

Lisandid pearoogadele: lisandite sobitamine pearoogadele

Nimi:

Tööjuhised:

1. Nimeta tärgliserikkaid ja köögiviljalisandeid.

2. Täida tabel. Leia etteantud pearoale sobivad lisandid. Kasuta erinevaid kuumtöötlusviise, püüa vältida toorainete kordust ja arvesta tervisliku toitumise põhimõtetega. Kirjuta välja toidu täielik nimetus, mis sobib menüükaardile



1. **Tärgliserikkad lisandid** on näiteks (nimeta):

.....

Köögiviljalisandid on näiteks (nimeta):

.....

2. Leia etteantud pearoale sobivad lisandid. Kasuta erinevaid kuumtöötlusviise, püüa vältida toorainete kordust ja arvesta tervisliku toitumise põhimõtetega. Kirjuta välja toidu täielik nimetus, mis sobib menüükaardile.

Pearoa põhikomponent ja kaste	Tärgliserikas lisand	Köögiviljalisand	Kaunistus
Kiievi kotlet			
toidu nimetus menüüs			
böfstrooganov			
toidu nimetus menüüs			
šnitsel sinepikaste			
toidu nimetus menüüs			

krõbeda nahaga praetud lõhe sidruni-bešamellkaste			
toidu nimetus menüüs			
haugikotlet hapukurgi-jogurtikaste			
toidu nimetus menüüs			