

1.ročník	Cvičenie č.1
-----------------	---------------------

Čo varíme?	<i>Zeleninové chlebíčky č.n. VK</i>
Suroviny:	Postup práce
1 sendvič 250 g mrkva 200 g kaleráb 100 g maslo 10 g petržlenová vňať	Sendvič nakrájame na tenké plátky a natrieme maslom. Mrkvu a kaleráb nastrúhame najemno. Jednu polovicu natretého chlebíčka posypeme nastúhanou mrkvou a druhú polovicu nastrúhaným kalerábom. Ozdobíme najemno nakrájanou petržlenovou vňaťou.

Čo varíme?	<i>Dusená karotka č.n. 20 001</i>
Suroviny:	Postup práce 10 porcií
	Karotku očistíme, opláchneme, nakrájame na malé kocky, zalejeme vriacou vodou, mierne osolíme, pridáme polovičné množstvo určeného tuku a dusíme do polomäčka. Potom ju zahustíme svetlou riedkou zápražkou, pripravenou z druhej polovice určeného tuku a preosiatej hladkej múky a rozriedime mliekom, a za občasného miešania dodusíme takmer domäčka. Nakoniec karotku prisladíme, mierne okoreníme mletým muškátovým kvetom, znovu krátko podusíme, podľa potreby dosolíme a zjemníme maslom. Jednotlivé porcie ozdobíme nadrobno pokrájanou petržlenovou vňaťou.

Čo varíme?	<i>Lečo s vajcom a chlebom č.n. 20 038</i>
Suroviny:	Postup práce 10 porcií
	Na rozohriatom tuku opražíme dozlata očistenú, najemno nakrájanú cibuľu, pridáme očistené, opláchnuté a nakrájané paprikové struky, mierne osolíme, okoreníme čerstvo mletým čiernym korením a čiastočne podusíme. K podusenej paprike pridáme opláchnuté a nakrájané rajčiaky a dusíme ich, až je celá zmes vydusená takmer na tuk. Nakoniec k zelenine pridáme osoleném, rozmiešané vajcia a lečo zľahka premiešame, až sa vajcia zrazia.

Čo varíme?	<i>Karfiol varený v pare č.n. 20 013</i>
Suroviny:	Postup práce 10 porcií
	Opláchnutý karfiol vložime do pary a varíme domäčka. Pri podávaní jednotlivé odkvapkané porcie karfiolu posypeme preosiatou strúhankou nasucho opraženou do zlatista a polejeme roztopeným maslom.

Čo varíme?	<i>Varené zemiaky č.n. 22 001</i>
Suroviny:	Postup práce 10 porcií
	Očistené zemiaky dobre umyjeme v studenej vode a veľké zemiaky rozrájame na polovice, štvrtky alebo osminky. Zalejeme ich vriacou vodou, osolíme, pridáme rascu, uvaríme domäčka. Uvarené zemiaky scedíme a pri podávaní posypeme najemno posekanou petržlenovou vňaťou.

Čo varíme?	<i>Paradajkový šalát č.n. 22 080</i>
Suroviny:	Postup práce 10 porcií
	Tvrdé rajčiaky umyjeme a nakrájame na tenšie plátky. Do studenej vody pridáme olej, cukor, ocot, soľ, zamiešame a necháme rozpustiť. Pri podávaní poukladáme nakrájané rajčiaky na sklenenú misku alebo dezertný tanier a polejeme porciou marinády. Na povrchu rajčiaky posypeme najemno pokrájanou cibuľou a okoreníme mletým čiernym korením.

Čo varíme?	<i>Mrkvový šalát č.n. VK</i>
Suroviny:	Postup práce
500 g mrkva 100 g jablká 20 g cukor (med) 30 g citrón	Mrkvu a jablká očistíme a najemno postrúhame. Cukor zmiešame s citrónovou šťavou a polejeme ním mrkvu s jablkami a premiešame. Pripravený šalát necháme chvíľu doležať v chladničke.