Univerzitet u Novom Sadu

Prirodno-matematički fakultet

Departman za geografiju, turizam i hotelijerstvo

**OSNOVE GASTRONOMIJE**

- VEŽBE 2 –

**Puteri, fondovi, supe i čorbe, zaprške, osnovni sosovi, so i začini**

Novi Sad, 2021. **DOTERANI PUTERI**

Doterani puter – moderno je ime za puter koji je obogaćen začinskim biljkama, začinima, kiselinama ili bilo kojim drugim aromatičnim sastojkom. Aromatizovani puter se dobija mešanjem neslanog omekšalog putera sa dodacima. Ovakav puter može imati samo jedan dodati sastojak, npr. puter sa inćunima, ali i veliki broj dodataka koji su nosioci mnogih ukusa. Ovi puteri daju ukus i boju sosevima, ali se mogu koristiti kao samostalni dodatak jelu, odnosno sos.

Začinsko bilje ili druge sastojke potrebno je usitniti i spojiti sa unapred omekšanim puterom. Ovu radnju je moguće obaviti upotrebnom miksera, seckalice ili blendera. Doterani puter je potrebno oblikovati u oblik cilindra pomoću plastične folije ili papira za pečenje. Ovako dobijen puter u frižideru može da se čuva 2 – 3 dana ili duže ukoliko je zamrznut na nižim temperaturama. Po potrebi se isecaju kolutovi putera koji su pogodan dodatak za stejk ili ribu, ali i dodatak pasti, povrću kao i namaz za kanapee i krekere.

Receptura 1.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| MAITRE D HOTEL | | | | | | | Tip: *aromatizovani puter* | |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 550g* | | | |
|
| Vreme pripreme: 30 min | | Vreme t/ obrade: | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* | |
| 1. | Puter | g | 480 | - | - | 480 |  | |
| 2. | Peršun, sveži | g | 60 | - | - | 60 |
| 3. | Sok od limuna | ml | 45 | - | - | 45 |
| 4. | Biber, beli | g | 3 | - | - | 3 |
| 13 |  |  |  |  |  |  | NAPOMENE: | |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Peršun usitniti, sok od limuna iscediti. Sve zajedno pomoću miksera sjediniti sa puterom i dodati beli biber. | | | | |  | | |
| 0 - +4°C |
|
|

Receptura 2.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| AROMATIZOVANI PUTER SA BOSILJKOM | | | | | | | Tip: *aromatizovan puter* | |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 600g* | | | |
|
| Vreme pripreme: 20 min | | Vreme t/ obrade: | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* | |
| 1. | Bosiljak | g | 60 | - | - | 60 |  | |
| 2. | Šalot luk | g | 60 | - | - | 60 |
| 3. | Sok od limuna | ml | 10 | - | - | 10 |
| 4. | Puter | g | 480 | - | - | 480 |
| 13 |  |  |  |  |  |  | NAPOMENE: | |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Šalot i sveži bosiljak usitniti. Iscediti sok od limuna. Pomoću blendera pomešati puter da pripremljenim sastojcima. | | | | |  | | |
| 0 - +4°C |
|
|

**PRIPREMA OSNOVNIH FONDOVA**

Fond je aromatizovana tečnost koja je veoma bitna za kvalitetanu supu, čorbu, sos ili neko drugo dinstano jelo. Postoji nekoliko vrsta fondova, iako su svi napravljeni od istih ili sličnih namirnica.

Sam postupak i načini pripreme nisu isti tako da svaki ima posebne karatteriske.

Kvalitet fonda zavisi od 4 osnovne karakteristike: telo, ukus, bistina i boja. Jačina tela fonda zavisi od kolagena odnosno količine proteina rastvorenih u tečnosti. Povrće fondu daje ukus, dok se bistrina postiže uklanjanjem nečistoće iz tečnosti. Mnoge namirnice doprinose boji fonda, od povrća praziluk i šargarepa daju fondu boju. Karamelizovane kosti i povrće i paradajz pire daju tamnu boju. Nepravilna upotreba namirnica može uticati na kvačlitet boje i ukusa fonda.

Kosti su najznačajnije namirnice: daju ukus, punoću i boju fondu. Različite kosti oslobađaju različite nivoe ukusa. Kosti se seku na manje komade 8-10cm i u zavisnosti od veličine kostiju zavisi i dužina kuvanja fonda.

Za fond od junećeg ili telećeg mesa najkvalitetnije su kosti od mladih životinja. One sadrže veće količine hrskavica i vezivnog tkiva. Vezivno tkivo mlađih životinja sadrži veće količine kolagena koji se tokom kuvanja rastvara u tečnosti i daje punoću ukusu. Najkvalčitetnije kosti su kosti leđa, vrata i kosti zglobova.

Kod pripreme pilećeg fonda najkvalitetnije su kosti vrata i leđa ali se mogu upotrebljavati i druge kosti.

Za pripremu ribljeg fonda najvalitetnije su kosti pljosnatih riba (list, romb, iverak). Kosti masnih riba (losos, tuna, pastrmka i sl) se ne upotrebljavaju zbog visokog procenta masnoće i ukusa koji one daju. Ceo skelet ribe može da se upotrebčjava aliga je neophodno usitniti na komade i oprati ili potpopiti u hladnu vodu.

U pripremi fonda mogu se koristit i druge kosti životinja (ćurka, jagnjetina ili divljač) ali treba voditi računa kod mešanja sa kostima da ne bi došlo do previše naglašenih pojedinih ukusa.

Osnovu za pripremu fondova u kuhinji čine kosti, pripremljeno povrće i začini. ***(On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)***

|  |  |
| --- | --- |
| Receptura 3. | Receptura 4. |
| GARNI BUKET (količina za oko 3,5 l fonda)  *1 grančica majčine dušice*  *3 do 4 grančice peršuna*  *1 lovorov list*  *2 do 3 lista praziluka ili komad štapa celera*  *1 šargarepa*  *1 paštrnak* | GASTROMSKI DŽAK SA ZAČINIMA (količina za oko 3,5 l fonda)  *3 do 4 grančice peršuna*  *1 grančica majčine dušice ili 2 gr sušene*  *1 lovorov list*  *2 gr mrvljenog bibera u zrnu*  *1 čen belog luka (po izboru)* |

**MIREPOIX (povrće)**

* Je kombinacija povrća koja pojačava i obogaćuje ukus i aromu fonda. Uglavnom se koristi odnos 50% crnog luka, 25% šargarepa i 25 % celera. Veličina komada na koje ćemo povrće seći zavisi od dužine kuvanja fonda ***(On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)***.

|  |  |
| --- | --- |
| Receptura 5. | Receptura 6. |
| STANDARNI MIREPOIX  *227 gr crnog luka*  *113 gr šargarepe*  *113 gr celera* | BELI MIREPOIX  *113 gr crnog luka*  *113 gr paštrnaka*  *113 gr praziluka*  *113 gr celera*  *Pečurke* |

Za začinjavanje fonda koristi se biber u zrnu, lovor list, majčina dušica, stabljike peršuna i po potrebi beli luk. Začinjavanje se vrši na početku ili na sredini kuvanja fonda.

**Osnovni principi pripremanja fonda**

1. Pripremanje fonda počinje stavljanjem namirnica u hladnu-ledenu vodu.
2. Fond ne sme da ključa, mora da se tečnost lagano pokreće na temperaturi oko 71-82C.
3. Po potrebi sa površine skidati penu.
4. Pažljivo procediti fond.
5. Brzo ga ohladiti.
6. Propisno skladištiti.
7. Otkloniti masnoću *(On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)*.

Receptura 7.

***Priprema osnovnog pilećeg svetlog fonda 3,8L (oko 4 sata)***

Receptura - 3,6 kg pilećih kostiju

-5,7 l hladne vode

-455 gr mirepoix standard

-1 gastronomski džak za začinima

**Korak 1.** Usitniti i oprati kosti pod tekućom hladnom vodom i staviti u odgovarajući sud.

**Korak 2.** Preko kostiju sipati hladnu vodu, oko 5 cm iznad kostiju. Polako zagrevati do tačke ključanja i po potrebi skidati penu sa površine.

**Korak 3.** Fond treba da lagano kuva oko 3 sata.

**Korak 4.** Nakon toga dodati povrće i začine i kuvati jop jedan sat.

**Korak 5.** Procediti fond.

*Izvor: (On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)*

Receptura 8.

***Priprema osnovnog tamnog pilećeg fonda (oko 4 sata) (pileći espanjol-demidlass)***

Receptura - 3,8 kg pilećih kostiju

-5,7 l hladne vode

-455 gr mirepoix standard

-1 gastronomski džak za začinima

- paradajz pire

- brašno

**Korak 1.** Kosti po potrebi premazati tanko masnoćom i peći na 190C dok ne dobije braon boju povremeno mešajući. Ne pranatrpavati posudu.

**Korak 2.** Nakon pečenja deglazirati podu gde su bile kosti sa malo vode.

**Korak 3.** Mirepoix pržiti na masnoći do karamelizacije, dodati kosti, paradajz pire i brašno i preliti hladnom vodom.

**Korak 4.** Nakon toga dodati gastrodžak i kuvati oko 2,5-3 sata (juneće kosti 6-8 sati)

**Korak 5.** Procediti fond.

*Izvor: (On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)*

***Priprema osnovnog ribljeg fonda***

Riblji fond i Riblji „Fummet“ su dva veoma slična fonda. Razlikuje se samo po kiselini koja se dodaje u „fummet“. Bistri su, i fummet je intezivnijeg ukusazbog limun aili vinskog sirćeta.

Za pripremu ribljeg fonda koriste se glava i kosti tela i rep. Masne ribe (losos, tuna, skuša, pastrmka) se ne upotrebljavaju u pripremi fondova zbog svoja dominantnog ukusa.

Pre pripreme riblje kosti treba potpoti u hladnu vodu na 10 min.

Pre nalivanja vode u fond kosti se mogu lagano sotirati ali se ne sme dobiti boja na kostima.

Receptura 9.

|  |
| --- |
| Riblji fond (1.9 l)  -2,4 kg ribljih kostiju ili ljuštura rakova  -1 bela mirepoix sitnije kosti  -2,4 l hladne vode  -1 gastronomski džak za začinima  - po mogućstnu ostaci pečuraka (120g)  **Korak 1.** Oprati kosti pod tekućom hladnom vodom i staviti u odgovarajući sud.  **Korak 2.** Preko kostiju sipati hladnu vodu, oko 5 cm iznad kostiju. Polako zagrevati do tačke ključanja sa povrćem i začinima i po potrebi skidati penu sa površine.  **Korak 3.** Fond treba da lagano kuva oko 35 -45 minuta.  **Korak 4.** Procediti fond.  *Izvor: (On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)* |

Receptura 10.

|  |
| --- |
| Riblji „Fummet“ ( 3,8 l)   * Puter 30g * Crni luk , male kocke 240 * Stabljike svežeg peršuna 6 kom * 2,4 kg ribljih kostiju ili ljuštura rakova * Suvo belo vino 360ml * Limun sok 30ml * 3,3 l hladne vode ili ribljeg fonda * Svež timijan 1 grančica * po mogućstvu ostaci pečuraka (120g) * Limun, kriške 1 kom   **Korak 1.** Zagrejati puter u odg posudi.  **Korak 2 Dodati crni luk, stabljike peršuna i riblje kosti**. Poklopiti posudu i dinstati na nižoj temperaturi oko 10 min.  **Korak 3.** Dodati hladnu vodu ili riblji fond, ostatke pečuraka, timijan i kriške limuna. Zagrevati do tačke ključanja, zatim krčkati na temperaturi 85°C 30min, uz povremeno skidanje pene.  **Korak 4.** Procediti fond, ohladiti i skladištiti.  *Izvor: (On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)* |

***Priprema osnovnog fonda od povrća***

Fond od povrća mora biti bistar i blago obojen, blagog ukusa. Pogodan za vegetarijanska jela. Treba izbegavati dominatno povrće zbog ukusa kao što su špargla, brokoli, španat i krompir koji ostavlja zamućen izgled.

Receptura 11.

|  |
| --- |
| **Receptura (3,8l)**   * Ulje 60ml * Mirepoix 960g * Praziluk, beli deo 240g * Čen belog luka 4 kom * Komorač siteje sečen 120g * Paštrnak kockice 60g * Paradajz kocke 60g * Belo vino 240 ml * 1 gastronomski džak za začinima   **Korak 1.** Zagrejati masnoću i lagano sotirati povrće da ne dobije boju, oko 10 min.  **Korak 2.** Dodati vino, vodu i gastronomski džak.  **Korak 3.** Fond zagrejati do tačke ključanja i onda treba da lagano kuva oko 35 -45 minuta.  **Korak 4.** Procediti fond.  *Izvor: (On Cooking Update, 5th Eidition, 2015)* |

**SUPE I ČORBE**

Receptura 12.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pire čorba od šargarepe** | | | | | | | **Tip: supe i čorbe** |
|
| Grupa jela: *Hladne supe i čorbe* | | | | | *Količina: 2.5 l* | | |
|
| Vreme pripreme: 45 min | | Vreme t/ obrade: 30 min | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* |
| 1. | Maslac | g | 63 | - | - | 63 |  |
| 2. | Šargarepa | g | 1320 | 10 | - | 1200 |
| 3. | Crni luk | g | 330 | 10 | - | 300 |
| 4. | Pileći/teleći fond | l | 2,5 |  | - | 2,5 |
| 5. | Krompir | g | 315 | 30 | - | 215 |
| 6. | So | g | - | - | - | - |
| 7. | Beli biber | g | - | - | - | - |
| 8. | Neutralna pavlaka | ml | 150-200 | - | - | 150-200 |
| 9. | Peršun list | g | 15 | - | - | 15 |
| 13 |  |  |  |  |  |  | **NAPOMENE:** |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| **Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade:** | | | | |  | |
| **TEH/PRIPREMA** | | | | | **TOPLOTNA OBRADA** | | **TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C** |
| Crni luk i Šargarepu iseći na sitnice kockice. Sotirati na puteru, vodeći računa da namernice ne porumene.  Dodati fond i krompir, pojačati temperaturu da tečnost proključa. Kuvati dok namirnice ne omekšaju.  Blendirati i pasirati tečnost. Propasiranu tečnost zagrejati i kuvati još par minuta.  Po potrebi dodati još fonda ako je potrebno razrediti. Deo šargarepe iseći na žilijen za uložak | | | | | Krčkanje 85°C | |
| **0 - +4°C** |
|
|
|
|
|
|
|

Receptura 13.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Pileća supa sa povrćem i knedlama | | | | | | | | | | Šifra jela:S-3 |
|
| Grupa jela: *Supe, čorbe, potaži, konsomei* | | | | | *Broj porcija: 4-6* | | | | | |
|
| Vreme pripreme: 45min | | Vreme t/ obrade: 35min | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | | | | |
|
| Red | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | | Gubitak /kalo | | Količina neto (g) | | *Slika jela* | |
| br. |
| 1. | Pileće kosti | g | 2000 | |  | | 2000 | |  | |
| 2. | Voda | ml | 2000 | |  | | 2000 | |
| 3. | Šargarepa | g | 110 | | 10 | | 100 | |
| 4. | Paštrnak | g | 110 | | 10 | | 100 | |
| 5. | Celer | g | 110 | | 10 | | 100 | |
| 6. | Crni luk | g | 110 | | 10 | | 100 | |
| 7. | Svež paradajz | g | 50 | |  | | 50 | |
| 8. | Biber u zrnu | g | 5 | |  | | 5 | |
| 9. | Lovorov list | kom | 1 | |  | | 1 | |
| 10. | so | g | 10 | |  | | 10 | |
| 11. | Timijan | g | 2 | |  | | 2 | |
| Knedle I | | | | | | | | |
| 12. | Maslac | g | | 65 | |  | | 65 |
| 13. | So | g | | 5 | |  | | 5 |
| 14. | Peršun list | g | | 5 | |  | | 5 |
| 15. | Jaja | kom | | 2 | |  | | 2 | NAPOMENE: Povrće | |
| 16. | Griz | g | | 145 | |  | | 145 |
| Knedle II | | | | | | | | |
| 17 | Crni luk | g | | 18 | | 10 | | 15 |
| 18 | Pileća džigerica | g | | 50 | |  | | 50 |
| 19 | Hleb tost beli | kom | | 1 | |  | | 1 |
| 20 | Jaja | kom | | 1 | |  | | 1 |
| 21 | Mleko | ml | | 50 | |  | | 50 |
| 22 | Griz | g | | 80 | |  | | 80 |
| 23 | Biber | g | | 2 | |  | | 2 |
| 24 | So | g | | 5 | |  | | 5 |
| 25 | Aleva paprika | g | | 5 | |  | | 5 |
| 26 | Peršun list | g | | 5 | |  | | 5 |
| Neto za jednu osobu-porciju nakon toplotne obrade: | | | | | | 250ml | | |
| TEH/PRIPREMA | | TOPLOTNA OBRADA | | | | | | | TEMPERATURA T/O - °C | |
| Pileće kosti oprati i potopiti u hladnu vodu. Zagrevati na srednjoj temperaturi do tačke ključanja. Skidati penu da površine. Nakon ključanja sniziti temperaturu i dodati povrće i garni buket. Supu kuvati 2-2,5 sata. Povrće iz supe, iseći na žilijen. Za pripremu knedli, umutiti maslac, zumanca, peršun i so. U masu dodati umućen sneg od belanaca. Nakon toga umešati i griz koji se dodaje polako. MAsu ohladiti i kuvati u ključaloj vodi. | | Kuvanje - 85°C. | | | | | | | Način čuvanja do serviranja: 0 - +4°C | |
|
|
|
|
|

**SOSOVI**

Sos se može definisati kao aromatična tečnost, obično zgusnuta, koja se koristi za začinjavanje, aromatiziranje i poboljšanje druge hrane.Sos treba da dopuni hranu nikada ne bi trebalo da maskira loš ukus ili izgled hrane. Sos može biti vruć ili hladan, slatki ili slani.

Sos hrani dodaje sledeće osobine:

* Vlažnost
* Izgled (boja i sjaj)
* Aroma
* Poboljšanje apetita
* Bogatstvo ukusa

**STRUKTURA SOSOVA**

Većina sosova napravljenaje od tri vrste sastojaka:

1. Tečnosti, telo sosa
2. Sredstva za zgušnjavanje
3. Dodatni sastojciza začinjavanje i aromtizovanje

Da biste razumeli pravljenje sosova, prvo morate naučiti kako pripremiti ove komponente, a zatim kako ih kombinovati u gotove soseve.

**TEČNOST**

Tečni sastojak obezbeđuje telo ili bazu većine sosova. Većina klasičnih sosova jeizgrađenana jednoj od pet tečnosti ili osnova. Sosevi koji se dobijaju od osnovnih tečnosti nazivaju sevodeći ilimatični sosovi.

* Bistri fond (pileći, teleći ili riblji) - za velute sos
* Smeđi fond - za smeđi sos ili espagnole
* Mleko - za bešamel
* Paradajz i fond - za paradajz sos
* Prečišćeni puter - za holandez

Sosovi koji se najčešće koriste zasnivaju se na fondovima. Kvalitet ovih sosovazavisi od veština izrade fonda.

**Sredstva za zgušnjavanje**

Sos mora biti dovoljno gust da se lagano prilepi za hranu. U suprotnom, samo će skliznutii izgledati kao lokva u tanjiru. To ne znači da mora biti težak i pastozan.

Skrob je najčešće i najkorisnije sredstvo za zgušnjivanje za pravljenje sosova. Brašno je glavni skrob koji se koristi. Ostali skrobovi su: kukuruzni skrob, brašno manioke, voštani kukuruz, hlebne mrvice i drugi proizvodi od povrća i žitarica poput krompirovog skroba i pirinčanog brašna.

Jedna od najtradicionalnijih i najčešće korišćenih metoda za zgušnjavanje sosova je želatinizacija skroba.Želatinizacija je postupak kojim granule skroba upijaju vlagu kada se stave u tečnost i zagreju. Kako se vlaga apsorbuje, proizvod se zgušnjava.Kiseline inhibiraju želatinizaciju. Kad god je to moguće, ne dodavajte kiselinske sastojke u sosove dok skrob potpuno ne želatinizuje.

**Zaprška**

Zaprška je zagrejana mešavina jednakih količina masnoće i skroba (brašna).

Masnoće koje se koriste za pravljenje zaprški, a samim tim i za pravljenje sosova su:

* Prečišćeni puter – koristi se za najfinije sosove zbog svoje posebne arome. Puter se iseče na kockice i stavi u posudu koja se na tihoj vatri zagreva. Kada se maslac otopi potrebno je da još neko vreme zagreva kako bi se maslac termičkom obradom oslobodio od mlečnih nečistoća. Zagrevanjem na umerenoj temperaturi maslac izbacuje na površinu penu koju je potrebno odstraniti. Kada ostane samo čist maslac, skida se sa vatre i cedi kroz gazu. Na ovaj način se dobija prečišćeni puter koji se naziva Gi (Ghee) puter.
* Margarin – koji se koristi kao jeftinija zamena za puter. Međutim zbog slabijeg ukusa od putera nije preporučljivo koristiti margarin za pravljenje finijih sosova.
* Životinjske masti – kao što su svinjska i živinjska mast, goveđi loj, koriste se kada njihov ukus odgovara sosu, pa je živinska mast odgovarajuća kada se pravi pileći velute, a goveđi loj kada se pravi goveđi grejvi sos.
* Biljna ulja – mogu se koristiti za pravljenje zaprške, ali pošto ne dodaju ukus ne praktikuje se njihovo korišćenje.

Snaga zgušnjavanja brašna zavisi od sadržaja skroba. Hlebno brašno ima manje skroba od brašna za kolače. Brašno ponekad može da se „peče“ na suvo u pećnici kako bi dobilo tamniju boja, ali mora se voditi računa jer brašno tamnjenjem gubi i do dve trećine sposobnosti zgušnjavanja.

Odnos brašna i masnoće za pravljenje zaprške najčešće je 1:1, odnosno iste količine masnoće i brašna. Neophodna je dovoljna količina masnoće da se sve granule skroba obuhvate, ali ne sme biti previše. Dobra zaprška ne sme biti ni retka ni gusta. Više brašna stvara ukus skroba, dok višak masnoće daje sosu masan izgled.

Zaprška se toplotno obrađuje toliko koliko je brašnu dovoljno da izgubi sirovi skrobni ukus, a u zavisnosti od boje razlikujemo tri vrste zaprški:

* Svetlu zapršku – koja se toplotno obrađuje samo par minuta koliko je dovoljno da se neutrališe skrobni ukus brašna. Svetla zaprška se koristi za pravljenje belih sosova poput bešamela.
* Žuta zaprška – koja se toplotno obrađuje duže od svetle zaprške, taman toliko da dobije malo tamniju krem boju. Toplotna obrada se prekida pre nego što zaprška dobije tamnu boju. Ova vrsta zaprški koristi se za velute sosove.
* Tamna zaprška – ima braon boju i blago orašastu aromu. Dobijanje tamne zaprške mora da se odvija na nižoj temperaturi kako bi zaprška ravnomerno dobila tamnu boju bez zagorevanja. Za ovu vrstu zaprške brašno može da se podvrgne procesu tamnjenja u pećnici.

***Mešanje zaprški i tečnosti***

Postoji nekoliko različitih načina za mešanje zaprški i tečnosti u zavisnosti od toga šta se pravi. Ukoliko se prave sosovi tečnost se dodaje u zapršku, a ukoliko se prave čorbe i gotova jela obično se zaprška dodaje u tečnosti.

Najčešće se topla tečnost dodaje u zapršku, postepeno uz snažno mešanje kako ne bi došlo do stvaranja grudvica. Ukoliko se dodaje hladna tečnost u toplu zapršku neophodno je sačekati da se tečnost zagreje do temperature zaprške i onda pristupiti mešanju, nikako ne mešati dok se tečnost ne zagreje. Nikako ne dodavati vrelu tečnost u zapršku jer lako može doći do prskanja i stvaranja opekotina.

Najbolje je za pravljenje zaprški koristiti posude od nerđajućeg čelika. Treba izbegavati posuđe od aluminijuma jer ono može dati metalni ukus i sivu boju zapršci.

Tabela 1.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Proporcije brašna, putera i tečnosti u zavisnosti od željene gustine** | | | | |
| Gustina | Brašno (g) | Puter (g) | Zaprška (g) | Tečnost (l) |
| Retka | 190 | 190 | 375 | 4 |
| Srednja | 250 | 250 | 500 | 4 |
| Gusta | 375 | 375 | 750 | 4 |

**BEURRE MANIÉ**

Beurre manie je mešavina jednakih količina brašna i omekšalog putera koji se dodaje u sosove i jela na kraju pripreme. Koristi se za brzo zgušnjavanje na kraju procesa kuvanja. Omekšali puter i brašno izmešati u homogenu masu. Kockice beure manie dodavati u sosove i jela kada je potrebno zgusnuti jela.

**LIAISON (LEGIR)**

Sredstvo za zgušnjavanje, koje za razliku od ostalih proizvoda ne funkcioniše na principu želatinizacije. Liazon je mešavina žumanaca i neutralne pavlake koja daje jelu glatku teksturu uz vrlo mali procenat zgušnjavanja. Prilikom dodavanja liazona u sosove mora se posebno voditi računa kako ne bi došlo do koagulacije žumanaca.

**OSNOVNI I IZVEDENI SOSOVI**

Osnovne sosovi ili majka sosovi čine bazu iz koje su sve ostali sosovi izvedeni. Dodavanjem različitih začina i dodataka u osnovne sosove dobijaju se izvedeni sosovi.

Tabela 2.

**Osnovni sosovi su:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Sos | Tečnost | Sredstvo za zgušnjavanje |
| *Bešamel* | *Mleko* | *Svetla zaprška* |
| *Velute* | *Pileći, riblji, goveđi fond* | *Svetla ili žuta zaprška* |
| *Espanjol* | *Tamni fond* | *Tamna zaprška* |
| *Paradajz* | *Paradajz pire i fond* | *Tamna zaprška* |
| *Holandez* | *Prečišćeni puter* | *Žumance* |

Ovih pet sosova ponekad se dodaje i sos fond lie, što u prevodu znači zgusnuti fond. Može se koristiti umesto espanjola. Dobija se tako što se tamni fond zgusne sa kukuruznim skrobom ili nekom drugom vrstom skroba.

Osnovne vrste sosova, bešamel, velute i espanjol retko se koriste kao konačni samostalni sosove, a mnogo češće kao baza za ostale sosove. Sosovi čija je baza osnovni sos nazivaju se izvedeni sosovi. Paradajz sos i Holandez mogu se koristiti kao samostalni sosovi.

* **BEŠAMEL** - Nazvan po svom tvorcu, Luju de Bešameju (1630–1703), upravniku Francuske, bešamel sos najlakši je za pripremu. Tradicionalno se pravi dodavanjem neutralne pavlake gustom goveđem veluteu. Iako neki kuvari i dalje veruju da bi bešamel trebalo da sadrži goveđi fond, danas se sos gotovo uvek pravi tako što se zagrejano mleko zgusne svetlom zaprškom i dodaju začini. Često se koristi za jela od povrća i jaja.
* **VELUTE** - Veloute sosevi se prave tako što se svetli fond ili riblji fond zgusne svetlom zaprškom. Svetli fond može se napraviti od telećih ili pilećih kostiju. Velute sos napravljen od goveđeg ili pilećeg fonda obično se koristi za izradu jednog od dva izvedena sosa - allemande i supreme - od kojih potiču mnogi mali sosovi.

Supreme sos je izvedeni sos koji se dobija tako što se u pileći velute doda krem za kuvanje (neutralna pavlaka).

Allemande sos se dobija tako što se u goveđi fond doda mešavina žumanaca i neutralnepavlake.

* **ESPANJOL** - Matični sos iz porodice espanjola ili smeđeg sosa je punog tela i bogat. Napravljen je od braon fonda kojem su dodani tamna zaprška, mirepoiks i paradajz pire. Najčešće se ovaj sos koristi za proizvodnju demi-glasa. Braon fond se koristi i za pravljenje jus liea. Demi-glace i jus lie su posrednički sosovi koji se koriste za stvaranje malih sosova iz porodice espanjol.

Demi-glas se definiše kao mešavina pola količine espanjola i pola količe tamnog braon fonda koja je redukovana do pola.Obično se završi sa malom količinom Madeire ili sherri vina. Većina kuvara preferira demi glas u odnosu na espanjol zbog veće koncentracije i razvijenijeg ukusa. Moguće je izvesti sosove i od espanjola, ali oni neće imati tako izražen ukus.

* **PARADAJZ SOS** - Klasični sos od paradajza pravi se od paradajza, povrća, začina i svetlog fonda, a zgušnjava žutom ili tamnom zaprškom. U današnjim kuhinjama, međutim, većina sosova od paradajza nije zgusnuta zaprškom. Umesto toga, oni se prave od paradajza, začinskog bilja, začina, povrća i drugih sastojaka koji se zajedno krčkaju i pasiraju u pire.
* **HOLANDEZ** - Holandez i mali sosovi izvedeni iz njega su emulgovani sosovi. Žumance, koje sadrže velike količine lecitina, prirodnog emulgatora, koriste se za emulgovanje toplog prečišćenog putera i male količine vode, limunovog soka ili sirćeta. Kada se žumanca snažno umute sa tečnošću dok se polako dodaje topli puter, lecitin oblaže pojedine kapljice masti i drži ih u suspenziji u tečnosti. Pravilno napravljen holandez je gladak, bledo limunsko-žute boje i veoma bogat. Bez grudica i ne sme pokazivati znakove razdvajanja. Puterasti ukus treba da dominira, ali ne i da prikriva arome jaja, limuna i sirćeta. Sos treba da bude penast i lagan, a ne težak poput majoneza.

Određeni sosovi, kao što je sos od pečuraka, mogu biti pripremljeni od različitih osnova (pilećeg, goveđeg velutea). Preporučuje se da se takvi sosovi prave od onog osnovnog fonda od koga je i jelo uz koje idu (uz jela od piletine ide pileći fond, uz jela od govedine ide goveđi fond).

Tabela 3.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tečnost** | **Osnovni sos** | **Glavni izvedeni sosovi** | **Izvedeni sosovi** |
| Mleko | Bešamel |  | Krem sos |
| Morney |
| Nantua |
| Subise |
| Goveđi fond | Goveđi velute | Allemande | Poulette |
| Aurora |
| Mađarski sos |
| Kari sos |
| Pileći fond | Pileći velute | Supreme | Sos od pečuraka |
| Albufera |
| Mađarski sos |
| Kari sos |
| Riblji fond | Riblji velute | Sos od belog vina | Normandi |
| Bersi |
| Kardinal |
| Tamni (braon) fond | Espanjol Fond lie | Demi-glas | Bordelez |
| Robert |
| Diable |
| Lion |
| Madeira |
| Pikante |
| Sos od pečuraka |
| Bersi |
| Paradajz + fond | Paradajz sos |  | Kreol |
| Portugalski sos |
| Španski sos |
| Prečišćeni puter | Holandez | Bernez | Malteški sos |
| Muselin |
| Šoron |
| Fojot |

Međutim, nisu svi sosovi uvršteni u tradicionalne klasifikacije. Neki sosovi koriste pire od voća ili povrća kao osnovu; poznati su kao kulis. Drugi, poput beurre blanc („beli puter“) i beurre rouge („crveni puter“), zasnivaju se na kiseloj redukciji u koju je ugrađen ceo puter. Aromatizovani maslaci, aromatizovana ulja, salsa, i umak od pečenja takođe se koriste kao sosovi u modernim kuhinjama.

**TEHNIKE ZAVRŠNE OBRADE**

**REDUKCIJA**

Kako se sosovi kuvaju, vlaga se oslobađa u obliku pare. Kako para odlazi, preostali sastojci se koncentrišu, zgušnjavaju sos i jačaju arome. Ovaj postupak, poznat kao redukcija, obično se koristi za zgušnjavanje sosova, jer nisu potrebni skrobovi ili drugi sastojci koji menjaju ukus. Umaci se često završavaju tako što im se dozvoljava da redukuju dok se ne postigne željena konzistencija.

**CEĐENJE**

Glatka tekstura je važna za većinu sosova. Sosovi se mogu procediti kroz cediljke i sita sa sitnim otvorima ili kroz nekoliko slojeva gaze. Ceđenjem se odvajaju delovi povrća, aromatičnog bilja, kao i eventualne grudvice brašna koje se nisu razbile.

**MONTER AU BEURRE**

Monter au beurre je postupak umućivanja celog putera u sos dajući mu sjaj i bogat ukus. Složeni maslaci ili aromatizovani maslaci mogu se koristiti umesto celog maslaca za dodavanje specifičnih ukusa. Monter au beurre se široko koristi za obogaćivanje i doradu malih sosova.

Receptura 14.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **BEŠAMEL SOS** *(Normativ za 1,28 l)* | | | |
| Namirnica | J.M. | KOLIČINA |  |
| Mleko | ml | 1600 |  |
| Brašno | g | 91 |  |
| Puter | g | 62 |  |
| Crni luk | g | 19 | Bruinoisse |
| So | g |  | Po potrebi |
| Beli biber | g |  | Mleveni, po potrebi |
| Muskatni orah | g |  | Po potrebi |
| Priprema:  Zagrejati puter i sotirati crni luk na srednjoj jačini 6-8 mn, dok ne postane staklast i proziran. Dodati zapršku i zagrevati oko 2 min.  Zagrejano mleko dodavati u laganom mlazu i mešati žicom da se stvore grudvice. Sos treba da proključa, potom smanjiti temperaturu na minimum i kuvati 30 min. Povremeno mešati.  Začiniti, procediti kroz cedku ili gastro gazu.  Ostaviti sos da još malo kuva na laganoj vatri. | | | |

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 15.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VELUTE SOS | | | | | | | Tip: osnovni | |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 1.9l* | | | |
|
| Vreme pripreme: 30min | | Vreme t/ obrade: 30min | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* | |
| 1. | Puter | g | 120 | - | - | 120 |  | |
| 2. | Brašno | g | 120 | - | - | 120 |
| 3. | Pileći, teleći ili riblji fond | g | 2,4 | - | - | 2,4 |
| 4. | So | g | - | - | - | - |
| 5. | Beli biber | g | - | - | - | - |
| 13 |  |  |  |  |  |  | NAPOMENE: | |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |  | |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Na srednjoj temperaturi otopiti puter (može se koristiti i prečišćeni puter), dodati brašno i napraviti smeđu zapršku. Postepeno dodavati fond i konstantno mešati sa žicom kako bi se sprečilo pojavljivanje grudivica. Kada sos dostigne tačku ključanja samnjiti temperatutu da lagano kuva 30 min. Sos začiniti. Procediti. Da bi se izbeglo pojavljivanje pokorice na površini sos, 15 g istopljenog putera sipati po površini. | | | | | Krčkanje 85°C, Kuvanje 100°C | | |
| 0 - +4°C |
|
|
|
|
|
|
|

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 16.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ALLEMANDE | | | | | | | Tip: IZVENDENI |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 3.8 l* | | |
|
| Vreme pripreme: 30min | | Vreme t/ obrade: 15 min | | | Zahtevnost pripreme: \*\* | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* |
| 1. | Teleći ili pileći velute sos | l | 3,8 | - | - | 3,8 |  |
| 2. | Žumance | kom | 8 | - | - | 8 |
| 3. | Neutralna pavlaka, više od 35%mm | g | 720 | - | - | 720 |
| 4. | Sok od limuna | ml | 30 | - | - | 30 |
| 5. | Beli biber | g | po ukusu | - | - |  |
| 6. | So | g | po ukusu | - | - |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  | NAPOMENE: |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |  |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Velute dovesti do tačke krčkanja. U posudu od nerđajućeg čelika umutiti žumanca sa pavlakom kako bi ih povezali. U ovu mešavinu uliti otprilike jednu trećinu vrućeg velutea, uz stalno mešanje,kako bi zagrejali smesu od žumanaca i pavlake. Kada je jedna trećina velutea dodata u sad već zagrejanu masu od žumanaca i pavlake, ovu masu postepeno dodavati u preostali velute sos uz neprestano mešanje. Zagrejati sos, ne dozvoliti da proključa. Dodati limunov sok, začiniti sa solju i belim biberom po ukusu. Procediti kroz sitnu cediljku obloženu gazom. | | | | | Krčkanje 85°C | |
| 0 - +4°C |
|
|
|
|
|
|
|

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 17.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ESPANJOL SOS | | | | | | | Tip: primarni/osnovni | |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 1.9l* | | | |
|
| Vreme pripreme: 45 min | | Vreme t/ obrade: 3h | | | Zahtevnost pripreme: \*\*\* | | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* | |
| 1. | Mirepoix (povrće) | g | 480 | - | - | 480 |  | |
| 2. | Puter | g | 120 | - | - | 120 |
| 3. | Brašno | g | 120 | - | - | 120 |
| 4. | Juneći fond (tamni) | l | 2.4 | - | - | 2.4 |
| 5. | Paradajz pire | g | 120 | - | - | 120 |
| 6. | Gastronomski džak | kom | 1 | - | - | 1 |
| 7. | So | - | - | - | - | - |
| 8. | Biber | - | - | - | - | - |
| 13 |  |  |  |  |  |  | NAPOMENE: | |
| 14 |  |  |  |  |  |  |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |  | |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Sotirati povrće na puteru do karamelizacije, dodati brašno i mešati dok se nedobije braon zaprška. Dodati fond i paradajz pire, mešati i ostaviti da tečnost proključa. Smanjiti temperaturu i ostaviti da sos lagano kuva. Dodati gastr. Džak. Sos treba da lagano kuva i redukuje. Povremeno skidati penu sa površine sosa. Procediti sos kroz gastronomsku tkaninu i sitnu cediljku. Ohladiti, | | | | | Sotiranje: 150°C, Krčkanje 100°C, kuvanje 85°C | | |
| 0 - +4°C |
|
|
|
|
|

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 18.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HOLLANDAISE** | | | | | | | Tip: primarni/osnovni | |
|
| Grupa jela: *Sosovi* | | | | | *Količina: 360ml* | | | |
|
| Vreme pripreme: 30min | | Vreme t/ obrade:10min | | | Zahtevnost pripreme: \*\*\*\* | | | |
|
| Red br. | Naziv potrebne namirnice | Jed. mere ulaznih namirnica | Ulazna količina namirnica (bruto) | Otpad (%) | Gubitak /kalo | Količina neto (g) | *Slika jela* | |
| 1. | Beli biber u zrnu | g | 1 | - | - | 1 |  | |
| 2. | Belo vinsko sirće | ml | 45 | - | - | 45 |
| 3. | Voda | ml | 30 | - | - | 30 |
| 4. | Žumanca (M) | kom | 6 | - | - | 6 |
| 5. | Limun sok | ml | 22 | - | - | 22 |
| 6. | Prečišćeni puter | ml | 240 | - | - | 240 |
| 7. | So | - | - | - | - | - |
| 8. | Beli biber | - | - | - | - | - |
| 9. | Kajenski biber | - | - | - | - | - |
| Neto za jednu osobu-porciju nako toplotne obrade: | | | | |  | |
| TEH/PRIPREMA | | | | | TOPLOTNA OBRADA | | | TEMPERATURA SKLADIŠTENJA °C |
| Pomešati beli biber u zrnu, sirće i vodu i zagrejati u odgovarajućoj posudi dok ne redukuje za pola. U odgovarajućoj posudi staviti žumanca i kiselkastu redukovanu tečnost. Postaviti tečnost iznad ben-marija i žicom za lupanje mešati žumanca dok masa ne postane gušća (65°C tem.). Voditi računa da se žumanca ne prekuvaju. Posudu sa umućeni žumancima skloniti sa toplote i dodati pola količine limun soka i umešati u masu. Zagrejan prečišćen puter dodavati polako u početku, kada se emulzija napravi puer se može dodavati u većoj količini uz stalno mešanje. Holandez začiniti sa ostatkom limun soka i dr začina. Sos čuvati na toplom oko 1-1,5h. | | | | | Kuvanje na pari 65°C | | |
| 60-65°C |
|
|
|
|
|
|
|

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 19.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PARADAJZ SOS (3,84 l)** | | | |
| **Namirnica** | **J.M.** | **KOLIČINA** | **NAPOMENA** |
| Maslinovo ulje | ml | 30 |  |
| Crni luk | g | 340 | Male kockice |
| Beli luk | g | 18 | Tanki listovi |
| Paradajz pelat | ml | 2400 | Ili svež paradajz |
| Bosiljak | g | 40 | Svež, chiffonade |
| So | g | 10 | Po ukusu |
| Crni biber | g | 5 | Po ukusu |
| Priprema: U odgovarajućoj široj posudi, zagrejati ulje na srednjoj temperaturi i pržiti crni luk 12-15 min, do svetlo zlatne boje.  Dodati beli luk i pržiti oko 1 minut, tj. Dok se ne oseti miris.  Dodati paradajz i kuvati na laganoj temperaturi do odgovarajuće konzistencije (oko 45 minuta).  Na kraju kuvanja dodati svež bosiljak.  Sos se može blendirati ili ostaviti da izgleda rustično.  VAŽNA NAPOMENA: Paradajz pelat pre dodavanja ocediti od tečnosti i može biti pasiran pre dodavanja u posudu. | | | |

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Receptura 20.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PUTER SOS/ BEURRE BLANC (320 ml)** | | | |
| Namirnica | J.M. | KOLIČINA |  |
| Šalot | g | 12 |  |
| Biber u zrnu | g | 1 | 2-3 kom |
| Belo vino | ml | 80 | Suvo |
| Limun sok | ml | 20 |  |
| Belo vinsko sirće | ml | 30 |  |
| Neutralna pavlaka | ml | 80 | Min 35% mm (po želji) |
| Puter | g | 227 | Sečen na kocke, hladan |
| So, beli biber |  |  | Po ukusu |
| Limun kora |  |  | Po ukusu, po želji |
| Priprema:   1. Šalot, belo vino, biber u zrnu, sirće i limun sok redukovati u odgovarajućoj posudi skoro do kraja, na srednjoj temperaturi. 2. Dodati pavlaku (ako se po želji dodaje) i redukovati je na nižoj temperaturi 2-3 min. 3. Dodavati nekoliko kocki (2-3) putera u isto vreme, stalno mešajući dok se neformira emulzija. Temperatura mora biti niža dok se pravi emulzija. Raditi dok se puter neiskoristi. 4. Začiniti sos soli i biberom. Završiti sa limunovom korom (po želji). Sos procediti. 5. Može se čuvati na toplom (65˚) najduže 2 sata. | | | |

*(Izvor: Culinary Institute of America, 2011.)*

Literatura:

1. Gisslen, W., (2007) ed. Proffesional cooking sixth editin. John Wiley & Sons,Inc.,Hoboken,New Jersey.
2. Labensky, S., Hause, A., Martel, P. (2015) ed. On cooking. A textbook of culinary fundamentals 5th edition. Pearson Education, Inc.
3. *Culinary Institute of America, 2011*