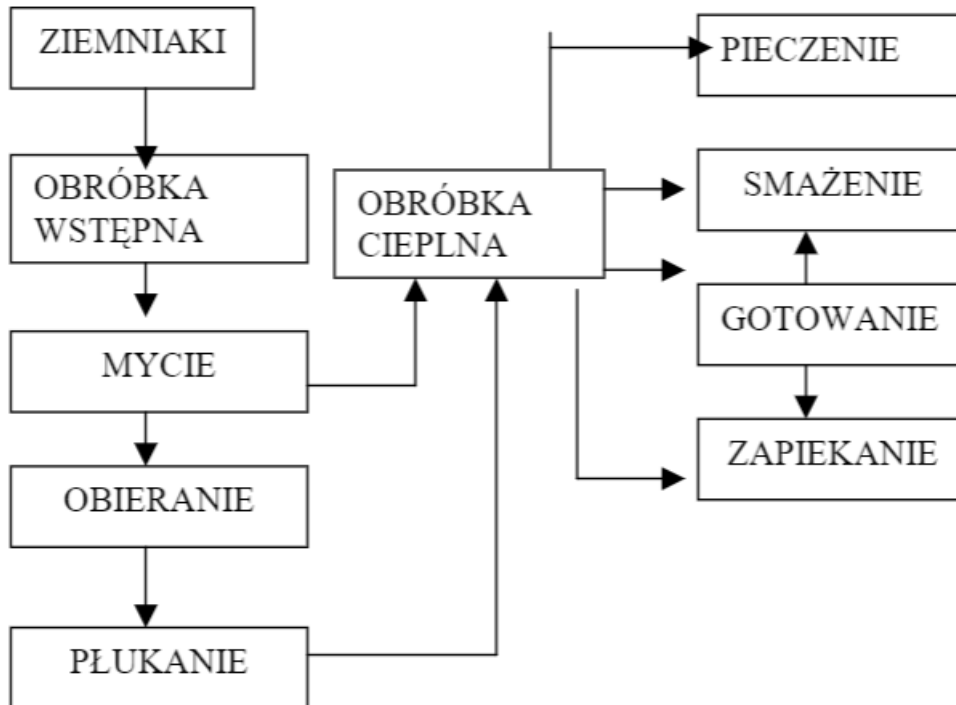


Temat zajęć: Sporządzanie potraw smażonych i pieczonych z ziemniaków.

1. Etapy sporządzania potraw z ziemniaków.



Rys. 3. Etapy sporządzania potraw z ziemniaków [opracowanie własne]

2. Sposób przygotowania wybranych potraw z ziemniaków smażonych i pieczonych.

- Frytki: ziemniaki odpowiednio rozdrobnione i osuszone, smaży się w dobrze rozgrzanym tłuszczu.



- Placki ziemniaczane: ziemniaki surowe zetrzeć na tarce na miążgę z dodatkiem cebuli, dodać jaja, mąkę, sól, smażyć placki na dobrze rozgrzanym tłuszczu, na złoty kolor z obydwu stron. Podaje się jako dodatek do dań duszonych mięsnych np. placki ziemniaczane po węgiersku.



- Ziemniaki pieczone w skórkach lub obrane ułożone na wysmarowanej brytfannie lub zawinięte w folię: przed pieczeniem ziemniaki mogą być wydrążone i nadziewane np. grzybami, mięsem, warzywami, jajem, serem. Podczas pieczenia należy ziemniaki skrapiać wodą, aby zapobiegać nadmiernemu ich wysuszeniu. Przed pieczeniem ziemniaki mogą być wcześniej lekko obgotowane. Powinny być na powierzchni lekko zrumienione, a w środku miękkie i lekko rozsypujące się. Podaje się ze świeżym masłem i solą.



- Zapiekanki z ziemniaków: surowe lub obgotowane ziemniaki pokrajane w plastry układają się w naczyniach żaroodpornych warstwami na przemian z innymi składnikami wcześniej odpowiednio przygotowanymi np. grzybami, jajem, serem, mięsem, warzywami, tak, aby na spodzie i na wierzchu była warstwa ziemniaków. Po wypełnieniu naczynia zalewa się zawartość zaprawą ze śmietany i zapieka w piekarniku. Podaje się je jako danie podstawowe obiadowe z surówkami lub kolacyjne oraz jako gorące zakąski.



- Kotlety z ziemniaków: zmielone, ugotowane ziemniaki miesza się z mąką ziemniaczaną, jajami i dodatkami smakowymi (zrumieniona cebula, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek). Z wyrobionej masy formuje się małe kotleciki, obtacza w bułce tartej i smaży w rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor z obydwu stron. Z masy tej można sporządzać także krokiety nadziewane masą mięsną, grzybową, warzywną. Podaje się z sosami i surówkami po dwa na porcję, najczęściej jako dania podstawowe.



- Ziemniaki „Księżnej” – ziemniaki ugotowane w skórce, obiera się, przeciska przez praskę, dodaje masło, jaja i przyprawy, wyciska się z worka cukierniczego rozetki na wysmarowaną tłuszczem blachę i piecze w temp. 200°C.



- Ziemniaki „Dauphine” – (potrawa kuchni francuskiej) przygotowuje się z ziemniaków purée, które łączy się z ciastem parzonym (wodę gotuje się z masłem i solą, dodaje mąkę i powoli gotuje ciągle mieszając aż ciasto odchodzi od ścianek naczynia, zdejmuje się z ognia i dodaje po jednym jajku ciągle ucierając). Z przygotowanej masy formuje się małe kulki, smaży na rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor. Podaje się jako dodatek do dań mięsnych.



- Ziemniaki Rösti – (potrawa kuchni szwajcarskiej) placki ziemniaczane, przygotowywane z podgotowanych, grubo startych ziemniaków. Ziemniaki obieramy i gotujemy przez około 10 minut lub do miękkości(zależy jaki typ wybraliśmy). Ziemniaki studzimy i odstawiamy na noc do lodówki (jeśli mamy taką możliwość). Jeśli nie mamy czasu to wystarczy ostudzić ziemniaki. Ostudzone ziemniaki i cebulę ścieramy na grube wiórki. Mieszamy z przyprawami i olejem. Przygotowaną masę smażymy na patelni uzyskując placek lub pieczemy w małych foremkach.



3. Ćwiczenie.

Sporządź potrawę **pieczoną lub smażoną z ziemniaków** według wybranej dowolnie receptury, dobierz dodatek i sposób podania.

Sposób wykonania ćwiczenia

Aby wykonać ćwiczenie, powinieneś:

- 1) zapoznać się z asortymentem potraw z ziemniaków smażonych i pieczonych
- 2) wyszukać recepturę na potrawę pieczoną i smażoną z ziemniaków,
- 3) dobrać dodatek do potrawy i zaplanować kolejność wykonywanych czynności
- 4) przygotować stanowisko pracy, dobrać sprzęt i urządzenia,
- 5) odważyć surowce,
- 6) sporządzić potrawę i dodatek zgodnie z recepturą,
- 7) wyporcjować estetycznie,
- 8) przeprowadzić ocenę organoleptyczną sporządzonej potrawy,
- 9) zaprezentować potrawę na forum grupy, domowników
- 10) uporządkować stanowisko pracy.

4. Przykładowe receptury do wykorzystania.

1. Placki ziemniaczane	
Normatyw surowcowy- 2 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• ziemniaki surowe obrane- 1000 g• cebula do placków-130 g• mąka pszenna 100 g• jajo 1 szt.• olej do smażenia• Sól, pieprz do smaku	<ol style="list-style-type: none">1. Ziemniaki i cebulę po obróbce wstępnej zetrzeć na tarce o najmniejszych oczkach na miazgę.2. Startą miazgę wyłożyć na sito o drobnych oczkach celem usunięcia nadmiaru wody.3. Dodać pozostałe składniki, wymieszać i przyprawić.4. Rozgrzać olej, nakładać łyżką, tak by formować placki.5. Smażyć z obu stron na złoty kolor.6. Podawać z sosem np. pieczarkowym, pomidorowym, węgierskim, lub na słodko ze śmietaną, posypane cukrem.

2. Pieczona babka ziemniaczana z kiełbaską i boczkiem.	
Normatyw surowcowy- 2 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• Ziemniaki 1500 g• jaja 3 szt• cebula 200 g• kiełbasa 150 g• boczek wędzony 150 g• mąka pszenna 60• papryka w proszku, czosnek, majeranek	<ol style="list-style-type: none">1. Przeprowadź obróbkę wstępną surowców.2. Ziemniaki obierz i zetrzyj na tarce do placków (jeżeli masa jest zbyt rzadka odcedź nadmiar wody).3. Cebulę pokrój w kostkę i usmaż z pokrojonym boczkiem i kiełbasą.4. Do startych ziemniaków dodaj usmażony boczek, przesianą mąkę i jaja. Całość wymieszaj i dopraw do smaku.5. Dwie foremki wysmaruj olejem i posyp bułką tartą. Masę ziemniaczaną wlej do foremek i piecz w piecu w temperaturze 190°C ok. 1 godziny.

3. Ziemniaki faszerowane

Normatyw surowcowy- 2 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• Ziemniaki duże 7 szt.• pieczarki 300 g• cebula- 150 g• żółtko 1 szt.• natka pietruszki	<ol style="list-style-type: none">1. Ziemniaki wyszorować, osuszyć.2. Piec w folii aluminiowej w temp. 200°C przez 60 min.3. Pieczarki umyć, obrać pokroić w mniejsze kawałki i usmażyć.4. Cebulę pokroić w kostkę, zeszklić.5. Pieczarki cebulę odsączyć z tłuszczu.6. Dodać żółtko, natkę pietruszki, wymieszać.7. Doprawić solą i pieprzem.8. Z upieczonych ziemniaków ściąć wierzch grubości 1 cm, wydrążyć i posolić.9. Napełnić farszem z pieczarek.10. Zapiekać w temp. 200°C przez 15 minut.

4. Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym

Normatyw surowcowy- 2 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• ziemniaki- 1000 g• mąka ziemniaczana- 50 g• mąka pszenna- 200 g• cebula 50 g• jajo 1 szt.• majeranek, bułka tarta• tłuszcz do smażenia•	<ol style="list-style-type: none">1. Przeprowadzić obróbkę wstępną cebuli- pokroić w kostkę, zeszklić.2. Ziemniaki ugotować, wystudzić i zemleć.3. Do ziemniaków dodać mąkę pszenną i ziemniaczaną, jajo, przyprawy i cebulę.4. Wymieszać. Uformować owalne kotlety grubości ok 1 cm.5. Kotlety obtoczyć w bułce i smażyć z każdej strony na złoty kolor na rozgrzanym tłuszczu.
<ul style="list-style-type: none">• pieczarki- 500 g• Cebula- 100 g• śmietanka 30 % -150 ml• masło 20 g	<ol style="list-style-type: none">1. Cebulę i pieczarki poddać obróbce wstępnej.2. Pieczarki pokrojone w pół talarki podsmażyć na patelni z dodatkiem masła (do delikatnego puszczenia soku przez pieczarki).3. Cebulę pokroić w drobną kostkę, doda do pieczarek i jeszcze chwilę dusić.4. Pod koniec duszenia dodać śmietankę, zagotować, doprawić solą i pieprzem do smaku.

5. Zapiekanka z ziemniaków po francusku (a la „Dauphine”)

Normatyw surowcowy- 2 porcje	Sposób wykonania
<ul style="list-style-type: none">• ziemniaki 1000g• cebula 2 szt.• czosnek- 10 ząbków• mleko 0,5 l• śmietanka 30 % - 400-500 ml• świeży tymianek/przyprawa• ser mozzarella- 1 szt.• ser tarty np. cheddar- 50 g	<ol style="list-style-type: none">1. Ziemniaki obrać i pokroić w cienkie plastry (ok.3-5 mm).2. Cebulę i czosnek pokroić na plasterki (czosnek można rozgnieść).3. W rondlu podgrzać mleko ze śmietanką. Kiedy się zagotuje zmniejszyć ogień i wrzucić ziemniaki (mleko ze śmietanką powinno zakryć ziemniaki). Następnie doprowadzić całość do wrzenia. Dodać cebulę, czosnek, sól, pieprz i tymianek.4. Gotować ziemniaki na wolnym ogniu ok 8-10 min. Potem razem z sosem, w którym się gotowały przełożyć do żaroodpornego naczynia. Posypać serem, a na wierzch położyć plastry mozzarelli.5. Wstawić do nagrzanego piekarnika (190°C) na 5-6 minut.6. Kiedy danie się zrumieni można podawać.