

Kalatoidud. Praktiline töö 6. Mereanni hautis ja sinimerekarbid

TUNNI EESMÄRGID

1. Järgida isiklikku hügieeni ja tööohutust ning ja korraldada oma töö köögis.
2. Mereandide eel- ja kuumtöötlemine
3. Mereandidest roogade valmistamine ja serveerimine
4. Osaleda meeskonnaliikmena puhastus- ja korrastustöödel õppeköögis.

Tööjuhised

1. Loe läbi toitude valmistamise tehnoloogiad.
2. Töö planeerimine - planeeri oma tööaeg ja vajalikud töövahendid.
3. Valmista paaristööna 2 portsjonit mereannihautist, serveeri 1 portsjon õpetajale hindamiseks ja teine serveerimislauale.
3. Valmista paaristööna 2 portsjonit sinimerekarpe, 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 meeskonna tööplaanile.



Ülesanne 1. Valmista paaristööna mereannihautis.

Mereannihautis 2 portsjonit	Valmistamine
1 tk kuld-merikoger 4 tk koorimata krevett 20 g kalmaar (rõngad) 4 tk beebikaheksajalg 20 g kooritud sinimerekarbid 30 g mugulsibul 10 g küüslauk 50 g fenkol 80 g kartul 100 g purustatud tomat 50 ml valge vein 100-150 ml kalapuljong toiduõli sool loorber till värsked Puljongi keetmiseks: kalajäägid krevetikoored sibul loorber sool, must terapipar	1. Fileeri kuld-merikoger ja puhasta krevetid. 2. Keeda kalajääkidest ja krevetikoortest kalapuljong. 3. Puhasta ja koori sibul ja küüslauk. 4. Haki sibul, küüslauk väikesteks kuubikuteks. 5. Puhasta fenkol ja haki kuubikuteks. 6. Kuumuta kastruli põhjas õlis sibul ja küüslauk klaasjaks. 7. Lisa hakitud fenkol, kuumuta läbi. 8. Lisa valge vein, puljong ja purustatud tomat ning hauta tasasel tulel 15 minutit. 9. Koori kartul ja tükelda suurteks kuubikuteks. 10. Lisa kartulikuubikud ning hauta kuni kartul on valmis, vajadusel lisa kalapuljongit. 11. Lõika kalafileed suurteks kuubikuteks ja lisa hautisele, kuumuta mõni minut. 12. Lõika kalmaarist rõngad ja lisa koos beebikaheksajalgade ja sinimerekarpidega hautisele. 13. Kuumuta 2 minutit ja lisa kooritud krevetid. 14. Kuumuta veel mõni minut ja serveeri kohe hakitud tilliga. *krevetid võib kuumutada eraldi väheses puljongis või praadida võis ning lisada kaunistuseks. * kasutada võib mereannisegu, kus on erinevad mereannid (kokku 120-150 g)

Ülesanne 2. Valmista paaristööna sinimerekarbid Moules Marinière.

<p>Sinimerekarbid Moules Marinière. <i>2 portsjonit</i></p> <p>320 g sinimerekarpe 40 ml kuiva valget veini 40 g mugulsibul 40 ml kalapuljongit 60 ml rööska koort 5 g tšillipipar värskel 10 g võid Tüümiani Serveerimiseks Hakitud peterselli Serveerimiseks <i>ciabatta</i></p>	<p>Valmistamine</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Puhasta ja tükelda sibul ning tükelda väikesteks brunoise-kuubikuteks. 2. Lõika tšillikaun pooleks ja eemalda seemned ning haki peeneks. 3. Pese sinimerikarbid külma veega ja eemalda habe ning vajadusel harja. 4. Viska ära katkise kojaga ning avanenud ja kerge koputuse peale mittedulguvad karbid. 5. Kuumuta õli kastrulis, lisa juurde tükeldatud sibul ja tšillipipar ning kuumuta segades klaasjaks. 6. Kalla juurde vein ja kalapuljong ning kuumuta keemiseni, keeda vaikselt tulel 5 minutit. 7. Maitsesta soola ja vajadusel suhkruga ning musta pipraga. 8. Lisa juurde röösk koor ning kuumuta keemiseni. 9. Lisa juurde karbid ning kuumuta (kata kastrul kaanega) 1-2 minutit, kuni kõik karbid avanuvad. 10. Viska ära avanemata karbid. <p>Serveerimine</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Serveeri kohe koos kuuma leeme ja viilutatud <i>ciabattaga</i>. <p>NB! Mereannid ei talu pikaajalist kuumutamist, sest muutuvad sitkeks.</p>
--	--

Ülesanne 3.

Planeeri oma tööaeg, kui töö algus köögis on kell ja serveerimine kell

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

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

	Serveerimine	
	Puhastustööd	

Ülesanne 4.

Analüüsi tänast tundi ja anna oma tööle hinnang.

Täna hindan oma tööd praktilises tunnis järgmiselt:

Kriteerium	Hinne (0-5)	Põhjendus
Mereannihautise konsistents, välimus ja maitse		
Sinimerekarpide välimus ja maitse		
Töö planeerimine meeskonnana.		

Tänases tunnis õppisin:

Õpetaja hinnang: