

GASTRONOMSKI PROIZVODI

SENDVIČI-POJAM-GENEZA –PRIPREMANJE



SENDVIČI POJAM-RECEPTI I PRIPREMA



- Sendvič je hrana koja se sastoji od dva ili više parčeta hleba sa jednim ili više nadeva između njih, ili jednog parčeta hleba sa nadevom ili nadevima na sebi koji se naziva otvoreni sendvič. Sendviči su široko rasprostranjeni, tipična hrana za užinu ili piknike ili kao deo lanč-paketa. Generalno sadrže kombinaciju salatnog povrća, mesa, sira i preliva. Hleb može biti korišten takav kakav jeste ili premazan puterom, uljem, senfom ili nekim drugim namazom da bi se pojačao ukus ili tekstura. Prodaju se u restoranima i kafeima.

- Mark Morton je u svom članku iz 2004. godine pod naslovom *Bread and Meat for God's Sake (Hleba i mesa za Boga miloga)* napisao:



Kako su se sendviči zvali pre nego što su postali sendviči? Nakon čitanja stotina tekstova koji su napisani mnogo pre vremena Earla od Sandwicha pojavljuje se jedno moguće, mada prozaično, rešenje – hleb i meso (bread and meat) ili hleb i sir (bread and cheese). Ove dve fraze se mogu pronaći u Engleskim dramama 16. i 17. veka. Na primer, u predstavi Love and Fortune (Ljubav i sudbina) anonimnog autora iz 16. veka mladić moli za „krišku hleba i mesa za Boga miloga“. Šekspir koristi frazu hleb i sir u svom komadu The Merry Wives of Windsor (Vesele žene Vindzorske, 1599.).

- Izraz sendvič se u neformalnom jeziku koristi za otvorene sendviče koji se sastoje od jednog parčeta hleba sa mesom, salatam i toppingom. Ovo se razlikuje od normalnih sendviča koji se sastoje od dva parčeta hleba koji su namazani i nemaju topping. Otvoreni sendviči imaju i drugačiju istoriju od ovih klasičnih. Oni datiraju iz doba između 6 . i 16. veka kada se ustajao hleb koristio kao tanjir. U SAD-u sud u Bostonu je presudio da se sendvič sastoji od najmanje dva parčeta hleba i da "pod ovom definicijom diktiranom zdravim razumom sud nalazi da se izraz sendvič ne može koristiti i za buritose, takose i kestadilje koji su uglavnom napravljeni od jedne tortilje napunjene mesom, pirinčem i pasuljem". Problem je stigao pred sud kada se postavilo pitanje da li restoran koji prodaje buritose može da se preseli u tržni centar gde se nalazio restoran koji je jedini po ugovoru smeo da prodaje sendviče u njemu.

Nazivi sendviča potiču ili od naziva hleba koji je korišten ili po metodi pripreme a ređe po nadevu pa tako imamo:

- Sendvič sa slaninom (Bacon sandwich – UK) – sendvič sa režnjevima slanine
- Bahn Mi (Vijetnam) – ukišeljene šargarepe i daikon, meso i nadevi na bagetu
- Barros Jarpa (Čile) – otopljeni sir i fritirana šunka
- Barros Luco (Čile) – otopljeni sir i sveža šunka
- Bauru (Brazil) – otopljeni sir i pečeno goveđe meso
- BLT (UK/SAD) – slanina, zelena salata i paradajz
- Bocadillo (Španija) – kriške hleba sa raznim sastojcima
- Bun Kebab (Pakistan) – začinjena zemička, crni luk i čatni (vrsta začina)
- Butterbrot (Nemačka) – hleb sa puterom
- California club sendvič (SAD, Kalifornija) – ćureće meso, avokato, zelena salata i paradajz
- Caprese (Italija) – mocarela, paradajz, svež bosiljak
- Cheesesteak (SAD, Filadelfija) – sendvič napravljen od traka bifteka i sira sa dodatkom paprike i crnog luka

- Chimichurris (Domonikanska republika) – sendvič sa svinjskim i goveđim mesom sa kečapom i majonezom
- Chivito (Urugvaj) – biftek, šunka i sir
- Choripán (Argentina/Urugvaj/Čile) – grilovani chorizo (svinjska kobasica koja potiče sa Pirinejskog poluostrva)
- Klub sendvič (SAD) – ćureće meso, slanina, zelena salata i paradajz
- Kubanski sendvič (Kuba, južna Florida) – šunka, švajcarski sir, ukišeljene paprike i pečeno svinjsko meso
- Elvisov sendvič (SAD) – prženi sendvič sa puterom od kikirikija, bananama i slaninom
- Kum (SAD) – začinjena šunka, suvi vrat, salama, zelena salata, ljuta paprika i crni luk
- Horseshoe (Potkovića, SAD, Springfield) – otvoreni sendvič sa pomfritom i sosom od sira
- Panini (Italija) – salama, punka, sir, mortadela u ciabatti
- Printzesa (Bugarska) – kriška hleba sa mlevenim goveđim ili svinjskim mesom, kačkavaljem ili fetom pečeno na žaru
- Porilainen (Finska) – hleb sa debljim kriškama kobasice
- Reuben (SAD) – kiseli kupus sa švajcarskim sirom i usoljenim goveđim mesom
- Sandwiches de miga (Argenitna) – mali senviči od belog hleba bez korice koji prate popodnevene čajanke
- Vada pav ili Batata vada (Indija) – vegetarijanski sendvič
- Vegemite (Australija) – puter i vegemite (gusta pasta od ekstrakta kvasca sa dodatkom povrća i začina) sa kriškama sira
- Wurstbrot (Nemačka) – sečena kobasica na hlebu

OSNOVA SENDVIČA



HLEB

- Uloga hleba u sendvičima prevazilazi svoju funkciju nosioca nadeva, danas je poželjno da hleb ima ukus što znači da beli hleb koji se može kupiti u prodavnici nije najbolji izbor, čak štaviše može biti i najgori izbor. Hleb sa ili bez kvasca, kifle i rolne su najbolji izbor zbog svog oblika i strukture koja može da zadrži nadeve ali neki hlebovi sa kvascem jednostavno nisu za sendviče – oni sa tvrdom i debelom koricom mogu onemogućiti konzumiranje sendviča a hlebovi sa velikim rupama jednostavno ne mogu da zadrže nadeve i premaze. Hlebovi koji se mrve mogu da posluže ali samo u slučaju otvorenih sendviča sa malom količinom nadeva i namaza. Tostiranje, pečenje i grilovanje poboljšavaju ukus hleba.

TIPOVI SENDIČA

- *Pullman* ili sendvič vekne belog hleba se najčešće koriste. Ovo su dugački četvorougani hlebovi od kojih se dobijaju kockasa parčad hleba specifične debljine od 10 do 16 mm.
- Komercijalni hleb za sendviče bi trebao biti fine a ne hrapave teksture te dovoljno čvrst radi lakšeg mazanja. Zbog svog neutralnog ukusa beli hleb je najpovoljniji za veliku većinu sendviča, mada se koriste i kifle (tvrde i mekane, Italijanske, Francuske) i zemičke, kao i hleb od raži, hleb sa suvim grožđem, sa raznim semenkama, pita hleb, focaccia...

White Lateral

Brown Lateral

Kaiser Roll

Small Ciabatta with

Small Ciabatta

Pumpkin

Gouda Cheese

Sundried Tomato Oval Panini

Olive Oval Panini

Spinach Oval Panini

Nigella & Sesame Oval Panini

Round Focaccia with Olives
68130

Traditional Round Focaccia
68198

Traditional
Focaccia Sheet

Focaccia Sheet topped
with Cherry Tomato

Focaccia Sheet
with Olives

Flax
138

Bocatta
13445

Twisted
Ciabattini

Folded Ciabatta
138113

Italian Ciabatta
13838

Dark Italian Ciabatta
with Peppers

Dark Italian Ciabatta
13839

Ciabatta Pave
63532

Mini Mixed Rustic Rolls
61770

Mini Mixed Rolls
61770

Mixed Longuet
67127

Cereal

White

White
Kaiser

Kaiser Roll with
Sesame Seeds

Wolkorn

Sunflower
Seeds



Sunflower

Danish Bread with
Flax & Sesame Seeds

Brown
Kaiser

Soft Grain

Wholemeal

White

Puro
6354

Petits Pains
Fusons - Cereal/Rye
62606

Petits Pains
Fusons - Seeded
62731

Petits Pains
Fusons - White
62495



Plain
(400g)
138

Balt
Pop
138

Dark
Bloc
144

Balt
Ses
138

Sundr
Wrap
52012

ČUVANJE

- Svež hleb je od izuzetne važnosti za kvalitet sendviča. Ustajao ili suv hleb nije poželjan. Sledeće mere mogu osigurati svežinu:
 1. Dnevna isporuka, po mogućstvu i češće u zavisnosti od prometa i lokacije. Hleb se brzo suši i hleb od prethodnog dana nije pogodan za sendviče.
 2. Hleb treba čuvati u omotu koji ne propušta vlagu do momenta upotrebe. Ovo sprečava isušivanje kao i upijanje stranih mirisa.
 3. Francuski hleb i drugi hlebovi sa hrskavom koricom ne bi trebalo da se stavljaju u omot jer će korica omekšati te ih je najpoželjnije iskoristiti onog dana kada su pečeni
 4. Hleb treba čuvati na sobnoj temperaturi, daleko od rerni i drugih izvora toplote. Ne sme se čuvati u frižideru jer mu se tako skraćuje vreme svežine.
 5. Hleb od prethodnog dana se može iskoristiti za tostiranje bez gubitka kvaliteta

Nadevi i namazi

- Postoji nekoliko pravila za nadeve i još manje za namaze. Očigledno ne treba koristiti nadeve koji su previše vlažni i koji omekšavaju hleb čineći ga gnjecavim niti treba koristiti suviše suve nadeve jer će vam biti potreban gutljaj vode nakon svakog zalogaja. Takođe neophodno je da nadevi budu sečeni tanko ili na malu parčad radi lakšeg konzumiranja ali ne smeju biti ni previše mali da ne bi spadali sa hleba.
- Namazi bi trebalo da budu ukusni, da daju vlagu i da budu kremasti tako da su namazi od sira, meki sirevi i pirei od povrća idealni. Mnogi namazi mogu postati i nadevi, kao što je to slučaj sa humusom.
- Klasični namazi su majonez i senf a mogu se koristiti i humus, kečap, puter, pesto ili neki drugi namaz od biljaka. Najpopularniji nadevi su tanki režnjevi šunke, pilećih ili ćurećih prsa, tvrdi tofu sir, tvrdo kuvana jaja, paradajz i crni luk, zelena salata, ajsberg, spanać. Često se koriste i salatni prelive.

Namazi

Uloga namaza:

- Da spreče hleb da upije vlažnost iz nadeva
- Da dodaju ukus
- Da dodaju vlažnost

Puter

- Puter bi trebao da bude dovoljno mekan da se sa lakoćom maže bez cepanja površine hleba. Može biti razmekšan uz pomoć miksera ili žice ili jednostavnim ostavljanjem na sobnoj temperaturi u trajanju od 30 minuta. Ulupani puter dobija na volumenu te na taj način smanjuje troškove međutim ovo nije najpoželjnija metoda jer na ovaj način vazduh koji je ušao u puter dovodi do brže užeglosti. Ponekad se umesto putera koristi i margarin ukoliko to zahteva proračun ili gost.

Majonez

- Majonez se koristi češće nego puter jer daje više ukusa te se lakše maže, međutim on ne štiti hleb od vlage iz nadeva tako dobro kao puter. Zbog opasnosti od pojave bolesti izazvanih hranom sendviči sa majonezom bi trebalo da se odmah serviraju ili da se čuvaju u frižideru do momenta serviranja.



Namazi na bazi putera

- U kulinarstvu se često ukazuje potreba da se puter kombinuje sa nekim sastojkom, obično jačim i pikantnijim, kako bi puter dobio izrazitiji ukus. Prema svojoj nameni, kombinovani puter se upotrebljava u čvrstom stanju ili rastopljen. Pod tim izrazom podrazumeva se:
 1. Puter pomešan sa raznim izgnječenim, pasiranim ili sitno isečenim sastojcima. Ovako pripremljen puter upotrebljava se za spravljanje umaka i drugih jela, za premazivanje sendviča ili mesa na žaru, ili za ukrašavanje hladnih predjela.
 2. Puter zagrejan do izvesnog stepena, ili samo rastopljen, a zatim začinjen solju i drugim začinima. Služi se uz ribu, meso i povrće.

Puter sa peršunom (Beurre Maître d'Hôtel)

Količina	Namirnica
200 g	Puter
1 kašičica	So
1/8 kašičice	Sveže samleveni biber
1-2 kašike	Peršun, sitno sečen
1 kašika	Sok od limuna



Priprema:

Umutiti penasto puter, dodati ostale sastojke i mutiti dalje još izvesno vreme dok se maslac i sastojci u potpunosti ne sjedine.



Puter sa estragonom

Količina	Namirnica
125 g	Estragona
200 g	Svežeg putera

Priprema:

Oprane listiće estragona prokuvati minut-dva u malo vode. Ocediti ih, prelići hladnom vodom, ponovo ocediti i osušiti čistom krpom. Staviti u avan zajedno sa puterom i gnječiti tučkom sve dok se estragon i puter ne pretvore u glatku, ujednačenu masu. Propasirati kroz sito i do upotrebe držati na hladnom mestu.



Puter sa renom

Količina	Namirnica
75 g	Nastruganog rena
200 g	putera

Priprema:

Izgnječiti ren u avanu, pomešati ga sa umućenim puterom i propasirati.

Puter sa pečurkama

Količina	Namirnica
150 g	Pečurki isečenih na listiće
1 kašika	putera
150 g	Svežeg putera
	So i biber

Priprema:

Isečene pečurke propržiti naglo na puteru, posloti i pobiberiti. Zatim iz izgnječiti u avanu, pomešati sa umućenim puterom i propasirati.

Zeleni puter

Količina	Namirnica
1 šolja	Opranog i ocedenog spanaća
4 kašike	Putera

Priprema:

Staviti u avan šolju opranog, ocedenog spanaća i dobro ga izgnječiti. Zatim ga propasirati kroz gusto sito i mešati koji minut na tihoj vatri da tečnost ispari. Umešati penasto umućeni puter i ponovo propasirati. Ovaj puter se koristi za sendviče i ukrašavanje hladnih predjela.



Puter sa sardelom

Količina	Namirnica
75 g	Slanih fileta od sardela
200 g	Putera
	Sveže samleveni biber

Priprema:

Držati filete pola sata u hladnoj vodi da izvuče suvišnu so. Zatim ih dobro ocediti i tući u avanu dok se ne pretvore u kašu. Umutiti penasto puter, dodati sveže samleveni biber i masu od sardela i mutiti još desetak minuta.

Namazi na bazi majoneza

- Majonez je hladan umak čiji su osnovni sastojci umućeni u laku masu gustine krema. Ovaj umak koji se ubraja u remek dela hladnih umaka nastao je sasvim slučajno kada je 1756. godine maršal Rišelje osvojio tvrđavu Por Maon na ostrvu Minorci njegov kuvar nije imao drva da založi vatru i napravi svom gospodaru topao umak. Pukim slučajem upalo mu je jedno žumance u ulje i on je nehotice počeo da ga muti i tako dobio masu kojom je prelio meso. Maršalu se ovaj umak toliko dopao da ga je odmah po povratku u Pariz lansirao na dvoru Luja XV i dao mu ime *majonez* po gradu u kome je prvi put slučajno napravljen.

Zeleni majonez

Količina (za 4 dl)	Namirnica
50 g	Spanaća
50 g	Potočarke
30 g	Peršuna
30 g	Estragona
30 g	Krbuljice (trstika)
2,5 dl	Majoneza
3 g	Kajenskog bibera

Priprema:

U vrijuću vodu spustiti spanać, salatu i mirisno bilje i kuvati 3 do 4 minuta. Obareno bilje ocediti, preliter hladnom vodom, iscediti kroz krpu da se iz njega istisne što više vlage i sitno iseći a zatim tući u avanu dok se ne pretvori u kašu. Napraviti majonez i umešati u njega zelenu masu i kajenski biber.



Majonez od putera za ukrašavanje

Količina (za 2 dl)	Namirnica
50 g	Putera
4	Tvrdo skuvana žumanca
½ kašičice	Senfa
1 kašičica	Paste od sardela
1 kašika	Kisele pavlake
	Sok od limuna, so, biber

Prirpema:

Umutiti penasto puter, dodati kuvana propasirana žumanca, senf, pastu od sardele i sok od limuna i sve dobro promešati. Dosoliti i po potrebi pobiberiti i na kraju umešati pavlaku. Ovaj majonez se koristi za ukrašavanje hladnih jela i sendviča.



Majonez od sira

Količina (za 2 dl)	Namirnica
150 g	Mladog kravljeg sira
1	Žumance
2 kašike	Ulja
½ kašičice	Šećera
	Sok od limuna, so



Priprema:

Propasirati sir, umutiti ga sa žumancem i uljem i dodati so, šećer i sok od limuna po ukusu. Ovaj majonez odlično ide uz salate od povrća a zbog lake svarljivosti podesan je za decu i starije osobe.

Tartar sos

Količina (za 3,5 dl)	Namirnica
1 kašičica	Kapara
2	Kisela kornišona
1 kašičica	Krbuljice (trstike)
1 kašičica	Sitno seckanog luka vlašca
1	Tvrdo kuvano jaje
2,5 dl	Majoneza

Priprema:

Iseći sasvim sitno kapre, kornišone, krbuljicu i luk vlašac. Tvrdo skuvano jaje izgnječiti i pomešati sa isečenim zelenišom. Pripremljene sastojke sjediniti sa majonezom.



Premazi na bazi sira

Premaz od švapskog sira – osnovni recept

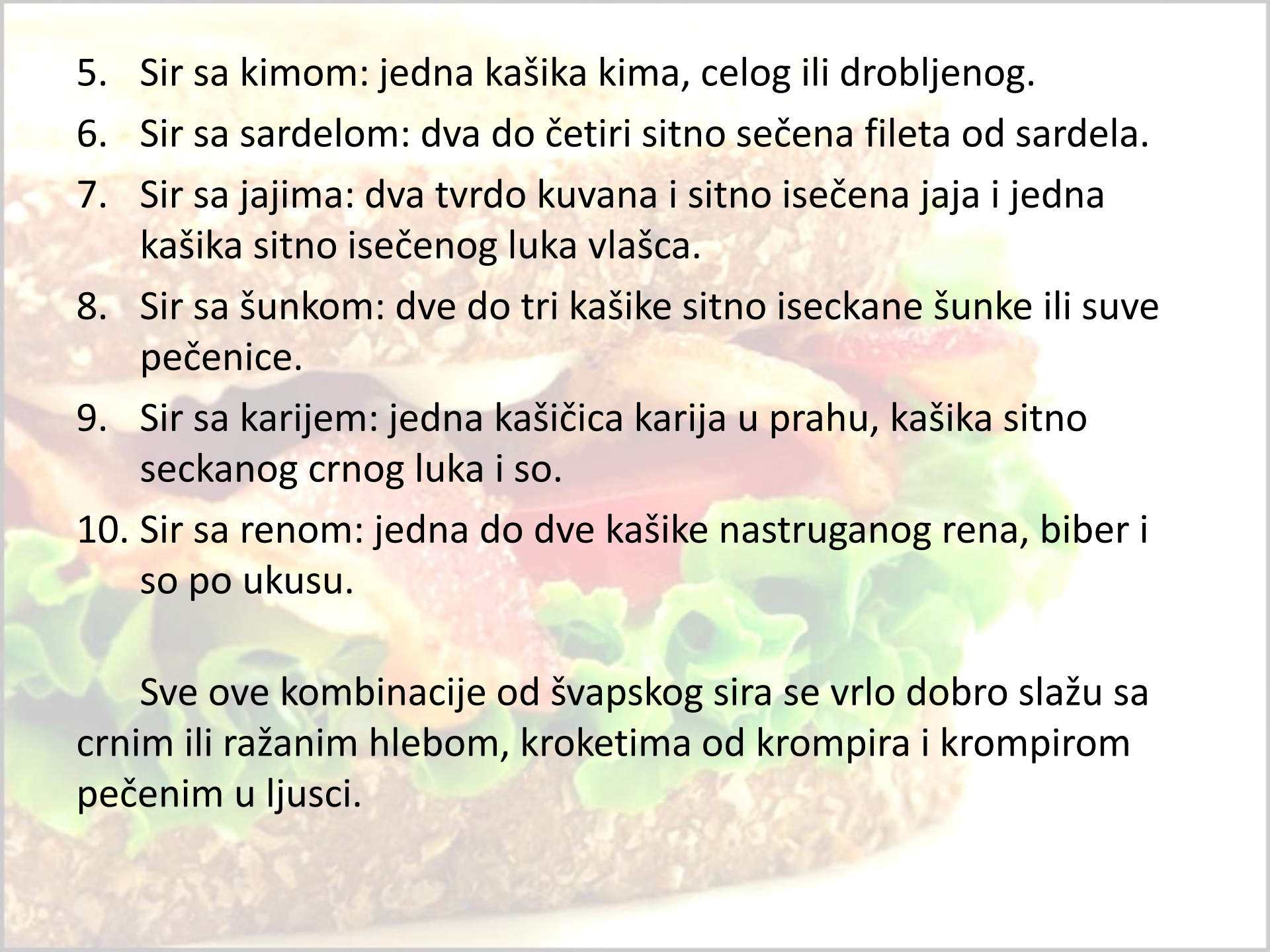
Količina	Namirnica
250 g	Sitnog, mrvljenog (švapskog) sira
3-5 kašika	Mleka ili pavlake
	So, biber

Priprema:

Sir propasirati, dodati mleko ili pavlaku, posoliti i penasto umutiti.

Sitan kravlji sir treba da je vrlo svež i suv. Ako je vlažan staviti ga u đevđir da se ocedi. Po potrebi propasirati ga ili izgnječiti viljuškom i umutiti. Svež švapski sir ima prijatan i vrlo malo nakiseo ukus. Posle dužeg stajanja on postaje prilično kiseo i pomalo gorak. Dodavanjem jedog od sledećih sastojaka prethodno pripremljenoj masi dobija se nova varijacija premaza:

- 1.Sir sa mirisnim biljem: jedna do dve kašike sitno seckanog peršuna, luka vlašca i mirođije.
- 2.Sir sa crnim lukom: jedna glavica sitno seckanog crnog luka.
- 3.Sir sa paradajzom: jedna manja glavica sitno seckanog crnog luka i dva sitno isečena padajza.
- 4.Sir sa rotkvicama: dve kašike nastrugane rotkvice.

- 
5. Sir sa kimom: jedna kašika kima, celog ili drobljenog.
 6. Sir sa sardelom: dva do četiri sitno sečena fileta od sardela.
 7. Sir sa jajima: dva tvrdo kuvana i sitno isečena jaja i jedna kašika sitno isečenog luka vlašca.
 8. Sir sa šunkom: dve do tri kašike sitno iseckane šunke ili suve pečenice.
 9. Sir sa karijem: jedna kašičica karija u prahu, kašika sitno seckanog crnog luka i so.
 10. Sir sa renom: jedna do dve kašike nastruganog rena, biber i so po ukusu.

Sve ove kombinacije od švapskog sira se vrlo dobro slažu sa crnim ili ražanim hlebom, kroketima od krompira i krompirom pečenim u ljusci.

Velški premaz od sira

Količina (za 750 g)	Namirnice
1 šolja	Piva
2 kašike	Putera
½ kašičice	Semena od slačice u prahu
2 kašike	Worcestershire sos
1 kašičica	Aleve paprike
500 g	Nastruganog čedar sira

Priprema:

Staviti u posudu pivo, puter, slačicu, worchestershire sos i alevu papriku pa mešati na pari 5 minuta ili dok se puter ne rastopi. Dodati strugani sir i mešati dalje dok se sir ne rastopi i masa potpuno ujednači. Služiti na sveže pečenom tost.



Premaz od jaja

Količina (za 350 g)	Namirnica
3	Tvrdo skuvana jaja
100 g	Sitno seckane šunke ili salame
5 kašika	Majoneza
5 kašika	Razmekšalog putera
	So, biber, sok od limuna



Priprema:

Jaja oljuštiti, sitno iseći i posoliti.
Dodati sve ostale sastojke i dobro promešati.



Ljut premaz

Količina (za 150 g)	Namirnica
3 kašike	Putera
5 kašika	Worchestershire sosa
3 kašičice	Tabasko sosa
1 kašičica	Sitno seckanog luka vlašca
1 kašičica	Sitno rendanog crnog luka



Priprema:

Umutiti penasto puter, dodati sve ostale sastojke i dobro promešati.

Nadevi

- Nadevi su srž svakog sendviča. Skoro svaka namirnica se može iskoristiti za nadevanje sendviča. Ovo su neki od mogućih koji se mogu koristiti samostalno ili u kombinaciji:

Meso

- Većina mesa za sendviče je prethodno toplotno obrađeno ili se obrađuje po dobijanju narudžbine. Sečeno meso se suši i gubi ukus te se izbegava sečenje unapred. Tanka parčad su mekša i sendviči napravljeni sa njima su lakši za konzumaciju. Takođe, više tankih parčadi stvara deblji sendvič nego jedno deblje parče iste težine. Koriste se:
 - Goveđe meso: sečeno grilovano meso (toplo ili hladno), hamburgeri, mali bifteci, sušeno meso, goveđi jezik (svež ili dimljen)
 - Svinjsko meso: grilovano meso, šunka, slanina
 - Živina: pileća i ćureća prsa
 - Prerađevine: kobasice, salame, fankfurteri, mortadele...

Sirevi

- Kao i meso, sirevi se brzo isušuju ukoliko su sečeni i neupakovani. Kada se seče unapred sir bi trebao da ostane upakovan do trenutka posluživanja. Najpopularnije vrste sireva su: čedar, švajcarski sirevi, provalone, krem sirevi, sirni namazi.

Ribe i plodovi mora

- Većina morskih plodova koji se koriste kao nadev za sendviče su brzo kvarljivi te se moraju stalno čuvati u rashladnim uređajima. Najpopularniji nadevi iz ove grupe su: tunjevina, sardine, dimljeni losos, škampi, ringlice...

Povrće

- Zelena salata, paradajz i crni luk su nezamenljivi u proizvodnji sendviča. Uz njih skoro svo salatno povrće može se koristiti i pri izradi sendviča.
- Pored ovih nadeva i namaza koriste se još i žele, puter od kikirikija, sveže i sušeno voće, koštunjavo voće, tvrdo kuvana jaja...

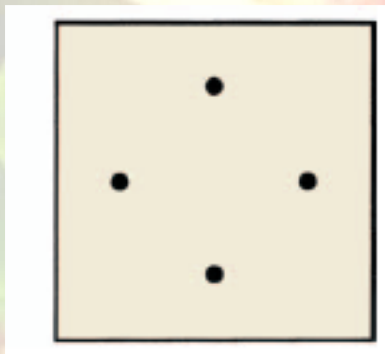
Tipovi sendviča

Topli sendviči

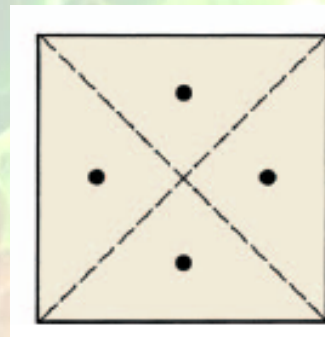
1. Jednostavni topli sendviči se sastoje od toplog nadeva, najčešće mesa, stavljenog između dva parčeta hleba ili u kiflu. Mogu sadržati i namirnice koje nisu tople kao što su režnjevi paradajza ili crnog luka. Najpopularniji topli sendviči su hamburgeri i hot-dogovi
2. Otvoreni topli sendviči se prave stavljanjem namazanog parčeta hleba na tanjir te prekrivanjem toplim mesom ili drugim nadevom, prelivaju se sosom, močom, sirom ili drugim toppingom. Neke verzije ovakvih sendviča se dogotovljuvaju u salamanderu pre serviranja a konzumiraju se viljuškom i nožem
3. Grilovani sendviči (nazivaju se i tostirani sendviči) su jednostavni sendviči koji su namazani puterom sa spoljašnje strane te potamnjeni u rerni ili tiganju. Sendviči sa sirom su popularni pri ovom načinu pripreme.
4. Fritirani sendviči se prave potapanjem sendviča u ulupana jaja, i ponekad u prezle, koji se zatim prže u dubokoj masnoći. Ovakvi sendviči se u poslednje vreme češće prže u tiganju ili u pećnici jer fritiranjem postaju previše masni.

Hladni sendviči

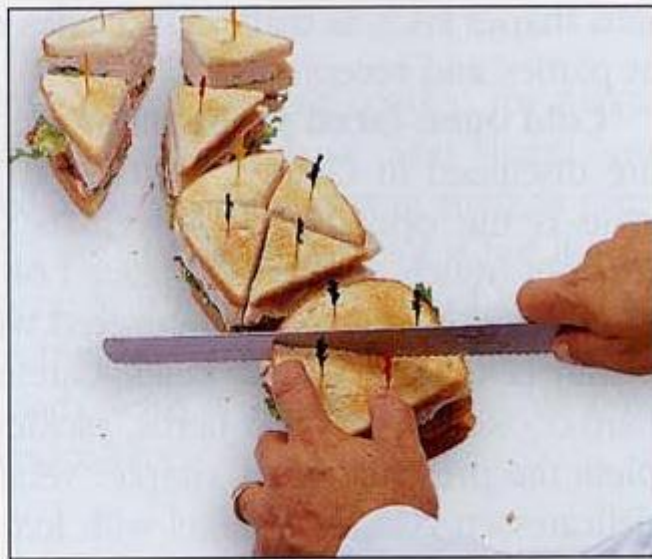
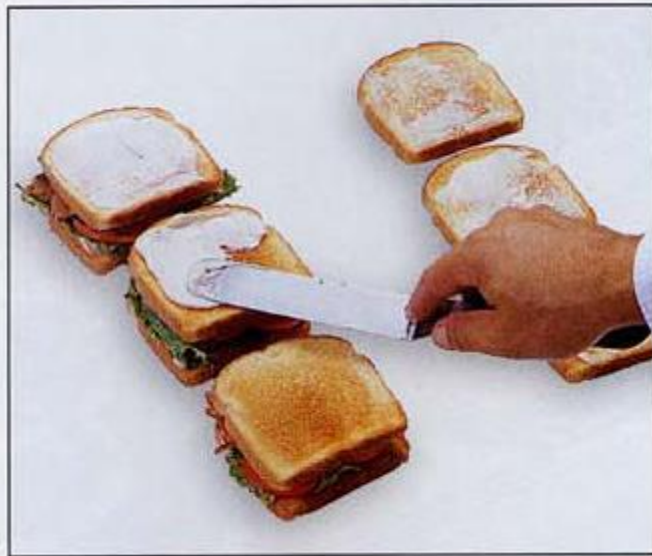
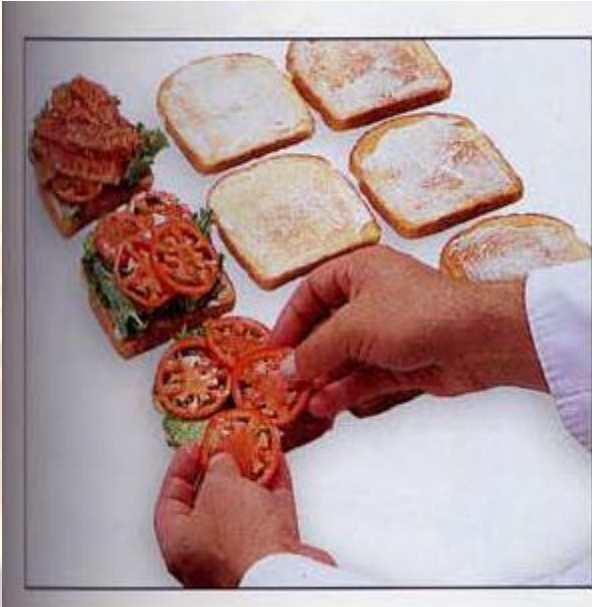
1. Jednostavni hladni sendviči su oni koji se prave od dva parčeta hleba ili dve polovine kifle, sa namazom i nadevom. Nazivaju se jednostavnim jer su napravljeni od samo dva parčeta hleba a ne zbog jednostavne konstrukcije. Jednostavni hladni sendviči variraju od onih sa samo jednim parčetom sira ili mesa između dva namazana parčeta hleba pa sve do kompleksnih kao što je submarin sendvič koji se pravi od dugačke italijanske kifle koja se nadeva salamom, šunkom ili mortadelom, provalone sirom, paprikama, crnim lukom, maslinama, paradajzom i mnogim drugim nadevima.
2. Višeslojni sendviči se prave od više od dva parčeta hleba te sa nekoliko vrsta nadeva. Klub sendvič je najpopularniji višeslojni sendvič koji se pravi od tri parčeta tosta namazanih majonezom sa pilećim ili ćurećim prsima, zelenom salatnom, paradajzom i slaninom. Seku se u četiri trougla.



(a) Zabiti četiri čačkalice u sendvič kako je prikazano na gornjoj slici

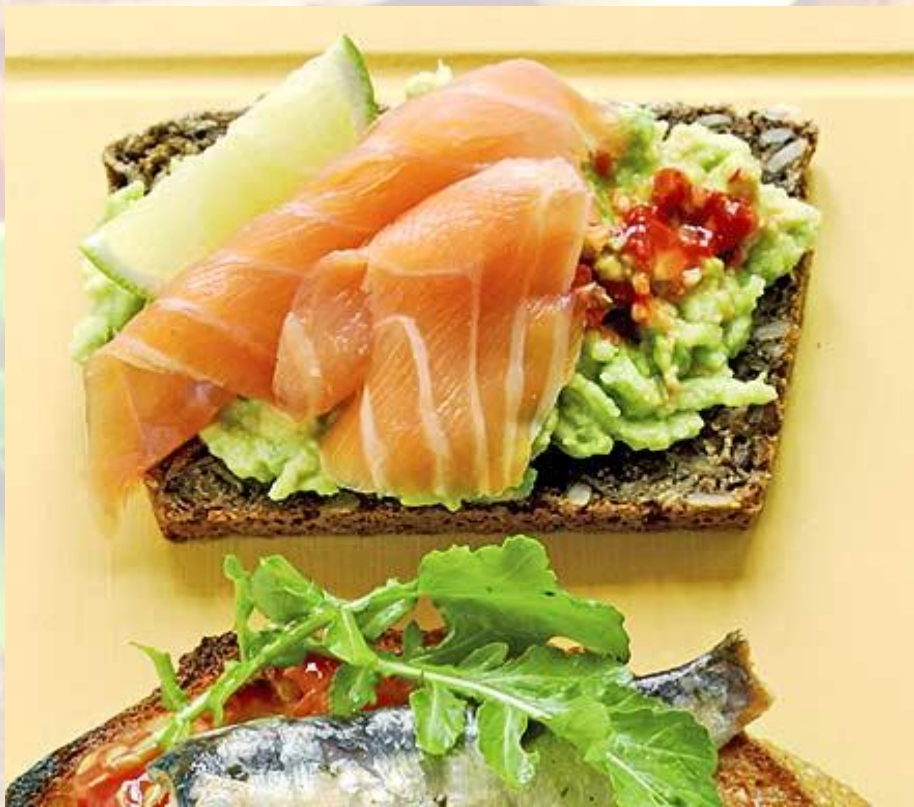


(b) Iseći sendvič na četvrtine od ugla do ugla i servirati sa vrhom okrenutim na gore



3. Otvoreni sendviči se prave od jednog parčeta hleba. Kao i kanapei treba da budu atraktivno dekorisani.
4. Čajni sendviči su mali, delikatesni sendviči koji se prave od laganih namirnica i hleba bez korice. Često se seku u neobične oblike a nadevi i namazi su oni koji se mogu naći i kod kanapea.
5. Wraps (omoti) su sendviči čiji nadevi su omotani, kao što je to slučaj sa buritom, u tortilje ili sličan ravni hleb. Mogu biti servirani ucelo ili sečeni na pola.





WRAPS (Omotači)

- Hibrid sendviča – burito, postao je standard. Pošto se omotači savijaju i roluju kao burito oni mogu da zadrže sastojke koji bi inače ispadali iz sendviča. Bilo koji veliki, ravni, fleksibilni hleb može poslužiti kao omotač; tortilje i lavaši se najčešće koriste ali se mogu koristiti i pita hlebovi.
- Lavaš dolazi i kao mekani (sveže pečeni) i kao hrskavi i obe vrste se mogu koristiti kao omotači. Da bi se omekšali hrskavi lavaši se poprskaju vodom sa obe strane te stave u plastičnu vreću koja se dobro zatvori te se ostavi u frižideru oko 3 sata dok lavaš ne omekša. Omotači mogu da se filuju sa začinjenom salatam, seckanim ili mlevenim mesom, kuvanom ribom i plodovima mora, leguminozama, fritiranim ili svežim povrćem...



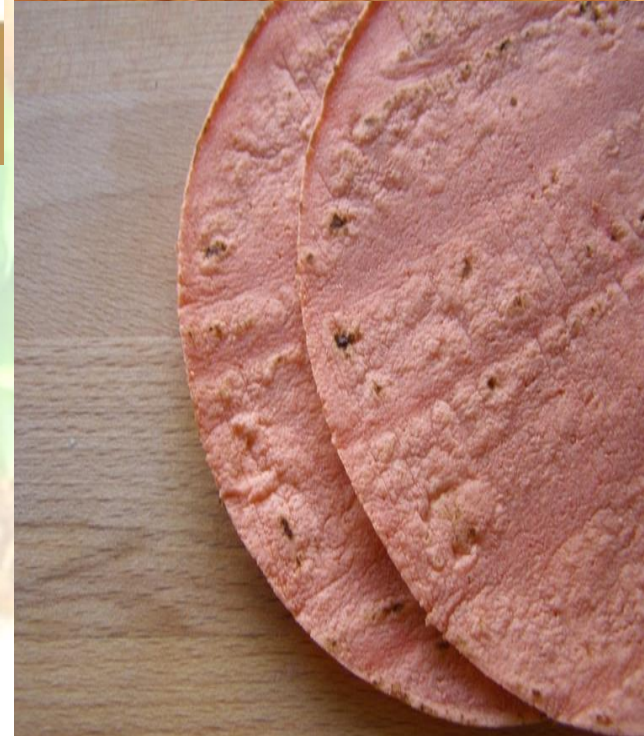
Takosi i Buritosi

- Takosi i buritosi imaju mnogo toga zajedničkog. Prave se od tortilja (od kukuruznog ili pšeničnog brašna za takose; od pšeničnog brašna za buritose) i mogu biti punjeni mesom, pasuljem, pirinčem, povrćem, salsama...te se jedu rukama. Iako ne dele zajedničko poreklo (buritose su izmislili severno od granice Teksasa sa Meksikom i predstavnici su Tex-Mex kuhinje) oba se brzo pripremaju i jedu te se često mogu naći i na švedskim stolovima u formi *uradi sam*. Većina supermarketa prodaje najmanje šest vrsta tortilja koje se razlikuju po sastavu, veličini i ukusu. Tortilje od pšeničnog brašna su mekane i fine teksture, skoro neutralnog ukusa kada su sveže.



- Često se mogu naći i tortilje sa dodatkom spanaća ili paradajza koji im daju boju (zelena i crvena). One napravljene od kukuruznog brašna, bele, žute i ponekad plave, imaju izraženiju teksturu i ukus. One sveže su u potpunosti drugačije od onih koje stoje na policama supermarketa nekoliko nedelja. Kuvane tortilje od kukuruznog brašna mogu biti mekane ili hrskave u zavisnosti od ličnog ukusa i svežine tortilje. Ukoliko su sveže servirajte ih mekane a ukoliko stoje duže vreme ispržite ih na hrskavo.





Priprema tortilja

- Mekane tortilje bi trebale da se služe tople ili mlake. Zagrejte ih preko direktnog izvora toplote (gril ili otvoreni plamen gasnog gorionika) okretajući ih svakih nekoliko sekundi, ili u tiganju gde se okreću samo jednom. Najbolje ih je čuvati u specijalnoj posudi za tortilje ili zavijene u krpe. Kukuruzne tortilje se češće služe hrskave a za postizanje toga koriste se dve metode – prženje u tiganju u dubokoj ili plitkoj masnoći okretajući ih kada ivice potamne.



Nadevanje tortilja

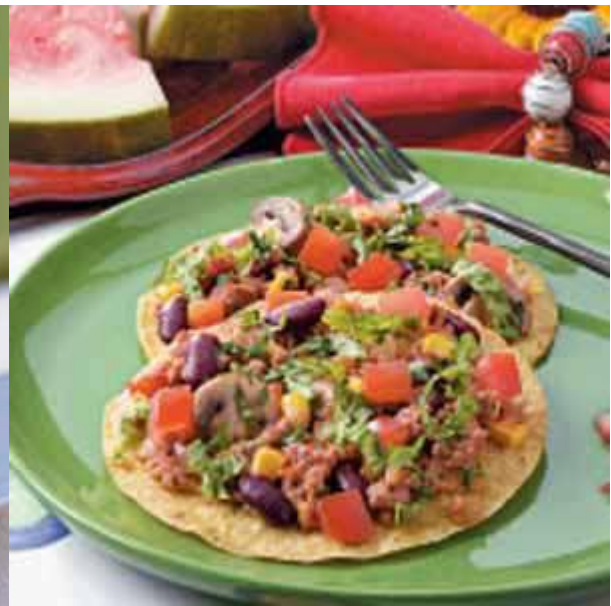
- Ne treba preterivati sa nadevom. Za takose je dovoljno nekoliko supenih kašika nadeva što ostavlja dovoljno mesta za garniture. Buritosi mogu da sadrže više nadeva pogotovo ako se prave od velikih tortilja, neophodno je samo obratiti pažnju na način savijanja. Uz tortilje se uglavnom serviraju salse i gvakamoli.



Tostade

- Tostade su otvoreni tako sendviči. Generalno koriste se tortilje od kukuruznog brašna jer se brže tostiraju te imaju izraženiji ukus. Druga bitna razlika između takoa i tostade je ta što se kod tostada koristi premaz da bi se nadev zalepio za tortilju te se u tu svrhu najčešće koristi pire od pasulja. Na kraju se stavlja kupus ili zelena salata sečeni na trake, mrvljeni ili rendani sir, salsa i gvakamoli ili kisela pavlaka. Serviraju se najkasnije 10 minuta od momenta pripreme, u suprotnom mogu previše omekšati.



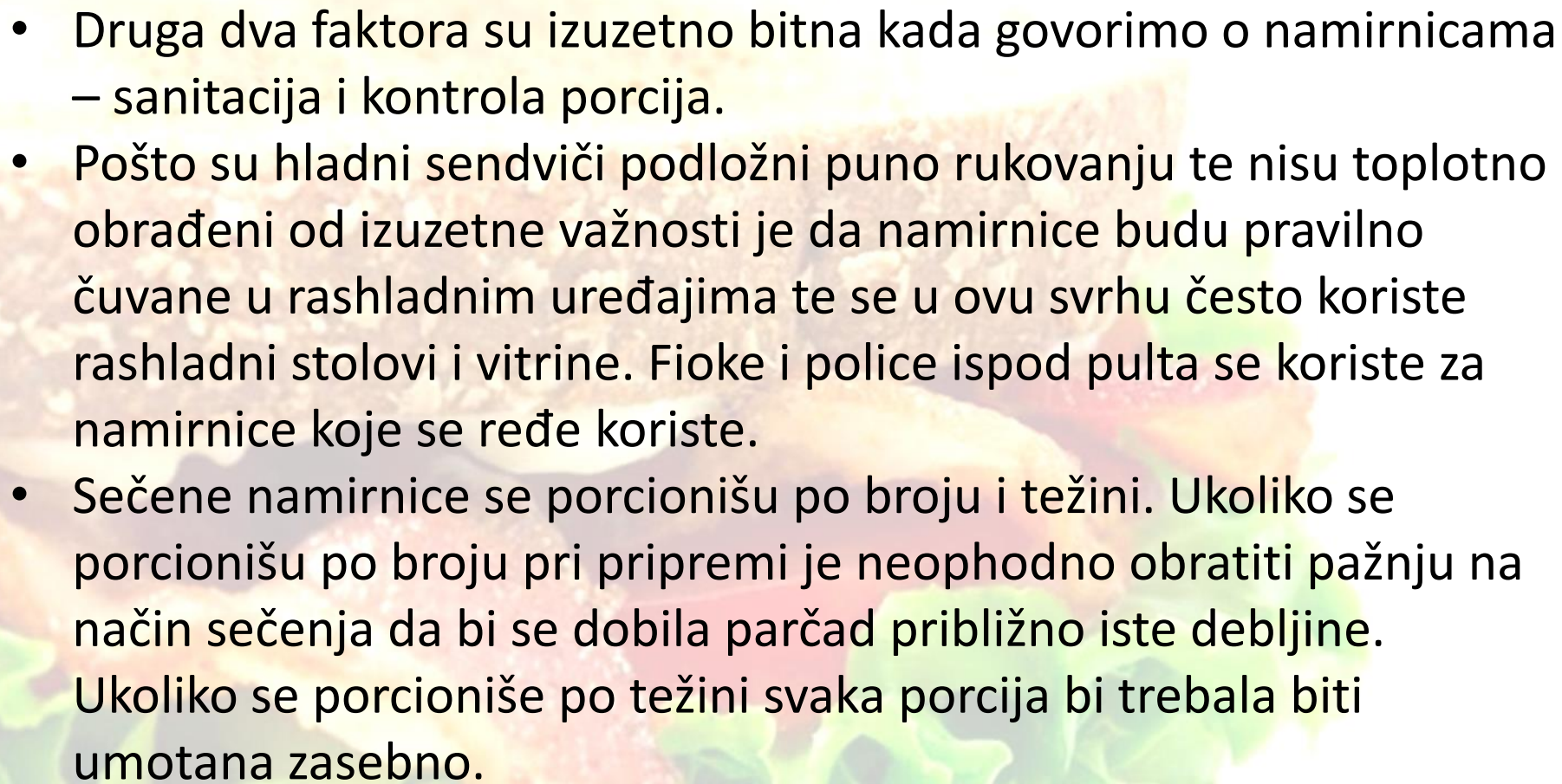


Pravljenje sendviča

- Priprema sendviča zahteva puno posla. Neophodni su mnogi zasebni pokreti, pogotovo ukoliko se radi o višeslojnim sendvičima ili imaju nekoliko nadeva. Bilo da pravite veliku količinu sendviča ili samo jedan po porudžbini cilj je isti – smanjiti broj pokreta da bi se povećala efikasnost i smanjilo vreme pripreme.
- Za pripremu sendviča neophodna su dva elementa: namirnice i oprema.

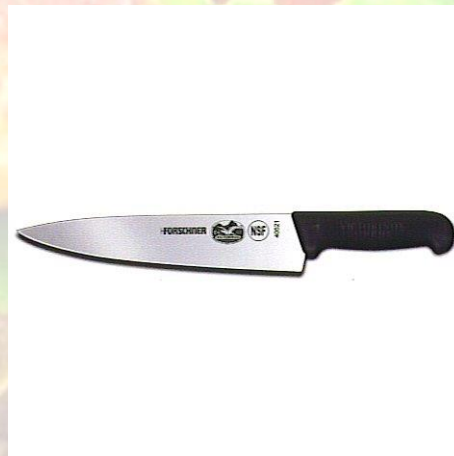
Namirnice

- Ova faza ima dva dela – pripremu i aranžiranje odnosno čuvanje namirnica. Priprema podrazumeva mešanje nadeva, pripremu namaza, sečenje mesa i sira, pranje i odvajanje listova zelene salate, sečenje paradajza... Drugim rečima treba pripremiti sve namirnice unapred tako da pri završnoj pripremi ostaje samo da se sve namirnice sjedine.
- Da bi se smanjio broj pokreta idealno bi bilo da se sve namirnice smeste na dohvat ruku. U zavisnosti od postavke kuhinje ovo ponekad nije moguće, pogotovo ukoliko je sendvič meni velik. Namirnice treba postaviti tako da se obe ruke mogu koristiti istovremeno, na primer: dok desnom rukom uzimate hleb levom uzimate namaz. Zatim dok levom rukom vraćate namaz desnom posežete za sečenom šunkom. U povratku leve ruke uzimate parče sira i tako dalje. U prometnim prodavnicama sendviča svaka sekunda je važna.

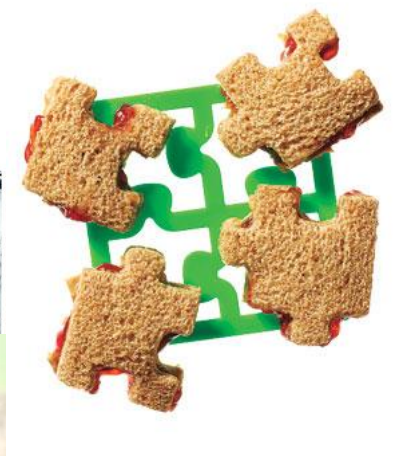
- 
- Druga dva faktora su izuzetno bitna kada govorimo o namirnicama – sanitacija i kontrola porcija.
 - Pošto su hladni sendviči podložni puno rukovanju te nisu toplotno obrađeni od izuzetne važnosti je da namirnice budu pravilno čuvane u rashladnim uređajima te se u ovu svrhu često koriste rashladni stolovi i vitrine. Fioke i police ispod pulta se koriste za namirnice koje se ređe koriste.
 - Sečene namirnice se porcionišu po broju i težini. Ukoliko se porcionišu po broju pri pripremi je neophodno obratiti pažnju na način sečenja da bi se dobila parčad približno iste debljine. Ukoliko se porcioniše po težini svaka porcija bi trebala biti umotana zasebno.

Oprema

- Oprema neophodna za prodavnicu sendviča zavisi od menija i veličine objekta.
- Za skladištenje se koriste rashladni uređaji, kao i topli stolovi za tople namirnice. Ručni alat su osnova svakog pravljenja sendviča i često su jedini alat neophodan za pripremu. U ovo spadaju mazači, spatule, noževi (nazubljeni i veliki kuvarski nož za rasecanje gotovih sendviča) i daske.



- Oprema za kontrolu veličine porcija su razne posude za merenje i vage. Pri pripremi toplih sendviča neophodna je i oprema za kuvanje kao što su grilovi, salamanderi i friteze. Mikrotalasne pećnice se ponekad koriste za zagrevanje namirnica ili gotovih sendviča.
- Nakon detaljnih priprema jedino što je još neophodno je veliki sto. Najefikasniji način pripreme velikog broja sendviča je upotreba linijske proizvodnje jer se na taj način pojednostavljaju pokreti i štedi vreme.



Usluživanje

- Sa nekoliko izuzetaka kao što su hamburgeri i hot-dogovi, sendviči se seku pre serviranja. Sečenje služi dvojakoj svrsi – sendvič je lakše držati i konzumirati te doprinosi atraktivnoj prezentaciji. Sendviči se mogu seći na polovine, trećine ili četvrtine u zavisnosti od veličine i debljine. Hamburgeri i drugi ne sečeni sendviči se mogu servirati otvoreni da bi se prikazali korišteni nadevi.

Recepti



California Burger

Količina	Namirnica
1	Hamburger (125 g)
1	Zemička
Po potrebi	Puter
10 ml	Majonez
1	List zelene salate
1	Tanki kolut crnog luka
1	Kolut paradajza

Nutritivna vrednost po porciji:

480 kcal

Proteini - 24 g

Lipidi - 32 g

Holesterol - 85 mg

Ugljeni hidrati - 23 g

Vlakna - 2 g

Natrijum - 370 mg

Priprema:

1. Ispecite hamburger na grilu ili u tiganju
2. Dok se meso peče pripremite zemičku. Namažite donju polovinu tankim slojem putera, a gornju majonezom.
3. Postavite polovine zemičke jednu do druge na servirnom tanjiru
4. Na gornju polovinu postavite zelenu salatu, crni luk i kolut paradajza.
5. Kada je hamburger pečen postavite ga na donju polovinu zemičke i poslužite odmah ne zatvarajući sendvič.





Submarine (Podmornica)

Količina	Namirnica
1	Kifla za sendvič
30 ml	Majoneza
30 g	Salame, sečene na tanke šnite
30 g	Šunke, sečene na tanke šnite
30 g	Bolonja, sečena na tanke šnite
30 g	Provalone sira, tanko sečenog
2	Koluta paradajza
2	Koluta crnog luka
3	Koluta zelene paprike

Nutritivna vrednost porcije:

770 kcal

Proteini - 28 g

Lipidi - 51 g

Holesterol - 85 mg

Ugljeni hidrati - 50 g

Vlakna - 5 g

Natrijum - 1650 mg

Priprema:

1. Rasecite kiflu po dužini ali je sa jedne strane ostavite spojeno
2. Namažite majonezom obe strane
3. Poređajte meso u slojevima. Ukoliko su komadi preširoki i vire iz kifle presavite ih na pola. Na njih naređajte sir.
4. Poređajte paradajz, luk i papriku na sir.
5. Zatvorite sendvič i servirajte ga ucelo ili prepolovljenog. Može se servirati sa maslinama ili senfom.





SUBWAY

Club sendvič

Količina	Namirnica
3 parčeta	Belog tostiranog hleba
Po potrebi	Majonez
2 lista	Zelene salate
2 koluta	Paradajza
3 reznja	Pržene slanine
60 g	Tanko sečenih pilećih ili ćurećih prsa

Nutritivna vrednost porcije:

580 kcal

Proteini - 32 g

Lipidi - 25 g

Holesterol - 75 mg

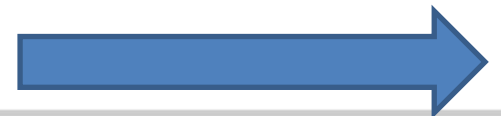
Ugljeni hidrati - 53 g

Vlakna - 3 g

Natrijum - 910 mg

Priprema:

1. Stavite tri parčeta tostiranog hleba na čistu radnu površinu i namažite ih majonezom.
2. Na prvo parče stavite jedan list zelene salate, zatim dva koluta paradajza te tri reznja slanine.
3. Postavite drugo parče tosta povrh slanine tako da je majonez okrenut ka dole. Namažite i gornju stranu majonezom.
4. Stavite pileća ili ćureća prsa i drugi list zelene salate.
6. Preklopite sa trećim parčetom tosta.
7. Postavite 4 čačkalice kao što je prethodno objašnjeno te isecite sendvič na četiri jednaka trougla.





Grilovani sendvič sa sirom

Količina	Namirnica
2 režnja	Belog hleba
30 g	Čedara ili američkog sira – jedno parče veličine hleba
Po potrebi	Puter

Nutritivna vrednost porcije:

360 kcal

Proteini - 13 g

Lipidi - 20 g

Holesterol - 55 mg

Ugljeni hidrati - 34 g

Vlakna - 1 g

Natrijum - 580 mg.

Priprema:

1. Postavite sir između parčadi hleba
2. Namažite spoljašnost hleba puterom te stavite sendvič na prethodno zagrejan grill (na 175°–190°C).
3. Pecite dok hleb ne porumeni a zatim okrenite sendvič i pecite dok i druga strana ne porumeni i dok sir ne počne da se topi.
4. Sklonite sendvič sa roštilja, presecite ga po dijagonali i servirajte odmah.





Diplomat sendviči (8-10 porcija)

Količina	Namirnica
2	Francuske vekne hleba
200 g	Gauda sira
120 g	Pesovane šunke
140 g	Kiselih krastavaca
400 g	Čajne paštete
1 kašičica	Crnog mlevenog bibera

Priprema:

- Hlebu odrežite krajeve i izdubite mekani deo pomoću drvene varjače.
- Sir, šunku i krastavce narežite na kockice.
- Paštetu, sir, šunku, krastavce i biber dobro izmešajte u homogenu smesu.
- Pripremljenom smesom napunite izdubljeni hleb i ostavite barem dva sata u frižideru.

Nutritivna vrednost porcije:

285 kcal

Proteini – 17 g

Lipidi – 10 g

Holesterol – 160 mg

Ugljeni hidrati – 26 g

Vlakna – 1,37 g

Natrijum – 590 mg



Sendvič s dimljenim lososom i sirom (4 do 6 porcija)

Količina	Namirnica
1	Hleb od celovitih žitarica (550 g)
200 g	Dimljenog lososa
Za sirni namaz:	
2 vezice	Vlašca
400 g	Svežeg kravljeg sira
3	Tvrdo kuvana jaja
2 kašike	Bundevinih semenki

Nutritivna vrednost porcije:

410 kcal

Proteini – 28 g

Lipidi – 14 g

Ugljeni hidrati – 45 g

Holesterol – 123 mg

Vlakna – 7 g

Natrijum – 1433 mg

Priprema

- Sir pospite vegetom, pobiberite, dodajte mu narezani vlašac i grubo naseckane bundevine semenke pa sve dobro izmešajte.
- Hlebu uklonite koru, razrežite ga po dužini na tri dela pa prvi sloj hleba premažite polovinom sirnog namaza. Na sirni namaz rasporedite režnje lososa, kuvana jaja narezana na ploške, zatim stavite drugi sloj hleba i ponovite postupak.
- Treći sloj hleba stavite na vrh i sve lagano pritisnite. Zamotajte hleb u foliju i sve dobro ohladite u frižideru.
- Pre posluživanja hleb narežite na manje komade.





Sendvič sa đumbirom (4 – 6 porcija)



Količina	Namirnica
250 g	Svežeg sira
3 kašike	Kisele pavlake
50 ml	Slatke pavlake
2 čena	Belog luka
1-2 kašičice	Naribanog svežeg đumbira
100 g	Naribanog sira edamera
1 kašika	Naseckanog peršuna
2 kašičice	Vegete
2	Patlidžana (srednje veličine)
3 sveže	Paprike
½ kašičice	Soli
2-3 kašike	Ulja
10-12 kriški	Integralnog hleba
60 g	Mozzarella sira

Priprema:

- Sveži sir dobro ocedite i penasto umutite.
- Dodajte kiselu i slatku pavlaku, gnječeni beli luk, đumbir, edamer, peršun i vegetu te sve dobro izmešajte.

- Patlidžan narežite na ploške, malo

Nutritivna vrednost porcije:

509 kcal

Proteini – 22 g

Lipidi – 23 g

Holesterol – 39 mg

Ugljeni hidrati – 59 g

Vlakna – 10 g

Natrijum – 1681 mg

staviti plosku patlidžana i paprike.



Sendvič sa piletinom i umakom (8 porcija)

Količina	Namirnica
500 g	Pilećih odrezaka (filea)
8	Duguljastih peciva (od integralnog brašna)
2	Manja salatna krastavca
8 listova	Zelene salate
	ulje za pečenje
Za umak:	
3	Tvrdo kuvana jaja
1 čen	Belog luka
2 kašike	Senfa
100 ml	Maslinovog ulja
2 kašike	Limunovog soka
	So, biber

Priprema:

- Pileće filete pospite vegetom i ostavite u marinadi oko 30 minuta.
- Marinirane filete kratko zapecite s obe strana u nauljenom tiganju, a zatim ih do kraja ispecite u pećnici. Pečene filete ohladite i narežite na odreske debljine 5 mm.

- Za umak: žumanca mešajte mikserom s

Nutritivna vrednost porcije:

448 kcal

Proteini – 27 g

Lipidi – 23 g

Holesterol – 132 mg

Ugljeni hidrati – 33 g

Vlakna – 4 g

Natrijum – 1167 mg

duguljaste ploške i umakom.





Reuben

Količina	Namirnica
2 parčeta	Tamnog raženog hleba
20 ml	Ruskog dressinga
60 g	Usoljene govedine
30 g	Kiselog kupusa
30 g	Švajcarskog sira
	Puter po potrebi

Nutritivna vrednost porcije:

590 kcal

Proteini – 25 g

Lipidi – 39 g

Ugljeni hidrati – 35 g

Holesterol – 105 mg

Vlakna – 4 g

Natrijum – 1580 mg

Priprema:

1. Stavite parčadi hleba na čistu radnu površinu.
2. Premažite obe strane hleba sa dressingom.
3. Na jedno parče stavite usoljenu govedinu, kiseli kupus i sir a zatim ga preklopite drugim parčetom hleba.
4. Premažite spoljašnjost sendviča puterom i stavite ga u prethodno zagrejanu pećnicu, na gril ili u tiganj. Ispecite obe strane dok ne postanu zlatno smeđe boje. Isecite sendvič na pola i odmah poslužite.





<http://seriouslygood.kdweeks.com>



BLT wrap



Količina	Namirnica
1	Tortilja od pšeničnog brašna, prečnika 25 cm
15 g	Majoneza
15-30 g	Zelene salate
3 koluta	Paradajza
30 g	Kuvane slanine
60 g	Ćurećeg belog mesa

Nutritivna vrednost porcije:

910 kcal

Proteini – 32 g

Lipidi – 35 g

Ugljeni hidrati – 42 g

Holesterol – 75 mg

Vlakna – 3 g

Natrijum – 920 mg

Priprema:

1. Premažite tortilju majonezom ostavljajući krajeve (oko 15 mm) ne namazano.
2. Stavite listove zelene salate na jednu polovinu tortilje ostavljajući nepokriveno oko 5 cm oko krajeva.
3. Poređajte paradajz, slaninu i ćureće belo meso na zelenu salatu.
4. Da biste zapakovali tortilju prvo savite dva suprotna kraja ka centru. Zatim urolujte čvrsto tortilju.
5. Servirajte ucelo ili presečeno na pola dijagonalno.





Panini sa patlidžanom i paprikom

Količina	Namirnica
2 reznja	Plavog patlidžana debljine 1 cm
½	Pečene crvene paprike
1	Ciabatta
2 reznja	Fontina sira
Po potrebi	Maslinovo ulje

Nutritivna vrednost porcije:

640 kcal

Proteini – 72 g

Lipidi – 26 g

Ugljeni hidrati – 75 g

Holesterol – 65 mg

Vlakna – 8 g

Natrijum – 1210 mg

Priprema:

1. Premažite obe strane plavog patlidžana uljem i pecite na roštilju ili u tiganju dok ne omekša.
2. Uklonite koštice i unutrašnje membrane iz paprike pa je prepolovite.
3. Presecite ciabattu po sredini i namažite obe polovine maslinovim uljem.
4. Na donju polovinu stavite plavi patlidžan pa na njega papriku te na kraju sir.
5. Pecite u panino presi ili na grilu dok se sir ne otopi. Ukoliko pečete na grilu pritisnite sendvič gril ciglom te ga okrenite kada je dopola pečen.
6. Presecite na pola prilikom serviranja.



Roasted Veggie
and Fontinella Cheese
Panini



Sendvič sa grilovanim šampinjonima

Količina	Namirnica
15 ml	Maslinovog ulja
7 ml	Balzamiko sirćeta
1 ml	Senfa
Prstohvat	Soli
1 veća	Kapica šampinjona
30 g	Boursin sira ili nekog drugog mekog kremastog sira
1	Zemička od celog zrna
6-8 listova	Rukole, iscepkane

Nutritivna vrednost porcije:

390 kcal

Proteini – 7 g

Lipidi – 28 g

Ugljeni hidrati – 28 g

Holesterol – 35 mg

Vlakna – 4 g

Natrijum – 560 mg

Priprema:

1. Sjedinite sa žicom ulje, sirće, senf i so da biste dobili venegret.
2. Namažite kapicu šampinjona sa 2/3 vinegreta a ostatak sačuvajte za kasnije.
3. Stavite kapicu na grill okrenutu na dole i pecite dok ne bude napola gotovo. Okrenite kapicu i udubljenje napunite sirom te pecite dok kapica ne omekša i dok se sir delimično ne rastopi.
4. Začinite rukolu sa ostatkom vinegreta.
5. Presecite zemičku i stavite šampinjon na donju polovinu tako da strana sa sirom bude okrenuta ka gore.
6. Dodajte rukolu i preklopite gornjom polovinom zemičke.



Aioli sendvič



Količina	Namirnica
150 g	Pilećih prsa bk
¼ kašičice	Belog luka, sitno seckanog
Prstohvat	Soli i bibera
7 ml	Limunovog soka
7 ml	Maslinovog ulja
2 parčeta	Graham hleba debljine 1 cm
15 ml	Aiolija (sos od belog luka i maslinovog ulja)
2 koluta	Paradajza
30 g	Avokada, sečenog na šajbne
1-2 lista	Zelene salate

Priprema:

1. Stavite pileća prsa između dva lista plastične folije te ih nežno izlupajte na debljinu od 6 mm.
2. Pomešajte beli luk, so, biber, limunov sok i maslinovo ulje te lagano premažite belo meso ovom smestom i ostavite ga u frižideru oko 2 sata.
3. Zagrejte gril na visoku temperaturu i ispecite belo meso.

4. Oko jednog avokada parče
5. Pre

Nutritivna vrednost porcije:

- 690 kcal
- Proteini – 38 g
- Lipidi – 31 g
- Ugljeni hidrati – 64 g
- Holesterol – 100 mg
- Vlakna – 5 g
- Natrijum – 810 mg



Panini sa dimljenom šunkom

Količina	Namrinica
30 ml	Majoneza
5 ml	Limunovog soka
1 ml	Rendane korice limuna
2 parčeta	Čvrstog graham hleba
2 tanka parčeta	Dimljene šunke
2 tanka koluta	Paradajza
2 parčeta	Taleggio sira
3-4 lista	Rukole

Priprema:

1. Pomešajte majonez, limunov sok i rendanu koricu limuna.
2. Stavite parčadi hleba na radnu površinu i namažite ih majonezom.
3. Na jedno parče stavite režnjeve šunke a na njih paradajz, sir i na kraju rukolu.
4. Zatvorite sendvič drugim parčetom hleba i pecite u panini presi ili na grilu dok se sir ne otopi.
5. Presecite pre serviranja na pola.

Nutritivna vrednost porcije:

770 kcal

Proteini – 30 g

Lipidi – 42 g

Ugljeni hidrati – 66 g

Holesterol – 65 mg

Vlakna – 3 g

Natrijum – 2030 mg



Sendvič sa grilovanim lososom



Količina	Namirnica
120 g	Fileta lososa
15 ml	Čili marinade
1	Ciabatta
2 koluta	Paradajza
45 g	Avokada
1-2 lista	Zelene salate

Priprema:

1. Namažite obe strane fileta lososa sa marinadom i ostavite da odstoji 10 minuta a zatim ga ispecite na grilu.
2. Prepolovite ciabattu po dužini i stavite filet lososa na donju polovinu. Zatim stavite režnjeve avokada i paradajza i na kraju salatu. Prekrijte drugom polovinom ciabatte.

Količina	Namirnica
60 g	Čili praha
15 g	Origana
2 ml	Mlevenog karanfilića
30 g	Gnječenog belog luka
1 kašičica	Soli
30 g	Smeđeg šećera
120 ml	Crvenog vinskog sirćeta

Priprema čili marinade:

1. Pomešajte ih u avandžu i dobijete marinadu.
2. Držite u frižideru.

Nutritivna vrednost porcije:

650 kcal
Proteini – 39 g
Lipidi – 21 g
Ugljeni hidrati – 75 g
Holesterol – 80 mg
Vlakna – 8 g
Natrijum – 1210 mg

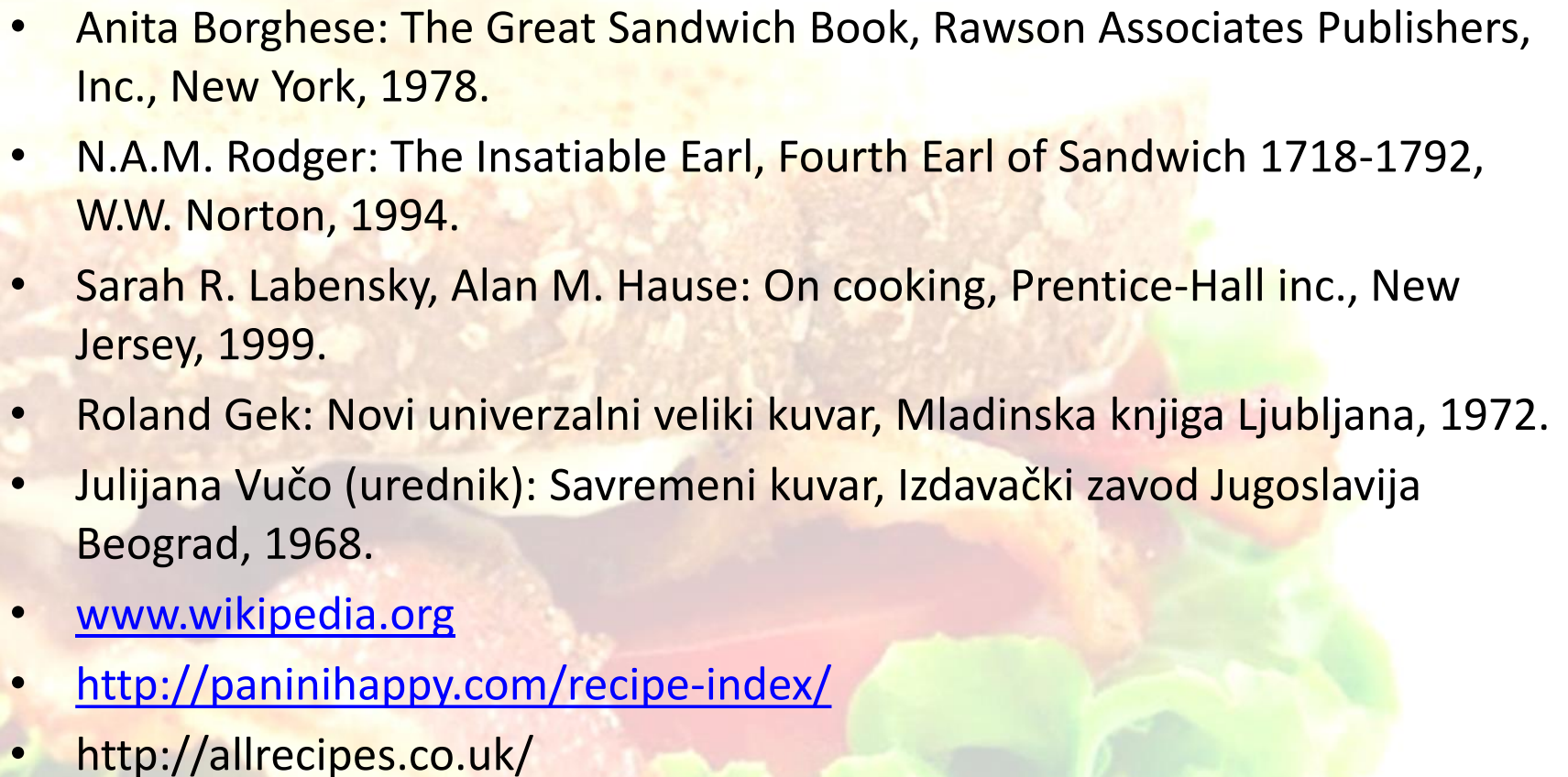
HVALA NA PAŽNJI



PRIJATNO

Literatura

- Elektronska predavanja- Prof. dr Miljanko J.Portić
- Mark Bittman: How to cook everything : 2000 simple recipes for great food, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, 2008.
- Wayne Gisslen: Essentials of professional cooking, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, 2004.
- Mark Morton: Bread and Meat for God's Sake, Gastronomica, The Journal of Food and Culture, Volume 4, Number 3, Summer 2004, University of California Press.
- Joan Whitman, Craig Claibornes: The New York Times Food Encyclopedia, The New York Times Company, 1985.
- Lynn Olver: Food Timeline History Notes – Sandwiches, Morris County Library, 2003.
- James Trager: The Food Chronology, Henry Holt and Company, 1995.

- 
- Anita Borghese: The Great Sandwich Book, Rawson Associates Publishers, Inc., New York, 1978.
 - N.A.M. Rodger: The Insatiable Earl, Fourth Earl of Sandwich 1718-1792, W.W. Norton, 1994.
 - Sarah R. Labensky, Alan M. Hause: On cooking, Prentice-Hall inc., New Jersey, 1999.
 - Roland Gek: Novi univerzalni veliki kuvar, Mladinska knjiga Ljubljana, 1972.
 - Julijana Vučo (urednik): Savremeni kuvar, Izdavački zavod Jugoslavija Beograd, 1968.
 - www.wikipedia.org
 - <http://paninihappy.com/recipe-index/>
 - <http://allrecipes.co.uk/>