

<b>Číslo projektu</b>	<i>CZ.1.07/1.5.00/34.0479</i>
<b>Číslo materiálu</b>	<i>VY_32_inovace_Helena Housková_polévky_Zvláštní polévky - studené_17</i>
<b>Název školy</b>	<i>Střední škola služeb, obchodu a gastronomie Hradec Králové</i>
<b>Ročník</b>	<i>1.</i>
<b>Vzdělávací oblast</b>	<i>Odborný výcvik</i>
<b>Vzdělávací obor</b>	<i>Kuchař</i>
<b>Tematický okruh</b>	<i>Polévky</i>
<b>Téma</b>	<i>Zvláštní polévky - studené</i>
<b>Jméno autora</b>	<i>Helena Housková</i>
<b>Vytvořeno dne</b>	<i>27.2.2013</i>
<b>Metodický popis (anotace)</b>	<i>Prezentace vytvořená v programu MS Powerpoint seznamující žáky se zvláštními polévkami, konkrétně studenými. Vyučující může využít konkrétní snímky dle aktuální potřeby. Prezentaci lze uložit rovněž ve formátu PDF a poskytnout ji žákům k jejich mimoškolnímu vzdělávání.</i>

# Zvláštní polévky

Studené

# Studené polévky

- **Gazpacho**
- je nejpopulárnější chladná polévka. Připravuje se na stovky způsobů a vznikla spojením různých vlivů. Historici stravování píší, že význam slova gazpacho se staletími měnil. Nejznámější je andaluská varianta gazpacha, která obsahuje různou zeleninu, česnek, rajčat a okurky. Originální polévka vznikla z arabské, která se skládá z chleba, česneku, olivového oleje, vinného octa, soli a vody. Vinný ocet, který dává gazpachu svěžest, je spojení s římskou civilizací.
- K rozšíření gazpacha nejvíce přispěla Eugenia de Montijo z Granady, žena Napoleona III. Rajčata a ostatní zelenina z Nového Světa se začala používat k přípravě gazpacha relativně nedávno, teprve koncem 18. století. Největší vzestup zažila chladná polévka v USA. Stala se nejznámější a nejčastější polévkou v amerických restauracích, hlavně na západu.
- Znalci tvrdí, že pro gazpacho je nejdůležitější čerstvá syrová zelenina. Led se nesmí přidávat, protože by se tím zničila ta jemná emulze. Ideální teplota je trochu nižší než pokojová. Tak je polévka opravdu osvěžující.

**Gaspacho (gaspáčo)** je španělská studená polévka pro osvěžení v horkých a parných dnech.

1. Neloupanou salátovou okurku, cibuli a česnek nakrájíme najemno, vložíme do mísy, přidáme drcená rajčata a olej. Směs osolíme, opepříme, rozmixujeme a dochutíme octem. Polévku zakryjeme a chladíme alespoň 2 hodiny.

2. Na vložku do polévky podélně rozpůlíme zbývající okurku a semena odstraníme lžící. Okurku a papriku nakrájíme na kostičky. Plátky veku nakrájíme také na kostičky a opečeme je na olivovém oleji. Polévku rozdělíme na dobře vychlazené talíře. Vložku podáváme odděleně, aby si ji mohl nabrat každý podle chuti.

Tip: Polévku můžeme podávat s 2 nebo 3 kostkami ledu. Pro barevnou pestrost můžeme jako vložku přidat také červenou papriku. Polévku uchováme v chladničce dobře přikrytou fólií, protože je silně aromatická.

## Gaspačo (Gazpačo)



# Žurek a Chlodnik

- Chlodnik je v Polsku velmi oblíbená studená polévka nejčastěji připravovaná z kyselého mléka, červené řepy včetně mladých listů, ředkvi, okurek a čerstvě nasekaného kopru.
- Právě pro horká lední poledne byl stvořen "chlodnik", noblesnější polská verze bulharského taratoru, který vedle základu ze smetany a kyselého mléka může obsahovat nejen okurku, česnek a kopr ale i krevety, chřest, červenou řepu. Chlodnik se dělá i z různého ovoce a kdo nezkusí, že i to může být vynikající začátek oběda, neuvěří.
- Honosnější a tradiční variantou je chlodnik s telecím masem, ale můžeme směle použít i mladé maso hovězí.



# Žurek a Chlodnik

- Kvasná **polévka žurek** se dělá z vody, žitné mouky, kousku chleba, soli a česneku. Tato směs se po čtyřech dnech kvašení vlije do vývaru z vepřových kostí, dochuceném osmaženou cibulí, bůčkem a bílou grilovací klobásou. Polévka se ještě dochutí smetanou, křenem a majoránkou. Nakonec se přidá rozdrobené vejce natvrdo.

Kromě žurku jsou v Polsku oblíbené také husté zeleninové polévky - např. studená okurková polévka s červenou řepou (tzv. chlodnik). Poláci si ale pochutnávají i na ovocných polévkách, připravených např. z jablek nebo švestek.

# Tarator – okurková polévka

- Tradiční bulharská studená polévka "tarator" je připravená z bílého jogurtu , nastrouhané okurky, mletých ořechů a ochucená koprem, česnekem a petrželí, která je velmi osvěžující zejména v parném létě.
- Jogurt s mlékem nebo smetanou rozšleháme, osolíme, okořeníme mletým černým pepřem a dle chuti přidáme nastrouhaný česnek. Za stálého míchání přilijeme olej, přidáme nadrobno nakrájené nebo nastrouhané okurky a jemně nasekaný kopr. Polévku necháme dobře vychladnout. Před podáváním zdobíme nejemno nasekanými oříšky.



OBR.1

# Ledová bramborová polévka

Brambory oloupeme, omyjeme a pokrájíme na kostky. Cibuli nakrájíme a spolu s brambory osmahneme na lžici másla. Přilijeme vývar, vaříme asi 30 minut a následně rozmixujeme. Přilijeme smetanu a necháme přejít varem. Ochutíme solí, pepřem a strouhaným muškátovým oříškem. Pórek nakrájíme na tenká kolečka a přibližně 2-3 minuty opékáme na másle a necháme vychladnout. Mělké talíře vyložíme drceným ledem, navrch postavíme hluboké talíře s polévkou. Dozdobíme pórkem a nasekanou pažitkou.

# Studená polévka - Šaltibarščiai

- Okurku nakrájíme na kostičky a vmícháme do kefíru. Přidáme nastrouhanou červenou řepu, cibulku a kopr. Osolíme a necháme vychladit. Na talíři zdobíme natvrdo uvařeným vejcem.



OBR.2

# Studená okurková polévka s krevetami

Okurku omyjte, osuste, rozkrojte podélně, malou lžicí z ní odstráňte semena a nakrájejte ji na kostičky. Mátu nakrájejte na drobno.

V hrnci rozehřejte trochu oleje a na něm orestujte cibuli do sklovata. Prilejte k ní vývar, varte 5 minut, stáhněte ze sporáku a nechte vychladit. Do vychladlé polévky zaslehejte jogurt, vmíchejte okurku, krevety a mátu.

Polévku dejte do chladničky na nejméně 30 minut.

Vychlazenou polévku dochutte solí a pepřem a případně ji pokapejte citronovým olejem.



OBR.3

# Zdroj

- OBR.1 AUTOR NEUVEDEN. *asistentka.cz* [online]. [cit. 4.4.2013]. Dostupný na WWW: <http://www.asistentka.cz/node/12124>
- OBR.2 AUTOR NEUVEDEN. *labuznik.cz* [online]. [cit. 4.4.2013]. Dostupný na WWW: <http://www.labuznik.cz/recept/studena-polevka-saltibarsciai>
- OBR.3 AUTOR NEUVEDEN. *labuznik.cz* [online]. [cit. 4.4.2013]. Dostupný na WWW: <http://www.labuznik.cz/recept/studena-okurkova-polevka-s-krevetami/>

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