



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

| | |
|---|---|
| Název školy | Střední škola, Lomnice nad Popelkou, Antala Staška 213, příspěvková organizace |
| Adresa školy | Antala Staška 32, Lomnice nad Popelkou 512 51 |
| IČ | 15043151 |
| Název operačního programu | OP VK 1.5. |
| Registrační číslo | CZ.1.07/1.5.00/34.0705 |
| Označení vzdělávacího materiálu | VY_32_INOVACE_07_21_TEC_ZE_33 |
| Název tematické oblasti (sady) | Polévky |
| Název vzdělávacího materiálu | Dietní polévky - Špenátová polévka |
| Druh učebního materiálu | Pracovní list |
| Anotace | Žáci si prověří znalost přípravy vývaru, postup zahušťování moukou opraženou na sucho, legírování polévek |
| Klíčová slova | Vývar, mouka opražená na sucho, legírování |
| Vzdělávací obor, pro který je materiál určen | Kuchař, Kuchař _ číšník |
| Ročník | 1-3 |
| Typická věková skupina | 15 – 17 let |
| Speciální vzdělávací potřeby | Nejsou potřeba, žáci využijí znalosti z předmětu technologie, potravin a výživa a odborný výcvik |
| Autor | Václav zelmanovič |
| Zhotoveno, (datum/období) | Listopad 2013 |
| | |

Špenátová polévka

Očištěné a omyté..... kosti a maso vložíme do nádoby se vodou, mírně osolíme a asi 2 hodiny táhneme. Přidáme zeleninu nakrájenou na drobno, dovaříme do měkka, scedíme a vývar necháme schladnout. Hladkou mouku opražíme a zalijeme chladným vývarem z kostí a zeleniny.

Vývar s moukou důkladně prošleháme, uvedem do mírného varu a asi..... minut prováříme, nakonec přecedíme hustým cedníkem.

Současně si upravíme špenátové listy (přebrané, očištěné, nasekané, mleté) krátce abychom odpařili vodu.

Upravený špenát vložíme do přecezené polévky, přidáme rozmíchaná vejčka, krátce povaříme do sražení vejčka.

Hotovou polévku legírujeme čerstvým a dochutíme solí.

ŘEŠENÍ

Špenátová polévka

Očištěné a omyté telecí kosti a maso vložíme do nádoby se studenou vodou, mírně osolíme a asi 2 hodiny táhneme. Přidáme kořenovou zeleninu nakrájenou na drobno, dovaříme do měkka, scedíme a vývar necháme schladnout. Hladkou mouku opražíme za občasného míchání na sucho, zalijeme chladným vývarem z kostí a zeleniny.

Vývar s moukou důkladně prošleháme, uvedem do mírného varu a asi 30 minut prováříme, nakonec přecedíme hustým cedníkem.

Současně si upravíme špenátové listy (přebrané, očištěné, nasekané, mleté) krátce podusíme abychom odpařili vodu.

Upravený špenát vložíme do přecezené polévky, přidáme rozmíchaná vejčka, krátce povaříme do sražení vejčka.

Hotovou polévku legírujeme čerstvým máslem a dochutíme solí.

Literatura

AUTOREM MATERIÁLU A VŠECH JEHO ČÁSTÍ, NENÍ-LI UVEDENO JINAK, JE VÁCLAV ZELMANOVIČ

"Materiály jsou určeny pro bezplatné používání pro potřeby výuky a vzdělávání na všech typech škol a školských zařízení. Jakékoliv další využití podléhá autorskému zákonu".

Kontakt:

Václav Zelmanovič

zelmanovicv@skola-lomnice.cz