

## **PREDMET:KUCHARSTVO S VJEŽBAMA**

### **ZANIMANJE:KUCHAR**

**Predmetni nastavnik:Ivana Milaković**

**Razred:Drugi**

#### **Zanimanje:Kuhar**

- Nastavna cjelina:Topla predjela
- Nastavna jedinica:
- Topla predjela od jaja(2 sat)
- Topla predjela od povrća i gljiva(1 sat)
- Topla predjela od riže(2 sata)
- Topla predjela od raznih tijesta(2sata)
- Samostalna vježba(7 sati)
- Odgojno obrazovni cilj nastavne jedinice:postići potrebno znanje,vještinu i umijeće za uspješno pripremanje,gotovljenje i posluživanje raznih toplih predjela od jaja,povrća i gljiva

R.br.	Nastavna jedinica	Broj sati teorije	Broj sati vježbe	Praktična vježba
1.	Topla predjela od jaja	1	1	Kajgana s pilećom jetricom
2.	Topla predjela od povrća i gljiva		1	Gljive punjene kajganom
3.	Topla predjela od riže		2	Milanski rižoto s gljivama
4.	Topla predjela od raznog		2	Pohane

	tijesta			palačinke punjene špinatom i šunkom
5.	Samostalna vježba		7	

### **Ishodi učenja:**

- primijeniti tehnološki uz određena topla predjela(A)
- organizirati raspored radnih operacija(B)
- prigotoviti jelo,servirati i poslužiti gotovo jelo(C)
- fotografirati postupak rada izrade jela (C)
- utvrditi stečena znanja o toplim predjelima(D)

*\*U zagradama su navedena slova koja označavaju aktivnosti , a njihovom se realizacijom doprinosi ostvarenju pojedinog ishoda*

### **Korelacije, interdisciplinarnost i međupredmetne teme:**

Gospodarska matematika, strani jezici, Biologija s higijenom i ekologijom, Poznavanje robe i prehrana, Ugostiteljsko posluživanje

Poduzetništvo, Održivi razvoj, Osobni i socijalni razvoj, Učiti kako učiti, Uporaba IKT-a

### **Očekivanja MPT**

#### **1. Poduzetništvo:**

pod A.5.1.,Primjenjuje inovativna i kreativna rješenja. (C,)

#### **2. Održivi razvoj:**

odr A.5.2. Analizira načela održive proizvodnje i potrošnje. (B,C)

#### **3. Osobni i socijalni razvoj:**

osr C.5.4.,Analizira vrijednosti svog kulturnog nasljeđa u odnosu na multikulturalni svijet. ( A,)

#### **4. Učiti kako učiti:**

uku A.4/5.1. 1.Upravljanje informacijama.Učenik samostalno traži nove informacije iz različitih izvora, transformira ih u novo znanje i uspješno primjenjuje pri rješavanju problema. (C)

## 5. Uporaba IKT-a:

ikt A.5.2., Učenik se samostalno služi društvenim mrežama i računalnim oblacima za potrebe učenja i osobnoga razvoja. (A,C,D)

*\*U zagradama su navedena slova koja označavaju aktivnosti , a njihovom se realizacijom doprinosi ostvarenju pojedinog ishoda.*

### Vrednovanja:

- za učenje: A,C
- kao učenje: A, B, C, D,
- naučenog:

## UVODNA AKTIVNOST

Uvodna aktivnost poslužit će za ponavljanje nastavnih sadržaja pa će učenici kroz digitalnu igru (dijagram s okvirima) u alatu Wordwall provjeriti svoje znanje o toplim predjelima.

Zadaci za ponavljanje na sljedećoj poveznici ( <https://wordwall.net/hr/resource/26118606> )

## TOPLA PREDJELA

- Topla predjela su mala, lagana, topla, stručno gotovljena i vrlo ukusna jela ,poslužuju se prva,druga ili treća u obroku(ovisi ima li u meniju hladno predjelo i/ili juha),uvode gosta u glavni obrok-zato ne smiju biti zasitna i obilna
- Zbog svoje uloge u obroku gotove se od delikatesnih namirnica(gusja jetra,ribe,školjke,glavonošci,birana povrća),ali i od jednostavnijih namirnica(jaja,tjestenina,riža i sl.)
- Pri izboru toplog predjela za određeni obrok treba voditi računa da se ne ponavljaju namirnice od kojih se gotove ostala jela u obroku
- Topla se predjela uvijek poslužuju vruća na vrućim tanjurima, pa se za njihovo gotovljenje i izdavanje traži uz ostalo osobita spretnost i brzina

### Topla predjela dijelimo prema osnovnim namirnicama od kojih se gotove:

- a)topla predjela od jaja
- b) –II- od povrća i gljiva

- c)-II- od tjestenina
- d)-II- od riže
- e)-II- od mesa i peradi
- f)-II- od riba,rakova,školjki i glavonožaca

**Topla predjela od jaja** - razne kajgane (sa šunkom, sirom, povrćem i drugo), razni omleti (sa slaninom, šunkom, gljivama, sirom, špinatom, raznim nadjevima i preljevima i drugo), jaja na oko (s raznim dodacima: bubrežima, pilećom jetricom, pečurkama i drugo), jaja u kalupu (s raznim dodacima: gljivama, mesom peradi, šunkom, povrćem i drugo), pržena jaja na razne načine (na andaluzijski način, američki način, orijentalni način) i ogrušana jaja na različite načine (na holandski način, ogrušana jaja Imperial).

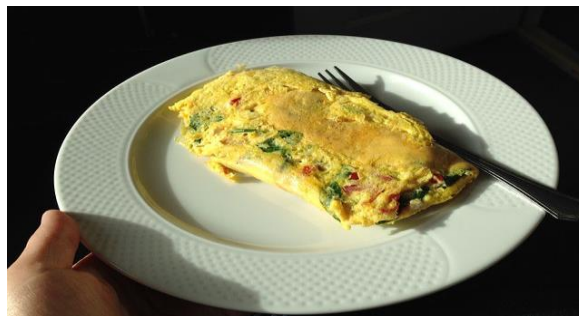
KAJGANE -jela od jaja, vrhnja, začina, dodataka po kojima dobivaju nazive.

Rastresene, pahuljičaste, pjenaste i sočne, razne kajgane (sa šunkom, sirom, povrćem, špinatom i dr.)



Izvor: Pixabay.com

OMLETI- jela od jaja, vrhnja, začina, dodataka po kojima dobivaju nazive. Omlet je umotan, preklopljen i ima svoj oblik, razni omleti (sa slaninom, šunkom, gljivama, sirom, špinatom, raznim nadjevima i preljevima i dr.)



Izvor: Pixabay.com

**PRŽENA** jaja (s raznim dodacima: slanina, pilećom jetricom, gljivama i dr.),stavljaju se na razne podloge(prepečenac,rajčice punjene rižom i sl.)



Izvor:Pixabay.com

**OGRUŠANA** jaja-stavljaju se na razne podloge(prepečenac,pirjana riža,prženi patlidžan,pirjani špinat),kompletiraju raznim namirnicama i upotpunjuju umacima(umak od gljiva,rajčica,holandski umak) i sl.



Izvor:Pixabay.com

**Topla predjela od povrća i gljiva** – prženo povrće (tikvice, patlidan, celerov korijen, paprike i drugo), pohano povrće na razne načine (tikvice, patlidan, celerov korijen i drugo), punjeno povrće na razne načine s raznim nadjevima (artičoke, paprike, luk, kupus, tikvice, patlidani,

rajčice i drugo), zapečeno povrće (cvjetača, šparoge, pupčasti kelj i drugo), cvjetača na poljski način i drugo, te jela od gljiva (pečurke s jajima, punjene gljive, pohane gljive, gljive na žaru, zapečene gljive i drugo).



Izvor:Pixabay.com

- **Kuhano** povrće-kvalitetnije vrste povrća prelivene finim umacima-holandski umak i od njega izvedeni umaci(šparoge,cvjetača,špinat,artičoke i dr.)
- **Pohano** povrće na razne načine-na”Orly”način,bečki,pariški,engleski način-upotpunjeno hladnim umacima od majoneze,topli,svijetli i tamni izvedeni umaci(umak od gljiva,rajčice,njemački umak i sl.) (tikvice, patlidan, celerov korijen i dr.),
- **Punjeno** povrće na razne načine s raznim smjesama i nadjevima-najčešće se peku,mogu se pirjati i pohati (artičoke, paprike, luk, kupus, tikvice, patlidžani, rajčice i dr.),
- **Zapečeno**-gratinirano povrće-povrće termički obraditi,preliti umakom i zapeći (cvjetača, šparoge, pupčasti kelj i drugo), cvjetača na poljski način i dr.)
- **Pečeno** povrće(najčešće se peku krumpir,patlidžani,rajčice upotpunjeno plemenitim umacima)

**Jela od gljiva**-koriste se sve razne jestive gljive (gljive s jajima, punjene gljive, pohane gljive, gljive na žaru, zapečene gljive i dr.

**Topla predjela od tjestenina** – razna su jela od domaćih i tvorničkih tjestenina, špageti i makaroni na različite načine (napuljski, milanski, carbonara, mediteranski i drugo), zapečene razne tjestenine (krpice, špageti, rezanci), razne pizze, valjušci, žličnjaci, jastučići, štrukli, kaneloni i drugo



Izvor:Pixabay.com

**Topla predjela od riže** – razni rižoti, razni pilavi, riža sa šunkom i pečurkama, pagačice i žličnjaci od riže na razne načine i drugo

## **PRAKTIČNA VJEŽBA**

TOPLA PREDJELA OD JAJA

KAJGANA S PILEĆOM JETRICOM

NORMATIV;

Maslac 20 g

Luk 200g

Pileća jetrica 500g

Krepki umak 30cl

Peršin u listu 30g

Ulje 10cl

Jaja 20 kom

Slatko vrhnje 10cl

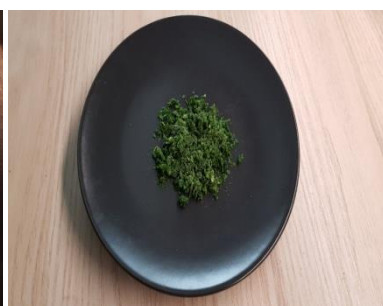
Papar 1g

Sol 30 g



Gotovljenje: Na maslacu propržiti sitno sjeckani luk. Dodati pileću jetricu sječenu na manje kockice. Pržiti te dodati krepki umak, papar, sol i sjeckani peršin. Prigotovljena kajgana se obloži s pirjanom jetricom. Kajgana se pospe pešinovim listom.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Priprema radnog prostora	Prebrišem radne površine	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad
Donosim potrebite namirnice	Važem i mjerim potrebite namirnice u skladu s normativima i donosim ih u radni prostor	Da bi jelo bilo prigotovljeno u skladu s normativima
Pripremam namirnice	Gulim i siječem luk na sitno nožem na dasci Jetricu sjeckam na male kockice Peršinov list siječem na sitno	Da bi odstranili otpadne tvari Kako bi usitnili namirnice
Pržim namirnice	Na tavi na zagrijanom ulju(1cl) popržim luk kad uvene dodam jetricu Kad se poprži dodam krepki umak, peršinov list, papar i sol	Kako bi namirnice omekšale Kako bi nadjev bio ukusniji
Pržim kajganu	Na tavi zagrijem maslac U posudi izmutim jaja, sol, papar i slatko vrhnje Pržim kajganu na zagrijanoj tavi	Da bi pravilno zgotovili kajganu
Serviram omlet	Kajganu istresti na vrući tanjur i složiti jericu oko kajgane, posuti sjeckanim peršinom	Kako bi pravilno poslužili jelo







TOPLA PREDJELA OD GLJIVA

GLJIVE PUNJENE KAJGANOM

NORMATIV:

Šampinjoni 1800g

Maslac 120 g

Jaja 10 kom

Slatko vrhnje 6 cl

Estragon 8 g

Papar 1 g

Sol 30 g

**Gotovljenje:** Očišćene, oprane kapice šampinjona posušiti, popapriti, posoliti i staviti na zagrijani maslac, pazeći da se kapice ne polome. Za to vrijeme ispržiti kajganu od jaja, vrhnja, sjeckanog estragona, soli i papra. Kajganom napuniti kapice šampinjona

ZA ONE KOJI ŽELE ZNATI VIŠE!

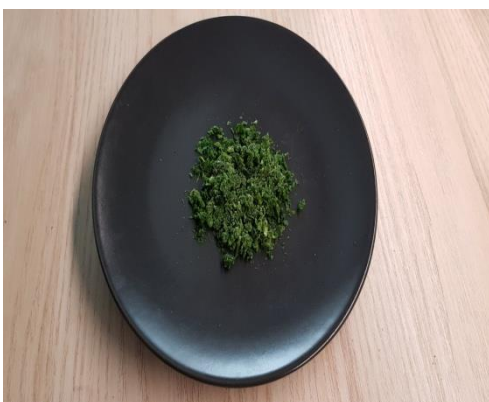
**Estragon**- je osnovni sastojak u francuskoj kuhinji, s ribom, peradi te jelima od jaja. Dobar je s artičokama, šparogama, jajima, ribom i morskim plodovima, krumpirom, peradi, rajčicama i tikvicama. Listovi su slatkasto aromatični, uz naznake borovine, anisa i bosiljka okus je jak, ali fin, ostavlja slatkast okus u ustima



Izvor: Pixabay.com

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Priprema radnog prostora	Prebrišem radne površine	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad
Donosim potrebite	Važem i mjerim potrebite namirnice u skladu s	Da bi jelo bilo prigotovljeno

namirnice	normativima i donosim ih u radni prostor	u skladu s normativima
Pripremam namirnice	Čistim pečurke čistom krpom Sjeckam estragon	Da bi odstranili nečistoće Kako bi usitnili namirnice
Pirjam pečurke	Pečurke posolim ,popaprim pa pirjam u tavi na maslacu,posudu poklopim(50g)	Da bi gljive omekšale
Gotovim kajganu	Jaja,sol,slatko vrhnje izmiješam i pržim na tavi na preostalom maslacu,dodam estragon	Da bi pravilno zgotovili kajganu
Punim pečurke	Ispirjane pečurke napunim kajganom	Kako bi jelo zgotovili u skladu s receptom
Poslužujem jelo	Pečurke stavljam na topli prepečenac	Da bi pravilno poslužili jelo



## TOPLA PREDJELA OD TEKUĆEG TIJESTA

### POHANE PALAČINKE SA ŠPINATOM I ŠUNKOM

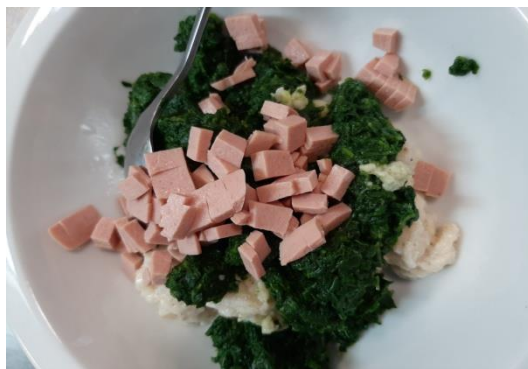
#### NORMATIV:

- Palačinke 15 kom
- Špinat 100g
- Šunka 200g
- Češnjak 15 g
- Muš.orašćić 1/4g
- Mliječni umak 150 g
- Brašno 80 g
- Jaja 4 kom
- Krušne mrvice 250 g
- Ulje 40cl

Gotovljenje: Očišćeni, oprani i skuhani špinat protisnuti, povezati s mliječnim umakom, dodati sjeckanu šunku, češnjak, papar, muškatni orašćić i sol. Sve ujednačeno izmiješati, nadjevom namazati palačinke, umotati, preklopiti krajeve. Palačinke uvaljati u brašno, jaja i krušne mrvice te ispohati u vrućoj masnoći. Pohane palačinke rezati ukoso i poslužiti uz umak.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Priprema radnog prostora	Prebrišem radne površine	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad
Donosim potrebite namirnice	Važem i mjerim potrebite namirnice u skladu s normativima i donosim ih u radni prostor	Da bi jelo bilo prgotovljeno u skladu s normativima
Pripremam namirnice	Perem špinat i kuham ga u kipućoj vodi, ocijedim i siječem na sino Sjeckam šunku nožem na dasci Sjeckam očišćeni češnjak	Da bi odstranili nečistoće i nejestive dijelove Kako bi usitnili namirnice
Gotovim mliječni umak	Na svijetlu zapršku dodam mlijeko, začinim i kuham 10ak min	Da bi se zgusnuo
Pržim palačinke	Jaja, brašno, mlijeko i sol umutim-ostavim stajati pola sata Palačinke pržim na vrućoj nauljenoj tavi s obje strane	Da bi se palačinka pravilno ispržila
Gotovim nadjev	U mliječni umak dodam špinat, šunku, češnjak, papar, sol i muškatni orašćić-izmiješam	Kako bi se sastojci povezali
Punim palačinke	Palačinke namažem nadjevom, preklopim pa zarežem u koso(2 romboida)	Da bi dobili oblik, kako nadjev ne bi iscurio

Paniram i poham palačinke	Palačinke uvaljam u brašno, razmućena jaja i krušne mrvice-poham u dubokom, vrelom ulju	Kako bi dobile rumenu boju
Cijedim i poslužujem palačinke	Palačinke ocijedim na ubrusu i poslužujem uz hladni umak od majoneze	Kako bi pravilno poslužili jelo







TOPLA PREDJELA OD RIŽE

MILANSKI RIŽOTO S GLJIVAMA

NORMATIV:

- Riža 600g
- Maslac 100g

- Gljive            400g
- Grašak           200g
- Šunka            150g
- Peršin list        60g
- Češnjak          25g
- Temeljac        150cl
- Kašica rajčice   45g
- Gauda            120g
- Parmezan        100g
- Papar            1g
- Sol                20g

GOTOVLJENJE: Očišćene na listiće narezane gljive popržiti na maslacu. Kada tekućina ispari dodati grašak, šunku na kockice i sve popržiti. Dodati sjeckani peršin, češnjak pa zaliti manjom količinom temeljca. Kada grašak omekša dodati rižu i kašicu rajčice. Postepeno dodavati temeljac. Pred kraj dodati gaudu na kockice i posuti sjeckanim peršinom. Poslužiti uz sir parmezan.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Priprema radnog prostora	Prebrišem radne površine	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad
Donosim potrebite namirnice	Važem i mjerim potrebite namirnice u skladu s normativima i donosim ih u radni prostor	Da bi jelo bilo prgotovljeno u skladu s normativima
Pripremam namirnice	Prebirem i perem rižu Siječem gljive na ploške nožem na dasci, šunku na kocke, češnjak i peršin na sitno	Da bi odstranili nečistoće Kako bi usitnili gljive
Pržim gljive	Na zagrijanom maslacu u tavi propržim gljive, dodam grašak, šunku, peršin, češnjak i temeljac. Kada grašak omekša dodamo rižu i kašicu rajčice. Rižu dolijevati s malo temeljca dok ne omekša. P	Da bi se povrće i riža pravilno pirjala
Začinjavam jelo	Prije nego riža potpuno omekša (al dente) dodati gaudu i posuti sjeckanim peršinom	Da bi jelo bilo ukusnije i kremastije
Serviram jelo	Na vrućem tanjuru poslužujem jelo uz parmezan	Da bi pravilno servirali jelo







#### ► SAMOSTALAN RAD ZA DAROVITE UČENIKE

- Učenici samostalno pripremaju zadano jelo u skladu s pravilima struke,
- nabavljaju potrebne sastojke za pripremu jela, poznaju normative zadanog jela, objašnjavaju tehnološki postupak pripreme zadanog jela
- samostalno pripreme, serviraju i posluže jelo
- Fotografiraju vašu vježbu po fazama rada

#### ► SAMOSTALAN RAD ZA UČENIKE S TEŠKOĆAMA

- Prije izvođenja samostalne vježbe učenicima s teškoćama dodatno objasniti način rada te provjeriti jesu li razumjeli. Pružiti pomoć prilikom proračunavanja mjernih jedinica, vaganja. Objasniti im važnosti pridržavanja sigurnosnih mjera rada. Prema potrebi dodijeliti učenika koji će mu pomoći kako bi sigurno i uspješno izvršio vježbu.
- Učenici samostalno pripremaju zadano jelo u skladu s pravilima struke
- nabavljaju potrebne sastojke za pripremu jela (normativ-ispisati na listu papira, vaganje uz pomoć nastavnika, postupak rada uz pomoć nastavnika ako je potrebno)

- samostalno prigotovite, servirajte i poslužite jelo
- Fotografirajte vašu vježbu po fazama rada

## ZAVRŠNA AKTIVNOST I PONAVLJANJE

- Pitanjima za ponavljanje pristupite putem sljedeće poveznice
- Kviz je izrađen u digitalnome alatu Kahoot. Kvizu pristupite pomoću sljedeće poveznice.
- <https://kahoot.it?pin=1861988>

## Korištena literatura

- Kuharstvo 1, Josip Žuvela, A.G.Matoš d.d., Samobor, 2009.
- Kuharstvo 2, Josip Žuvela, Tiskara Pavleković, Dubrovnik, 1999.
- Ugostiteljsko kuharstvo 2, Vedran Habel, Školska knjiga, Zagreb, 2010.
- Ugostiteljsko kuharstvo 3, Vedran Habel, Školska knjiga, Zagreb, 2014.
-