

Číslo projektu	<i>CZ.1.07/1.5.00/34.0479</i>
Číslo materiálu	<i>VY_32_inovace_Helena Housková_polévky_Bílé polévky – krémové_14</i>
Název školy	<i>Střední škola služeb, obchodu a gastronomie Hradec Králové</i>
Ročník	<i>1.</i>
Vzdělávací oblast	<i>Odborný výcvik</i>
Vzdělávací obor	<i>Kuchař</i>
Tematický okruh	<i>Polévky</i>
Téma	<i>Bílé polévky – Kašovité</i>
Jméno autora	<i>Helena Housková</i>
Vytvořeno dne	<i>24.2.2013</i>
Metodický popis (anotace)	<i>Prezentace vytvořená v programu MS Powerpoint seznamující žáky s bílými polévkami. Konkrétně kašovitými. Vyučující může využít konkrétní snímky dle aktuální potřeby. Prezentaci lze uložit rovněž ve formátu PDF a poskytnout ji žákům k jejich mimoškolnímu vzdělávání.</i>

Bílé polévky

Krémové polévky

Krémové polévky = smetanové

- Připravujeme z vhodného vývaru (B, C, ryb, zeleniny, drůbeže, zvěřiny)
- Zahušťujeme světlou jíškou
- Přidáme prolisovanou základní surovinu
- Zjemňujeme smetanou, žloutky, máslem, šlehačkou

Krémová polévka z kapra

Očištěné omyté ryby (kapra) osolíme a udusíme.

Udušenou rybu vykostíme a prolisujeme.

Na másle osmahneme hladkou mouku, zalijeme vodou a jíšku provaříme 20 – 30 minut.

Kořenovou zeleninu uvaříme v osolené vodě, prolisujeme ji a vložíme do polévky.

Vše smícháme, dochutíme solí, zjemníme mlékem a máslem.

Krémová slepičí polévka

Slepici očistíme, dáme do tlakového hrnce, zalijeme vodou, přidáme nakrájenou cibuli, oloupanou mrkev, celer a petržel, osolíme, hrnec uzavřeme a vaříme asi 45 minut. Pak necháme vychladnout, maso vyjmeme, vykostíme a nakrájíme. Vývar přecedíme do jiného hrnce, doplníme vodou, zeleninu nakrájíme nadrobno a vývar přivedeme k varu. Na pánvičce rozehtejeme máslo, přidáme mouku a usmažíme žlutou jíšku. Zalijeme jí mlékem a za stálého míchání povaříme. Pak ji vlijeme do vývaru, prošleháme a opět povaříme. Pak přidáme maso, zeleninu, na růžičky rozebranou brokolici, dochutíme solí a pepřem, zjemníme lžící másla a ještě krátce povaříme. Nakonec doplníme petrželkou.

Polévka brokolicový krém

Brokolici uvaříme v osolené vodě do měkka.

Uvařenou rozmixujeme.

Uděláme si světlou jíšku z másla a hladké mouky, zalijeme vodou, prováříme 20 – 30 minut.

Namixovanou brokolici dáme do jíšky.

Polévku zjemníme mlékem a smetanou.

Polévku dochutíme polévkovým kořením, muškátovým květem a solí.

Krémová česneková polévka

Z másla a hladké mouky připravíme světlou zasmažku, zalijeme vývarem B a provaříme alespoň 20 – 30 minut.

Polévku zjemníme smetanou a mlékem.

Polévku dochutíme solí a čenekem

Špenátový smetanový krém

Připravíme si světlou zásmažku z másla a hladké mouky, zalijeme ji vývarem B a provaříme alespoň 20 – 30 minut.

Špenátový protlak (mražený) necháme na sporáku rozpustit, přidáme do jíšky, zjemníme mlékem a smetanou a dochutíme solí, mletým pepřem a česnekem.

Chřestový krém

Čerstvý nebo mražený chřest uvaříme v osolené vodě.

Z másla a hladké mouky připravíme světlou zasmažku a provaříme.

Uvařený chřest rozmixujeme a přidáme do provařené jíšky.

Polévku zjemníme mlékem, žloutky a smetanou.

Dochutíme solí a bílým pepřem.

Zdroj:

Pokud není uvedeno jinak, použitý materiál je z vlastních zdrojů autora