

# Kalatoidud. Praktiline töö 1. Kalahakkšnitser lisanditega

## TUNNI EESMÄRK

1. Järgida isiklikku hügieeni ja tööohutust ning ja korraldada oma töö köögis.
2. Kalahakkmassi valmistamine.
3. Kalahakkmassist portsjonroa valmistamine, paneerimine, praadimine.
4. Kala portsjonroale sobivate lisandite valmistamine.
5. Osaleda meeskonnaliikmena puhastus- ja korrastustöödel õppeköögis.

### Tööjuhised

1. Loe läbi toitumise valmistamise tehnoloogiad.
2. Töö planeerimine - planeeri oma tööaeg ja vajalikud töövahendid.
3. Valmista 2 portsjonit kalahakkšnitserit lisanditega, serveeri 1 portsjon õpetajale hindamiseks ja teine serveerimislauale.
4. Analüüsi oma tänast tööd vastavalt juhendile.
5. Praktilise tunni lõpus tee puhastus- ja koristustööd köögis vastavalt meekonna tööplaanile.



## Ülesanne 1. Valmista retsepti järgi kalahakkšnitser.

<b>Kalahakkšnitser</b>  200 g naha ja luudeta kalafilee (külmutatud) 30 g mugulsibulat Sool, must pipar 2 g värsket tilli 1 munakollane 15 ml vahukoort 60 g riivsaia paneerimiseks Toiduõli praadimiseks	<b>Mise en place:</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. sulata kalafilee</li><li>2. koori sibul ja tükelda väiksemaks.</li><li>3. eemalda tilli jämedamad varreosad ja haki till.</li></ol> <b>Valmistamine:</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Haki sibul <i>brunoise</i> kuubikuteks ja kuumuta vähese toiduõliga pehmeks, jahuta.</li><li>2. Peenesta kalafilee noaga hakkides ühtlaseks massiks.</li><li>3. Sega kalahakkliha juurde sibul, lahti klopidud munakollane, vahukoor ja hakitud till.</li><li>4. Maitsesta soola ja musta pipraga.</li><li>5. Lase hakkmassil külmkapis pool tundi maitsestuda.</li><li>6. Vormi ovaalsed 1 cm paksused šnitserid ning paneeri need riivsaias.</li><li>7. Prae kuumal pannil rohkes õlis kuldseks.</li><li>8. Vajadusel järelküpseta ahjus 180 °C temperatuuril valmimiseni.</li></ol>
--	---

**Ülesanne 2.** Kirjuta lisandite retseptidele korrektne valmistamisjuhend ning valmista nende järgi pearoa lisandid.

Tooraine	Valmistamine
<b>Keedetud sõmer riis</b>  60 g pikateralist riisi Vesi keetmiseks sool	

Tooraine	Valmistamine
<b>Kappari-tillikaste (bešamellkastme baasil)</b>  Bešamell: 10 g võid 10 g nisujahu 200 ml piima  Maitsepiima valmistamiseks 20 g mugulsibulat, loorberileht, 1 tera nelki  10 g kappareid sidrunimahla maitseks värsket tilli	

### Ülesanne 3.

Planeeri pearoale 2 erineva tehnoloogiaga köögiviljalisandit etteantud köögiviljadest arvestusega, et kokku peab lisandeid 1 portsjonile olema vähemalt 150 g.

Kirjuta lisandite retseptidele korrektne valmistamisjuhend ning valmista nende järgi pearoa lisandid

Lisandite jaoks kasutada olevad köögiviljad :

150 g porgandit

100 g pastinaaki

50 g suvikõrvitsat

50 g punast paprikat

60 g külmutatud ube

Lisaks on kasutada või, vahukoor ja köögis olevad maitseained.

Köögilvalisand 1: ..... (nimetus)

Tooraine	Valmistamine

Köögilvalisand 2: ..... (nimetus)

Tooraine	Valmistamine

**Ülesanne 4.** Planeeri oma tööaeg, kui töö algus köögis on kell ..... ja serveerimine kell .....

**Tööplaan ja töövahendite planeerimine** 30 min sammuga. Aega toiduvalmistamiseks 2 tundi.

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

	Praetaldrikute soojendamine	
	Serveerimine	
	Puhastustööd	

## Ülesanne 5. Analüüsi tänast tundi ja anna oma tööle hinnang.

Täna hindan oma tööd praktilises tunnis järgmiselt:

Kriteerium	Hinne (0-5)	Põhjendus
Kalahakkšnitsli välimus ja maitse		
Kaste		
Sõmera riisi välimus ja maitse		
Köögiviljalisandite välimus ja maitse		
Serveerimine kokku, roa välimus		
Töö planeerimine		

**Õpetaja hinnang:**