

Keetmine: köögiviljade eeltöötlus, püreesupp, seenesalat

Tunni eesmärk:

1. Õppeköögis töötamise reeglid
 - a. Töökoha korraldamine
 - b. Hügieenireeglid
 - c. Tööohutus
2. Köögiviljade eeltöötlemine, bruto- ja netokaal
3. Kokanoa käsitlemine
4. Keetmine ja kupatamine, püreesupi ja seenesalati valmistamine
5. Korrastustööd õppeköögis

Ülesanne 1: KÖÖGIVILJADE EELTÖÖTLUS

1. Võta 2 kartulit, 2 porgandit, 1 mugulsibul ja ½ kaalikat.
2. Pese köögiviljad.
3. Kaalu köögiviljad enne koorimist ja pärast koorimist.
4. Täida tabel.
5. Tükelda köögiviljad vastavalt etteantud tükelduskujule.



Köögivilja nimetus	Brutokaal kg enne koorimist	Netokaal kg peale koorimist	Säilitamine	Tükelduskuju
kartul				1 cm kuubikud <i>mirepoix</i>
porgand 1				2 mm paksused poolrattad
porgand 2				1 x 1 x 40 mm <i>julienne</i>
mugulsibul				3 mm kuubikud <i>brunoise</i>
kaalikas				2 x 2 x 40 mm <i>julienne</i>

Aseta tükeldatud köögiviljad tükelduskujude alusel eraldi nõudesse ja säilita vastavalt nõuetele. Esita eeltöödeldud köögiviljad õpetajale.

Ülesanne 2: Toitude valmistamine PAARISTÖÖ

1. Loe läbi seenesalati ja püreesupi valmistamise tehnoloogia.
2. Planeeri koos kaaslasega tööde järjekord.
3. Valmista võileivad seenesalatiga ning püreesupp.
4. Kaalu valmistatud püreesupp ning kirjuta kaal töölehele.
5. Serveeri valmistatud toidud vastavalt etteantud ajale.
6. Analüüsi meeskonnatööd ning anna hinnang valmistatud toitudele.
7. Tee köögis puhastus- ja koristustööd.



Võileib seenesalatiga 2 portsjonit

Tooraine	Valmistamine
100 g soolaseened 30 g mugulsibul (tükeldatud) 60 g hapukoor 20% 2 viilu rukkileib	1. Kupata seened, nõruta sõelal, jahuta ja tükelda 3 mm kuubikuteks. 2. Mugulsibul tükelda väikeseks kuubikuks. (Kasuta juba tükeldatud sibulat.) 3. Sega seened, mugulsibul ja hapukoor. 4. Kontrolli maitset. Vajadusel maitsesta täiendavalt. 5. Serveeri soolaseenesalat rukkileivaviilul.

Püreesupp köögiviljadest 2 portsjonit

Tooraine (neto)	Valmistamine
100 g kartul 80 g porgand 20 g mugulsibul 100 g kaalikas 200 ml vesi 100 ml vahukoor sool 20 g toiduõli praadimiseks	1. Kuumuta poti põhjas toiduõli, lisa porgand, mugulsibul ja kaalikas ning prae kergelt läbi. 2. Lisa vesi, keeda kuni kaalikas ja porgand on poolpehmed. 3. Lisa kartul. Keeda köögiviljad täiesti pehmeks. 4. Püreesta saumikseriga kõik ühtlaseks. Lisa vahukoor. 5. Kontrolli maitset, vajadusel maitsesta täiendavalt. 6. Kaunista hakitud maitserohelisega. PS: Kui kartulit on rohkem, kui kõiki teisi köögivilju kokku, siis ära kasuta püreestamiseks saumiksrit. Liigse tärklise sisalduse tõttu muutub püree liimitaoliseks massiks.
Serveerimiseks: värske petersell	1. Pese, kuivata ja haki maitseroheline peeneks 2. Lisa supile serveerimisel maitseroheline.

Valmistatud püreesupi kogukaal on g

Ühe portsjoni kaal on g

Ülesanne 3: Meeskonnatöö analüüs

Minu paariline oli

Tööülesannete jaotus:

Minu ülesanded	Paarilise ülesanded
Sinu hinnang tänasele koostööle	

Hinda valminud toite skaalal 1-5. Põhjenda hinnangut lühidalt.

Kriteerium	Hinnang 1-5	Põhjendus	Õpetaja hinnang
supi välimus ja konsistents			
supi maitse			
võileiva ja salati välimus			
võileiva ja salati maitse			

