

Zapoznaj się z zamieszczonym poniżej materiałem i odpowiedz na pytania:

1. W jakiej temperaturze wody należy myć mięsa?
2. Co to jest wywar?
3. Co to jest bulion?
4. Których części przeważnie nie usuwa się z mięsa?

Zastosowanie mięsa w gastronomii.

POTRAWY GOTOWANE

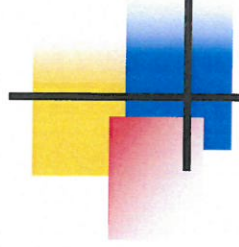


- Dobór elementów kulinarnych
- Obróbka wstępna
- Asortyment potraw
- Zmiany fizykochemiczne



Dobór elementów kulinarnych do gotowania

- Elementy kulinarne poprzeraстане tkanką łączną (błonami, ścięgnami),
- Długie gotowanie sprzyja rozklejaniu się tkanki łącznej dzięki czemu staje się smaczne,
- Elementy kulinarne głównie z przedniej części tuszy,
- Mięso pochodzące ze sztuk starszych.



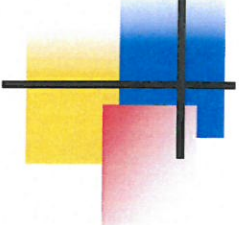
Dobór elementów kulinarnych do gotowania

- **Wieprzowina** - golonki, boczek, żeberka, główizna, ucho, ryj, ogon, karkówka, łopatka,
- **Wołowina** – goleń (pręga), łata, rozbratel, szponder, łopatka, mostek, antrykot, łopatka, ogon,
- **Cielecina** - górka, goleń (pręga), karkówka, mostek, łopatka, łata,
- **Baranina** – karkówka, górka(plecówka), mostek, goleń (pręga).



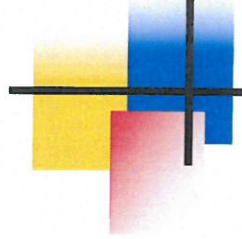
Obróbka wstępna mięsa do gotowania

- Z mięsa przeważnie nie usuwa się:
 - kości,
 - powięzi
 - ścięgien
- Mięso należy umyć w wodzie w temp. 25-30°C,
- Duże kości przepiłować w poprzek.



Asortyment potraw gotowanych

- Wywary
- Rosoły
- Buliony
- Consomee
- Sztuka mięsa
- Potrawki mięsne

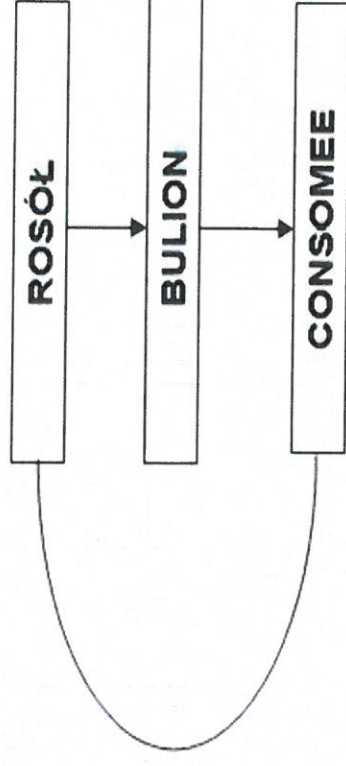


Asortyment potraw gotowanych

- **Wywary** – podstawa zup i sosów. Używa się kości wieprzowych, wołowych, cielecych. Najbardziej esencjonalne są wywary z kości wołowych. **Kości wkłada się do zimnej wody,** dodaje przyprawy i gotuje kilka godzin. Pod koniec dodaje się włoszczyznę. **Wywarów nie należy szumować** (usuwać piany pływającej na powierzchni). Białko ścina się tworzy szary osad, opada na dno. Jeżeli trzeba przygotować duże ilości wywarów, oddzielnie przygotować z kości i warzyw, a następnie w miarę potrzeby łączyć.

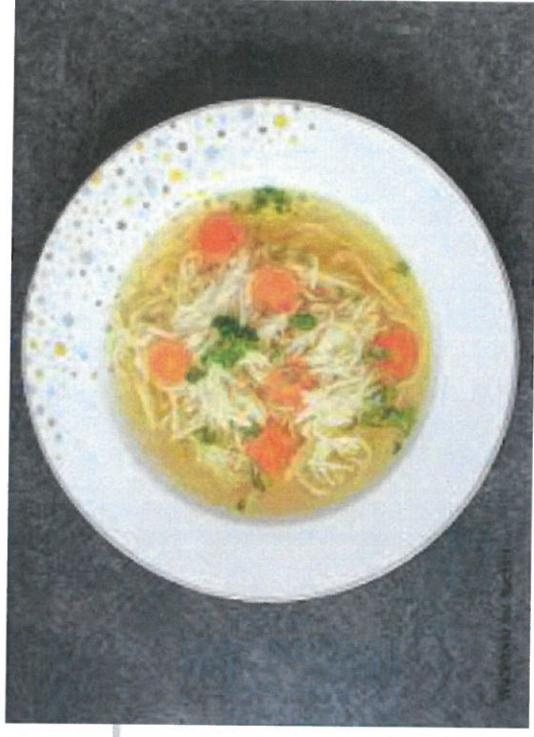


Rosół, Bulion, Consomee



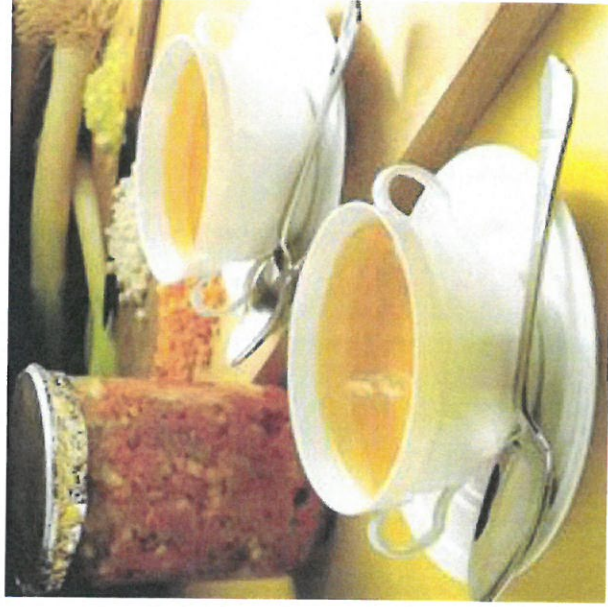
- Gotowane z mięsa wołowego z kością lub bez
- Mięso wkłada się do zimnej wody i gotuje wolno pod przykryciem ok. 3 godziny (techniką mrugania)
- Pod koniec gotowania dodaje się włoszczyznę i przyprawę, na koniec przecedza i otrzymujemy **rosół**.
- **Bulion** sporządza się jak rosół ale dodatkowo się go odłuszcza 50% i klaruje białkiem. Bulion jest bardziej esencjonalny, sporządzany z mniejszej ilości wody
- **Consomee** otrzymujemy przez odparowanie bulionu lub rosółu oraz całkowite „zdjęcie” tłuszczu z powierzchni

Consommee wołowe



Rosół z makaronem

Bulion wołowy

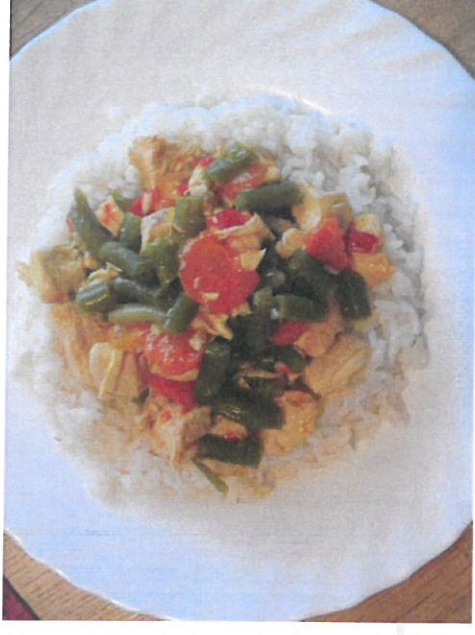


Sztuka mięsa



- Sporządza się z mięsa z kością lub bez kości
- Sztuka mięsa bez kości: zrazowa wewnętrzna
- Sztuka mięsa z kością: antrykot, szponder i mostek
- Mięso wkłada się do wrzącej osolonej wody i gotuje wolno pod przykryciem (techniką **mrugania**)
- Pod koniec gotowania dodaje się włoszczyznę i przyprawy
- Mięso porcuje się, krojąc w poprzek włókien
- Można podawać w rosole lub jako danie zasadnicze z sosami, np. koperkowym, musztardowym, chrzanowym, pomidorowym, dodatkami skrobiowymi i witaminowymi.

Potravki mięsne



- Sporządza się z **mięsa cielecego** oraz **jagnięciny**
- Mięso wkłada się do wrzącej wody i gotuje pod przykryciem (technika mrugania)
- Pod koniec gotowania dodaje się włoszczyznę i przyprawy
- Mięso porcuje się, krojąc w poprzek włókien
- Mięso podaje się w **sosie sporządzonym na wywarze z mięsa**, zagęszczając podprawą zacieraną (mąka i masło)
- Podaje się jako danie zasadnicze z dodatkami skrobiowymi (ziemniaki, ryż, kasze, kluski) oraz jarzynami i surówkami
- Porcja potrawy powinna wynosić 200g w tym mięso 100 g

Zmiany fizykochemiczne zachodzące podczas gotowania



- Ubytek masy 30- 40%
- Denaturacja białek, powoduje zmniejszenie objętości i kurczenie się mięsa,
- Pęcznienie kolegenu, który po podgrzaniu przechodzi w żelatynę (termohydroliza-rozklejanie kolagenu),
- Pęcznienie elastyny, która nie rozkłada się
- Tłuszcz topi się i przechodzi do wody,
- Zmienia się barwa mięsa w wyniku rozkładu mioglobiny
- Straty witamin ok. 30%



Bulion mięsny

BULION MIĘSNY	Sposób wykonania
Normatyw surowcowy na 5 porcji	
wołowina (prega) 600 g	
kości kruche 300 g	
włoszczyzna 175 g	
cebula 35 g	
białko jaja 1 szt.	
natka pietruszki 5 g	
ziele angielskie 0,1 g	
woda 1300 cm ³	
sól do smaku	
	• Kości i mięso wypłukać. • Kości porąbać, włożyć wraz z mięsem do zimnej wody i bardzo wolno gotować przez 3 godziny. Podczas gotowania nie należy szumować bulionu. • Dodać włoszczyznę, przyrumienioną cebulę, przyprawy i gotować jeszcze przez 45 minut. • Z gotowego bulionu wyjąć mięso i kości, włoszczyznę, zebrać tłuszcz, przecedzić. • Sklarować bulion za pomocą białka. • Podawać w filiżankach z drobno posiekaną natką pietruszki. Jako dodatek można podać groszek ptyśowy, paluszki, paszteciki lub surowe żółtko. • Porcja bulionu wynosi 200 cm³.

Rosół, sztuka mięsa

ROSÓŁ I SZTUKA MIĘSA

Normalny surowcowy na 5 porcji

wołowina bez kości (krzyżowa) 1 kg
włoszczyzna z kapusią 250 g
cebula 50 g
woda 1500 cm³
liść laurowy, ziele angielskie,
pieprz w ziarnach, sól do smaku,
natka pietruszki

Sposób wykonania

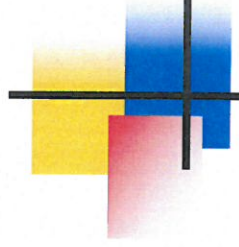
- Mięso umyć, osączyć, włożyć do wrzącej, osolonej wody i powoli gotować.
- Gdy mięso jest na wóół ugotowane, dodać włoszczyznę, przyprawy i przytłumioną na suchu cebulę.
- Miękkie mięso wyjąć, ostudzić, poroćwać – kroć skośne plastry w poprzek włókien.
- Rosół przecedzić, zagotować.
- Porcję mięsa przekroćć do garnka i podać wrzącym rosółem.
- Sztukę mięsa podawać w rosół z makaronem lub w porcjach z sosem i innymi dodatkami.



Rosół z makaronem

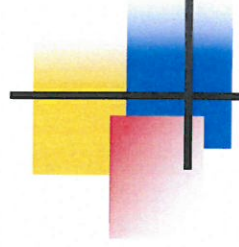


Rosół z kostką z kaszy



Potrąwka cielęca

POTRAWKA CIEŁĘCA	Sposób wykonania
Normatyw surowcowy na 5 porcji cielęcina z kością (górką 700 g lub mostek 650 g) włoszczyzna bez kapusty 150 g woda 750 cm ³ mąka pszenna 50 g masło 50 g sól do smaku, natka pietruszki	• Przeprowadzić obróbkę wstępną mięsa. • Włożyć mięso do wrzącej, osolonej wody i powoli gotować. • Gdy mięso będzie na w poł miękkie, dodać oczyszczoną włoszczyznę, gotować do miękkości. • Ugotowane mięso wyjąć, pokroić w poprzek włókien, porcjując z kością. • Z masła i mąki sporządzić podprawę zacieraną, rozprowadzić niewielką ilością wywaru. • Dodać podprawę do pozostałego wywaru, zagotować, doprawić sos do smaku. • Mięso podgrzać w sosie i podawać posypane natką pietruszki z wybranym dodatkiem. • Porcja potrawy powinna ważyć 200 g, w tym mięso 100 g.



Golonka gotowana

GOLONKA PEKLOWANA GOTOWANA

Normatyw surowcowy na 5 porcji

golonka 1,5 kg
włoszczyzna bez kapusty 150 g
pieprz, sól do smaku

Sposób wykonania

- Mięso po peklowaniu optukać, włożyć do wrzącego wywaru z warzyw i ugotować, dodając pod koniec gotowania przyprawy. Wydawać z kością.
- Podawać z ziemniakami lub purée z grochu, z kapustą, ćwikłą lub chrzanem.