

PREDMET:KUCHARSTVO S VJEŽBAMA

ZANIMANJE:KUCHAR

Predmetni nastavnik:Ivana Milaković

Razred:Treći

Nastavna cjelina:Gotova jela od mesa

Nastavna jedinica:Gotova jela od govedine (5 sati)

Gotova jela od svinjetine (5 sati)

Samostalna vježba(5 sati)

R.br.	Nastavna jedinica	Broj sati teorije	Broj sati vježbe	Praktična vježba
1.	Gotova jela od govedine	1	4	1.Popržena govedina Stroganov 2.Pirjani goveđi odrezak na mađarski način
2.	Gotova jela od svinjetine	1	4	1.Pirjani svinjski odrezak u umaku od zelenog papra 2.Popržena svinjska pisana pečenica sa suhim šljivama
3.	Samostalna vježba		5	

Odgojno obrazovni cilj nastavne cjeline:postići potrebno znanje,vještinu i umijeće za uspješno pripremanje,gotovljenje i posluživanje raznih gotovih jela od mesa

Ishodi učenja:

- prepoznati tehnološki postupak pečenja,pirjanja,sotiranja i vrstu priloga uz jela za određeni tehnološki postupak(A)
- organizirati raspored radnih operacija(B)
- pripraviti jelo,servirati i poslužiti gotovo jelo(C)
- fotografirati postupak rada jela po izboru(C)
- istražiti zanimljivosti o nazivima pojedinih jela(D)
- utvrditi stečena znanja o gotovim jelima od mesa(E)

**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,D)

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,D)

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,D)

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,E)

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

Vrednovanja:

- **za učenje:** A,C, D
- **kao učenje:** A, B, C, D, E,
- **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 jelima od mesa.

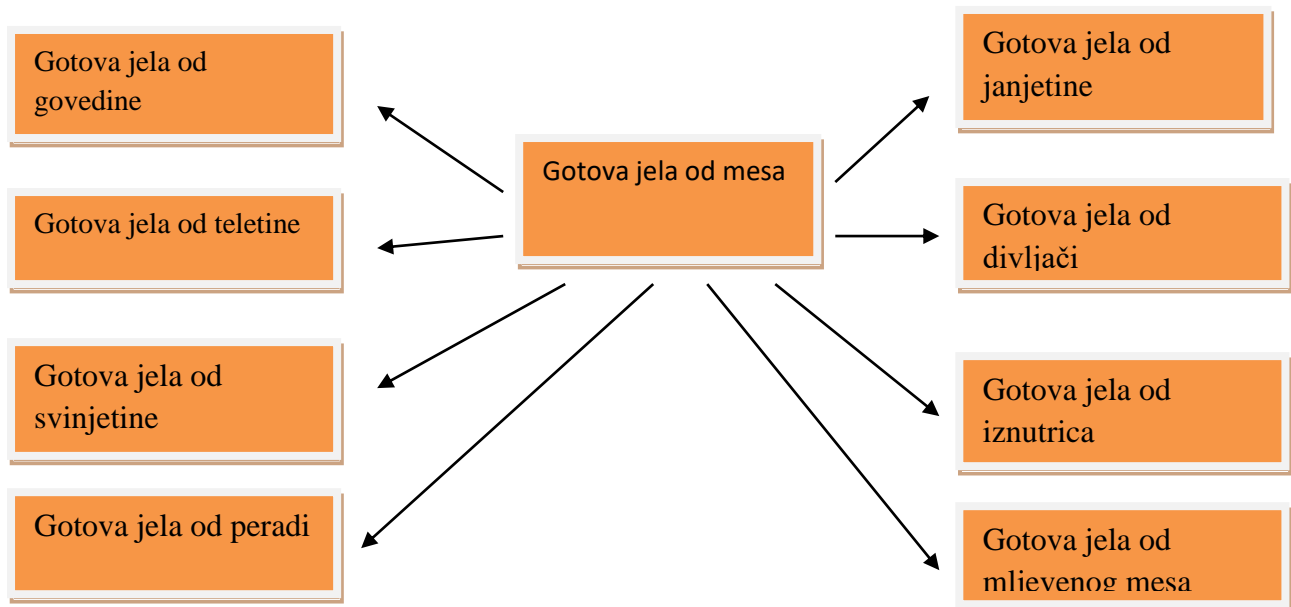
Zadaci za ponavljanje na sljedećoj poveznici (<https://wordwall.net/play/25815/649/577>) .

GOTOVA JELA OD MESA

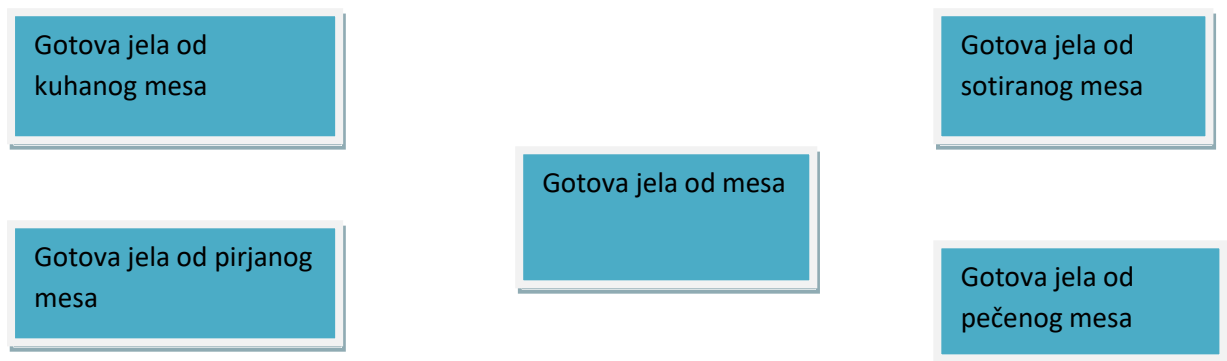
ŠTO SU GOTOVA JELA OD MESA?

- U gotova jela spadaju jela kojima vrijeme pripremanja traje preko 30 minuta,a mnoga se pripremaju dva,tri,četiri sata. Na vrijeme pripremanja utječu mnogi čimbenici kao starost i vrsta mesa, njegova kakvoća i odležanost, oblik i veličina komada mesa,tehnološki postupak,korištenje suvremene opreme,pripremni radovi
- Gotova jela se pripremaju od starijih i tvrdih vrsta mesa, ali i od mlađih i mekših vrsta mesa. U tu svrhu upotrebljavaju se sve kategorije raznih vrsta mesa od najbolje (van kategorije) do III. kategorije
- U poslovanju ugostiteljske kuhinje važno je kombinirati gotova jela od mesa i jela po narudžbi
- Najsloženija su skupina jela jer se dugo pripremaju,a umaci,garniture i prilozi sastavni su dio jela
- Čuvaju se do posluživanja u toploj kupci u vrućem stanju

KAKO DIJELIMO GOTOVA JELA OD MESA OBZIROM NA VRSTU NAMIRNICA?



PODJELA GOTOVIH JELA PREMA TEHNOLOŠKOM PROCESU PRIGOTOVLJAVANJA ŽIVEŽNIH NAMIRNICA



GOTOVA JELA OD KUHANOG MESA

- Meso za kuhanje treba biti sočno, ali ne masno ili jako mišićavo
- Goveđe meso najčešće se kuha u vodi s korjenastim začinskim povrćem, svijetlim temeljcima ili bistrim juhama
- Posluživanje jela od kuhanog mesa

- za jednu osobu preporučuje se dati 2 do 3 manja komada mesa
- prilozi trebaju biti jednostavni: kuhana razna povrća (krumpir, mrkva, kupus, cvjetača), pirjana razna povrća ili riža
- uz jelo se poslužuju umaci u posebnoj zdjelici (umak od rajčice, kapara, hrena, luka, kopra)



Kuhana govedina (izvor: Pixabay.com)

GOTOVA JELA OD PIRJANOG MESA

- Meso se pirja u raznim oblicima: sječeno na kocke (gulaš), odreske, punjeni odresci, pržolice, mišić
- Posluživanje jela od pirjanog mesa:
 - jela u umacima odgovaraju škrobasti prilozi: kuhani krumpir, kašica od krumpira, palenta, kuhana tjestenina, valjušci, riža, savijača od krumpira
- Primjeri jela: goveđi gulaš, pirjani goveđi odrezak u umaku od luka, goveđa pržolica Esterhazy, goveđi odrezak na mađarski način.



Goveđi gulaš (Izvor: Pixabay.com)

GOTOVA JELA OD SOTIRANOG(POPRŽENOG)MESA

- Mesa se unaprijed isjeku na manje kocke,štapiće,odreske
- Meso se sotira na dva načina
- Posluživanje jela od sotiranog mesa

-odabiru se malo finiji škrobasti prilozi:hrustavci,pogačice od povrća,varenci i nabujci od riže,domaći rezanci,razne garniture

Primjer jela:popržena govedina Stroganov,popržena goveđa pisanica na mađarski način,popržena govedina na provansalski način

ZA ONE KOJI ŽELE ZNATI VIŠE!

- Postoje brojne legende koje se vežu za nastanak ovog popularnog jela. Jedna kaže kako je jelo izmislio Charles Brière 1891. godine u Sankt Peterburgu. Brière je bio kuhar koji je radio za grofa **Pavela Aleksandrovića Stroganova** te je navodno te godine poslao recept za govedinu Stroganoff u magazin 'l'Art Culinaire
- Druga legenda kaže da je jelo izmislio nepoznati kuhar za grofa **Grigorija Stroganova** (1770 – 1857) koji je izgubio zube i nije mogao žvakati meso.

GOTOVA JELA OD PEČENOG MESA

- Primjeri jela:polupečeni goveđi hrbat,goveđa pisana pečenica Wellington,goveđa pisanica Colbert
- Poslužuje se uz garniture i priloge uz pečena mesna jela(kuhana,pečena,pirjana ,punjena povrća)razna variva



ZA ONE KOJI ŽELE ZNATI VIŠE!

- Legenda kaže da je na Gerardov posjed(južna Francuska) kročio rimski car Gaj Julije Cezar.
- Cezar je čuo za Gerardove specijalitete (koji su bili na daleko poznati). Naravno, smatrao je da cijeli njegov posjed pripada rimskom carstvu i osjećao se kao kod kuće kad je prišao Gerardu.
- „Napravi mi nešto posebno“ -naredio je,stoga je Gerard odlučio napraviti caru jelo od goveđe pisanice.
- Poznato je da je samo jedna osoba znala što je pripremio Cezaru. To je bila njegova majka Nadine. Upravo je ona zabilježila recept za ovo jelo. Jelo koje se najprije zvalo „Toi est bien joué par le boeuf“ što bi na engleskom bilo „You are well played by the beef“, a u slobodnom prijevodu da je Cezar bio taj kojeg je govedo jače ispeklo. Kasnije se naziv razvio u Wellplayed by Beef i konačno Beef Wellington.

DIJELOVI PISANE PEČENICE I RASIJEKANJE NA KOMADE ZA RAZNA JELA

a)Glava

b)Srednji (deblji dio)

c)Vršak

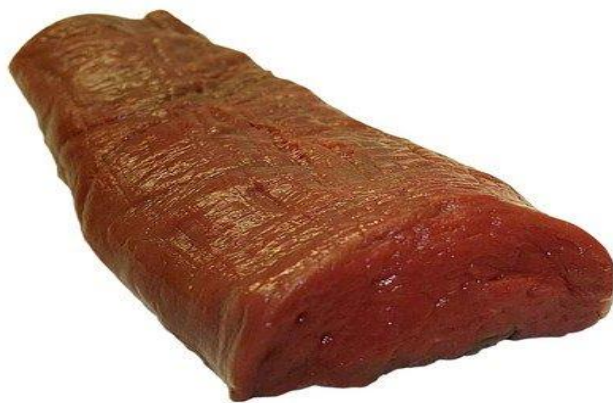
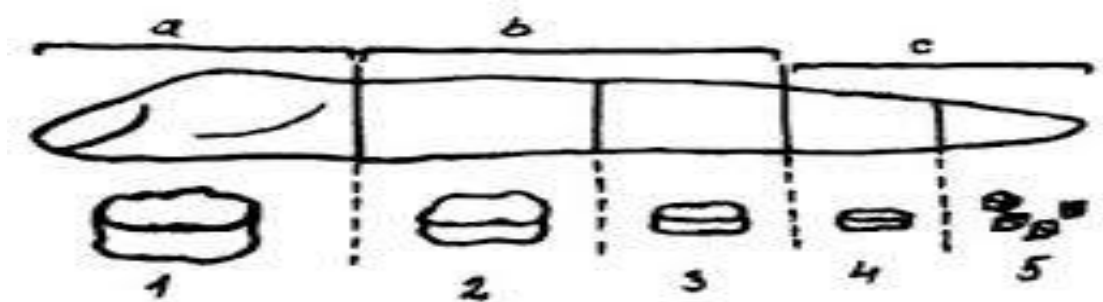
1.Chateaubriand

2.Beefsteak

3.Tournedos

4.Filet mignon

5.Za jela u umacima(gulaš,Stroganov)



Goveđa pisanica(Izvor:Pixabay.com)

PRAKTIČNA VJEŽBA

JELA OD SOTIRANOG GOVEĐEG MESA

POPRŽENA GOVEDINA STROGANOV

NORMATIV:

■ goveđa pisana pečenica	1,75 kg
■ Brašno	3 dag
■ Luk	1,2 dl
■ Šampinjoni	45 dag
■ Vino bijelo	2 dl
■ Kreпки umak	5 dl
■ Krastavci kiseli	18 dag

► Limun	4 dag
► Vrhnje kiselo	2 dl
► Peršin u listu	4 dag
► Slačica	3,5 dag
► Papar	0,8 dag
► Sol	1,5 dag

GOTOVLJENJE: Vrh, tanji dio pisanice isječe se na štapiće dužine oko 5 cm, debljine 1 cm. Meso se posoli, pobrašni i naglo poprži na vreloj masnoći (iznutra treba ostati krvavo). Meso se izvadit, a na istu masnoću doda sjeckani luk, zatim narezani šampinjoni na listiće, dolije se bijelo vino, krepki umak. Dodaju se kiseli krastavci rezani na rezance, limunov sok, sjeckani peršin, sol, papar i kiselo vrhnje. U umak se vrati meso i osti „navlačiti” 10 minuta. Jelo se poslužuje uz odgovarajući prilog.

Red.br.	ŠTO RADIM? Podijeliti rad na radne operacije i upisati redoslijedom kojim ih treba izvoditi	KAKO RADIM? Upisati sredstva, kako i čime se izvodi radna operacija	ZAŠTO RADIM? Upisati što se postiže na opisani način
1.	2.	3.	4.
2.	Pripremam namirnice i potreban alat	Vrh pisanice, tanji dio izrežem na štapiće 5*1 cm Čistim i siječem luk, pečurke (na listiće), krastavce (na rezance), peršinov list	Kako bih imala/o namirnice potrebne za gotovljenje jela Kako bi usitnili namirnice
3.	Popržim namirnice	Meso posolim, pobrašnim i naglo popržim na vreloj masnoći te izvadim Na istu masnoću dodajem luk, kad uvene dodajem pečurke, dolijem vinom i umakom	Kako bi namirnice omekšale
4.	Kuham umak	Umak s povrće kuham nekoliko minuta pa dodajem krastavce, slačicu, limunov sok, peršin, sol i papar	Da bi umak imao bolji okus
5.	Dogotavljam meso	U umak se vrati poprženo meso i pusti navlačiti 10 minuta	Da bi meso omekšalo
6.	Serviram jelo	Jelo poslužujem na tanjuru uz odgovarajući prilog i posipam peršinom	Kako bi pravilno poslužili jelo
7.	Čistim radno mjesto	Prljavi pribor i suđe stavljam u sudoper, brišem radnu površinu	Održavam radno mjesto, čistim kako bi se rad odvijao bez poteškoća





JELA OD PIRJANOG GOVEDEG MESA

GOVEDI ODREZAK NA MAĐARSKI

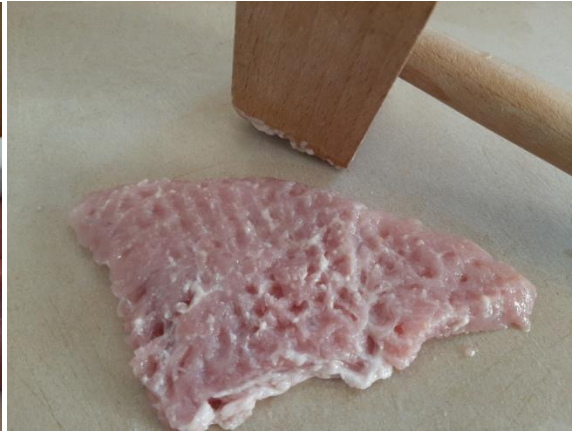
NORMATIV:

■ Govedi but	1,8 kg
■ Brašno	4 dag
■ Ulje	1,4dag
■ Luk	22 dag
■ Slatka mlj.paprika	3 dag
■ Kašica od rajčice	5 dag
■ Goveđa juha	10 dl
■ Krumpir	2 kg
■ Paprika svježa	50 dag
■ Rajčica	70 dag
■ Češnjak	2,5 dag
■ Peršin u listu	4,5 dag

- Papar 0,6 dag
- Sol 2,5 dag

GOTOVLJENJE: Odresci se potuku na pola cm debljine, nožem se popuste žilice, posole se, pobrašne i naglo prepeku na vrućoj masnoći. Odresci se izvade, na isto masnoći poprži se sjeckani luk. Kad luk porumeni doda se crvena paprika, kašica rajčice i goveđa juha. Kad umak prokuha, vrata se odresci i pirjalu u poklopljenoj posudi dok napola omekšaju. Odrescima se doda krumpir rezan na četvrtine. Krumpir treba biti na dnu posude, odresci na krumpiru. Dodaju se svježe paprike rezane na šire rezance. Pred kraj pirjanja dodaju se rajčice, oljuštene i rezane na kocke. Pred kraj gotovljenja doda se sjeckani češnjak, peršin, papar i sol. Povrće koje se nalazi u jelu je ujedno i prilog. Jelo se pospe sjeckanim peršinovim listom.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Čistim radnu površinu	Prebrišem radne površine Na radnu površinu postavim vlažni ubrus i na njega stavim dasku za rezanje	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad Vlažni ubrus stavljamo ispod daske da bi osigurali rad na siguran način
Donosim potrebite namirnice	Važem i mjerim potrebite namirnice u skladu s normativima i donosim ih u radni prostor	Da bi jelo bilo prigrotovljeno u skladu s normativima
Pripremam meso i povrće	Režem odreske od buta na pola cm, potučem, popustim žilice i posolim Gulim i režem krumpir (na četvrtine) i luk, režem paprike (na rezance), rajčice (na kockice), peršin, češnjak	Da bi meso pripremili za gotovljenje Kako bi meso popustilo i sačuvalo oblik Kako bi povrću odstranili nejestive dijelove i kako bi bilo spremno za gotovljenje
Gotovim meso	Meso s tučene strane pobrašnim i naglo prepečem na vreloj masnoći	Kako se ne bi zaljepilo Kako bi se stvorila korica i sok mesa ostao unutra u mesu
Gotovim luk	Meso izvadim na tanjur, na istoj masnoći popržim luk	Da bi luk omekšao i pustio aromu
Začinjavam	Kada luk porumeni dodajem crvenu začinsku papriku, kašicu rajčice i zalijem goveđom juhom	Kako bi paprika pustila aromu Kako bi dobili potrebnu količinu umaka
Pirjam jelo	U umak vraćam meso i pirjam dok odresci ne budu napola mekani	Da bi odresci omekšali
Dodajem povrće i začine	Na napola mekane odreske dodajem redom krumpir (koji treba biti na dnu posude), nešto kasnije paprike i pred kraj pirjanja rajčice Na kraju dodajem češnjak, peršin, papar i sol	Da bi povrće omekšalo Da bi jelo bilo ukusnije
Serviram jelo	Povrće iz jela služi ujedno kao garnitura Jelo serviram na pliticu, u sredini povrće, okolo meso s umakom	Kako bi pravilno servirali jelo





POPRŽENA SVINJETINA S PORILUKOM

NORMATIV:

■ Svinjetina	1,8 kg
■ Brašno	4 dag
■ Ulje	0,9dl
■ Vino bijelo	1,5 dl
■ Svijetli temeljac	6 dl
■ Majčina dušica	2,5 dl
■ Kadulja	1,5 dag
■ Češnjak	2,5 dag
■ Peršin	4 dag
■ Maslac povezivač	2,5 dag
■ Poriluk	1,5 kg
■ Krumpir	1,2 kg
■ Papar	0.05 kg
■ Sol	4 dag

GOTOVLJENJE: Oprano, posušeno meso izreže se na štapiće, posoli, pobrašni i naglo poprži na plitkoj vrućoj masnoći. Meso se izvadi, na ostatku masnoće poprži se luk, dolije se vino i svijetli temeljac, doda kadulja, majčina dušica, češnjak i peršin. Umak se ukuha na polovicu količine, poveže maslacem povezivačem i procijedi. Očišćeni se i oprani poriluk izreže na četiri dijela po dužini, a zatim na štapiće 4 cm. Blanšira se 5-6 min i ocjeđen sastavi sa mesom, a zatim prelije s umakom. Jelo se začini paprom i solju, kratko propirja i ostavi 15 min poklopljeno. Posluži se uz kuhani krumpir na maslacu posuto sjeckanim peršinom.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
Priprema radnog prostora	Prebrišem radne površine Na radnu površinu postavim vlažni ubrus i na njega stavim dasku za rezanje	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad Vlažni ubrus stavljamo ispod daske da bi osigurali rad na siguran način
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 meso i namirnice	Poriluk režem na rezance ,operem ga Luk gulim, režem na kockice Svinjetinu režem na štapiće	Kako bi se lakše ,brže popržilo Kako bi odstranili nečistoće
Blanširam poriluk	U kipućoj vodi	Kako bi odstranili spec.mirise te kako bi omekšao
Sotiram meso	Meso posolim,pobrašnim i naglo popržim na vrelom ulju,meso izvadim	Da bi meso omekšalo
Kuham umak	Na istu masnoću dodajem luk ,bijelo vino,temeljac,začine,maslac povezivač	Da dobijemo potreban umak Da bi umak imao bolji okus te kako bi se zgusno
Dogotovljujvam jelo	Meso i blanširani poriluk prelijemo umakom i kratko propirajmo,ostavimo poklopljeno 15min	Da bi se sastojci povezali
Serviram jelo	Jelo poslužujem na plitici uz odgovarajući prilog i posipam peršinom	Kako bi jelo pravilno poslužili







PIRJANI SVINJSKI ODREZAK U UMAKU OD ZELENOG PAPRA

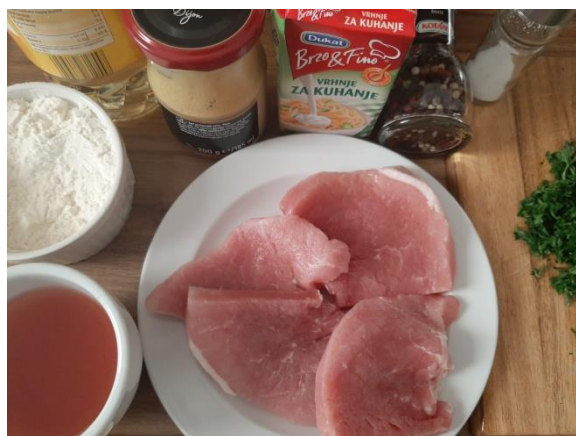
NORMATIV:

► Svinjski but	1,8 kg
► Brašno	10 dag
► Ulje	0.9 dl
► Papr zeleni	4,5 dag
► Slačica	3,5 dag
► Kreпки umak	3 dl
► Vrhnje kiselo	2,5 dl
► Peršin u listu	3,5 dag
► Sol	1,8 dag

GOTOVLJENJE: Pripremljeni odresci se popbrašne i rumeno prepeku na vreloj masnoći, a zatim se izvade i namažu smjesom od zgnječenog zeleneog papra i slačice. Odresci se vrate u posudu, zaliju kreпkim umakom i kratko se propirjaju u poklopljenoj posudi. U jelo se doda vrhnje i peršinov list. Jelo se posluži uz odgovarajući prilog.

Što radim	Kako radim	Zašto radim
-----------	------------	-------------

	Prebrišem radne površine Na radnu površinu postavim vlažni ubrus i na njega stavim dasku za rezanje	Prebrišem radne površine da bi osigurali higijenske preduvjete za rad Vlažni ubrus stavljamo ispod daske da bi osigurali rad na siguran način
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 meso i povrće	Režem odreske od buta na pola cm,potučem,popustim žilice i posolim Sjeckam peršin,gnječim zeleni papar	Da bi meso pripremili za gotovljenje Kako bi meso popustilo i sačuvalo oblik Kako bi povrće kako bi bilo spremno za gotovljenje
Gotovim meso	Meso s tučene strane pobrašnim i naglo prepečem na vreloj masnoći	Kako se ne bi zalijepilo Kako bi se stvorila korica i sok mesa ostao unutra u mesu
Premazujem odreske	Meso izvadim na tanjur i namažem smjesom slačice i zgnječenog zelenog papra	Da bi meso poprimilo aromu i okus
Gotovim umak	Španjolski umak i temeljac od telećih kostiju reduciram	Kako bi dobili potrebnu količinu umaka
Pirjam jelo	U tavu vraćam premazane odreske i zalijem krepkim umakom,pirjam	Da bi odresci omekšali
Dodajem začine	Na kraju dodajem peršin,vrhnje i sol	Da bi jelo bilo ukusnije
Serviram jelo	Jelo serviram uz odgovarajući prilog posuto sjeckanim peršinom	Kako bi pravilno servirali jelo





► SAMOSTALAN RAD

- Učenici samostalno pripremaju zadano jelo u skladu s pravilima struke, samostalno odabiru odgovarajući prilog
- nabrajaju potrebne sastojke za pripremanje jela, poznaju normative zadanog jela, objašnjavaju tehnološki postupak pripremanja zadanog jela
- samostalno pripremite, servirajte i poslužite jelo
- Fotografirajte 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 preračunavanja mjernih jedinica, vaganja. Objasniti im važnosti pridržavanja sigurnosnih mjera rada.
- Učenici samostalno pripremaju zadano jelo u skladu s pravilima struke, odabiru prilog uz jelo koje je obrađeno na prethodnom satu
- nabrajaju potrebne sastojke za pripremanje jela (normativ, vaganje, postupak rada uz pomoć nastavnika ako je potrebno)
- samostalno pripremite, servirajte i poslužite jelo
- Fotografirajte vašu vježbu po fazama rada
- Prepišite vježbu u mapu praktične nastave zajedno sa normativom, zapišite koji alat i uređaje trebamo za odabranu vježbu (za domaću zadaću)

ZAVRŠNA AKTIVNOST I PONAVLJANJE

- Pitanjima za ponavljanje pristupite putem sljedeće poveznice
- Kviz je izrađen u digitalnom alatu Kahoot!, učenici će zadatka samostalno riješiti kviz.
- <https://kahoot.it?pin=5549776>
- Istražite zanimljivosti o nazivima pojedinih gotovih jela od mesa (Goveda pisanica Colbert, odrezak od mljevenog mesa Orlov, okruglice od peradi Izabela, pisanica od

mlj.mesa na praški način,popržena piletina Marengo,popržena janjetina Soubise,goveđa pržolica Esterhazy,teleći bubreg“Bercy“)zapišite ih i podijelite sa razredom koristeći jedan od digitalnih alata za izradu ploče Padlet. Pristupite alatu na sljedećoj poveznici

<https://padlet.com/imilakovic1976/v6ophfxk6ss2k2a4>

KORIŠTENA LITERATURA

- Kuharstvo 2,Josip Žuvela,Tiskara Pavleković d.o.o.,Dubrovnik,1999.
- Kuharstvo 3,Josip Žuvela,Tiskara Pavleković d.o.o.,Dubrovnik,2000.
- Ugostiteljsko kuharstvo 2,Vedran Habel,Školska knjiga ,Zagreb,2010.
- Ugostiteljsko kuharstvo 3,Vedran Habel,Školska knjiga,Zagreb,2014.
- <https://hr.streamerium.com/how-40-famous-dishes-got-their-famous-names>
(pristupljeno 5.12.2021.)
- <https://www.austria.info/hr/aktivnosti/jelo-i-pice/recepti/austrijska-pirjana-govedina-esterhazy-rostbraten> (pristupljeno 5.12.2021.)