

ГАСТРОНОМСКИ ПРОИЗВОДИ

ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

*„ГАСТРОНОМСКИ ПРОИЗВОД“ БЕЗ ПРИЛОГА,
“КАО МОМАК БЕЗ ЛЕПЕ ДЕВОЈКЕ“*



ПРЕДАВАЊЕ 8.

Проф. др Милијанко Ј. Портић

ЈЕЛА ОД ПОВРЋА-ВАРИВА- ПРИЛОЗИ-ГАРНИТУРЕ

- ЈЕЛА ОД ПОВРЋА, ВАРИВА И ПРИЛОЗИ СУ,
- *ПРОИЗВОДИ БИЉНОГ ПОРЕКЛА од;*

1) Поврћа,

2) Воћа,

3) Зачина,

4) ЖИТАРИЦА, И,

ДРУГИХ ЖИВОТНИХ НАМИРНИЦА

- ЈЕЛА ОД ПОВРЋА СЕ ДЕЛЕ НА НЕКОЛИКО
ГРУПА:

○ *НА СЛЕДЕЋОЈ СТРАНИ*



П П В
О Р А
В И Р
Р Л И
Ћ О В
Е З О
И

1)КУВАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

2)ПОВЕЗАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

3)ДИНСТАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

4)ГРАТИНИРАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ

5)ПРЖЕНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

6)ПЕЧЕНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

7)РЕСТОВАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ

8)ПИРЕИ- ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

9)ТЕСТЕНИНЕ- ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ

10)ОБЛИКОВАНО- ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА, И

ПОСЕБНА ГРУПА:

11)ПЕЧУРКЕ

o ГРУПУ КУВАНИХ ПРИЛОГА ЧИНЕ:

- o Кувана млада шаргарепа сотирана на бутеру,
- o Кувани млади кромпирићи сотирани на бутеру,
- o Куван слани обликован кромпир,
- o Артичоке сотиране на бутеру,
- o Кувана блитва сотирана на бутеру,
- o Бланширан спанаћ сотиран на бутеру,
- o Куван целер сотиран на бутеру,
- o Куван карфиол сотиран на бутеру,
- o Куван грашак сотиран на бутеру,
- o Куван кель сотиран на бутеру,
- o Куван кукуруз шећерац сотиран на бутеру, *Куван прокель сотиран на бутеру и друдо поврће,...”Колико врста поврћа толико прилога”,...*

СОТИРАНА МЛАДА ШАРГАРЕПА НА ПУТЕРУ

- o 2кг Шаргарепе
- o 10г Соли
- o 10г Кристал шећера
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1г Млевеног бибера
- o 1 Веза першуновог лишћа



Слика бр.1. Сотирана млада шаргарепа

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

1.Младу шаргарену, опрати хладном водом,
остругати,опрати,исећи по избору на:

коцкице: 2 x 2цм,или,

на правоугаоне **штанпиће 1цм x 5цм,**

или **ауштековати округлице**-куглице пречника:

1,5цм x 1,5цм,

или, сећи на колутове-шајбне или,

је кувати **МЛАДУ** уцело;

2.Припремљену шаргарену,

ставити у одговарајућу посуду,налити
водом,посолити,пошећерити и кувати на 100 С степени око
пола сата.

3. Сотирање и сервирање,

кувану шаргарену, сотирати у одговарајући тигањ на отопљеном бутеру, по потреби досолити, зачинити млевеним бибером и першуновим лишћем.

4. Сотирану младу шаргарену,

сервирати као самостално јело од поврћа или као прилог уз одговарајуће месно јело.

5. Сотирану младу шаргарену чувати у бен-
мари до сервирања на одговарајућој
температуру и предвиђеном времену!

СОТИРАНИ МЛАДИ КРОМПИРИ НА ПУТЕРУ

- o 2кг Младих кромпирића
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа



Сл.бр.2Сотирани млади кромпирићи

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

1.Младе кромпириће,

опрати хладном водом,

остругати, опрати, ставити у одговарајућу посуду, налити водом, посолити и скувати на 100 С.

2.Сотирање и сервирање младих кромпирића:

у одговарајући тигањ,

на отопљеном бутеру, сотирати,
куване младе кромпириће,
по потреби досолити и,
зачинити першуновим лишћем.

3. Сотирани млади кромпирићи на бутеру, сервирају се као самостално јело, од поврћа или, као прилог уз одговарајуће месно јело.

4. Чување младих сотираних кромпирића;

Малади, сотирани кромпирићи, чувају се у бен-мари на одговарајућој температури (60-65 С -2 сата од т/о);

ОБЛИКОВАН КУВАН СЛАНИ КРОМПИР

- o 2 Кромпира
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа



Сл.3. Куван и обликован слани кромпир

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

1.Кромпир розе,

опрати хладном водом,

ољуштити лјуштилицом или специјалним
НОЖЕМ.

Потом кромпир исећи на:

коцкице 2 x 2 цм или,

ауштековати округлице-лоптице пречника
1,5 цм,

ставити у одговарајућу посуду,

налити водом, посолити и скувати на 100 С
степени.

2. Сотирање и сервирање куваног обликованог сланог кромпира:

у одговарајући тигањ на отопљеном бутеру сотирати куван обликован кромпир, по потреби досолити и зачинити першуновим лишћем.

3. Сотиран обликован кромпир сервира се, као самостално јело од поврћа или као прилог уз одговарајуће месно јело.

4. Чување сотираног кромпира;

слани обликован се чува у бен-мари на одговарајућој температури (60-65С 2 сата од т/о) до сервирања;

СОТИРАНА МЛАДА БОРАНИЈА НА ПУТЕРУ

- o 2кг Млада боранија
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 1г Млевеног бибера
- o 1 Веза мирођије



Слика бр. 4

Сотирана млада боранија

Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

1. Одабрати младе сочне и меснате сорте

бораније,

са ситним и неразвијеним зрном.

Одабрану младу боранију опрати,

одстранити петељке, опрати,

пресећи по дужини преко пола, па онда

попречно на два једнака дела;

2. Потом уронити у благо слану,

накиселу воду која лагано струји и кувати на

100 С степени.

3. Сотирање и сервирање:

у одговарајући тигањ отопити и загрејати бутер, додати младу боранију и исту **сотирати**, досолити и зачинити бибером, ситно исеченом мирођијом и першуновим лишћем.

4. Сервирање или чување сотиране младе бораније до сервирања;

Сотирану младу боранију сервирати као самостално јело или као прилог уз месно јело.

Младу боранију до сервирања чувати у бен-мари на одговарајућој темоератури (60-65С 2 сата);

МЛАД ГРАШАК СОТИРАН НА ПУТЕРУ

- o 2кг младог грашка
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 1г Млевеног бибера
- o 1 Веза мирођије



Слика бр. 5.

Млад грашак сотиран на
путеру

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Одабрати младе зелене махуне грашка,

са глатким зрном,

јер се боље кува и садржи већу количину
скроба.

Из махуна издвојити,

млада зрна грашка и исте опрати;

o 2.Потом уронити млади грашак у благо

слану накиселу воду која лагано струји и
кувати на 100 С степени.

o 3. Сотирање и сервирање:

у одговарајући тигањ отопити и,
загрејати путер,
додати млад грашак и,
исти сотирати, посолити и,
зачинити бибером, ситно исеченом
мирођијом и першуновим лишћем.

o 4. Сотиран грашак сервирати у,

одговарајућу чинију,
прелити бутером и топао служити.

**o 5. Кувани млад грашак сотиран на,
путеру,**

сервирати као самостално јело од,
поврћа или,
као прилог уз одговарајуће месно јело.

o 6. Чување до сервирања;

млади грашак до сервирања,
чувати у бен-мари на одговарајућој
температури и одговарајуће време!

КАРФИОЛ СОТИРАН НА ПУТЕРУ-БРОКОЛИ,....

- o 2кг Карфиола
- o 10г Соли
- o Вода и млеко за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 100г Лимуна



Слика бр: 6

*Карфиол сотиран
на путеру*

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

o **1.Приликом избора цветова** карфиола,
није битна величина цвета,
већ изглед, конзистенција, боја тј.
сензорно својство.

o **2.Боја карфиола је најлепша,**
“бела до крем бела”.

Површинска структура цвета не сме бити,
зрнаста већ глатка и збијена.

o **3.Пошто се у цвету карфиола налазе;**
бубе, инсекти и мушице,

претходно треба карфиол потопити у благо слану
накиселу воду.

o 4. Т/обрада;

Потом карфиол оцедити,

уронити у слану воду,

помешану са млеком и скувати на 100 С.

o 5. Сотирање и сервирање:

у одговарајући тигањ отопити и,

загрејати путер, додати карфиол,

сотирати, досолити и зачинити бибером,

ситно исеченим першуновим лишћем.

6. Сотиран карфиол сервирати,

у одговарајућу чинију,
прелити путером и топао служити.

o Сотиран карфиол сервирати,

као самостално јело од поврћа или,
као прилог уз одговарајуће месно јело.

o 7. Чување карфиола до сервирања;

кувани карфиол се чува на,
топлом у бен-мари на одговарајућој
температури и времену;

ПРОКЕЉ СОТИРАН НА ПУТЕРУ

- o 2кг Прокелја
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 100г Лимуна
- o 1г Млевеног бибера



Слика бр.

Прокелј сотиран на путеру

o Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:

o 1.Боја прокеља је најлепша
„тамн-озелена“,

структура главичице је најбоља
„глатка и збијена“.

o Пошто се између листића често налазе;
бубе, инсекти и мушице,
потребно је прокељ потопити у,
благо слану накиселу воду.

o 2. Топлотна обрда-

потом прокељ оцедити од воде, и,
уронити у благо слану на киселу воду,
која лагано стуји и исти скувати на 100 С.

o 3. Сотирање и сервирање:

у одговарајући тигањ,
отопити и загрејати бутер,
додати прокељ, сотирати,
досолити и зачинити бибером,
ситно исеченим першуновим лишћем.

o 4. Сервирање;

Сотиран прокељ сервирати,

у одговарајућу чинију,

прелити бутером и,

топао служити,

као самостално јело од поврћа, или,

као прилог уз одговарајуће месно јело.

o 5. Чување до сервирања;

Прокељ чувати у бен-мари,

на одговарајућој температури до одређеног
времена;

СПАНАЋ СОТИРАН НА ПУТЕРУ

- o 2,5 кг спанаћа
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 100г Лимуна
- o 1г Млевеног бибера



Слика бр. 8;

Спанаћ сотиран на путеру

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

o **1. Одабрати младо лишће спанаћа,**
одстранити петељке,

лишкове опрати, уронити у благо слану
накиселу воду пар минута.

o **2. Т/о-Бланизирање спанаћа;**

Спанаћ се може бланиирати,
кувањем у благо-слано-накиселој води,

која лагано струји или,
на пари пар минута.

o 3. Фрапирање спанаћа;

бланиширан спанаћ оцедити и фрапирати;

o 4. Сотирање спанаћа;

оцедити спанаћ из воде,

и сотирати на отопљеном, и,

умерено загрејаном бутеру,

два до три минута.

Сотиран спанаћ досолити,

зачинити млевеним бибером, и,

першуновим лишћем.

o 5. Сервирање спанаћа:

сотиран спанаћ формирати, у,
облику куглица, купица, или,
у облику ролница.

o Потом, обликован спанаћ сервирати на,
одговарајућу чинију,
прелити отопљеним бутером,
посути першуновим лишћем и служити топао.

o Спанаћ, на бутеру се сервира,
као посебно и самостално вариво од поврћа, и,
као прилог уз одређено јело од меса.

Блитва сотирана на бутеру

o Блитва сотирана на бутеру,
спрема се и сервира на сличан начин као и спанаћ,
са разликом што се овде користи лишће блитве.



Слика бр.9.

Сотирана блитва на бутеру

ШПАРГЛЕ СОТИРАНЕ НА ПУТЕРУ

- o 2,5кг Шпаргле
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 100г Лимуна
- o 2дл Белог вина
- o 1дл Сирћета



Слика бр. 10
Шпаргле сотиране
на путеру

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

o **1.Одабрати младе и једре изданке шпаргли,**

“Зелено-беличасте боје”,

сладуњавог укуса и пријатног мириса.

Шпаргле оштуцовати и опрати.

o **2.Бланширање на пари:**

у одговарајућу посуду са дуплим дном

(горње решеткасто дно),

сипати хладну воду, сирће, кришке лимуна,

бело вино, со,

поклопити и посуду ставити на грејно тело.

Када маринада прокува у,

горњу посуду ставити шпаргле,

поклопити и исте бланширати на пари.

o 3. Сотирање:

у одговарајући тигањ,

отопити и умерено загрејати путер,

додати и сотирати шпаргле пар минута,

шпаргле досолити и зачинити першуновим лишћем.

o 4. Сервирање шпаргли;

Сотиране шпаргле сервирати у одговарајућу чинију,

у виду снопића,

украсити црвеном паприком и букетићем першуна.

Потом шпаргле прелити отопљеним путером,

посути першуновим лишћем и служити топле.

o 5. Шпаргле на бутеру могу се сервирати као

самостално племенито јело од поврћа или као

прилог уз одређено месно јело.

АРТИЧОКЕ СОТИРАНЕ НА ПУТЕРУ

- o 2,5кг Артичоке
- o 10г Соли
- o Вода за кување
- o 100г Путера
- o 1 Веза першуновог лишћа
- o 100г Лимуна
- o 2дл Белог вина
- o 2дл Сирће



Слика бр.11

*Артичоке сотиране
на путеру*

o Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:

o 1. Артичоке су зреле,

“Када се спољашњи љуспасте листићи
почну одљубљивати” и,

када се појави,

у сиво зеленој или,

љубичасто замагљеној боји.

o 2.Бланширање на пари:

у одговарајућу посуду са дуплим дном

(горње решеткасто дно) сипати;

хладну воду, сирће, кришке лимуна, бело вино,
со, поклопити и посуду ставити на грејно
тело.

o Када маринада прокува, у,

горњу посуду ставити артичоке, поклопити и
исте бланширати на пари.

3. Сотирање и сервирање:

у одговарајући тигањ отопити и

умерено загрејати путер,

додати и сотирати,

артичоке,

пар минута,

по потреби досолити и,

зачинити першуновим лишћем.

o 4. Сервирање;

Сотиране артичоке сервирати у
одговарајућу чинију,

прелити отопљеним бутером,
посути першуновим лишћем и,
украсити букетићем першуна и служити
топле.

o 5. Артичоке на путеру се могу
сервирати,

као самостално племенито јело од,
поврћа или као прилог уз одређено месно
јело.

ПОВЕЗАНО ПОВРЋЕ-ПРИЛОЗИ-ВАРИВА

- У групу повезаног поврћа спадају:
 - боранија на српски начин,
 - боранија на сељачки начин,
 - боранија на португалски начин,
 - кељ као вариво,
 - спанаћ ала крем,
 - млада шаргарепа ала крем,
 - млад грашак а ла крем,
 - прокељ а ла крем,
 - фино вариво ала крем,
 - сладак купус на природан начин,
 - густ пасуљ на природан начин и друго

БОРАНИЈА НА СРПСКИ НАЧИН

Потребне намирнице

- o 2кг Младе бораније
- o 200г Црног лука
- o 2дл Уља
- o 200 г Свеже паприке
- o 200 г Парадајз конкасе
- o 50г Парадајз пиреа
- o 5 ком Љуте папричице
- o 20г Соли
- o 1г Млевени бибер
- o 2г Першуново и мирођијино лишће
- o 3г Месног фонда
- o 50г Белог лука
- o 400 Киселе павлаке

ЗАПРШКА по потреби и жељи:

- o 1дл Уља
- o 200г Брашна
- o 10г Алеве љуте паприке



Слика бр 12
Боранија на српски

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Одабрати младу здраву, свежу,

o меснату боранију,

без кончића са ситним и неразвијеним зрнцима.

Боранију опрати, одстранити петељке,

поново је опрати и исполирати,

пресећи по дужини преко пола, п

а онда попречно на два једнака дела.

o 2. Остале намирнице припремити.

o 3. Т/обрада:

У, одговарајућу посуду на умерено,
загрејаном уљу сотирати црни лук,
када лук у пола омекша додати паприку,
папричицу и боранију и наставити са
сотирањем.

o 4. Сотирано поврће налити месним фондом,
поклопити и наставити са лаганим динстањем
све док боранија не омекша.

o Потом, додати парадајз конкасе, и,
пуре од парадајза,

“Повезати црвеном запршком,

посолити и зачинити са;

млевеним бибером,

першуновим лиићем,

белим луком и мирођијом.

o 5. Сервирање:

Боранија на српски начин сервира се,
као самостално повезано јело,
или као прилог уз одговарајуће месно јело.

- o Преко сервиране бораније посути,**
першуново лишће и на
- o** нети киселу павлаку.

o 6. Чување до сервирања;

Боранију на Српски начин,
чувати у бен-мари до сервирања.
на одговарајућој температури.

СПАНАЋ А”ЛА” КРЕМ

- o 2,5кг Спанаћа
- o 10л Вода за кување
- o 20г Соли
- o 200г Путера
- o 100г Брашна
- o 5дл Слатке павлаке
- o 1г Млевеног бибера
- o 1ком Мускатни орах
- o 1ком Веза першуновог лишћа



Слика бр : 13
Спанаћ а ла крем

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

o **1.Одабрати свеже и здраве листове спанаћа,**
опрати,

обланиширати у благо сланој води, ПОТОМ,

o **2.Бланиширан спанаћ франирати,**

оцедити и, **“самљети”**.

o **3.Припремити остале намирнице.**



o 4. **Топлотна обрада; сотирање и повезивање:**

o У, посуду на отопљеном путеру,
упржавати брашно до златно жуте боје,

Потом,

додати спанаћ,

залити слатким млеком,

посолити,

зачинити млевеним бибером,

мускатним орахом и першуновим лиићем.

o 5. Спанаћ а ла крем је готов,

када се почне одвајати од зидова посуде, и,
одговарајуће густине пуреа.





o 6. Сервирање:

o

“Спанаћ а ла крем”,



Сервира се у ватросталну чинију, као,
самостално вариво или,
као прилог уз одређено месно јело.

o Сервиран спанаћ а ла крем,
посути першуновим лишћем и,
прелити бутером.

ШАРГАРЕПА А ЛА КРЕМ

- o 2кг Младе шаргарепе
- o 20г Соли
- o 10г Шећера
- o 5л Воде за кување
- o 200г Путера
- o 100г Брашна
- o 5дл Слатке павлаке
- o 1ком Веза першуновог лишћа
- o 1ком Веза мирођије



Слика бр: 14
Шаргарепа а ла крем

o Начин рада-технолошко-
топлотна обрада:



o 1. Младу шаргарену опрати, остругати,
поново опрати и исећи на коцкице или
на штапиће.

o 2. Остале намирнице припремити.

o 3. Т/обрада-припремање:

o

У, одговарајућу посуду,
са благо сланом водом,
која лагано струји,
уронити шаргарепу, и,
исту скувати.

o 4. У другу подуду на отопљеном путеру,

Упржавати брашно до златно жуте боје:

Тада, додати кувану шаргарену,

Залити, топлом слатком павлаком, и,

наставити са докувавањем.

o 5. Потом шаргарену,

досолити и зачинити,

ситно исеченим першуновим лишћем, и,

мирођијом.

o **6.Избор посуде и сервирање:**

“Млада шаргарена а ла крем”,

сервира се топла,

као самостално јело или као прилог уз
одговарајуће месно јело.

o **Преко сервиране шаргарене,**

сипати отопљени путер и ситно исечено
першуново лишће.

o **7.Чување до сервирања;**

Младу шаргарену а ла крем,

чувати у бен-мари на,

одговарајућој температури до сервирања.

ДИНСТАНО ПОВРЋЕ

o У групу динстаног поврћа-варива-прилога
спадају:

- o *динстан пиринач,*
- o *динстан подварак,*
- o *динстан пиринач са поврћем,*
- o *динстан пиринач са вргањима,*
- o *динстан пиринач са каријем,*
- o *динстан пиринач на кубански начин,*
- o *динстан пиринач на грчки начин,*
 - o *динстано вариво ризи-бизи,*
 - o *динстан купус на бечки начин,*
- o *динстан црвени купус са киселим јабукама,...*

ДИНСТАНИ ПИРИНАЧ

- o 1кг Пиринча
- o 2 длУља
- o 100г Црног лука
- o 10г Соли
- o 1,5 - 2 л Воде
- o 1 ком Веза першуновог лишћа



Слика бр. 15

Динстани пиринач

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Пиринач пречистити, опрати и, исполирати кухињском салветом.

o 2.Остале намирнице припремити:

o 3.Т/обрада-динстање пиринча:

Уодговарајућу посуду на умерено загрејаном уљу,

сотирати главицу црног лука,

потом додати пиринач, и,

исти динстати до:

стакласто златно жуте боје.

o 4. Гратинирање-т/о-тада динстан
пиринач налити топлом сланом водом,

измешати,

поклопити и убацити у умерено загрејану
пећницу на 180-200 С 15 минута.

o 5. Потом, посуду са динстаним

пиринчом,

извадити из пећнице.

6. Динстан пиринач је,

квалитетно припремљен,

а) “Уколико су сва зрна набубрила”,

б) “Подједнако т/обрађена-мекана”,

в) Ако је пиринач растресит, и,

г) Ако, нема слепљених зрна у

грудвице.

o 7.Избор посуде и сервирање:
избор посуде зависи од поруџбине.

o 8.Пиринач сервирати,

o У облику купе, као самостално јело, или, у комбинацији са другим прилозима уз одређено месно јело.

o Преко сервираног динстаног пиринча,
посути,
ситно исечено першуново лишће.

9. Чување до сервирања;

Динстан пиринач чувати у бен-мари,
на одговарајућој температури до одређеног
времена!



ДИНСТАНИ КУПУС

- o 2,5кг Кисели купус
- o 250г Црни лук
- o 250г Суве сланине
- o 2,5 дл Уља
- o 5г Млевеног бибера
- o 2ком лорбера



Слика бр : 16
Динстан купус

o Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:

o 1. Одабрати главице киселог купуса,
опрати у неколико хладних вода,

оцедити,

пресећи преко пола,

потом исећи на:

ж依ијен или на ситне коцкице.

o 2. Црни лук и сланину ситно исећи, а,
остале намирнице припремити.

o 3. Т/обрада-динстање:
у одговарајућу посуду на умерено
загрејаном уљу,
сотирати црни лук и сланину.

4. Када се осети мирис сланине,



а лук добије златно жуту боју,

додати исечен купус, и,

наставити са динстањем,

док купус упола не омекша.

o 5. Зачињавање и гратинирање кт/о;

По потреби подварак зачинити,
млевеним бибером и лаворовим
лишћем.

Подварак поклопити, и,
убацити у умерено загрејану пећницу,
на температури од: 180-200 С,
око један сат.

o 6. Избор посуде и сервирање:

Подварак, се може сервирати,
као самостално јело у ватросталну чинију,
или као прилог уз печење:

свињско, ћуреће, прасеће и друго.



o 7. Чување до сервирања;

Подварак чувати у бен-мари на одговарајућој
температури до одређеног времена;

ГРАТИНИРАНО ПОВРЋЕ

○ Поврће које се најчешће гратинира је:

- *Гратинитан карфиол,*
- *Гратиниран целер,*
- *Гратиниран прокељ,*
- *Гратиниране тиквице,*
- *Гратиниран празилук,*
- *Гратиниран спанаћ,*
- *Гратинирана шпаргла,*
- *Гратиниран кромпир,*
- *Гратиниран грашак,*
- *Гратинирана паприка,*
- *Гратинирана артичока,*
- *Гратиниран плави патлиџан,...*

ГРАТИНИРАНИ КАРФИОЛ

- o 2кг Карфиола
- o 10г Соли
- o 100г Лимуна
- o 1л Слатког млека
- o 1л Морнеј сosa(бешамел)
- o 1ком Веза першуновог лишћа



Слика бр: 17

Гратинирани карфиол

o **Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:**

o **1.Приликом избора цветова** карфиола,
није битна величина цвета,
већ изглед, конзистенција, боја тј.
сензорика-органолептичко својство.

o **2.Боја карфиола је најлепша**
„бела до крем бела“.

Површинска структура цвета,
не сме бити зрнаста већ глатка и збијена.

o 3. Пошто се у цвету карфиола налазе;

бубе, инсекти и мушице,

претходно треба карфиол потопити у благо
слану на киселу воду.

o 4. Т/обрада;

Потом карфиол оцедити,

уронити у слану воду,

помешану са млеком и кувати на,

Температури од 85-90 С око пола сата;

*o 5.Када карфиол омекша,
посуду скинути са грејног тела, и,
цветове карфиола оцедити.*

*o 6.Панирање, слагање и гратинирање
карфиола:*

o Цветове карфиола умакати-панирати,

у:

Морнеј-огратен сос(бешамел),

o 7. Слагање панираних цветова у
ватросталну чинију;

o Паниране цветове сложити у
ватросталну чинију,

тако да између формираних цветова,
остане довољно простора,
који ће попунити ,
“Морнеј-бешамел”.

o **8.Гратинирање;**
Сложен карфиол,
прелити морнеј сосом, и,
гратинирати у топлој пећници или,
саламандеру на 180-200 С,
око 15 минута, до златно жуте боје.

o **9.Сервирање гратинираног карфиола:**
Ватросталну чинију са гратинираним карфиолом,
сервирати на подметач са миљеом.

o По површини карфиола,
посути ситно исечено першуново лишће, и,
отопљен маслац.

**o 9. Сервирање гратинираног
карфиола:**

**o Ватросталну чинију са гратинираним
карфиолом,
сервирати на подметач са миљеом.**

**o По површини карфиола,
посути ситно,**

**исечено першуново лишће, и,
отопљен маслац.**

ПРЖЕНО-ПОХОВАНО ПОВРЋЕ- ПРИЛОЗИ

- Гстрономски производи од поврћа који се најчешће похују(150-175C)-прже су:
 - *пом-фрит,*
 - *пом-пај,*
 - *пом-чипс,*
 - *похован целер,*
 - *поховане младе тиквице,*
 - *поховани крокети,*
 - *поховане печурке,*
 - *похован плави патлиџан,*
 - *и друго поврће.*

ПОМ-ФРИЈТ

- o 2,5 кг Кромпира
- o 5 дл Уља
- o 20 г Соли



Слика бр: 18

Пон-фрит

Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Кромпир розе, опрати,

ољуштити,

поново опрати и,

исећи на штапиће 1 x 5 цм.

o 2.Т/о-пржрње;

исечене штапиће, исполирати платненом

салветом, и,

пржити у фритези на температури око 150С

степени до златне жуће боје.

Потом, пржени пом-фријт,

оцедити од масноће и посоли.

o 3. Сервирање пом-фријта:

Топло пом-фријт сервирати,
као самостално пржено поврће,
на овалу или у комбинацији са,
другим пржрним поврћем,
уз одређено месно јело.

*o 4.Пом-фрит се може,
сервирати и по избору,
као самостално јело:*

Са, сиром,

Са, кајмаком,

Са, пармезаном,

Са, кечапом,

Са, тартар сосом и на друге начине.

ПОМ-ПАЈ

- o 2,5кг Кромпира
- o 5 дл Уља
- o 20г Соли



Слика бр 19
Пом-пај-слама

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Кромпир розе, опрати, ољуштити,

поново опрати и *исећи на листиће дебљине*

Један-мм.

o Тако исечене листиће,

o сложити један преко другог, и,

o исте сећи на ситне резанце дугачке 5-6 ц
тј. "жлијен".

o 2.Резанце-пом-пај-сламу од кромпира,

добро испрати хладном водом, и,

исполирати платненом салветом.

o **3.Т/обрада-пржење исечених резанаца:**

Исечене резанце-пом-пај,
пржити у фритези у умерено загрејаној масноћи,
до, златно жуте боје.

4.Потом пом-пај,

оцедити од масноће и посолити.

o **5.Сервирање пом-паја:**

o Пом-пај се сервира као самостално пржено поврће
или у комбинацији са другим поврћем.

o **6.Пом-пај се сервира уз одређено месно јело као**
што је:

- o Пилећи кијевски котлет,
- o фазан у гнезду и друга јела

ПОМ-ЧИПС-од Кромпира, јабука,...

- o 2,5кг Кромпира-или јабуке
- o 5дл Уља
- o 20г Соли



Слика бр: 20

Пом-чипс

o **Начин рада-технолошко-топлотна обрада:**

- o **1.Кромпир розе, опрати, ољуштити,**
- o **поново опрати и исећи на листиће дебљине 1 мм.**

- o **Исечене листиће опрати, у,**
- o неколико хладних вода и исте исполирати платненом салветом.

o **2.Т/обрада-пржење исечених листића-кромпира:**

- o **исечене, опране и исполине листиће кромпира,**
пржити у фритези,
- o **у умерено загрејаној масноћи до,**
- o **златно жуте боје.**

○ 3. Потом пом-чипс оцедити од масноће и посоли.

○ 4. Пон-чипс се сервира као самостално пржено поврће,

○ или у комбинацији са другим прилозима.

○ 5. Пом-чипс се може служити уз:

печену живину,

○ пернату дивљач,

○ или уз одређено месно јело, и,

○ самостално-обично на коктел партијама;

○ 6. Чување до сервирања;

○ пом-чипс се чува до сервирања на:

○ сувом и хладном месту.

ПЕЧЕНО ПОВРЋЕ-ВАРИВА-ПРИЛОЗИ

- **ЗА ОВУ ВРСТУ ТОПЛОТНЕ ОБРАДЕ, ОГРАНИЧЕН ЈЕ БРОЈ ВРСТЕ ПОВРЋА**
- **НАЈПОГОДНИЈЕ ПОВРЋЕ ЗА ПЕЧЕЊЕ ЈЕ:**
 - **1.Коренасто поврће као што је *кромпир*,**
 - **2.Главичасто поврће,**
 - **3.Цветасто поврће и**
 - **4.Поврће у виду плода.**
- **Прилози који се најчешће пеку су:**
- ***Кромпир печен на “Пекарски начин”,***
- ***Кромпир печен на “Сељачки начин”,***
 - ***Пасуљ пребранац,***
 - ***Печен парадајз, патлиџан, и тд.***

○ Прилози који се најчешће пеку су:

○ Кромпир печен на:

“Пекарски начин”,

○ Кромпир печен на “Сељачки начин”,

○ Пасуљ пребранац,

○ Печен парадајз,

○ Плавипатлиџан, и тд.

КРОМПИР НА ПЕКАРСКИ НАЧИН

- o 2,5кг Кромпира
- o 500г Црног лука
- o 500г Суве сланине
- o 40г Соли
- o 1г Млевеног бибер
- o 1л Месног фонда
- o 1ком Веза першуновог лишћа



Слика бр: 21

Кромпир на пекарски
начин

o Начин рада-технолошко-топлотна обрада:

o 1.Кромпир розе опрати,

o ољуштити, опртати и исећи, на,

o колутове дебљине од полса до 1см.

o 2.Црни лук,

o ољуштити и исећи на ребарца.

o

o 3.Суву сланину исећи на листиће.

Остале намирнице припремити:

4. Т/обрада-сотирање-гратинирање-печење:

у одговарајућу посуду,

на умерено загрејаном уљу,

сотирати црни лук и сланину.

Када се осети мирис, сланине, а,

лук упола омекша,

додати кромпир и наставити са сотирањем.

О

○ Потом, кромпир, посолити,

зачинити бибером,

налити месним фондом,

измешати и,

запећи у пећницу на 180-200 С.

○ Печење траје око један сат тј.

○ док кромпир не буде мекан,

сочан и печен до златно жуте боје.

o 5. Сервирање пекарског кромпира:

пекарски кромпир се може сервирати као:

самостално печено јело,

или као прилог уз одговарајуће месно јело,

као што су разна печења.

o 6. Чување пекарског кромпира до сервирања:

Пекаески, кромпир,

o чува се у бен-мари на одговарајућој

температури и до сервирања;



ПАСУЉ ПРЕБРАНАЦ

- o 1 кг Пасуљ
- o 5л Вода за кување
- o 1 кг црног лука
- o 40 г соли
- o 1 лист лорбера
- o 10 зрна бибера
- o 1 дл уља
- o 200 г парадајз конкасе
- o 20 г алеве љуте паприке
- o Запршка-црвена



Слика бр 22
Пасуљ пребранац

o **Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:**

o **1.Пребрати бели крупни пасуљ,
опрати и потопити у хладну воду да
преноћи.**

o **2.Прва Т/Обрада-
пасуљ оцедити, испрати, налити
хладном водом и прокувати.**

3.Т/О-кување;

потом пасуљ оцедити,
опрати, ставити у лонац,
додати бибер у зрну и ловорово лишће и,
једну коцку шећера,
налити водом,
и куватим на 85-90 С 2-3 сата.

o Напомена-пажња!

o Приликом кувања,

“Повремено”,

Досипавати по мало хладне воде,
да се нека зрна “не би” раскувала.

o

o 4. Скуван пасуљ,

o оцедити од фонда.

o 5. Црни лук ољуштити и исећи на ребарца,
а остале намирнице припремити.

06. Сотирање и зачињавање
пасуља:

у одговарајућу посуду на
умерено загрејаном уљу.

сотирати црни лук,
бибер и лаворово лишће.

*o 7.Када лук омекша,
додати парадајз конкасе и алеву
наприку.*

*o Када алева наприка,
пусти боју, додати парадајз пуре,
Пасуљ, посолити,
зачинити по жељи гулаш-гевирцом,
млевеним бибером и,
пажљиво измешати.*

o 8.Избор посуде-чиније за гратинирање-запечавање-пребранца:

o 9.Пасуљ пребранац пажљиво преручити, у, одговарајућу ватросталну чинију, прелити сопственим фондом, и, запећи у умерено загрејану пећницу, на температури од 180-200 С.

o 10. Печење пребранца траје 45 минута.

o 11. Сервирање пасуља пребранца:

Пасуљ пребранац сервирати:

топао као, самостално печено вариво,

или,

као прилог,

уз одговарајуће месно јело.

o 12. Чување пребранца до сервирања;

o Пребранац

До сервирања чувати у бен-мари,
на одговарајућој температури и
одређено време:



РЕСТОВАНО ПОВРЋЕ

o **Прилози од поврћа који се на овај начин топлотно обрађују су:**

- o *Рестован кромпир,*
- o *Рестоване печурке,*
- o *Рестован празилук и*
- o *Друга рестована јела од поврћа.*

РЕСТОВАН КРОМПИР

- o 2,5кг Кромпира
- o 3 дл Уља
- o 500г Црног лука
- o 40г Соли
- o 1г Млевеног бибера
- o 1веза першуновог лишћа



Слика бр. 23
Рестован кромпир

o **Начин рада-технолошко-топлотна
обрада:**

o **1.Кромпир розе опрати, посолити,**
налити хладном водом и,
скувати;

o **2.Скуван кромпир оцедити од воде,**
ољуштити и исећи на половине и четвртине, а,
потом на танке листиће 2-3мм.

o **3.Црни лук ољуштити и ситно исећи,**
а остале намирнице припремити:

o 4. Т/обрада-рестовање:

У, одговарајућу посуду на умерено загрејаном
уљу,

рестовати црни лук,

када лук добије златно жуту боју,

додати исечен кромпир и,

наставити са рестовањем.

o 5. Зачињавање;

Рестован кромпир посолити,

зачинити бибером и першуновим лишћем.

o

o 6. Сервирање рестованог кромпира:

Рестован кромпир,

се може сервирати као самостално рестовано

поврће, или,

у комбинацији са другим прилозима уз одговарајуће

месно јело.

o 6. Чување до сервирања;

Рестован кромпир до сервирања,

чувати у бен-мари на одговарајућој температури, и,

одређено време:

ПИРЕИ

- o За спремање ових прилога постоји велики избор поврћа;
- o Пиреи имају широку примену у Гастрономији-нарочито код;
 - o деце,
 - o старијих особа,
 - o спортиста,
- o као и у Дијеталној-Алтернативној Гастрономији.
- o Пиреи се лако уносе у организам,
 - лако су сварљиви,
 - Јер, пасирањем се,
 - одстрањује целулоза.

o *Јела од поврћа која се на овај начин т/обрађују су:*

- o *пуре од кромпира,*
- o *пуре од шаргарепе,*
- o *пуре од грашка,*
- o *пуре од спанаћа,*
- o *пуре од пасуља,*
- o *пуре од целера,*
- o *пуре од карфиола,*
- o *пуре од бундеве,*
- o *пуре од соје,*
- o *пуре од кестена,*
- o *као и још велики број,...*

Гарнитуре појам и врсте
„Гарнитуре“, су специјални прилози;
Припремају се од разних врста
тј.комбинованих врста намирница
„Анималног и Вегетативног порекла“.

- Гарнитуре се сервирају уз;
- месна јела од стоке за клање,
- уз месна јела од пернатих живина,
 - уз месна јела од дивљачи,
 - уз јела од риба, и
- као самосталне гарнитуре као;
 - „Гастро-производ“.
 - Примера ради;
 - „Париска гарнитура“

- **Гарнитуре, због свог састава, мириса, боје, ароме, укуса, региона и народа, све гарнитуре добијају своје име.**

○

- Примера ради набројаћемо следеће гарнитуре:

○

- *Шумадијска гарнитура,*
- *Српска гарнитура,*
- *Алжирска гарнитура,*
- *Америчка гарнитура,*
- *Бретонска гарнитура,*
- *Лионска гарнитура,*
- *Мађарска гарнитура,*
- *Македонска гарнитура,*
- *Миланска гарнитура,*
- *Морнарска гарнитура,*
- *Вијентална гарнитура,*
- *Португалска гарнитура,*
- *Пролећна гарнитура,*
- *Провенсалска гарнитура,*
- *Тиролска гарнитура, ... и тд,...*

Тестенине

- Под тестенинама се подразумевају:



- Резанци од теста-разних облика,
 - Шпагети разних облика,
 - Млинци,
 - Палачинке разних облика,
 - Макарони разних облика,
- Индустријске тестенине разних облика,
 - Кнедле разних врста и облика и
 - ДРУГЕ,...врсте, облици и боје,...

Печурке-Гљиве



- o „Ваша храна нека буде лек.
- o А, ваш лек нека буде храна“

Хипократ!

Свеже печурке се стављају у промет;

- o целе,
- o чисте,
- o без земље,
- o са компактним ткивом,
- o по облику, величини и боји.



○ Печурке се сервирају као прилог уз:

○ месно, јело,

Или као самостално,

хладно или топло предјело или јело.

○ Постоји широк спектар припремања печурака од којих су најчешће:

○ Печурке сотиране на маслацу,

○ Печурке на жару,

○ Поховане печурке на „Париски начин“,

○ Поховане печурке на „Бечки начин“,

○ Печурке „Орли“,

○ Мусака од печурака,...итд,...

ХВАЛА НА ПАЖЊИ

