


Praadimine: Kartulikroketid toorsalati ja külma kastmega, frititud banaan

Tunni eesmärk:

1. Frititud toitude valmistamine: kartulikroketid ja frititud banaan.
2. Töö planeerimine: tööde järjekord ja vajalikud töövahendid.
3. Töökoha korraldamine.
4. Korrastustööd õppeköögis.

<p>Tööjuhised</p> <p>1. Tuleta meelde frittimise osa teooriatundidest. Tõmba õigele variandile ring ümber!</p> <p><i>Frittimine on praadimise võtte, kus toiduaine ujub vabalt rasvaines/pann on kaetud rasvainega.</i></p> <p><i>Frittimiseks sobivad õlid, mille suitsemispunkt on vähemalt 150 °C/200 °C.</i></p> <p><i>Kui rasvaine temperatuur frittimisel on liiga madal/kõrge, imendub praetavasse toiduainesse liigselt rasva ja toode jääb ebakvaliteetne.</i></p> <p>2. Loe läbi toitude valmistamise tehnoloogiad. Kirjuta ise toorsalati ja külma kastme valmistamise tehnoloogia.</p> <p>3. Planeeri enda töö. Reasta tööetapid loogilises järjekorras. Planeeri vajalikud töövahendid.</p> <p>Toitude serverveerimise aeg:</p> <p>4. Valmista 2 portsjonit kartulikroketeid koos toorsalati ja külma kastmega ning 2 portsjonit frititud banaane.</p> <p>5. Praktilise tunni lõpus tee puhastus- ja koristustööd köögis ning valmistatud toitude kohta analüüs.</p>	
---	---

Kartulikroketid toorsalati ja külma kastmega 2 portsjonit

Tooraine	Valmistamine
<p>Kartulikroketid 250 g kartul 0,5 tk munakollane sool</p> <p>Paneering 30 g nisujahu 30g 1 tk muna 0,5 tk munakollane 30 g riivsaia 320 ml õli, frittimiseks</p>	<p>Valmistamise tehnoloogia</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pese, koori ja pese kartulid. 2. Keeda kartulid soolaga maitsestatud vees pehmeks. 3. Kurna ja lase kartulitel potiga kuumal pliidil üleliigselt veel aurustuda. 4. Suru keedetud kartulid läbi kartulipressi või tamba kartulitambiga ühtlaseks. Lase jahtuda u 50°C-ni. 5. Klopi munakollane lahti ja sega veidi jahtunud kartulimassile hulka. 6. Prae proovitükike ja maitse. Vajadusel maitsesta täiendavalt. 7. Kaalu mass ja jaga võrdseks kuueks osaks nii, et iga kroket oleks 25grammi. 8. Vormi silindrikujulised kroketid. 9. Paneeri jahus, lahtiklopitud munas ja riivsaia. 10. Friti 180 °C õlis kuldpruuniks. <p>Serveerimine: Serveeri kaks portsjonit, ühes portsjonis 3 kroketit koos toorsalati ja külma kastmega.</p>
<p>Toorsalat 100 g värske kapsas 100 g punane kapsas 50 g porgand 5 g suhkur 10 ml õli sool valgeveiniäädikas</p>	

Külm kaste 50 g hapukoor 20% 30 g majonees, Provansaal sool Maitsestamiseks: till, petersell, sinep mädarõigas	
--	--

Frititud banaanid 2 portsjonit

Tooraine	Valmistamine
2 tk banaan 1 muna 1 munavalge 25 g suhkur 10 g või 82% 30 g maisitärklis 50 g nisujahu 1 g küpsetuspulber sool 50 ml piim 2,5% 600 ml õli, frittimiseks Serveerimisel 100 g vaniljejäätis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sulata või ja lase jahtuda. 2. Vahusta muna ja munavalge suhkruga. 3. Lisa sulatatud või. 4. Sega jahud, küpsetuspulber ja sool omavahel teises kausis. 5. Lisa jahusegu vahustatud muna-võisegule. 6. Kalla juurde veidike piima, sega. 7. Lisa ka ülejäänud piim. 8. Lase taignal 30 minutit seista. 9. Pese ja koori banaan. 10. Lõika banaan pikuti pooleks ja veel korra pooleks. 11. Torka igasse banaanijuppi puidust varras. 12. Kasta banaan taignasse ja fritti. <p>Serveerimine: Serveeri kaks portsjonit frititud banaani koos vaniljejäätisega.</p>

Planeeri vajaminevad töövahendid ja serveerimisvahendid

Kellaeg	Tööülesanne	Vajalikud vahendid
	Kätepesu. Töökoha puhastus, ettevalmistus, töövahendite ja toidukauba komplekteerimine.	
	Toiduvalmistamise algus:	
	Serveerimine	
	Puhastustööd ja eneseanalüüs	

Õpetaja tagasiside toitudele

kartulikroketid	konsistents	maitse
toorsalat	tükeldus	maitse
külm kaste	maitse	
frititud banaan	konsistents	maitse

ANALÜÜS PRAADIMISE TEEMA PRAKTILISTELE TEADMISTELE JA OSKUSTELE

Toit, mida oleme tunnis valmistanud	Kirjuta mis on selle toidu valmistamisel olulised tehnoloogilised etapid.
klassikaline omlett	
õhukesed pannkoogid	
hakkšnitset	
vokitud köögiviljad	
kartulikroketid	
toorsalat	
külm kaste	
frititud banaan	