

Číslo projektu	<i>CZ.1.07/1.5.00/34.0479</i>
Číslo materiálu	<i>VY_32_inovace_Helena Housková_polévky_Přesnídkové polévky_15</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>Přesnídkové polévky</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 přesnídkovými polévkami. Vyučující může využít konkrétní snímky dle aktuální potřeby. Prezentaci lze uložit rovněž ve formátu PDF a poskytnout ji žákům k jejich mimoškolnímu vzdělávání.</i>



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Přesnídávkové polévky

Přesnídávkové polévky

- Hlavním úkolem těchto polévek je nasytit
- Mohou to být polévky hnědé i bílé se zvýšeným obsahem masa, uzenin a zeleniny
- Jsou nabízeny hlavně v nižších cenových skupinách
- Podáváme je s pečivem, nebo přímo v pečivu (gulášová polévka v chlebu...)

Přesnídávkové polévky

- Jsou to polévky - gulášová přesnídávková
- čočková polévka s párkem
 - ruský boršč
 - slepičí vývar s nudlemi
 - frankfurtská s bramborem
a párkem

Přesnídávkové polévky

- Tyto polévky mají více
 - zeleniny
 - brambor
 - uzeniny
 - luštěnin
 - masa
- Jsou hustější , tím více zasytí
- Tyto polévky se podávají v bufetech (lidé si je dávají místo hlavního chodu)
- Již z názvu vyplývá, že jsou určeny na podávání přesnídávek a svačin, jejich základní úkol je nasytit strávnicka. Zvýšená kalorická hodnota je dosahována větším podílem vloček nebo zavářek

Gulášová polévka přesnídávková

- Od normální gulášové polévky má v sobě více masa a brambor.
- Můžeme ji podávat přímo v chlebu



OBR.1



Gulášová polévka přesnídávková

- Na sádle osmahneme cibulku, přidáme hovězí maso namleté nebo nakrájené na kostičky, osolené, opepřené
- Maso osmahneme, přidáme mletou papriku a zalijeme vodou, aby nám paprika nezhořkla a vaříme do měkka
- Ze sádla a hladké mouky uděláme jíšku, zalijeme a provaříme alespoň 30 minut
- Brambory nakrájené na kostičky uvaříme v osolené okmínované vodě do měkka
- Vše smícháme do jednoho hrnce a dochutíme solí, polévkovým kořením, pepřem, majoránkou a česnekem
- * Stejným způsobem se dělá obyčejná gulášová polévka, ale v této je větší podíl masa a brambor

Fazolová polévka s párkem

- Namočené fazole přes noc, dáme vařit v té vodě, co se namáčela a uvaříme do měkka
- Na sádle si osmahneme cibuli, přidáme hladkou mouku, osmahneme, přidáme mletou papriku, zalijeme vodou a provaříme
- Kořenovou zeleninu si nakrájíme na malé kostičky, uvaříme v osolené vodě
- Vše smícháme, přidáme párky nakrájené na kolečka, osmahlé na oleji a dochutíme polévkovým kořením, česnekem a solí

*V této polévce je velký podíl luštěniny, zeleniny a párků

Fazolová polévka s párkem



Frankfurtská polévka s párkem a bramborem

- Na sádle si osmahneme cibuli, přidáme hladkou mouku, mletou papriku a zalijeme vodou a provaříme alespoň 30 minut
 - Brambory si nakrájíme na kostičky a uvaříme je do měkka v osolené a okmínované vodě
 - Na slanině nakrájené na kostičky osmahneme párky nakrájené na kolečka
 - Vše smícháme a dochutíme polévkovým kořením, solí, česnekem a mletým pepřem
- *Tato polévka má velký podíl brambor, párků a slaniny (klasická frankfurtská polévka nemá brambory ani slaninu)

Hovězí vývar s masem a noky

- Vývar A připravíme běžným způsobem, ale připravíme ho z masa
- Vedle si uděláme z odpalovaného těsta máslové noky
- * Tato polévka má velký podíl masa a navíc v ní jsou máslové noky

Zdroj

RUNŠTUK, Jaroslav a kol. *Receptury teplých pokrmů*. Hradec Králové: Radek Runštuk - R plus, 2012, ISBN 978-80-904093-0-9.

OBR.1 AUTOR NEUVEDEN. *iprima.cz* [online]. [cit. 30.3.2013]. Dostupný na WWW:
<http://www.iprima.cz/prostreno/prostrete-si/polevka-v-chlebu-kde-se-vzala>

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