

Hautamine ja küpsetamine: lasanje ja šokolaadirisoto maasikakastmega

Tunni eesmärk:

1. Küpsetamine: lasanje
2. Kastmed: tomati-hakklihakaste (*Ragu' alla bolognese*) ja valge põhikaste (*Bechamel Sauce*)
3. Hautamine: risoto
4. Marjapüreekaste (*coulis*)
5. Korrastustööd õppeköögis

Tööjuhised

1. Loe läbi toitumise valmistamise tehnoloogiad.
2. Planeeri oma töö. Reasta tööetapid loogilises järjekorras. Planeeri vajalikud töövahendid.
3. Valmista toidud ning serveeri vastavalt õpetaja antud juhistele.
4. Praktilise tunni lõpus tee puhastus- ja koristustööd köögis ning valmistatud toitumise ja oma töö analüüs.



Lasanje – 2 portsjonit

Tooraine	Valmistamine
Tomati-hakklihakaste: 150 g hakkliha 50 g mugulsibul 4 g küüslauk 30 g varsseller 80 g porgand 15 g toiduõli 200 g purustatud tomat 150 ml vesi sool suhkur must pipar pitsamaitseaine	<ol style="list-style-type: none">1. PKP köögiviljad, tükelda väikesteks kuubikuteks.2. Kuumuta pannil õli, lisa hakkliha ja maitseained, prae kergelt läbi.3. Lisa köögiviljad, kuumuta veel paar minutit.4. Lisa purustatud tomat ja vesi, hauta madalal kuumusel kaane all umbes 20 minutit. Kaste ei tohi olla kuiv, vajadusel lisa vett. Lasanjeplaadid peavad saama pehmenemiseks kastmest piisavalt vedelikku.
Valge põhikaste: 300 ml piim 15 g nisujahu 15 g või sool loorber muskaatpähkel	<ol style="list-style-type: none">1. Kuumuta kastrulis piim ja loorber keemiseni. Lase maitsetel infuseeruda. Kurna.2. Valmista <i>blanc roux</i> 30 (15 g nisujahu ja 15 g võid)3. Lisa <i>roux</i>-le osade kaupa piim, sega pidevalt.4. Kuumuta kaste keemiseni ja keeda madalal temperatuuril umbes 5 minutit.5. Maitsesta kaste riivitud muskaatpähkli ja soolaga.
Lasanje: 100 g lasanjeplaat 50 g Eesti juust	<ol style="list-style-type: none">1. Tõsta GN-vormi põhja kiht valget põhikastet, lao sellele lasanjeplaadid. Plaate võib vajadusel murda.2. Kiht tomatikastet ja uuesti lasanjeplaadid.3. Uuesti kiht valget põhikastet, selle peale puista õhuke kiht riivitud juustu4. Lisa kiht tomatikastet ja uuesti lasanjeplaadid5. Viimane lasanjeplaatide kiht kata valge põhikastmega.6. Küpseta fooliumiga kaetud lasanjet 175 °C juures umbes 30 minutit.7. Eemalda foolium, puista peale allesjäänud riivitud juust.8. Küpseta veel umbes 6-8 minutit, kuni juust on sulanud.9. Lase lasanjel enne serveerimist 5 minutit puhata.

Šokolaadirisoto maasikakastmega - 1 portsjon

Tooraine	Valmistamine
Risoto: 50 g risotoriis 5 g või 50 g vahukoor 100 ml piim 10 g suhkur 15 g tume šokolaad 15 g metsapähklid kaneel	1. Rösti, koori ja purusta pähklid. 2. Sulata kastrulis või. Prae selles riisi 2–3 min. 3. Lisa osade kaupa piim ja koor ning hauta riis tasasel tulel aeg-ajalt segades umbes 20 min kuni valmimiseni (<i>al dente</i>). 4. Maitsesta suhkruga ja vähese kaneeliga. 5. Sega hulka purustatud pähklid. 6. Lisa väikeste tükkidena šokolaad. Sega kuni šokolaad on sulanud.
Maasikakaste: 60 g külmutatud maasikad 15 g tuhksuhkur	1. Sulanud maasikad püreesta koos tuhksuhkruga.
Serveerimine: värske piparmünt	1. Aseta risoto vormi abil serveerimistaldrikule 2. Lisa maasikakaste* 3. Kaunista piparmündilehtedega.

* maasikakastet tuleb välja retsepti järgi 2 portsjonit, serveerimisel ei pea kogu kastet taldrikule panema.

Tunnis vajalikud töövahendid:

Roa nimetus	Toidu valmistamiseks vajalikud töövahendid
tomati hakklihakaste (lasanje komponent)	
valge põhikaste (lasanje komponent)	
lasanje	
risoto	
maasikakaste	

Tööplaan 30 min sammuga.

Toitude valmistamiseks on aega 2,5 tundi.

Järjesta töö etapid loogiliselt.

Kellaeg	Tööülesanne
	Toitude serveerimine NB! Enne serveerimist laud puhtaks, praetaldriku soojendamine ja poleerimine.
	Degusteerimine, tagasiside, töö analüüs. Töölehe lõpetamine.
	Oma töökoha ja köögi puhastustööd puhastusplaani alusel.

Tunni analüüs:

Toidud	Enda hinnang + õpetaja tagasiside	Mis õnnestus hästi? Millega oli raskusi?
lasanje	Maitse: Tekstuur: Välimus:	
risoto	Maitse: Tekstuur: Välimus:	
maasikakaste	Maitse: Tekstuur: Välimus:	