

# Praadimine: Klassikaline omlett ja õhukesed pannkoogid sidruni-kohupiimavahuga

Tunni eesmärk:

1. Klassikalise omleti ja õhukeste pannkookide valmistamine.
2. Töö planeerimine: tööde järjekord ja vajalikud töövahendid.
3. Töökoha korraldamine.
4. Korrastustööd õppeköögis.

## Tööjuhised

1. Loe läbi toitude valmistamise tehnoloogiad.
2. Planeeri enda töö. Reasta tööetapid loogilises järjekorras. Planeeri vajalikud töövahendid.
3. Valmista omlett ja serveeri 1 portsjon õpetajale hindamiseks.
4. Valmista pannkoogid, serveeri 1 portsjon õpetajale hindamiseks ja teine serveerimislauale.
5. Praktilise tunni lõpus tee puhastus- ja koristustööd köögis ning valmistatud toitude kohta analüüs.



## Klassikaline omlett 1 portsjon

Tooraine	Valmistamine
2 muna 30 ml piim 2,5% 20 ml toiduõli, praadimiseks sool must pipar, purustatud  Lisandid: 25 g röstsai (1 viil) 2 g värsket murulauku	<b>Valmistamise tehnoloogia</b> 1. Klopi munad kausis kergelt lahti. 2. Lisa piim, sool ja pipar. Sega läbi. 3. Kuumuta pann <b>keskmiselt madalal</b> kuumusel, lisa rasvaine. 4. Vala omletisegu eelsoojendatud pannile ja sega äärtelt keskele kuni munasegu hakkab hüübima. 5. Kui omlett hüübib, raputa kergelt panni, et segu ei jääks kinni. 6. Murra omlett pooleks või keera rulli. <b>Serveerimine</b> 1. Rösti saia viil. 2. Pese ja haki murulauk peeneks. 3. Aseta omlett taldrikule ja puista peale hakitud murulauku. 4. Serveeri koos röstsaiaga.

## Klassikalise omleti valmistamiseks vajalikud töövahendid.

Töövahendi nimetus	Kogus	Mille jaoks kasutad?

## Õhukesed pannkoogid sidruni-kohupiimavahuga 2 portsjonit

Tooraine	Valmistamine
<p>1 muna 1tk 150 ml piim 2,5% 150 ml vesi 125 g nisujahu toiduõli, praadimiseks sool <i>Taignast tuleb välja rohkem pannkooke, kui serveerimiseks läheb</i></p> <p><b>Sidruni- kohupiimavaht:</b> 60 ml vahukoor 35% 60 g kohupiim 5% 25 g suhkur sidrunimahl ja -koor maitsestamiseks</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Klopi muna lahti, lisa umbes pool piima kogusest .</li> <li>2. Sõelu hulka jahu, sega.</li> <li>3. Lisa ülejäänud piim ja vesi.</li> <li>4. Maitsesta soola ja suhkruga.</li> <li>5. Lase taigal külmikus seista vähemalt pool kuni kaks tundi.</li> <li>6. Sega taigen uuesti läbi. Vajadusel võid lisada veel vedelikku.</li> <li>7. Prae väheses rasvas kuumal pannil õhukesed pannkoogid (paksus 1–2 mm).</li> </ol> <p><b>Sidruni-kohupiimavaht:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pese sidrun korralikult kuuma veega puhtaks, riivi koor ja seejärel lõika sidrun pooleks.</li> <li>2. Pressi sidrunist mahl.</li> <li>3. Sega kohupiim suhkruga, sidrunimahla ja -koorega läbi.</li> <li>4. Vahusta vahukoor pehmeks vahuks.</li> <li>5. Lisa vahustatud vahukoor kohupiimasegule ja sega õrnalt läbi.</li> </ol> <p><b>Serveerimine</b> Serveerimiseks voldi pannkoogid neljaks ja aseta portsjonisse 3 pannkooki. Aseta pannkookidele lisandiks sidruni-kohupiimavaht.</p>

### Pannkookide valmistamiseks vajalikud töövahendid.

Töövahendi nimetus	Kogus	Mille jaoks kasutad?

**Analüüsi oma tänast päeva.** 😊

1. Milline tööprotsess Sul täna kõige paremini toiduvalmistamisel õnnestus?

.....  
.....  
.....

2. Milline osa oli tööplaneerimisel kõige keerulisem ja mida sa sellest õppisid?

.....  
.....  
.....

**Õpetaja tagasiside toitudele:**

Klassikaline omlett: .....  
.....  
.....

Õhukesed pannkoogid sidruni-kohupiimavahuga: .....  
.....  
.....

