**Technológia 3. ročník**

1. Príprava teplých predjedál
2. Druhy teplých predjedál
3. Teplé predjedlá z vajec
4. Teplé predjedlá zo zeleniny

 **Príprava teplých predjedál**

Ľahké pokrmy, ktoré sa podávajú pred hlavným mäsitým alebo bezmäsitým pokrmom po polievke, sa označujú ako predkrmy alebo medzi chody. Predkrmy prispievajú k pestrosti, obmene podávaných pokrmov, ako aj zvyšovaniu úrovne stolovania a v neposlednom rade vyvolávajú chuť na ďalší pokrm a povzbudzujú trávenie.

**Teplé predkrmy pripravené z vajec**

Vajcia v tégliku so smotanou, so špargľou, s hubami, s husacou pečeňou a pod.

Stratené vajcia s bernskou omáčkou, s teľacím ragú, s holandskou omáčkou a pod.

Vaječné omelety s hráškom, so špargľou, s hubami, so syrom, so šunkou a pod.

Plnené vaječné omelety so špenátom, s mäsovým hašé, s rybacím mäsom, s kaviárom a pod.

**Ragú**

Na pražský spôsob, na horalský spôsob, ragú z jarabíc, z mozgu, zo šampiónov a pod.

**Ragú z kurčaťa**

Očistené vypitvané a umyté kura uvaríme v slanej vode s prísadou celé čierne korenie a koreňovou zeleninou v celku na mäkko. Z masla a múky pripravíme svetlú zápražku, zalejeme vlažným kuracím vývarom, podľa chuti osolíme, okoreníme mletým muškátovým kvetom a za stáleho miešania dobre prevaríme. Do takto pripravenej hustej omáčky pridáme na kocky pokrájané vykostené mäso z kurčaťa, žalúdok, srdce, na masle udusenú kuraciu pečeň, uvarenú koreňovú zeleninu, uvarený na ružičky rozobratý karfiol a na masle udusené šampiňóny. Uvedené zložky pokrmu zľahka premiešame s omáčkou, dochutíme citrónovou šťavou, dobre nahrejeme a zjemníme v smotane rozšľahaným vaječným žĺtkom.

**Salpikon**

Na štrasburský spôsob,, na milánsky spôsob, na pražský spôsob, hľuzovkový salpikon, salpikon zo zveriny.

**Hľuzovkový Salpikon**

Hľuzovky nakrájame na malé kocky, krátko podusíme na červenom víne, spojíme hustou španielskou omáčkou, zjemníme maslom a dobre zahrejeme. Hotový salpikon naplníme do paštétok. Podávame ako teplý predkrm

**Cestoviny**

Špagety na bolonský spôsob, na milánsky spôsob, na piemontský spôsob, na palermský spôsob, ravioly, pelmene a pod.

**Rizotá**

Rizoto Bombay, na pražský spôsob, hydinové rizoto, rizoto s račím mäsom a pod.

 **Druhy teplých predjedál**

Teplé predjedlá podľa surovín použitých na prípravu sa členia na :

- teplé predjedlá z húb a zeleniny,

- teplé predjedlá z vajec,

- teplé predjedlá z cestovín,

- rizotá,

- teplé predjedlá z mäsa a vnútorností,

- teplé predjedlá zo syrov,

**Baklažány pečené**

Ošúpané, umyté, osušené baklažány sa nakrájajú na plátky hrubé 1/2cm, osolia z obidvoch strán a nechajú sa asi1/2 hodinu odstáť. Baklažány sa osušia, posypú mletým čiernym korením, obalia v múke a opečú sa na tuku z obidvoch strán do mäkka. Pri podávaní sa podlejú horúcou šťavou z bravčovej pečienky.

**Omeleta so šunkou**

Na masle sa krátko opraží nadrobno nakrájaná šunka a zaleje sa vajcami rozšľahanými so smotanou a soľou. Vajcia sa občas zamiešajú, nechajú stuhnúť a zo spodnej strany sa upečú dozlata. Upečená omeleta sa zvinie alebo preloží a ihneď sa podáva.

**Špagety bolonské**

Špagety sa uvaria v mierne osolenej vode domäkka. Uvarené, scedené špagety sa opláchnu, nechajú dobre odkvapkať, zmiešajú sa s pripravenou zmesou a krátko ohrejú. Jednotlivé porcie sa posypú najemno nakrájanou petržlenovou vňaťou a nastrúhaným parmezánom.

**Zmes**:

Na dvoch tretinách oleja sa podusia na drobné kocky nakrájané ošúpané rajčiaky, pridá sa na kocky nakrájaná šunka, krátko sa podusí, zaleje sa kečupom, zamieša a dodusí. Pred koncom sa podľa potreby dochutí soľou a mletým čiernym korením.

**Bravčový jazyk vyprážaný**

Očistené umyté jazyky sa vložia do osolenej vriacej vody variť domäkka. Varené jazyky sa vyberú, schladia a olúpu. Pripravené osušené jazyky sa nakrájajú na plátky 2 až 3 plátky na porciu, osolia sa obalia v múke, vajciach rozšľahaných s mliekom a strúhanke. Obalené jazyky sa vyprážajú na tuku z obidvoch strán dozlata.

Syrový nákyp jemný

Do mlieka a smotany sa pridajú žĺtky s múkou a vymieša sa cesto. Cesto sa dochutí soľou, muškátovým kvetom a čiernym korením, pridáme najemno nastrúhaný syr a zľahka zamiešame. Nakoniec sa do hmoty zľahka zamieša tuhý sneh vyšľahaný z bielkov. Hmota sa naplní do vopred vymastených foriem vysypaných strúhankou a pečie sa v rúre vo vodnom kúpeli.

 **Teplé predjedlá z vajec**

V gastronómii sa na prípravu predkrmov a pokrmov z vajec používajú len slepačie vajcia, ktoré obsahujú popri minerálnych látkach ako vápnik, železo , fosfor a pod. aj vitamíny nevyhnutné pre ľudský organizmus, cenné vitamíny D a A a vitamíny skupiny B, okrem toho plnohodnotné bielkoviny, najmä vo vaječných bielkoch. Na prípravu vaječných pokrmov sa používajú zásadne len čerstvé vajcia. Pri použití čerstvých vajec sa obidve zložky dajú mechanicky ľahko od seba oddeliť. Vaječný bielok sa šľahaním môže vyšľahať na tuhú penu, ktorá má kypriacu vlastnosť. Používa sa do plniek , nákypov a pod. čím zvyšuje ich objem a uľahčuje trávenie potravín. Žĺtok má cennú emulgačnú schopnosť, ktorá napomáha viazaniu potravín. Rôzne upravené vajcia sa kombinujú s inými potravinami, čím sa zvyšuje ich biologická a energetická hodnota.

**Pečené vajcia s klobásou**

Na tuku sa vopred krátko opraží na tenké plátky nakrájaná klobása, zaleje sa rozšľahanými mierne osolenými vajcami a za stáleho miešania sa nechajú stuhnúť. Hotové vajcia sa hneď podávajú a posypú sa najemno nakrájanou pažítkou.

**Omeleta s krevetami**

Na tretine masla s vínom sa podusia scedené krevety. Na rozohriateho tuku sa vylejú osolené so smotanou rozšľahané vajcia a za občasného miešania sa nechajú stuhnúť, zo spodnej časti sa upečú dozlata. Na polovicu omelety sa upravia podusené krevety, preloží sa a v rúre sa nechá krátko zapiecť. Upečená omeleta sa hneď podáva a posype sa najemno nakrájanou petržlenovou vňaťou.

**Pošírované vajce gratinované**

Zo sendviča sa šikmým rezom nakrájajú rovnako hrubé krajce a opečú sa na polovici masla. Na opečenú hrianku sa upraví odkvapkané, vychladnuté pošírované vajce. Vajce sa poleje bešamelovou omáčkou, do ktorej sa zamieša polovica strúhaného syra, navrchu sa posype zvyškom syra, pokvapká sa maslom a v rúre sa zapečie dozlata. Pri podávaní sa ozdobí petržlenovou vňaťou.

**Talianske sádzané vajcia**

Ohňovzdornú porcelánovú misku vymastíme maslom, vysypeme postrúhaným syrom, vlejeme kyslú smotanu, silný teľací vývar a dáme do rúry. Potom vyklepeme čerstvé vajcia jedno vedľa druhého do pripravenej misky osolíme, okoreníme, posypeme strúhaným parmezánom, vložíme späť do horúcej rúry až kým bielok zhustne. Hotové vajcia podávame v ohňovzdornej miske.

**Vyprážané vajcia na pražský spôsob**

Vypražené vajcia položíme na opečený rez sendviča, obložíme plátkami opečenej šunky, na masle udusenými šampiňónmi. Ako prílohu podávame pikantnú koreninovú omáčku v omáčniku.

 **Teplé predjedlá zo zeleniny**

Teplé predjedlá sú jemné druhy pokrmov podávané v malých porciách po polievke.

Na prípravu teplých predjedál zo zeleniny podávame ľahko stráviteľnú tepelne upravenú zeleninu.

Teplé predjedlá tvoria gastronomický článok jedálneho lístka medzi polievkou a hlavným /mäsitým/ pokrmom.

**Hrianky zapekané so špargľou** - charakteristika:

Na hrianke uložené hlavičky špargle poliate omáčkou mornay, posypané postrúhaným parmezánom a zapečené v horúcej rúre.

Príprava omáčky mornay: Do bešamelovej omáčky primiešame postrúhaný parmezán, krátko povaríme, pridáme mleté cayenské korenie, strúhaný muškátový oriešok a podľa potreby dosolíme. Hotovú omáčku zjemňujeme /legírujeme/ vaječným žĺtkom.

porcií:

Baklažán pokrájaný na kolieska 20 kusov, 10 hrubších koliesok veľkej paradajky, olivový olej 50 g, plátkový syr 150 g, strúhaný syr Eidam 50 g, soľ, mleté čierne korenie, lístky bazalky.

Výrobný postup:

Kolieska baklažánu

Rozpočet na 10 porcií:

Hrianky zo sendviča 10 kusov, uvarené špargľové hlavičky 60 kusov, omáčka mornay 400 g, parmezán 100 g, maslo 50 g.

Výrobný postup:

Na hrianky uložíme hlavičky špargle, polejeme omáčkou mornay, posypeme postrúhaným parmezánom, pokvapkáme maslom a zapečieme v rozohriatej rúre.

Zapekaný baklažán – charakteristika:

Zapečené kolieska baklažánu prekladané kolieskami paradajky a syra a dochutené soľou a korením a posypané strúhaným syrom.

Rozpočet na 10 posolíme a necháme 30 minút odležať, aby pustili šťavu a stratili horkastú príchuť. Potom ich opláchneme a osušíme a opečieme na panvici potretej s olivovým olejom. Takisto opečieme kolieska paradajok. Na plech potretý olejom poukladáme kolieska opečeného baklažánu, na ne položíme opečené kolieska paradajky, položíme plátok syra a prikryjeme kolieskom opečeného baklažánu. Vrch posypeme mletým čiernym korením, strúhaným syrom a vo vyhriatej rúre krátko zapečieme. Hotový pokrm ozdobíme čerstvou bazalkou a podávame s chlebom alebo pečivom.