



Sziklainé Farkas Bernadett

Mivel tudom megtölteni a süteményeket? I. – töltelékek–

**NSZFI**
NEMZETI SZAKKÉPZÉSI
ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI INTÉZET

A követelménymodul megnevezése:
Cukrászati termékkészítés

A követelménymodul száma: 0536-06 A tartalomelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-008-30



MIVEL TUDOM MEGTÖLTENI A SÜTEMÉNYEKET? I. SÓS TÖLTELÉKEK KÉSZÍTÉSE

ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Rólunk, cukrászokról, és magáról a cukrász szakmáról az emberek többségének első sorban az édes "csodák" jutnak az eszükbe. Valóban rengeteg féle-fajta édes ízű terméket állítunk elő, ám készítményeink, és így a termékválasztékunk része a sós sütemények is. Mindenki találkozott már sós süteményekkel, lehetett az apró (sós teasütemények), vagy darabáru (sós uzsonnasütemény, rétes, pite, torta) is. A méret most nem számít. Ami számunkra most fontosabb szempont, nos, az, hogy töltött, vagy töltetlen-e a termék. És, ha töltött, akkor mivel, mikor, és hogyan is van töltve? A sós töltelékek fajtáit, és készítésük módját sajátíthatod el a következő néhány oldal megismerése után.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

A SÓS TÖLTELÉKEK CSOPORTJAI

A töltelékek csoportosításának szempontja jelen esetben a mikor kérdésre válaszol, vagyis a szerint csoportosítjuk, hogy a sós töltelék a tésztával **együtt sül**, vagy éppen ellenkezőleg, később a **sütést követően** töltjük meg velük a terméket.

E szempontot követve **két csoportot** kapunk:

- **Nyers töltelékek**, melyek a tésztával együtt sülnek
- **Sós krémek**, amit a sütést követően töltünk a tésztába

Nagyon fontosak a töltelékek, mivel jelleget adnak a süteményünknek, hiszen azonos tésztából eltérő töltelékkel, esetleg más-más formázással, egy egészen más terméket kapunk. Emellett a töltelékek befolyásolják a termék élvezeti értékét, és táplálkozás-élettani hatását is.

A kezünkbe legtöbbször eszközök kellene, a megfelelő munkavégzés kivitelezéséhez. Ezeket az eszközöket már jól ismerjük. Tölthetünk idomcsővel ellátott, vagy idomcső nélküli nyomózsákból, kenőkéssel, és természetesen habkártya segítségével is eloszthatjuk a töltelékeket. Bármelyik módszert is alkalmazzuk, soha ne feledkezzünk meg arról, hogy a **töltelék eloszlása egyenletes** legyen!

Minden vásárló, vendég ugyanolyan minőségű terméket szeretne. Fordított esetben, vagyis, amikor vevőként vásárolunk ugyanúgy elvárjuk, hogy a pénzünkért minőséget kapjunk. Senki nem szereti a csalódást! Kiábrándító élmény, amikor egy termékben csak "jelzés szintjén" van a töltelék. Gyakori tapasztalt mégis, hogy három harapás után jutunk csak el a kívánt töltelékig, ami két falat múlva el is fogy. Kerüljük el ezt a fajta munkavégzést, bármennyire is elvárt a gazdaságosság! Sokkal kifizetőbb, ha a vendég azt kapja, amit elvár tőlünk, és az általunk előállított termékünkötől. Megelégedetten visszajár hozzánk, éppen a minőség miatt!

A SÓS TÖLTELEK ELŐKÉSZÍTÉSE

Az alap-és járulékos anyagok sokfélék. Lehet friss, vagy fagyasztott (mirelit) termék, de lehet az élelmiszeripar, a konzerv- és a húsipar által előállított áru is. Bármelyiket is használjuk, fontos a megfelelő előkészítés!

A friss élelmi anyagokkal van a legtöbb dolgunk. Jellegüknek megfelelő előkészítést igényelnek. Nevezetesen: válogatás, vagy a használhatatlan részek eltávolítása az egészséges részeketől, tisztítás, mosás többszöri váltott vízben, esetleg hámozás, aprítás, vagy darabolás. Mindezekkel elősegítjük a további feldolgozást.

A fagyasztott termékekkel az előkészítés során nincs sok dolgunk, mivel már az élelmiszeripari feldolgozás során fent említett folyamatokon átment az élelmi anyagunk. Nekünk nincs más teendőnk, mint "időzíteni", vagyis kellő időben gondoskodni az alapanyagunk felengedettségéről. Miután a fagyasztás nem öli meg a mikroorganizmusokat, hanem csak a szaporodási folyamatot gátolja, a felengedésnél ezt maradéktalanul figyelembe kell venni! A felengedettség történhet levegőben, vízben (előfőzés) és mikrohullámú berendezésekben.

Fagyasztott terméket felengedtetjük alacsonyabb hőmérsékletű légtérben, normál hűtési hőmérsékleten (+2 és +8 °C), lefedve végezhetjük a felolvasztást. Ez a módszer azon felül, hogy a legidőigényesebb, hátránya még, hogy a hosszú idő alatt az élelmi anyaggal érintkező mikroorganizmusok szaporodni kezdenek.

A második módszer talán a legpraktikusabb, de természetesen megfelelő hőközlő berendezés hiányában, nem kivitelezhető. A mikrohullámú berendezésekben igen rövid idő alatt történik a kiolvasztás, a minőség megőrzése mellett.

Bármelyik formáját alkalmazzuk a felengedettségnek, alapelv, hogy mielőbb el kell készíteni, felhasználni (még aznap), továbbá rendkívül fontos, hogy visszafagyasztani TILOS!

Am a fagyasztott zöldségeket nem szükséges minden esetben felengedtetni. Fagyott állapotban is történhet a felhasználás, ha az élelmiszer jellege lehetővé teszi. Ha közvetlenül a forrásban lévő főzővízbe, vagy az előmelegített zsiradékba helyezzük (főzés, blansírozás, párolás) a fagyott állapotban lévő élelmiszert.

Az élelmiszeripar által feldolgozott, és előállított késztermékek a legpraktikusabb alapanyagai a sós tölteléknek. Praktikus, hiszen a pontos mérés, esetleges aprítás után alkalmas a további feldolgozásra (alapanyagok bekeveréshez végleges ízesítéshez, fűszerezéshez).

Munkánk nagy része az előkészítés, illetve a munkaszervezés. Végiggondolva a gyártástechnológia lépéseit, máris megkapjuk a számunkra szükséges anyagokat, eszközöket és berendezéseket. Hiszen az előkészítő műveletek nem csak az alap-, és járulékos anyagokra vonatkoznak. A készítés során használatos eszközöket is elő (oda) kell készíteni, illetve a gépeket is alkalmas állapotba kell hozni a további munkavégzésre (megfelelő hőmérséklet, páratartalom beállítása, aktuálisan használt gépek részeinek illesztése stb.). Előkészítés hiányában munkánk rendezetlen lesz, ami hátráltatja a tiszta, és hatékony munkavégzést. Ilyen fajta munkakultúra pedig nem megengedett ebben a szakmában.

Nagyon fontos minden munkavégzés során, hogy a testi épséget maximálisan megóvjuk!

Az előkészítő műveletek során az aprításkor, daraboláskor a megfelelő (színű) vágódeszkát használjuk. A vágódeszkát rögzítsük a munkaasztal széléhez, ha ez nem lehetséges, akkor tegyünk konyharuhát alá, így megakadályozzuk a vágódeszka elmozdulását.

Minden szűrő-vágó eszközt a rendeltetésének megfelelően használjunk, és gondoskodjunk a megfelelő tisztántartásról is!

Mozgó, lötyögő nyelvű eszközzel soha ne dolgozzunk.

Az aprítás módja a reszelés, darálás is. Kézi reszelőt használva figyeljünk a letámasztásra. Soha ne a levegőben dolgozzunk, hiszen még a stabilan letámasztott reszelők használatakor is előfordul, hogy megcsúszik a kezünk!

Nagyobb mennyiségek feldolgozásánál általában gépekkel segítjük, könnyítjük meg munkánkat. Csak olyan gépet használjunk, melynek biztonságos használatáról ki lettünk oktattva! Ellenkező esetben kérjünk segítséget. Megőrizve így a saját testi épségünket, illetve megelőzve a gépek esetleges rongálását.

Téheremelés szabályait be kell tartani.

A különböző őrlőtárcsákkal, késekkel, hengerrel ellátott gépeknél fontos a hibátlan műszaki állapot, a precíz összeszerelés.

Az aprítandó élelmi anyagot kizárólag az etetőnyílásba tegyük, és minden esetben használjunk tömőfát!

Bármilyen rendellenes dolgot észlelünk, azonnal állítsuk le a folyamatot, majd szóljunk a munkatársaknak, feletteseknek, karbantartó kollégáknak!

ÍZESÍTÉS

Az aprítás, darabolás után következik az ízesítés. A mi szakmánkban elengedhetetlen a pontos mérés! Kicsit átformálva azt a mondást, miszerint, "a győztes csapaton ne változtass" arra az eredményre jutunk, hogy a már bevált, rendszeresen használatos alapreceptektől nem tanácsos eltérni. Ha mindig ugyanazzal az anyaghányaddal dolgozunk, precízen mértünk, és betartottuk az adott gyártástechnológiai sorrendet, akkor nem érhet senkit meglepetés, hiszen a végeredmény azonos lesz. Ez természetesen nem zárja ki az újítás lehetőségét sem, de nem célszerű a termelés folyamata közben kísérletezni, kivéve, ha nem ez a fő cél.

Mindig vegyük figyelembe az alap-, és járulékos anyagok saját ízét, karakterét, és ehhez mérten használjuk az ízesítőanyagokat. A cél a mértéktartó, harmonikus íz hatás elérése. Kerüljük a túlfűszerezést, de a jellegtelen ízesítés sem a megfelelő végeredmény. Ne feledjük el, hogy nem a mi íz világunknak kell megfelelni, hanem el kell találni a közízlést!



1. ábra. ábra. Só

Só

A négy alap íz egyike a sós. Sót minden sós töltelékhez használunk, de figyelembe kell vennünk a só fajtáját, szemcse nagyságát is. Gondolnunk kell arra is, hogy a nyersanyagunk milyen eredeti só tartalommal rendelkezik (sajtok, füstölt húsok stb.), és ehhez mérten történjék a sózás.

Fűszerek

Ízesítéskor használunk különböző fűszereket is. A fűszerek magas hatóanyag-tartalmú, és erős íz hatású növényi részek (magvak, termések, virágrészek, levelek, gyökerek vagy héjrészek) melyek jótékony hatással vannak az emésztésre. Nagy mértékben használva viszont elnyomják a nyersanyagunk eredeti ízét. Célunk pedig nem az elnyomás, hanem az, hogy zamatot adva, harmonizálva kihangsúlyozzák a nyersanyagunk jellegzetes ízét, növelve annak élvezeti értékét. Több fűszert, ízesítőanyagot használva figyeljünk, hogy egyik íz se nyomja el a másikat. Nem utolsó sorban arról se feledkezzünk meg, hogy az elkészült töltelékünkben legyen ideje felszívni a nyersanyagoknak az íz anyagokat. Az hidegen elkészült töltelékeket a tésztánkkal együtt fogjuk kitenni a hőközlő eljárásnak. Számolnunk kell a tészta ízével is.



2. ábra. Fűszerek

Bármilyen forró eszközzel dolgozunk, itt is tartsuk be a biztonságos munkavégzés szabályait!

Védőeszközök segítik a munkánkat, melyeket szintén oda (elő) kell készíteni, a kezünk ügyébe, és nem az utolsó pillanatban szaladgálni érte a műhelyben! (Szaladgálni egyébként is tilos egy olyan helyen, ahol szűrő-vágó, és forró eszközökkel, anyagokkal dolgozunk!) Minden dolgozó köteles a szükséges védőeszközöket rendeltetésszerűen használni.

Az égés nagyon fájdalmas, és maradandó sérüléseket okoz.

Számoljunk az esetleges kifröccsenő folyékony halmazállapotú anyagokkal is.

Munkaruhánk ahhoz, hogy megfelelő védettséget adjon, eleget kell tennie az előírásoknak (hosszúnadrág, hosszú ujjú felső, zárt, csúszásmentes cipő).

Ha sütés befejeztével a sütőlemez közvetlenül nem a regálba kerül, hanem a sütőasztalra, akkor ne hagyjuk figyelmen kívül az átforrósodott munkaasztalt sem, mert kisebb felületi égéseket az is tud okozni.

NYERS TÖLTÉLÉKEK

Amint a megnevezés is elárulja, ebben a csoportban taglaltak nyersen kerülnek a tésztánkba, és a tésztával együtt sülnek meg. Ezek a tölteléktípusok a formázásra, alakításra váró tészta felületére az édes töltelékekkel megegyező módon jutnak.

Sokféle nyers töltelékot használunk, és az alábbi felsorolás természetesen nem lesz tökéletes és teljes, hiszen újabb, és újabb íz kombinációkat találunk ki, gazdagítjuk a választékot. Az anyaghányad-ajánlás is csak egy lesz a sok közül, hiszen "ahány ház, annyi szokás" tartja a mondás is, és ez a receptek területén is igaz. Mindenki más-más recepttel dolgozik. A változtatás szempontjai is különbözőek. Természetesen néhány nyers töltelékkel, és a felhasználásukkal azért részletesen megismerkedünk.

Sonkatöltelék

A húskészítményt darált állapotban (esetleg nagyon apróra vágva) használjuk. Jellegének megfelelően ízesítsük töltelékünket sóval, borssal, apróra vágott petrezselyemmel, és dúsítsuk tojássárgával, amely egyben a kötőanyaga is lesz a töltelékünknek. A töltelék kolbászból is elkészíthető. Ám a kolbászos töltelék készítésénél ne feledkezzünk meg arról, hogy a lángolt kolbász erősen fűszerezett, így csak a tojássárgáját kell hozzákevernünk.

Ajánlott anyaghányad:

- Sonka 1000g
- Tojássárgája 5db (100g)
- Petrezselyem 100g
- Só 30g
- Őrölt bors 20g



3. ábra. Sonkásrúd

A töltelék felhasználása (rúd, rudacska, hasé, párna, levél, félhold, taréj): A vajtészta kinyújtjuk 4–5mm vékonyságúra, lesöpörjük a felesleges lisztet, és az elkészült töltelék nyomózsákból a tészta formázzuk. Kenőtojással lekenjük a tésztát. Csavarással, hajtással, illesztéssel befedjük a töltelékeket. A tojásos miatt a tészták összeragadnak, sütőpléhre helyezük, majd felületét megkenjük tojással. Tetszetőségét fokozhatjuk, ha a rudak, párnák, hasék felületét azonos távolságra részben bevagdossuk, irdaljuk, vagy rácsozzuk. Az így kapott termékeket sütőlemezre helyezük, felületét lekenjük. Sütés előtt a hasékat rövid ideig (kb.20perc) pihentetjük, majd 220 °C-os gőzös sütőtérben megsütjük.

Virslis

Mivel jelen esetben a termékünk tölteléke már készen van, így minimális előkészületre van szükség. A virsliket megmossuk, műanyag héját eltávolítjuk, és a kívánt méretre daraboljuk, majd mustárral bekenjük.



4. ábra. Virslis rudacska

A virsli felhasználása: Virsli roló, rúd szintén a kinyújtott vajtészta kész. A virsliroló készítéséhez a 4–5mm vastagságúra kinyújtott tésztát 2cm-es csíkokra vágjuk, lekenjük tojással, és a virsli köré tekerjük. A felcsavarást oly módon végezzük, hogy a tojásos része kifelé kerüljön, és a tészta részek mindig fedésben legyenek egymással. A feltekert rolókat sütőlemezre helyezve ismételen lekenjük tojással, negyed órát pihentetjük, majd megsütjük 220 °C-os, enyhén gőzös sütőtérben.

Süthető sajtkrém

Ezt a töltelék az anyagok jellegének megfelelő előkészítés után hidegen összekeverjük, és máris tölthetünk vele.



5. ábra. Süthető sajtkrém

Ajánlott anyaghányad:

- Reszelt sajt 400g (+100g a szóráshoz)
- Liszt 100g
- Tojássárga 5db (100g)
- Tejszín 400ml
- Só, fehérbors, őrölt szerecsendió 1-1 csipet

A süthető sajtkrém felhasználása legtöbbször gyúrt omlós tésztával történik. Kosár (vagy egyéb alakú) sütőformát egyenletesen kibélelünk a tésztával, majd a forma háromnegyedéig töltjük a krémmel. Tetejét megszórjuk reszelt sajttal, és 190°C-os sütőben megsütjük. (A félig kihűlt süteményeket ki kell szedni a formákból.) A sajtos kosárka mintájára készülhetnek egyéb ízesítéssel (sonka, paraj, gomba stb.) más sós termékek is.



6. ábra. Sajtos kosárcák

Kapros-túrós töltelék

Leg elterjedtebb felhasználási formája a lepény. Természetesen rétes, és egyéb uzsonnasütemények is készülhetnek ilyen ízesítésű töltelékkel. Ez a töltelék az élelmi anyagok jellegének megfelelő előkészítése után, hidegen készül. A tojásfehérje kivételével a lepasszírozott tehéntúróhoz keverünk minden hozzávalót. A tojásfehérjét kemény habbá verjük, és óvatos mozdulatokkal keverjük a töltelékbe.



7. ábra. Kapros-túrótöltelék

Ajánlott anyaghányad:

- | | |
|-------------|------------|
| - Tehéntúró | 500g |
| - Tojás | 2db (100g) |
| - Búzadara | 60g |
| - Tejföl | 100ml |
| - Cukor | 80g |

- Vágott kapor 20g
- Só 5g

Májtöltelék

Elég időigényes ez a töltelék. A májat mosás, darabolás (10x10mm-es kocka) után meg kell pirítani egy kevés olajon és apróra vágott vöröshagymán. Őrölt borssal, majoránnával fűszerezzük, és a végén sóval ízesítjük.

Ajánlott anyaghányad:

- Csirkemáj 500g
- Vöröshagyma 100g
- Zsír 80g
- Só 10g
- Őrölt bors 5g
- Majoránna 2g



8. ábra. Májas párna

Pizza krém

Legegyszerűbb a készen kapható pizza krém, ettől igényesebb, ha főzünk egy jó ízű töltelék. Olajon dinsztelünk finomra vágott hagymát, majd felöntjük paradicsompürével és vízzel vagy paradicsomlével. Zúzott fokhagymával, sóval, cukorral, oregánóval, és kakukkfűvel ízesítjük.

Káposztatöltelék

A megtisztított káposztát lereszeljük, majd besózzuk, és állni hagyjuk. Zsiradékon cukrot olvasztunk, és ehhez adjuk a kinyomkodott káposztát. Pirítjuk, őrölt borssal fűszerezzük.

Ajánlott anyaghányad:

- Káposzta 1000g
- Cukor 50g
- Olaj 50ml
- Só 5g
- Bors 5g

Besamel (tejmártás)

A tejet felforraljuk, félretesszük. A vajat felhevítjük, belekeverjük a lisztet, és lassú tűzön világos rántást készítünk. A forró tejet állandó keverés mellett, apránként a rántáshoz öntjük. Amikor elkészült, sóval, cayenne borssal és őrölt szerecsendióval fűszerezzük. A besamelmártást önállóan nem használjuk, de kiváló alapja a sós tölteléseknek.

Ajánlott anyaghányad:

- Tej 800ml
- Vaj 150g
- Liszt 150g
- Só 5g
- Cayenne bors 5g
- Őrölt szerecsendió 5g

Gombatöltelék

A megtisztított, és megmosott gombát apróra vágjuk. Konzerv alapanyag esetén a gombákat lecsöpögtetjük, és esetleg még aprítjuk. Kevés zsiradékon kis kockákra aprított (finomra vágott) vöröshagymát üvegesre párolunk, majd hozzáadjuk a gombát, valamint kevés finomra metélt petrezselymet, sózzuk és borsozzuk. Addig pirítjuk, amíg el nem párolog a gomba leve. Liszt, vagy zsemlemorzsaszórással sűrítjük, és végül egésztojással elkeverjük. Az így kapott gombapépet dúsíthatjuk besamelmártással is. Kiváló töltelése a haséknak, párnáknak, kosárcáknak.



9. ábra. Gombás párna

Ajánlott anyaghányad:

- Gomba 800g
- Vaj 150g
- Vöröshagyma 80g
- Petrezselyem 1 csomag
- Tojás 2db (100g)
- Zsemlemorzsa 80g
- Só 20g
- Őrölt bors 5g

Parajtöltelék

A parajleveleket gyöngyöző (kb.80–90°C) vízben előfőzzük (abáljuk). Ezt követően lecsepegtetjük, hűtjük, és összevágjuk, vagy bot mixer segítségével pépesítjük. A tojásokkal, a darabolt Feta sajttal és a zsemlemorzzával elkeverjük, oregano, só, bors és zúzott fokhagyma hozzáadásával ízesítjük. Ehhez az alaphoz adjuk a besamelmártást.

Ajánlott anyaghányad:

- Paraj 500g
- Tojás 2db (100g)
- Fokhagyma 2 gerezd
- Feta sajt 200g
- Só, bors, oregano 5-5g
- Zsemlemorzsa 100g
- Besamel 150g



10. ábra. Parajos hasé

A parajtöltelék mintájára készíthetünk **Brokkoli töltelék**et, a különbség csupán a zöldség főzési idejében és a fűszerezésben van. A brokkolit sós vízben teljesen meg kell főzni, leszűrni, és összetörni. Kihűlés után belekeverjük a besamelmártásba. Az ízesítőanyag a só, és a fehérbors mellett, az őrölt szerecsendió legyen.

- Brokkoli 500g
- Só 10g
- Szerecsendió, fehérbors 2-2g
- Besamel 200g

Quiche Lorraine

Ha ki szeretnél próbálni egy kedvelt francia receptet, akkor bátran ajánlom a quiche lorraine lepény elkészítését. Az eredeti lotaringiai recept húsos szalonnával készül, de ezt helyettesíthetjük sonkával és hozzáadhatunk ízlés szerint egyéb zöldségeket is (gomba, paradicsom, kukorica, cukkini stb.).

Tészta hozzávalói:

- Liszt 250g
- Margarin 120g
- Tojássárgája 1db (20g)
- Tejföl 50g
- Só 1csipet

A lisztet morzsoljuk el a margarinnal, majd minden egyéb hozzávalóval gyors, és határozott mozdulatokkal egyneműsítsük. Hűtőben pihentessük egy fél órát. A hűtőből kivéve nyújtsuk formára. A kerek lepény vagy egyéb sütőformát úgy kell kibélelni a tésztával, hogy pereme is legyen a forma oldalán. A tésztát szurkáljuk meg, megelőzve a tészta púposodását a sütőben. Előszűtjük a tésztát, majd elrendezzük a kívánt feltétet, és beöntjük az öntetet. Az öntet nem más, mint tojás 3db, tejszín 250ml, só és őrölt bors keveréke. Szórjuk meg a tetejét reszelt sajttal (150g), majd süssük 200 °C-os sütőben, kb. 30 percig. Ha elkészült, hagyjuk kissé kihűlni csak utána szeleteljük.

SÓS KRÉMEK

Míg az eddig ismertetett sós töltelékek mind a nyers tésztákkal együtt sülték, úgy jelen fejezetben a leggyakrabban használt sós krémekkel ismerkedünk meg. A variációk száma rengeteg, egyben azonban biztosan közősek az idesorolható töltelékek, nevezetesen abban, hogy a már kisült tésztákat töltjük meg velük, és hidegen kerülnek fogyasztásra. Az így elkészült termékek, sós sütemények rokonságot mutatnak a hidegkonyhai készítményekkel (pl.: kanapé). Többnyire a sós krémekkel töltött sütemények külön megrendelésre készülnek, és nem a napi süteménykínálatot a szélesítik. Lehetnek vendégváró falatok, kerülhetnek hidegelőétel gyanánt a vendég elé, vagy rendezvények szüneteiben is csillapíthatják az éhséget. Látványos, és rendkívül változatos ízben, színhatásban készülnek. Az ételek esztétikus megjelenése már magában is étvágygerjesztő hatással van a vendégekre, ami ha jó ízű étellekkel párosul, akkor az jó közérzetet biztosít, és ez a fontos számunkra, hogy a vendég jól érezze magát nálunk. Azt kapja a pénzéért, amit elvárt (túlteljesíteni is lehet), elégedetten távozik, és reményeink szerint visszatér hozzánk, vagy bátran ajánl minket másoknak.

A sós krémek legtöbbje hidegen készül. Megfelelő gyártástechnológiai sorrendben történik a bekeverés, habosítás. A habosítás (ami nem más, mint intenzív keverés) során levegőt juttatunk a keverékbe. A krém megköti a levegő molekuláit, így lazítva szerkezetét. A végeredmény egy lágyabb, könnyebb állományú krém lesz. Mivel hidegen történik a krém készítése, így rövid idő alatt praktikus töltelékeket készíthetünk. Természetesen az alábbi felsorolás nem teljes, és tökéletes, de már néhányat elkészítve is széles választékkal fogadhatjuk vendégeinket. Fontos szem előtt tartani a változatosságot ízben, színben, formában, hiszen így esztétikusabb végeredményt kapunk. A vendégek összetétele véletlenszerű, általában sokféle étkezési szokással bírnak. A széles választék kielégíti a különböző táplálkozási igényeket (vegetarianizmus, élelmiszerallergiák, vallási alapokon nyugvó étkezési szokás), és nem lesz egyhangú a kínálatunk.

Májkrém

A sós töltelékeknél ismertetett májtölteléket hidegen pépesítjük, így adagoljuk a kihabosított vajhoz. Szükség esetén tovább ízesíthető a krém sóval, őrölt borssal, brandyvel. A krém egyszerűbb változata kenőmájásból, esetleg konzervből készül.

Tojáskrém

A krémhez főtt (kemény) tojásokra lesz szükségünk. Pontosabban a tojások sárgájára, melyeket áttörünk, fűszerezünk sóval, fehérborssal, mustárral, és lazítunk tejföllel. Az így kapott alapot a kihabosított vajhoz adagoljuk.

Ajánlott anyaghányad:

- Tojás 12db
- Vaj 250g
- Tejföl 100g
- Só, fehér bors, mustár

Szardíniakrém

A krém készítése egyszerű keveréssel történik. Az előkészítés sem bonyolult. A szardíniákat az olajos léből kivéve át kell passzírozni. Az így kapott szardellapasztát keverjük a kihabosított vajhoz. Tovább keverve adjuk hozzá a finomra vágott vöröshagymát, a citrom kifacsart levét, és a fűszereket.

Ajánlott anyaghányad:

- Szardínia 200g
- Vöröshagyma 1 kisfej
- Vaj 150g
- Citrom 1 db
- Mustár 20g
- Só, őrölt bors 2-2g

Körözött (kevert túró)

A vaj kivételével elkeverünk minden alapanyagot. A vajat kihabosítjuk, majd a kihabosított vajhoz adjuk a bekevert körözött alapot.

Ajánlott anyaghányad:

- Passzírozott tehéntúró 400g
- Juhtúró 200g
- Vaj 100g
- Só 10g
- Fűszerpaprika őrlemény 10g
- őrölt kömény 2g
- Finomra vágott vöröshagyma 5g
- Metéőhagyma, Snidling (ez elhagyható)

A magyaros ízek mellett készíthetünk más íz világú kevert túrókrémet pl.: pirított tökmaggal, medvehagymával, aszalt paradicsommal stb.

Tormakrém

Leginkább hidegkonyhai készítményeknél találkozhatunk ezzel a krémmel, de választékunkat bátran bővíthetjük a krém egyedi íze miatt. A kihabosított vajhoz keverjük a kész besamelmártást, és az ecetes tormát.

Ajánlott anyaghányad:

- Vaj 250g
- Ecetes torma 150g
- Besamel 300g

Répakrém

Ez a krém rendkívül korszerű. Az előkészítő műveletek időigényesebbek, mint maga a krém elkészítése. Az előkészített alapanyagokat keveréssel egyneműsítjük. Az elkészült krém színe miatt látványos részét adhatja szortimentünknek.

Ajánlott anyaghányad:

- Reszelt sárgarépa 500g
- Reszelt füstölt sajt 200g
- Zúzott fokhagyma 4 gerezd
- Tejföl 400ml
- Só, őrölt szerecsendió

Sajtkrém

Jelen felsorolásban az egyetlen sós krém, melynek az alapja melegen készül. A tejszínt, és a sót felmelegítjük, beletesszük a lereszelt sajtot, és a tojások sárgáját. Állandó keverés mellett felforraljuk. Levéve a tűzhelyről az alap tetejére daraboljuk a vaj egyharmad részét. A forró alapra ráolvadnak a vajdarabkák, megakadályozva így a bőrösödést. A kihűlt alapot a kihabosított vajhoz adagoljuk. Pikánsabb ízeget kapunk, ha fehérborsot, vagy őrölt szerecsendiót, pörkölt daráltdiót, esetleg zöldfűszereket használunk a sajtkrém készítésénél.



11. ábra. Sajtosroló

Ajánlott anyaghányad:

- Tejszín 1000ml
- Só 20g
- Reszelt sajt 400g
- Tojássárga 8db (160g)
- Vaj 700g

A sós krémeket sem értékesíthetjük önmagukban. A tésztákat, melyeket felhasználunk a sós krémekkel, egy másik tananyag taglalja, de elkerülhetetlen az átfedés, így most itt is érintjük a cukrásztészták egy részét.



12. ábra. Töltelékkel együtt sült sós linzer

- **Vajas**, vagy más zsiradékkal készült hajtogatott **tészta**

Ez a tészta nagyon univerzális, éppen a sokoldalú felhasználhatósága miatt gyakran dolgozunk vele. A tészta felhasznált alapanyagai miatt egyértelműen elmondhatjuk, hogy semleges ízű. Éppen, ezért alkalmas édes, és sós sütemények előállítására is.

Ebben a füzetben természetesen a sós süteményekkel foglalkozunk.

A vajastészta nem csak az ízvilága miatt mondható univerzálisnak. Azért is mert nyersen a töltelékkel jelleget kapva (különböző képen formázva, alakítva, darabolva) is sokféle süteményt kapunk. Pl.: rúd, rudacska, roló, hasé, párna, levél, félhold, taréj, kifli stb. Ugyanakkor a már kisült (üres) vajastésztát kiválóan használhatjuk sós sütemények alapjának. Bármilyen sós krémmel tölthetjük, felrakással díszíthetjük. Rengeteg féle variációt készíthetünk olivabogyó, kapribogyó, kaviár, citrom, szalámik, sajtok, színes paprikák, koktélpáradicsom, bébirépa, bébikukorica, petrezselyem stb. felhasználásával.

- **Sós linzer**, és ízesített változatai



13. ábra. Töltött sós teasütemény omlós tésztából

A gyúrt omlós tésztacsoportba tartozó tészta magas zsiradéktartalma miatt jóval nehezebb, mint sok más cukrásztészta. A sós linzerből kisült vékony lapok (egyéb alakzatok) alapjai lehetnek a sós krémeknek. Töltés után a sütemény tetejére illeszthetünk egy másik kisült tésztadarabot is, de látványos dekorációkkal fokozhatjuk az esztétikumukat.

A nyers tésztával kibélelt sütőformák, pedig a sós piték, lepények, kosarak, sóstorták alapjai lesznek. Ilyenkor a tészta a töltelékkel együtt sül.



14. ábra. Sajtós kosárka

- **Forrázott tészta**

Ezt a cukrásztésztát kisütés után töltjük meg a krémekkel. A nyomózsákból formázott nyers tészta a sütés alatt kitágul, és minimum kétszeres térfogat-növekedésre képes. Belseje üreges, éppen ezt fogjuk kihasználni, és megtölteni a sóskrémekkel. Egyszerű díszítése a töltött fánkocskáknak, ha reszelt sajtba, darált pörkölt-dióba, vagy finomra vágott zöldfűszerekbe mártjuk, esetleg a levágott kalapokat ferdén visszahelyezzük. Sokkal igényesebb kínálatunk lesz, ha a krémmel való fecskendezés után felrakással díszítjük a sós fánkocskákat. A felrakáshoz használható élelmi anyagok megegyeznek a vajtésztaánál felsoroltakéval.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. feladat

Szakmai gyakorlaton szerzett tapasztalatai alapján nevezzen meg olyan sós töltelékeket, melyeket a gyakorlati munkahelyén használnak! Csoportosítsa a megnevezett töltelékeket a sós töltelékek két csoportjába!

Nyers töltelékek: _____

Sós krémek: _____

2. feladat

Végezzen kutatómunkát lakókörnyezetében található cukrászdák, és egyéb uzsonnasütemények árusításával foglalkozó üzletekben! Írja le, milyen választékot talál sós töltelékekkel készült termékekből!

3. feladat

Illatozzon meg különböző fűszereket (pl.: köménymag, mustármag, oregano, petrezselyem, szerecsendió stb.), majd írja le, hogy melyiket milyen sós tölteléknél használná!

4. feladat

Figyelje meg alábbi képen látható sós krémet! Nevezze meg a krémet, írja le a készítéshez szükséges anyagokat, majd készítsen munkatervet! Elkészült munkatervét elemezze ki szakoktatójával!



15. ábra

A large rectangular area with a yellow border, containing ten horizontal lines for writing. A large, light gray watermark reading 'MUNKANYAG' is overlaid diagonally across the entire page, including this section.

5. feladat

Kísérletezzen otthon! Zsíros, lágy sajtokból, vagy semleges ízű krémsajtokból (pl.: Camambert, Roqufort, Camping stb.) milyen hidegen készíthető sajtkrémet tud keverni? Jegyzetelje le milyen anyagokat használt fel a készítés során! Melyikkel–milyen hatást ért el a bekeverés során (tompább íz, erősebb íz, lazító hatás stb.)? Milyen ízek harmonizálnak együtt? (pl.: kapor–uborka, fokhagyma–olivabogyó, pörkölt dió, mogyoró stb.) Tapasztalatait ossza meg szakoktatójával, közösen értékeljék a leírtakat!

A large rectangular area with a yellow border, containing 18 horizontal lines for writing. A large, light gray watermark reading 'MUNKANYAG' is diagonally overlaid across the page.

ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

1. feladat

Írja le az előkészítés részeit, fontosságát!

2. feladat

Írjon a különböző cukrásztészták mellé olyan sós töltelékeket, amelyekkel az adott tésztát betöltené!

Vajas tészta: _____

Forrázott tészta: _____

Gyúrt omlós tészta: _____

3. feladat

Írjon olyan veszélyekről, melyek a sós töltelék készítése során sérülést tudnak okozni a dolgozóknak!

4. feladat

Egyszerű matematikai művelettel számolja ki 1,20kg sajthoz a sajtkrém receptúráját!

5. feladat

Állítsa helyes sorrendbe az alábbi gyártástechnológiai műveleteket!

- a.) tisztítás, mosás
- b.) cukor olvasztása
- c.) káposzta pirítása
- d.) káposzta kifacsarása
- e.) káposzta sózása
- f.) káposzta reszelése
- g.) őrölt feketeborssal való fűszerezés

6. feladat

Olvassa el az alábbi munkatervet, közben jelölje a gyártástechnológiai hibákat!

1. Előkészítés
2. Tej langyosítása
3. Vaj olvasztása, zsemleszínű rántás készítése
4. Folyamatos keverés mellett rántás hígítása
5. Mártás ízesítése borssal, szerecsendióval
6. Paraj levelek megabálása, csepegtetése, hűtése
7. Parajlevelek összevágása
8. A paraj, és a besamel összekeverése
9. Dúsítás tojással, fetasajttal

MUNKANYAG

MEGOLDÁSOK

1. feladat

Az előkészítéssel biztosítjuk a folyamatos munkavégzést. A készítés során felhasználandó összes alap-, és járulékos anyagot elő kell készíteni a további feldolgozáshoz, a gyártástechnológia folyamatai során szükséges eszközöket is elő kell készíteni, illetve a gépeket, berendezéseket alkalmas állapotba kell hozni a további munkavégzéshez. Előkészítés hiányában munkánk rendezetlen lesz, ami hátráltatja a tiszta, és hatékony munkavégzést.

2. feladat

Vajas tészta: káposzta töltelék, sonka, vagy kolbász, vagy szalámi töltelék, pizzás töltelék, brokkoli töltelék, paraj töltelék, gombatöltelék, süthető sajtkrém, májtöltelék, sajtkréme, körözött, májkrém, szardíniakrém májkrém, tojáskrém, tormakrém, répakrém
Forrázott tészta: sajtkréme, körözött, szardíniakrém, májkrém, tojáskrém, tormakrém, répakrém

Gyúrt omlós tészta: süthető sajtkrém, sonkatöltelék, kapros-túrós töltelék, gombatöltelék, parajos töltelék, körözött, májkrém, szardíniakrém, sajtkréme, tojáskrém, tormakrém, répakrém

3. feladat

- veszélyforrást jelent minden hibás elektromos készülék, a meghibásodást jelenteni kell
- nem megfelelően összeszerelt gép
- használat közben minden forgó-mozgó alkatrész
- vágás, darabolás, aprítás eszközei
- forró eszközök, és élelmi anyagok
- nagy mennyiség készítése esetén a fizikai megterhelés, teheremelés szabályainak be nem tartása

4. feladat

A sós krémeknél szerepelő ajánlott anyaghányad adatait felhasználva, és háromszoros szorzót használva könnyen megkapjuk a kívánt mennyiséghez szükséges anyagnormát.

1200g sajthoz a receptúra a következő képen alakul: 2100g vaj, 60g só, 24db tojás sárga (480g), 3000ml tejszín

5. feladat

A helyes műveleti sorrend: a.) f.) e.) b.) d.) c.) g.)

6. feladat

2. műveleti pontban a tejet langyosítás helyett forralni kell, a 3. pontnál zsemleszínű rántás helyett világos rántást kell készíteni, az 5. pontból a só kimaradt, és a 9. pontból a zsemlemorzsa maradt ki

MUNKANYELV

IRODALOMJEGYZÉK

Felhasznált irodalom: dr.Dunszt Károly – Gyenge Csaba: Cukrászati ismeretek.
Képzőművészeti Kiadó Budapest 2009.

A(z) 0536–06 modul 008–as szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
33 811 01 0000 00 00	Cukrász
33 541 05 1000 00 00	Pék-cukrász

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:
26 óra

MUNKANYELVI

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