezdésénél, ha szükséges.
2. Sorolja fel a bő zsírban sütéssel készíthető burgonya köreteket!
3. Írja le a szalmaburgonya előkészítésének műveleti sorrendjét! Rendelje az egyes műveletek mellé a tevékenység elvégzéséhez szükséges eszközöket!
4. Gondolja át, hogy milyen módon tudná hasznosítani a burgonya formázásánál leesett burgonya széleket! Szükség esetén kérje oktatója segítségét!
5. Gyűjtse össze azokat a burgonyából készíthető köreteket, amelyeket a gyakorlati munkahelyén készítenek el! Válasszon ki egy köretet, gondolja át ennek a burgonya köreteknél a készítését, majd ismertesse a csoporttársaival.
6. Az alábbiakban 10 adagos burgonya köret anyaghányada látható. Nevezze meg azt a burgonya köretet, amely készítésénél az alábbi élelmi anyagokra van szüksége.

Anyaghányad:

Burgonya 2500g

Tojás 7db

Só 4g

Szerecsendió 5g

Liszt 150g

Zsemlemorzsa 200g

Étolaj 500ml

ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

1. feladat

Az alábbiakban a burgonya előkészítését olvashatja el részben hibásan! Kérem, javítsa ki a felfedezett hibákat!

A burgonya előkészítése: Ha lehetőségünk van rá, kiválasztjuk az ételnek, köretnek megfelelő burgonya típust. A burgonyáról lemossuk a földes szennyeződést. Ha nem egészben főzzük a burgonyát, akkor a héjrészét lehámozzuk. A meghámozott burgonyát és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. A formázáskor leesett burgonya széleket nem tudjuk hasznosítani. Az előkészített burgonyát felhasználásig hidegvízben tartjuk. A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. Az oxidációt csak a tisztítás utáni azonnali felhasználással kerülhetjük el. Lehetőleg minél rövidebb ideig tartjuk a hidegvízben, mert a burgonya értékes keményítőtartalma kioldódik. HA a burgonyát forró olajban sütjük, ügyeljünk arra, hogy a vizet teljesen leszárítsuk a burgonyáról, mert vizesen a forró olajba téve pattog, vagy elfut az olaj, ami balesetet okozhat.

MUNKANYELVI

2. feladat

Írja le a szalmaburgonya előkészítésének a műveleti sorrendjét! Sorolja fel a műveletek elvégzéséhez szükséges eszközöket!

Műveleti sorrend:	A művelet elvégzéséhez szükséges eszközök:

3. feladat

Gondolja át, hogy a burgonyaköreték készítése során mely köreteknel van szükség tojás használatára!

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

4. feladat

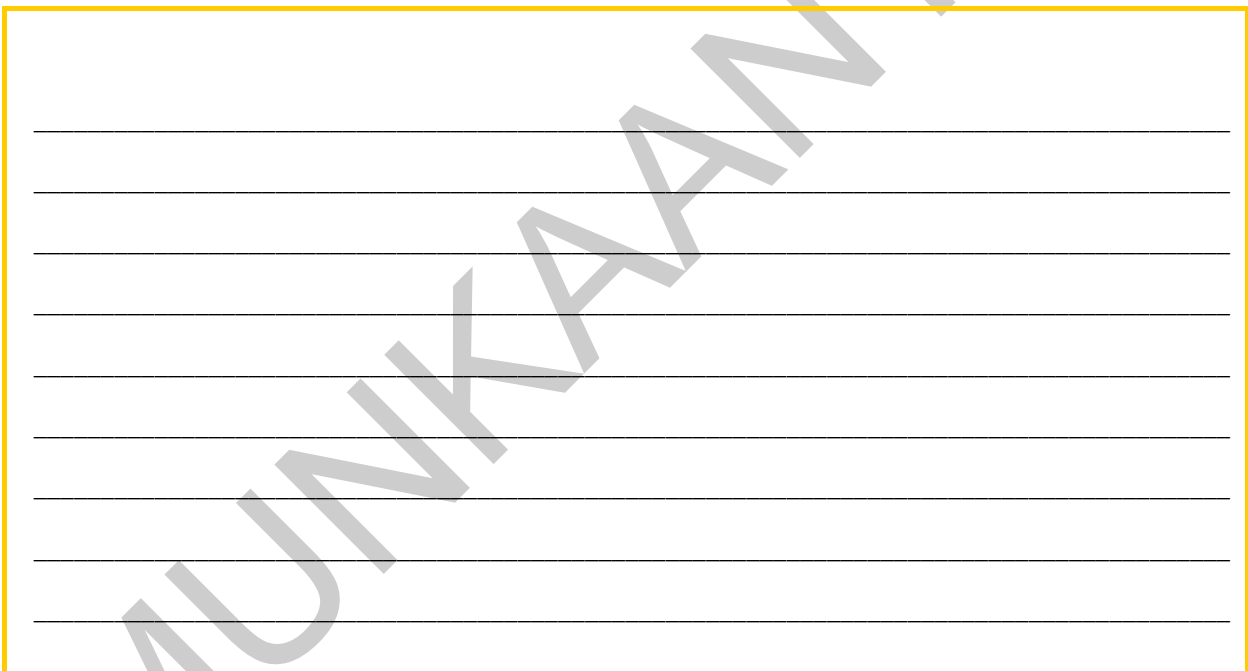
Egészítse ki az alábbi szöveget!

Lapcsánka technológiája:

A burgonya kivételével minden anyagot csomómentesre összekeverjük. Megkóstoljuk, ha szükségesés folyamatosan belekeverjük a burgonyát a masszába, hogy ne oxidálódjon (ne barnuljon meg). Palacsintasütőben kevés étolajat hevítünk, ebben ameg a tésztát, pirosra, ropogósra. Papíron leszárítjuk róla a zsiradékot, forrón tálaljuk. Készíthető aludttejjel is a tej helyett, valamint sütőben is süthető.

5. feladat

A francia rakott burgonya ismeretében állítson össze húsfélék kizárásával, zöldség és magvak felhasználásával rakott burgonya köretet!



6. feladat

Döntse el, hogy a sonkás rakott burgonya készítésénél egész tojást, vagy tojáshabot használunk! Indokolja meg döntését!

7. feladat

Húzza alá azokat a fűszereket, amelyekre nincs szüksége a burgonyaropogós készítésénél!

Burgonyaropogós:

Anyaghányad:

Burgonya 2500g

Tojás 7db

Majoranna 2g

Só 4g

Szerecsendió 5g

Liszt 150g

Fokhagyma 3g

Zsemlemorzsa 200g

Étolaj 500ml

8. feladat

Nevezzen meg 5 burgonyából készíthető köret csoportot, csoportonként írjon két-két példát!

BURGONYÁBÓL KÉSZÍTHETŐ KÖRETEK

Burgonyaköreték csoportosítása:	Az egyes köret csoportokhoz tartozó ételek (2-2 példa szükséges):

9. feladat

Határozza meg 35 adag francia rakott burgonya készítéséhez szükséges élelmi anyagok mennyiségét!



MEGOLDÁSOK

1. feladat

A burgonya előkészítése: Ha lehetőségünk van rá, kiválasztjuk az ételnek, köretnek megfelelő burgonya típust. A burgonyáról lemoszuk a földes szennyeződést. Ha nem egészben főzzük a burgonyát, akkor a héjrészét lehámozzuk. A meghámozott burgonyát **újra mossuk, formázzuk** és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. A formázáskor leesett burgonya széleket **pürélevesek, burgonya püré, tojásos burgonyapép készítésére** tudjuk hasznosítani. Az előkészített burgonyát felhasználásig hidegvízben tartjuk. A meghámozott burgonyát újra megmossuk, majd formázzuk, és a kívánt módon, az étel jellegének megfelelő módon daraboljuk. Az oxidációt **a burgonya hideg vízben tárolásával, vagy a tisztítás utáni azonnali felhasználással kerülhetjük el.** Lehetőleg minél rövidebb ideig tartsuk a hidegvízben, mert a burgonya értékes keményítőtartalma kioldódik. HA a burgonyát forró olajban sütjük, ügyeljünk arra, hogy a vizet teljesen leszársítsuk a burgonyáról, mert vizesen a forró olajba téve pattog, vagy elfut az olaj, ami balesetet okozhat.

2. feladat

Műveleti sorrend:	A művelet elvégzéséhez szükséges eszközök:
mosás	mosogató edény
hámozás, mosás	kés, zöldség tisztító
szélezés, formázás	szeletelőkés, vágólap, tál
metéltre darabolás	szeletelőkés, vágólap, tál

3. feladat

- Burgonyaropogós
- Francia rakott burgonya
- Sonkás rakott burgonya
- Svájci rakott burgonya
- Tojásos burgonyapép
- Lapcsánka

4. feladat

A burgonya kivételével minden anyagot csomómentesre összekeverjük. Megkóstoljuk, ha szükséges **utóízesítjük, majd belereszeljük az** előkészített burgonyát, és folyamatosan belekeverjük a burgonyát a masszába, hogy ne oxidálódjon (ne barnuljon meg). Palacsintasütőben kevés étolajat hevítünk, ebben **palacsintához hasonlóan sütjük meg a tésztát**, pirosra, ropogósra. Papíron leszárítjuk róla a zsiradékot, forrón tálaljuk. Készíthető aludttejjel is a tej helyett, valamint sütőben is süthető.

5. feladat

Rakott burgonya brokkoli rózsával és pirított szezámmaggal gazdagítva:

A burgonyát héjastól többször váltott vízben gondosan megmossuk. Az előkészítése után először héjában reszre (félíg puhára) főzzük. Azért nem fontos teljesen megfőzni, mert újabb hőkezelésnek vetjük alá a főtt burgonyát, és ha nem főtt meg teljesen, akkor könnyebben, és szebben tudjuk darabolni. A burgonyát lehűtjük, megtisztítjuk, majd 3 mm vékony karikára vágjuk, vigyázva, hogy ne törjük össze. A tojásokat az előírásoknak megfelelő módon fertőtlenítjük. A fele mennyiségű tojást keményre főzzük, lehűtjük, tisztítjuk, majd 3 mm vékony karikára vágjuk, vigyázva, hogy ne törjük össze. A brokkolit apró rózsáira szedjük, megmossuk, sós vízben megfőzzük, lecsepegtetjük. A szezámmagot szárazon megpirítjuk. A többi tojást gondosan kettéválasztjuk, hogy a fehérjébe ne kerüljön tojás sárga, mert akkor nem tudjuk a fehérjét habbá verni. A tojás sárgákat keverőtálba helyezünk, adunk hozzá vajot, tejfölt, ízesítjük sóval, fűszerezzük őrölt borssal, szerecsendióval, alaposan összedolgozzuk. Megkóstoljuk, ha szükséges utóízesítjük. Ebbe a krém alapba keverjük bele óvatosan a burgonya és tojás karikákat, és a brokkoli rózsákat, pirított szezámmagot. A tojások fehérjét csipet sóval kemény habbá verjük, majd óvatosan, hogy ne törjük össze a habot hozzáforgatjuk az élelmi anyagokhoz. Szűk, magas peremű formát egyenletesen kivajazzuk, meghintjük zsemlemorzsával. Beleöntjük a rakott burgonyát. Előmelegített, közepesen meleg sütőben készre sütjük. Rövid pihentetés után kiöntjük a formából, leszélezzük, kockára, vagy háromszögre vágva ízlésesen, forrón tálaljuk. Díszítésre pirított szezámmagot használhatunk. Sajtos brokkoli pürét kínálhatunk hozzá.

6. feladat

A sonkás rakott burgonya készítésénél a tojás sárgákat a krémalapba használjuk kötőanyagként. A tojások fehérjét kemény habbá verve az összeállított rakott burgonya lazítására alkalmazzuk.

7. feladat

Burgonyaropogós:

Anyaghányad:

Burgonya 2500g

Tojás 7db

Majoranna 2g

Só 4g

Szerecsendió 5g

Liszt 150g

Fokhagyma 3g

Zsemlemorzsa 200g

Étolaj 500ml

8. feladat

Burgonyaköreték csoportosítása:	Az egyes köret csoportokhoz tartozó ételek (2-2 példa szükséges):
Bő zsírban sült burgonya köreték	Hasáb burgonya, szalmaburgonya
Főtt burgonya köreték	Burgonya püré, sós burgonya
Főtt- sült burgonya köreték	Burgonyaropogós, pirított burgonya
Rakott burgonya köreték	Francia rakott burgonya, svájci rakott burgonya
Egyéb burgonya köreték	Tojásos burgonya pép, lapcsánka

9. feladat

Francia rakott burgonya javasolt anyaghányada 10 adagra:

Burgonya 2000g

Zsír 100g

BURGONYÁBÓL KÉSZÍTHETŐ KÖRETEK

Vaj 100g

Só 40g

Tojás 10db

Tejföl 500ml

Őrölt bors 5g

Szerecsendió 5g

Francia rakott burgonya javasolt anyaghányada 35 adagra: (10 adag X 3,5)

Burgonya 2000g x3,5=7000g

Zsír 100g x3,5=350g

Vaj 100g x3,5= 350g

Só 40g x3,5= 140g

Tojás 10db x3,5=35 db

Tejföl 500ml x 3,5= 1750 ml

Őrölt bors 5g x 3,5= 17,5g

Szerecsendió 5g x3,5= 17,5g

IRODALOMJEGYZÉK

Lukács–Oriskó–Sándor– Zsolnay: Ételkészítési ismeretek, Képzőművészeti Kiadó, Budapest, 2008

Pető Gyula: Ételkészítési ismeretek, Műszaki Kiadó, Budapest, 2006

Galambosné Goldfinger Erzsébet: Élelmiszer Alapismeretek, Képzőművészeti Kiadó, 2005

Keszthelyi Burgonyakutatói Központ új burgonyafajtái és a felhasználási típusaival kapcsolatos összefoglaló

Kézikönyv a HACCP rendszer kialakításához

Kiadja: CONSACT–MAVEMISZ 2001

MUNKKANYAG

A(z) 1465–06 modul 010–es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
33 811 03 1000 00 00	Szakács

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:
18 óra

MUNKANYAG

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