

**Turizmus-vendéglátó ágazat –
Tananyag az előzetes tudás beszámításához**

Szakmai követelmények:

A turizmus-vendéglátás ágazati alapoktatás során a tanuló betekintést nyer a cukrász, szakács, vendégtéri és turisztikai szakmák tevékenységébe. Megkülönbözteti, felhasználás előtt alkalmassá teszi, előkészíti a termékkészítéshez a nyersanyagokat, ügyel a minőségükre. Kiválasztja a munkafolyamatokhoz szükséges eszközöket, gépeket, kézi szerszámokat, berendezéseket. A cukrászati termékkészítés során, tésztákat gyúr, kever, habot ver, kinyújtja, darabolja, kikeni, nyomózsákkal alakítja, megsüti, betölti, díszíti a termékeket. Az ételkészítés során, főz, párol, pirít, grillez, süt zárt térben és bő zsiradékban, kialakítja a termékek ízét, állagát, megjelenését. Vendégtérben éttermi alapterítést végez, a vendég előtt desszerteket, salátákat, alkoholmentes kevert italokat készít. Megkülönbözteti a szálláshelytípusokat, a régió turisztikai szolgáltatóit, ajánlja a vendégeknek a saját turisztikai régióját, természeti adottságait. Fogadja a vendéget, ismerteti, felszolgálja a rendelkezésre álló ételeket és italokat. Munkatevékenysége során betartja a munkabiztonsági, egészségvédelmi, higiéniai és környezetvédelmi szabályokat, előírásokat. Az üzleti érintkezés szabályai szerint kommunikál a munkatársaival, a vendégekkel, betartja, a viselkedési szabályokat, elfogadja a különböző nemzeti kultúrák sajátosságait. Feladataihoz munkája során szövegszerkesztő és táblázatkezelő programokat használ, szakmai információgyűjtéshez a világhálón tájékozódik és hagyományos információs forrásokat felhasznál.

Tananyagtartalom:

Vendégtéri ismeretek alapjai

Alapterítés

A terítés az ételek és italok elfogyasztásához szükséges eszközök elhelyezését jelenti a vendégek asztalán. A terítés célja, hogy a vendégeknek biztosítsuk a fogyasztás eszközeit, kialakítsuk az étkezés és italfogyasztás lehető legmegfelelőbb körülményeit és az alkalomhoz illő hangulatot.

Alapterítés alatt a vendég érkezéséig az asztalon lévő eszközöket értjük. Melegkonyhás üzletekben a főétkezésekhez általában egységes terítést, alapterítést alkalmazunk. Az asztalokat még a vendég érkezése előtt elő tudjuk készíteni, tehát már terített asztallal várjuk



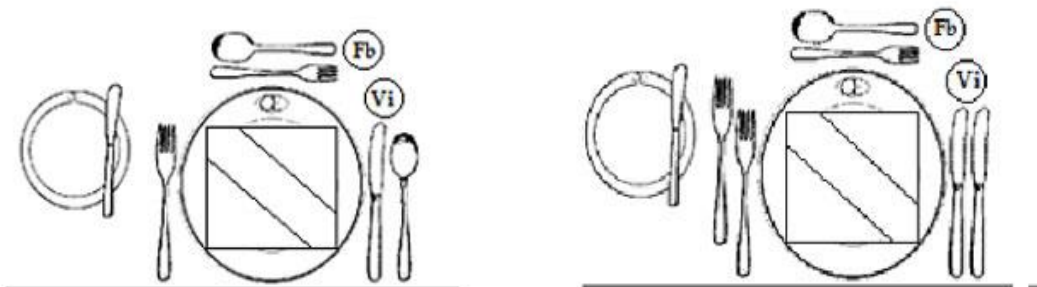
és fogadjuk a vendéget. Általában előre nem ismerjük a fogyasztani kívánt ételeket és italokat, ezért csak alapterítéket tudunk elhelyezni az asztalon, ami szükség szerint, a rendelésnek megfelelően kiegészítésre kerülhet. Az alapterítéket befolyásolja az étkezés jellege (reggeli, tízórai, ebéd, uzsonna, vacsora, színházi vacsora), az üzlet színvonala, az üzlet jellege és a vendégek igényei.

A terítés megkezdése előtt győződjünk meg a terem és a berendezési tárgyak, eszközök tisztaságáról és épségéről.

A terítés menete:

1. **A vendég asztal (120x80) és a kiségitő asztal (40x80) és székek tisztaságának ellenőrzése** (szükség esetén le kell törölni, figyeljünk a székek morzsátlánítására, az asztalok és székek lábainak tisztaságára).
2. **Az asztalok beállítása** (legyen elég helye az asztaloknak és hozzá a székeknek is, az asztalok egymástól egyforma távolságra kerüljenek, legyenek beállítva a szélső, első asztalhoz, figyeljünk a párhuzamosságra és a merőlegességre).
3. **Az asztalok rögzítése** (beállításkor meg kell győződni arról, hogy szilárdan állnak-e a talajon, ha nem a lábait stabilizáljuk, a billegést szüntessük meg).
4. **Az abrosz felterítése** (figyeljünk arra, hogy csak tiszta, ép abroszt terítsünk fel, figyeljünk a vasalásokra és a minden oldalon egyforma lelógásra).
5. **A teríték helyének meghatározása** (meghatározza az asztal nagysága és a vendégek száma, fő alapelv, hogy a vendéget úgy helyezzük el, hogy minél több mindent láthasson a környezetéből).
6. **Az asztali leltár felhelyezése** (só-bors szóró és váza virággal, az asztalnak mindig arra a részére helyezzük, ahol nincs teríték, fontos hogy a vendég elérje).
7. **A teríték tányérok felhelyezése** (az asztal szélétől számított 1 cm-es távolságra helyezzük, figyeljünk a tányér mintázatára, amely a vendég felé nézzen, terítéktányérként felhelyezhető lapostányér (24 cm) és svájci tányér (32 cm) is)

8. **Az evőeszközök felhelyezése** (ebéd terítékhez nagykésre, nagyvillára, nagykanálra, kiskanálra és kisvillára van szükség, míg vacsora terítésnél a nagykanalat még egy nagyváltásra /nagykés és nagyvilla/ cseréljük, a nagykés a terítéktányér jobb oldalára kerül élével a tányér felé elvágólag, a nagyvilla pedig balra szintén elvágólag a tányér szélétől, a nagykanál a kés mellé kerül elvágólag, a tányér fölé helyezük középre a desszervváltást /kisvilla és kiskanál/ alul a villa a nyele balra néz, fölé a kanál a nyele jobbra néz, figyeljünk a párhuzamosságokra).
9. **A zsemletányér és a vajkés felhelyezése** (a zsemletányér a nagyvilla mellé kerül 2 ujjnyi távolságra, a permére helyezük a vajkést, amelynek éle úgy áll, mint a nagykésé, figyeljünk arra, hogy a vendég könnyen elérhesse)
10. **A poharak felhelyezése** (a vizes poharat a kés hegyétől számított 1 cm-re helyezük középre, ehhez képest állítjuk be a fehérboros poharat úgy, hogy a kelyhek között egy tollnyi távolság maradjon).
11. **A szalvéta felhelyezése** (a hajtogatott szalvétát helyezhetjük a zsemletányérba, a terítéktányérba, vagy a villa mellé a terítőre, fontos hogy ez mozdulattal nyitható legyen).
12. **A székek beállítása** (a munkafolyamat a szék beállításával ér véget, a terítékhez középre helyezük, úgy hogy a lelógó terítő elvágólag elhaladjon a szék ülőlapja széle mellett).
13. **A teríték ellenőrzése**





Vendégfogadás szabályai

1. Köszönés

- a napszaknak megfelelően
- udvariasan, mosolyogva
- ne legyen túl harsány
- mindig előre köszönünk
- nézzünk a vendég szemébe
- érezze a vendég, hogy szívesen látjuk

2. Fogadás

- belépéskor fogadjuk a vendéget, elébe megyünk
- tisztázzuk, hogy van-e foglalása, hányan érkeznek, milyen kívánságaik vannak
- a vendéget helyrekísérjük, utat mutatva előre megyünk
- lesegítjük a kabátot
- segítünk a leülésben, a széket kihúzzuk és kifordítjuk, majd a leülő vendég alá toljuk
- ismertetjük a kínálatot
- felmérjük a vendégigényeket

Svájci (amerikai) felszolgálási mód

- tányérszerviz
- az ételeket adagolva a szakács előmelegített vagy előhűtött tányérokra tálalja
- esetleg tányérfedővel (cloche) lefedjük és a vendég asztalához visszük
- a tányért jobb oldalról jobb kézzel a vendég elé helyezzük
- közben használjuk a felszolgáló kendőt (hangedli), kiterítve a bal karunkra, így fogjuk meg vele a tányért
- ha tányérfedőt alkalmazunk, leemeljük egy gyors, határozott mozdulattal felfordítva
- a kenyér bekínálása a bal oldalról történik
- figyeljünk, hogy a tányér mintája a vendég felé nézzen



- a lerámolás szintén a jobb oldalról történik

Vendég előtt készíthető befejező saláták és befejező fogások

- célja, hogy fokozzuk a vendég étvágyát, emeljük a vendéglátás színvonalát
- élménygasztronómia biztosítása
- fontos a szakszerű eszköz-előkészítés
- munka közben folyamatosan kontaktusban vagyunk a vendéggel
- csak olyan műveleteket végzünk a vendég előtt, amely az élvezeti értéket fokozzák
- a tevékenységet a kisegítő asztalon végezzük

Salátakeverés:

- előkészítve hozzuk ki a saláta összetevőit külön tálkákban és az ízesítőket, fűszereket
- gondoskodunk a megfelelő tányérok és szervizeszközök előkészítéséről
- salátakeverő tálba helyezük az alapanyagokat, salátáskanállal és salátásvillával összekeverjük, dresszinget adunk hozzá és beízesítjük
- a bekészített előhűtött tányérokra szervírozzuk és a fenti svájci felszolgálási mód szerint felszolgáljuk

Desszert flambírozása:

- az egyik leglátványosabb vendég előtti munkavégzés
- itt is fontos a szakszerű előkészítés, a megfelelő eszköz és alapanyag előkészítés
- a flambírozáshoz (meggyújtás) olyan alkoholos italt válasszunk, amely magas alkoholtartalommal rendelkezik (pl. rum)
- ne öntsük a szeszesitalt közvetlenül az üvegből a serpenyőbe, egy merőkanálból locsoljuk a serpenyőben lévő desszertre (pl. Creppes Suzette), majd gyújtjuk meg és várjunk addig a szervírozással, amíg a láng elalszik, az alkoholtartalom teljesen kiég



Kevert ital készítés szabályai

A koktélkeverés eszközei:

Shaker

A shaker egy mixer legalapvetőbb felszerelése, a koktéلكészítés eszközei közül alighanem az első, amit kötelezően be kell szerezni az italkeveréshez. A shakert rendszerint olyan italokhoz használjuk, amelyekben sűrű likőrök, szirupok, gyümölcslevek és egyéb olyan alapanyagok találhatók, amelyek összerázást igényelnek. A shakert mindig úgy kell megtölteni, hogy két itálnak és a hozzá tartozó jégnek egyaránt el kell férnie benne. A legismertebb és legnépszerűbb shakerek rendszerint azok, amelyek rozsdamentes acélból készülnek, és a fedelükbe egy külön szűrő került beépítésre, sapkájuk pedig mérceként is alkalmazható.

Szűrő

Szűrőből alapesetben két típusút használ egy mixer. Az egyik a Hawthorn, a másik a Julep. A Hawthorn szűrőt a legkönnyebben a pereme körül meghúzódó hosszú, rugalmas spirálról ismerhetjük meg, aminek köszönhetően a legkülönbözőbb méretű shakerekbe is egyszerűen illeszthető. A Julep ezzel szemben inkább olyan, mint egy lyukacsos kanál, amit nagyon nehéz beszerezni, kevesen ismerik, és kevesen is használják.

Hámozókés

A koktéلكészítés eszközei közül az egyik legnyilvánvalóbb dolog, ami minden háztartásban megtalálható, és egy mixer kínálatából sem hiányozhat.

Vágódeszka

A késhez hasonlóan jellemezhető, nem kell belőle egy finom vagy drága darab, a lényeg, hogy mindent magabiztosan és pontosan fel tudjunk vágni rajta.

Citromfacsaró

Szintén nem a stílus a lényeg, hanem a rendeltetés és a hasznosság, hogy könnyen és jól tudjuk facsarni vele a citromot, amely rengeteg koktél alapja.

Keverőpohár

A keverőpohár a shakerhez hasonló funkcióval bír, ámde keverésre szolgál. Ilyen italokat keverünk vele, amelyben nincs gyümölcslé, ergo nem zavarosak.



Mérőpohár

A mérőpohár a koktélkészítés eszközei közül az egyik legfontosabb mérce. Egy kis fém pohárról van szó, amely többféle méretben kapható. A legáltalánosabb a 2 cl-es űrmértékű alsó-, és 4 cl-es űrmértékű felsőrésszel ellátott darab.

Bárkanál

A közhiedelemmel ellentétben nem minden koktél shakerben készül, akadnak olyanok is, amelyeket keverve állítanak össze. Ehhez a folyamathoz kell majd a bárkanál, amely hosszított nyelű, teáskanál űrmértékű darab, amivel könnyedén összekeverhetünk bármit.

Jégvödör

A koktélok többségét jéghidegen szervírozzák, amihez rengeteg jégre van szükség. Ehhez kell a jégvödör, ami rendszerint rozsdamentes acélból vagy üvegből készül, a lényege pedig, hogy a jég ne olvadjon el hamar.

Jégtörő

Egyes koktélok elkészítéséhez tört jeget alkalmaznak, amihez fontos szétzúzni a nagyobb jégdarabokat és jégkockákat. Ehhez használjuk a jégtörőt, amivel apró darabkákra törhetjük a jeget, és így könnyebben lehűthetjük vele a koktélt.

Koktélvilla

A koktélvilla egy kicsi, ámde annál elegánsabb villa, ami első ránézésre sokaknak úgy festhet, mint bármelyik étkezéshez használt eszköz. A lényege, hogy stílusosan és higiénikusan választhassuk ki a koktélhoz használt cseresznyét vagy olívbogyót

Koktél poharak:

Felespohár

Röviditalokhoz és shooterekhez használjuk, de a mérőpoharat is helyettesítheti. Űrtartalma 57 ml.

Ypszilon kehely

Hosszú szára védi az italt a kéz melegétől, a V alakban elágazó kehely pedig elég széles a díszítés elhelyezéséhez. A nagyobbak Űrtartalma 120-150ml, a kisebbeké 50-70ml.



Collins

A hosszúitalok pohara, minél magasabb, annál jobb. Sok célra használhatjuk, ilyen pohárban kínálunk hosszú koktélok (long drinkeket), jégre töltött kevert italokat vagy például szódával feltöltött italokat. Oldalai teljesen egyenesek, befogadóképessége 230-280ml.

Old fashioned

Egyenes oldalú vizespohár, amelybe 170-230 ml ital fér. Minden olyan koktélhoz használhatjuk, amelyet “on the rocks”, vagyis jéggel kínálunk. Emellett whiskyhez a legmegfelelőbb választás. Az old fashioned poharak talpatlanok (a fenekük határozottan vastag, a faluk rendszerint vékony), alacsonyak és meglehetősen szélesek. A klasszikus változat megközelítően hengeres formájú. Whisky, 5-15 cl-es koktélok számára ideális, szélessége miatt jól díszíthető, s nagy jégkockákat is lehet benne használni.

Highball

Magas falú pohár, befogadóképessége 230-280ml. Szerepét tekintve tulajdonképpen azonos a Collins-pohárral, csak valamivel dekoratívabb. A hosszúitalos poharak talpatlanok, közepesen szélesek és határozottan magasak. A klasszikus highball hengeres, de van gyengén hordóformájú, vagy éppen sokszögletű verziója is. E poharak felhasználását a gyűjtőnevük pontosan jelzi, általában alkalmasak a nagyobb térfogatú, vagy felöntött italok jégkockákkal együtt történő tálalására is.

Boros pohár vagy Sour

Talpas pohár többnyire olyan italokhoz, amelyek se nem “igazi” koktélok, se nem hosszúitalok, mint például az Icebreaker vagy az Orgazmus.

Hurrikán pohár

Tetszetős ívű, nagy űrtartalmú, hasas pohár, amiben bőven van hely a jég és a díszek számára. Általában egzotikus hosszúitalokat és tört jéggel felszolgált koktélokot szolgálunk fel benne. Űrtartalma 240-300ml.

Flóte poharak

A flóte talpasak, magasak, keskenyek, s főleg pezsgőhöz, vagy az azzal felöntött koktélokhoz használatosak. Ezekben ugyanis – alakjuk miatt – hosszabban, szebben gyöngyözik a szénsav. A flótekhez olykor megtévesztésig hasonlít a pousse cafés pohár, amely szintén talpas, a feje hosszúkás, keskeny, de többé-kevésbé hengeres, így nagyon jól mutatnak benne a különböző színű italokból rétegezett koktélok. Egyes flótekkel ugyancsak összetéveszthető a sour pohár, amelynek szintén hosszú, keskeny feje van, s az alul gyengén öblösödik, felfelé haladva pedig határozottan szűkül.

Tumbler

A tumbler poharak átmenetet képeznek az old fashionedek és a highballok között (az előbbtől egy “kis”, az utóbbtól pedig egy “nagy” tumblert már nehéz is megkülönböztetni). E család



tagjai jellemzően talpatlanok (bár előfordul kifejezetten rövid, vastag szárú verziója is), s megközelítően hengeres formájúak. A 10-15 cl-nél hosszabb italokhoz is jól használhatók, s viszonylagos szélességük miatt jégkockákkal és gyümölcsdarabokkal is könnyen lehet dolgozni bennük.

Alkoholmentes koktélok:

1. Virgin Lucky Driver

Hozzávalók:

- 2 cl citromlé
- 5 cl ananászlé
- 5 cl grapefruitlé
- 5 cl narancslé
- 1,5 cl cukorszirup

Díszítés: koktélcseresznye, ananász

Pohár: tulipánpohár

Technika: shaker

2. Virgin Shirley Temple

Hozzávalók:

- 1,5 cl grenadin szirup
- 2 cl limelé
- feltöltés gyömbér üdítő ital

Díszítés: koktélcseresznye

Pohár: long drink

Technika: épített

3. Virgin Mojito

Hozzávalók:

- 3 cl limelé
- 6-8 db mentalevél
- 2 cl cukorszirup
- feltöltés szódavíz/ásványvíz

Díszítés: mentalevél, lime

Pohár: long drink

Technika: épített

4. Virgin Pina Colada

Hozzávalók:

- 3 cl kókuszszirup



- 2 cl tejszín
 - 10 cl ananászlé
- Díszítés: koktélcseresznye, ananász
Pohár: tulipánpohár
Technika: shaker

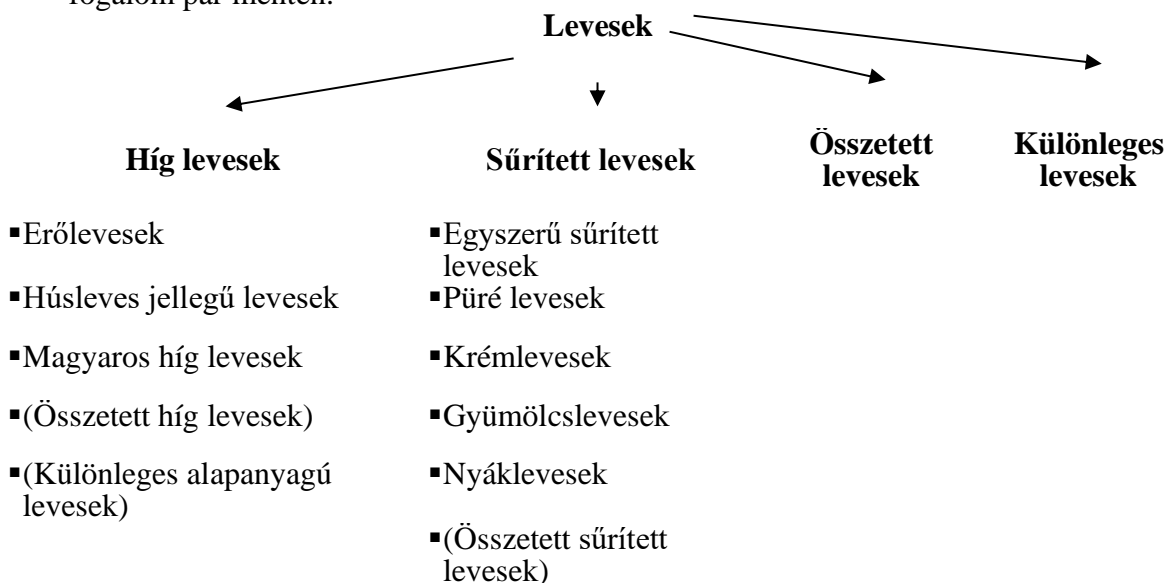
Ételkészítés alapjai

- **Ételsorban elfoglalt hely**
 - Hagyományosan: főételeink kiegészítői. Az étel mellett, salátás tányéron tálaljuk, hűtve.
 - Betöltheti hideg előétel szerepét, kiszorítva ezzel a hidegkonyhánál jegyzett majonézes „összetett salátákat”.
 - Továbbá, főételként is ételsorba állítjuk. Ennek megfelelően készítésüknél húst, és mindenféle kiegészítőt szerepeltetnek. Meleg salátát is ismerünk.
 - Lehet köret – egybetálalva a húsetellel. Ez esetben a tányér hőfoka (hűtött / melegített / semleges) megfontolás tárgyát kell, hogy épezze.
 - Képezheti salátás-kocsi / salátabár / büféasztal („svédasztal”) kínálatát.
- **Táplálkozás-élettani jellemzés** / Vitamin, ásványi anyag, rost anyag, szerves sav tartalmuknál fogva segítik a komplettált táplálkozást.
- **Készítésüknél** önteteket (dresszingeket) használunk fel. Ez határozza meg a saláta karakterét.
 - A salátakészítés hagyományos (magyar) módja, hogy a nyers, lesózott, vagy főtt zöldséget, salátafélét a salátaecetben (öntetben) érleljük.
 - A nyugati trendet követő modern konyha viszont csak (enyhén!) lesózza valamilyen finom (pl. tengeri, vagy Himalája) sóval, kevés finom saláta olajjal (olíva, kukorica csíra, stb.) meglocsolja a zöldséget. Így tálalja. A vendég a maga által választott dresszingsel, v. egyéb kiegészítővel (pl. pirított olajos magvak, ehető virág szirma) adja meg a saláta jellegét.
- **Dresszingek**
 - 1) Ecet-olaj alapú öntetek
 - 2) Majonéz alapú öntetek
 - 3) Hollandi mártás alapú öntetek
 - 4) Paradicsom alapú öntetek
 - 5) Tejtermék alapú öntetek
- **Csoportosítás**
 - 1) Nyers saláták (Uborka, Paradicsom, Káposzta, stb.)
 - 2) Főzve készült (hőkezelt) saláták (Burgonya, Cékla, Padlizsán, stb.)
 - 3) Tartósított saláták (Csemege uborka, Töltött paprika, stb.)

- 4) Összetett-vegyes saláták
- Mindhárom csoport képviselve van.
 - Minimum 4 összetevőt tartalmaz.
 - Nyersanyag, készítési mód nem ismétlődik → ez biztosítja a változatosságot.
 - (Szakmailag ellentmondásos. Egy ilyen montázs biztosan tartalmaz - legalább egy – olyan összetevőt, ami nem illik a húsétel karakteréhez...)

Levesek

- **Gasztronómiai jellemzés**
 - A legősibb ételeink egyike.
 - Hazánkban délben, több országban (Franciaország, Anglia) inkább este fogyasztják.
 - Jellemzően magyar fogyasztási mód, az „egytálétel”. Tartalmas, karakteres, nagyobb mennyiségben tálalt, több összetevős levesek – főfogás szerepben
- **Ételsorban elfoglalt hely, tálalás**
 - Első, - illetve a hideg előételek után tálalva- második fogás.
 - Leves tálban (Topf); Csészében; Bográcsban; Kiöntő csészéből (szakmatörténeti érdekesség); A különleges leveseket speciális csészében
 - A hideg leveseket 6-8 (a legújabb trend szerint 5), a forró leveseket 60-80°C-on tálaljuk. (A forró hígleveseket 90°C felett...)
 - Mennyiség: csészében 0,25-0,3l, szabadszedés esetén (topf) 0,5l.
- **Táplálkozás-élettani jellemzés**
 - Előkészíti a gyomrot a többi étel befogadására.
 - A jóllakítás nem cél. Ez alól kivételt csak az egytálételek képeznek, (ezek telítő hatásúak). Azok is csak a hagyományos szisztéma szerint, főfogásként tálalva...
- **Csoportosítás**
 - Alapvetően híg (tükrös), és sűrített leveseket különítünk el.
 - Árnyalhatja a rendszerezést a felhasznált alapanyag gyakorisága, a tálalt mennyiség. Így az „összetett”, illetve a „különleges” leves-csoport is értelmezhető a híg / sűrített – fogalom pár mentén.





- **Sűrítési eljárások**

- **Rántás:** zsiradékon pirított liszt. Azon túl, hogy sűrít, az étel jellegét is befolyásolja. Ezért, hogy különbséget teszünk a pirítottság fokai között: "Nem pirított, világos, zsemleszínű, barna rántás". Kevés vízzel kikeverve, hő-kiegyenlítés után adjuk a forrásban lévő ételhez. (Hideg rántást meleg, meleg rántást hideg vízzel hígítunk.) A rántásban megpirított fűszernövények illat-, zamat-, színanyagai jobban kioldódnak. Ezt a módszert alkalmazva ügyelni kell a pirítási sorrendre, és a pirítás mértékére (száraz / élő fűszer...) Pl. „Fűszeres rántás”, „Magyaros rántás”. E-fogalmak használatakor mindig tisztázni kell, mit értenek alatta (a szakirodalom sem egységes e-tekintetben).
- **Habarás:** Liszt (vagy ételkeményítő) valamilyen tejtermékkel (tej, tejföl, tejszín, kefir, joghurt) és kevés hideg vízzel / vagy csak vízzel kikeverve. Hő-kiegyenlítés után adjuk a forrásban lévő ételhez.
- **Staubolás (lisztszórás):** A „zsírjára pirított” ételre szórjuk a lisztet, rápirítjuk. Felöntjük, kiforraljuk.
- **Száraz ("Francia") rántás:** Zsiradék nélkül pirított liszt.
- **Beure-manie ("Lisztes vaj):** Liszttel begyúrt vaj darabkákat adunk a forrásban lévő ételhez. Az olvadó vaj egyenletesen osztja szét a lisztet az ételben. (Modern változata a ny-i konyhákban elterjedt „sűrítő por / granulátum. ☺)
- **Pürésítés („áttörés”):** Az áttört, pürésített jelleget - adó anyagot az ételhez adjuk. (Turmix, botturmix, leves-szita + fakanál, hal-passzírozó, stb. segítségével pürésítünk.)
- Szakmatörténeti érdekesség a panáddal (lisztpép), illetve a kenyérbéllel történő sűrítés.
A lisztes sűrítési eljárással sűrített ételeket minden esetben jól ki kell forralni!

Főzelékek, Köreték

- **Táplálkozás-élettani jellemzés**

- A táplálkozás fontos tényezői. A húskok a test fehérje szükségletét, a ~ a test szénhidrát, ásványi anyag, vitamin, rost anyag szükségletét fedezik. A komplettált táplálkozás elengedhetetlen összetevői.

- **Gasztronómiai jellemzés (főzelékek)**

- A főzelék – „sűrített főzelék” – speciális, magyar ételcsoport. Köret szerepet lát el – szénhidrát + zsiradék + rost + vitamin, ásványi anyag tartalmánál, ételsorban való elhelyezkedésénél (a húsetel kiegészítője), illetve mennyiségénél (3-5dl) fogva.
- Megítélése ellentmondásos. Fogyasztása a népi hagyomány, és az állaga miatt kanállal történik. Ez problémát okoz az éttermi gyakorlatban (mélytányér / lapos tányér; kés-villa / kanál...?) Ez a szempont, és a rántással (zsír + szénhidrát) sűrítés „szégyenletes” gyakorlata miatt sokáig nem ítélték a nemzetközi gasztronómia számára megmutatni – érdemes produktumnak.
- A nemzetközi gasztronómia viszont csodálattal néz a főzelékeinknél megjelenő íz-harmóniákra! A túlélés, az elfogadtatás esélye, ha a nemzetközi konyha „steak + köret + mártás” logikáját követve mártásként is meg tudjuk fogalmazni ugyanazt az ételt. (Az

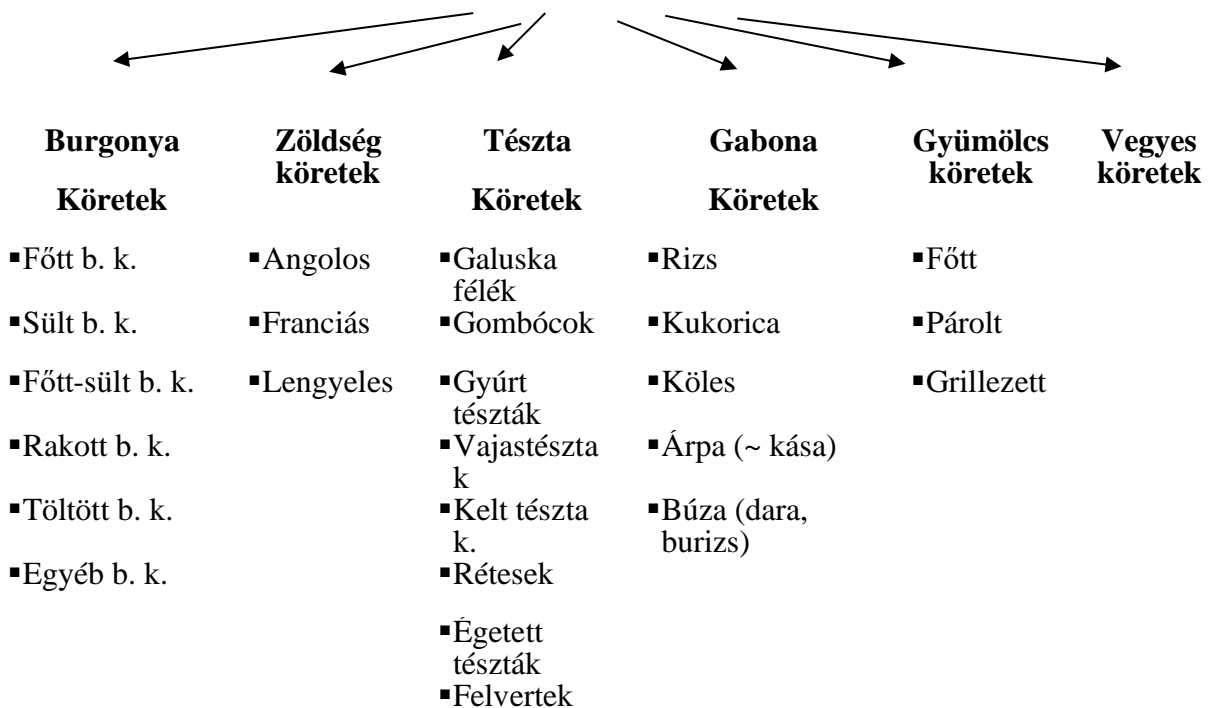


otthoni konyha, kisvendéglős kínálat, közétkeztetés számára továbbra is a hagyományos készítés, tálalás az üdvöztető.)

- **Ételsorban elfoglalt hely, tálalás** A köretek a főétel kiegészítői.
 - Tálalhatjuk vele együtt (egy tálon) ill. külön, attól függően, hogy mártásos, v. mártás nélküli az étel.
 - A köretek sok étel jellegének, karakterének kialakításában is szerepet kapnak. Ezeket többnyire együtt tálaljuk. (Paprikás csirke galuskával, Borjú sült tavasziasan)
 - A ~ nem haladhatja meg sem terjedelemben, sem kimunkáltságban, sem ízeiben a főételt.
 - Hagyományosan a tányér egyik oldala a köreté, a másik a feltété. A modern tálalási logika, mely minél magasabbra emelve „építi” az ételt, a köretet sokszor alappá („szokli-vá”) teszi, erre kerül a hús, a dísz.

- **A főzelékek csoportosítása**
 - 1) Angolos főzelékek: Sós vízben főtt zöldség + vaj.
 - 2) Franciás főzelékek: Vajon párolt zöldség.
 - 3) Lengyeles főzelékek: Sós vízben főtt zöldség, vajon pirított zsemlemorzsával.
 - 4) Különleges főzelékek (Lecsó, Párolt káposzta, stb.)
 - 5) Sűrített főzelékek: Száraz hüvelyesből, vagy friss (fagyasztott, konzervált) zöldség-főzelékfélékből, készül főzéssel, és valamilyen lisztes sűrítési eljárással.

A köretek csoportosítása



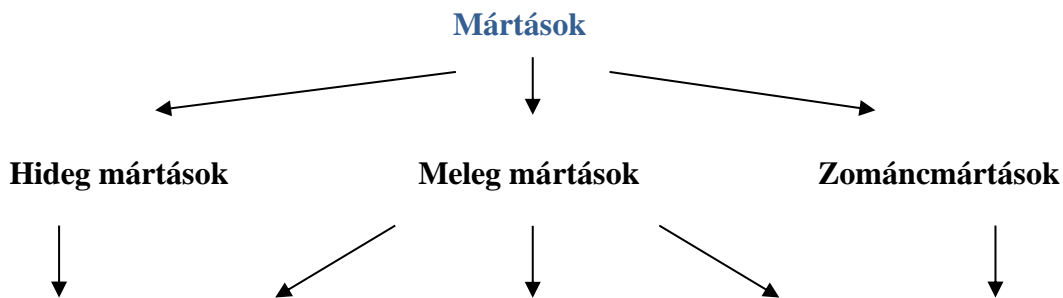
- A hazai rendszerezéstől eltérően – mely különválasztja a köretek, és a főzelékeket – alkalmazhatunk más, a nemzetközi gyakorlatra hajazó kategóriákat: Zöldségköretek; Burgonyaköretek; Tésztaköretek; Gyümölcsköretek; Vegyes köretek; Zöldségraguk /

Egyéb köretek. Ez esetben a főzelék csoportok zöme (kivéve a sűrített főzeléket) zöldségköretként értelmezhető.

- Más (pl. meleg előétel) ételcsoportnál megismert készítési módok, ételek is betölthetik köret szerepét (felfúj, ropogós, csőben sült),
- Rendezőelv lehet (pl. az egyes alapanyagcsoporton belül), hogy milyen elsődleges technológiával készül az étel (főtt, sült, grillezett, gőzölt, párolt...)

Mártások

- **Jellemzés:** A jó mártás csomómentes, bevonó képes, bársonyos. Ízében, színében, jellegében illeszkedik az ételhez.
- **Ételsorban elfoglalt hely-tálalás:** 1adag mártás: 1dl. A (fő)étel mellé tálaljuk: Sült ételekhez külön mártás-csészében, párolt ételek esetén az ételre, ill. az étel mellé öntve. Különbséget teszünk „alpmártás”, illetve az ebből képzett „képzett mártások” között. Az alpmártásokat ritkán tálaljuk önálló mártásként.
- **Készítésüknél** ügyelni kell a következőkre: A meleg mártásokat (általában) hosszan tartó forralással készítjük. A hideg mártásokat intenzívebben ízesítjük, fűszerezzük.



- Majonéz alapú h.m.
- Egyéb h. m.

Francia alpm-ból k.m.

- Besamel m. k. m.
- Bársonyos m. k.m.
- Hollandi m. k. m.
- Bearnai m. k. m.
- Spanyol m. k. m.

Egyszerű m.m.

Gyümölcs m.

- Hideg alapú z. m.
- Meleg alapú z. m

- **Majonéz:** H - H→ Tojássárgája + mustár – elkeverjük, + olajat adagolunk cseppenként. A készítendő mártásnak megfelelően egészítjük ki ízesítő fűszerező, és egyéb adalék anyagokkal. (Arányok: 1l olaj – 6 ts.) Nem önálló m.



- **Besamel (tej) mártás:** H-H→ Hevített vajon „nem pirított” rántást készítünk (felhabzásig). + forró tej→ kiforraljuk. Nem önálló m.
- **Veloute (bársonyos, vagy világos) mártás:** A Besamelnek megfelelően készül, tej helyett fehér alaplével. (Hal, vagy szárnyas, borjú alaplé.) Nem önálló m.
- **Hollandi mártás:** H – H – vízgőz: ts + tejszín→ gőzölve habosra verjük + írózott vaj + só, Cayenne-i bors, citromlé. Önállóan is adható étel mellé. („felvert mártás”)
- **Béarni mártás:** A Hollandinak megfelelően készül, fűszerkivonattal. (fehérbor + fvh, dúrvára tört fekete bors, tárkony, babérlevél, tárkonyecet)→ a redukcióval együtt állítjuk össze a habos tömeget. Végül fv. Tárkonyt is adunk hozzá.
- **Barna (Spanyol) mártás:** Barna alaplé: sorrendben összepirítjuk a következőket: borjú ritkacsont, répa, gyökér, zeller, vöröshagyma, fokhagyma, gomba, füstöltzalonna bőr, → cukor karamellizálva, paradicsompüré rozsdabarnára pirítva, +kakukkfű, babérlevél, fekete egész bors. →Felöntve hosszan főzzük + vörösbor. →Szűrjük, (nem törjük!) → sűrítjük száraz barna rántással. Önállóan is adható étel mellé. (Demi glace: rántás nélküli, beforralással rövidlévé / zamatkivonattá sűrített alaplé.)

A mai éttermi gyakorlatban a tradicionális, hosszan készülő mártások helyett, sokszor a rendeléskor elkészíthető peccsenyelevet, vagy valamely nemzeti konyhából származó „mártogatóst” kínálunk.

Halak, Hidegvérűek

- **Gasztronómiai, táplálkozás - élettani jellemzés**
 - **A magyar konyha** által kevésbé preferált alapanyag – a fogyasztott mennyiséget nézve. Viszont a hazai fogyasztási szokások számos remek (főleg ponty -) készítményt ihlettek: Hallé; Rác – ponty; Ponty Bakonyi módra; stb.
 - **A nemzetközi gasztronómia** közkedvelt, nagy mennyiségben fogyasztott alapanyaga. Divatos – kedvelt készítmény, a fehérhúsú (bőr, szálka – mentes „tisztá”) halból fehérborral, friss fűszerekkel, vajjal, zöldségekkel posírozva készített alap, mely jellegét, „módozatát” a kiegészítőitől (pl. mártás, köret) kapja.
 - **A tengerparti népek** gasztronómiai hagyatéka számtalan kiváló készítményt őriz. A tradicionális receptek fő jellemzője: az egyszerűség. (Az eltarthatósággal függ össze.)
 - **A halak, és hidegvérűek húsa** tartalmazza a legtöbb vizet. Laza rostozatú. Viszonylag rövid ideig tartó hőkezelést igényel. Mivel édes hús, jobban kell sózni. Tartalmaz: teljes értékű fehérjét, jódot, ásványi anyagokat, fluort, D-vitamint (csukamáj)
 - **Ételsorban** előételként, (levesként), főételként kínálhatjuk. Az italajánlat (mint mindig) az alapanyagot túl, az ételsorban elfoglalt hely, és a készítmény mód függvénye. Többnyire



könnyű, száraz fehérbort ajánlunk. (Sokszor vitatott kérdés a magyaros halételek ital – igénye.)

• **A halak csoportosítása**

- **Élőhely szerint:** különbséget teszünk édes vízi, tengeri (és vándorhalak) között. (Vándorhalak: angolna, tok, viza, lazac. A három utóbbi ikrája a kaviár.)
 - **Húsuk színe / és zsírtartalma szerint** megkülönböztetünk
 - Fehérhúsú (4 – 5 % zsírtartalom)
 - Barna húsú halakat.
 - „Enyhén barnás” (4 – 10% zsírtartalom: pl. szardínia, makréla, hering)
 - Barna / Rózsaszínű – „zsíros” (10% feletti zsírtartalom: pl. tonhal, lazac)
- Édes vízi, fehér húsú halak: süllő, fogas, harcsa, pisztráng, csuka

Édes vízi, barna húsú halak: kecsége, kárász, keszeg, ponty, márna, compó, busa, csíkhall, garda

- **Testfelépítésük szerint** / porcos / csontos – szálkás halak.
- **Testük alakja szerint**
 - Hosszúkás alakú: hering, tőkehal, lazac, makréla, az édesvízi halak többsége, stb.
 - Kígyó alakú: angolna
 - „Összenyomott” – lepény alakú: (vízszintes – lepény: lepényhal, nyelvhal, turbot; függőleges – lepény: rája)

• **A halak előkészítő műveletei**

Előkészítettség függvénye, mely lépéseket hajtjuk végre. Halelőkészítő helyiség - élő hal esetén:

- 1) Kábítás
- 2) Pucolás: pikkelyezés v. sikálás esetleg nyúzás
- 3) Bontás: belsőségek eltávolítása (a haltejet és az ikrát nem dobjuk ki)
- 4) Kopoltyúk, szemek, ill. a keserűfog eltávolítása. A gerinchúr eltávolítása (pl.: kecsége)
- 5) A halhús formázása (a készítendő étel jellegének megfelelően).
 - a) Filézés: A haltest egyik, majd másik oldaláról a gerinc mentén haladva lefejtjük a halhúst. Éles, hegyes „filéző” késsel végezzük, a kést a halcsontnak „támasztva”.
 - b) Egészben is lehet hagyni. (Ebben az esetben kívülről irdalhatjuk.)
 - c) „U”, vagy más néven „patkó” alakú szelet vágása.
- 6) Irdalás: A filét bőrével lefelé vágódeszkára helyezzük. A húst bőréig 3-4 mm távolságban behasogatjuk. Így az „y” szálkákat „hatástalanítjuk”.
- 7) Szeletelés: a filéből / lapos filéből szelhető: 3 cm vastag „szelet”; 1 cm vastag „szalag”→”goujon” / fish finger; kocka.

Egyéb hidegvérűek

- **Béka; Éti csiga; Rákok; Tenger gyümölcsei (frutta di mare / sea foods); Kagylók; Mocsári teknős**

Vágóállatok

Marha

- Finom rostozatú, zsírral arányosan átszótt, „márványozott”, rugalmas tapintású, élénkpiros, lédús hús. Teljes értékű fehérjékben, ásványi anyagokban, vitaminokban (B vitamin csoport) gazdag.

Borjú

- Nemzetközi gasztronómiában (és a magyar gasztronómiai hagyományokban is) elismert alapanyag.
- Differencia: míg a vendéglátás számára „borjú” az az állat, ami csak anyatejet fogyasztott, a tenyésztők életkorhoz, súlyhoz kötik a meghatározást. ☹
- Jellemzően az ételsor eleji könnyebb ételek alapanyaga.
- A borjúhús illata (táplálkozásából adódóan) tejure emlékeztető. Színe rózsaszín, lédús, kevés kötőszövetet tartalmaz.
- Speciális, csak a borjúra jellemző bontási részek: stucc / pisztoly / vesés.

Sertés

- Malac, Süldő, Kan ♂; Ártány „♂”; Koca „♂”
- Színe világos rózsaszíntől az élénkvörösig változik (húsrésztől függően).
- Közepesen lédús, sok kötőszövetet tartalmazó, ízletes hús.
- Magas zsírtartalma egyrészt átszővi, „márványozza” az izomszöveteket, másrészt azok felszínén – elkülönülten – helyezkedik el

Birka (bárány; ürü)

- **A Birkahús** (Bárány; Kos ♂; Jerke ♀; Ürü „♂”) / Bárány:
 - 30–40 napos; 8 – 10 kg → Fiatal, „tejes” bárány. Húsa rózsaszín, tej illatú, porhanyós.

Háziszárnyasok

- **Jellemzés**

A szárnyasok húsa könnyen emészthető, rostozatuk laza. Vízben, teljes értékű, fehérjében gazdag hús. Jelentősége a kímélő étkezésben kimagasló. A húruk színe alapján megkülönböztetünk fehér és barna húsú szárnyasokat. A pontosság kedvéért megjegyzendő, egy állaton belül is található barna, és fehér hús (pl. pulyka comb ↔ mell).

- **Fehér húsú házi szárnyasok**

- Csibe: 50 dkg, 7-8 hetes
 - Csirke: 70-80 dkg, 12 hetesnél nem idősebb
 - Jérce: 1-1,2 kg, 3-7 hónapos, ♀, porcos mellcsont
 - Tyúk: 1.5-2,5 kg, 7 hónaposnál idősebb, ♀
- Házi tyúk



- Kakas: 1,2-1,5 kg, 7 hónaposnál idősebb, ♂
- Kappan: 1,2-1,5 kg, 7 hónaposnál idősebb, „♂”
- Pulyka: 6-10 kg

- **Barna húsú házi szárnyasok**
 - 1) Kacsa: 2-3 kg
 - 2) Lúd: 9-10 kg
 - 3) Gyöngytyúk v. gyöngyös: kistestű madár, 1,5 kg
 - 4) Házi galamb

- **Házi szárnyasok előkészítő műveletei**
 - 1) Vágás, kivéreztetés
 - 2) Kopasztás
 - 3) Tokok eltávolítása, pörzsölés
 - 4) Zsírók kivágása
 - 5) Vadcsont eltávolítása a szárnytőről
 - 6) Körmök, vadbőr eltávolítása a lábról
 - 7) Szemek, csőr eltávolítása
 - 8) Ízületi vápa / porc eltávolítása (a nyugati országok gyakorlatában)
 - 9) Bontás: belsősegek kiemelése, a belek, a tüdő, a májról az epe, a nyakból a gégecső eltávolítása, a szív, vese, zúza, here megtakarítása, a végbél kivágása
 - 10) A készítenő jellegének megfelelően:
 - a) Darabolás, filézés (bőrözés, csontozás – pl. mell, comb). A nyugati országok gyakorlatában több darabra, részre, illetve másként bontják a szárnyast (pl. „lollipop”)
 - b) Egészben készítenő étel esetén a következő műveleteket alkalmazhatjuk:
 - Tűzdelés; Bardírozás
 - Töltés (bőr alá, hasüregbe). A hasüreg felől ízesítjük és fűszerezünk.
 - Formázás, rögzítés: madzag, hústű, tű és cérna, stb.

- Magyar bontás: Fej; Nyak; Csirkemell (2db filé); Csirkecomb (2db; alsó + felső); Csirke szárny (2db; Csirkefar („püspökfalat” / osztriga); Csirkehát; Lábak
- Nemzetközi szisztéma / Csirke supreme; Csirke osztriga; Chickenoyster; Chickenlollipop; Csirkemell belső filé

Vadak

- **A vadhús jellemzése**
 - A vadhús sötét színű (a sok izom festék miatt), keménykötésű (a kötőszövetek miatt). Magas tejsav és fehérje tartalmú (20-26%)

- **Vadak csoportosítása**
 - Nagyvadak: vaddisznó, őz, szarvas. (A szarvasnak, dámnak, őznek agancsa van. A Muflonnak szarva.)



- Apró vadak: vadnyúl, vadszárnyasok (fácán, vadkacsa, vadliba, vadgalamb, fűj, fogoly, fenyőrigó, szalonka).

A cukrászati termelés alapjai

Cukrász alapismeretek

Cukrász alaplételek csoportosítása:

- előkészítő lételek
- félkész termékek előállítása
- cukrászati késztermékek csoportosítása

Cukrász félkésztermékek:

- cukorkészítmények
- töltelékek
- bevonóanyagok
- gyümölcskészítmények
- tészták

Cukorkészítmények:

- főtt cukorkészítmények
 - hígító cukoroldat
 - fondán
 - karamell
- olvasztott cukorkészítmények:
 - dobos cukor
 - grillázs
 - cukorfesték

Töltelékek:

- gyümölcstöltelékek
- olajos magokból készült töltelékek
- tartós töltelékek
- tojáskrémek
- vajkrémek
- tejszínkrémek
- sós töltelékek
- egyéb töltelékek



Tészták lazítási módjai:

- biológiai lazítás
- vegyszeres lazítás
- zsiradékkal történő lazítás
- tojáshabbal történő lazítás
- mechanikai lazítás

Cukrász alaptészták:

- élesztős tészta
 - gyúrt élesztős
 - kevert élesztős
 - hajtogatott élesztős
 - omlós élesztős
- omlós tészta
 - gyúrt omlós
 - kevert omlós
- vajas tészta
- felvert tészta
 - hideg úton készült könnyű
 - hideg úton készült nehéz
 - meleg úton készült könnyű
 - meleg úton készült nehéz
- forrázott tészta
- hengerelt tészta

Cukrász késztermékek csoportosítása:

- uzsonnasütemények
- kikészített sütemények
- diabetikus sütemények
- teasütemények
- bonbonok
- éttermi tészták
- tányérdesszertek
- hidegcukrászati készítmények

Kikészített sütemények csoportjai:

- torták



- szeletek
- roládok
- minyonok
- csemegék
- desszertek
- tojáskrémés sütemények
- tejszínhabos sütemények

Sárga néró: (kevert omlós tészta)

Kalkuláció:

- Kevert omlós tészta:
 - 16 dkg vaj
 - 10 dkg porcukor
 - 25 dkg liszt
 - ½ citrom reszelt héja
 - 1 zacskó vaníliás cukor
 - 5db tojás sárgája
 - 2 db egész tojás
- tölteléke: 20 dkg sárgabarack lekvár
- díszítés 20 dkg csokoládé

Technológia:

A zsiradékot a porcukorral (gépben) habosra keverjük. Hozzáadjuk a tojás sárgáját és az egész tojást egyenként, és tovább habosítjuk. Hozzáadjuk az ízesítő anyagokat, végül óvatosan fakanállal belekeverjük a lisztet. Simacsöves nyomószákból félgömböket dresszírozunk papírral fedett sütőlemezre és 180 °C-on megsütjük. Kihűlés után 2-2-t összetöltünk sárgabarack lekvárral és dermesztés után olvasztott csokoládéval díszítjük. Tálaljuk.

Piskóta rolád: (hideg- könnyű felvert)

Kalkuláció:

- Piskóta tészta:
 - 6 db tojás
 - 12 dkg cukor
 - 15 dkg liszt
- tölteléke: 20 dkg sárgabarack lekvár
- díszítés: porcukor



Technológia:

A tojások sárgáját a cukor 1/3 részével habosra keverjük. A fehérjét kemény habbá verjük és hozzáadjuk a maradék 2/3 rész cukrot és addig keverjük, míg a cukor elolvad benne. A kész fehérje habot ráhalmozzuk a kihabosított cukros sárgájára és óvatosan belekeverjük a lisztet. Papírral fedett sütőlemezre kikenjük és 170 °C-on megsütjük. Kihűlés után baracklekvárral betöltve papírba tekerve rövid ideig dermesztjük, majd szeletelés után porcukrozva tálaljuk.

Linzer csillag: (gyúrt omlós tészta)

Kalkuláció:

- Sárga linzi tészta:
 - 15 dkg porcukor
 - 30 dkg margarin
 - 45 dkg liszt
 - 2 db tojás sárgája
 - 1 zacskó vaníliás cukor
 - ½ citrom reszelt héja
- töltelék: 20 dkg sárgabarack lekvár
- díszítés: porcukorral szórjuk

Technológia:

A lisztet a zsiradékkal elmorzsoljuk, hozzá adjuk a porcukrot, az ízesítő anyagokat és a sárgáját, majd gyors mozdulattal összegyúrjuk. Hűtőben rövid ideig pihentetjük, majd lisztezett asztalon fél cm vékonyra kinyújtjuk, és hullámos szaggatóval kiszaggatjuk. A tetőt lekenhetjük tojással és megszórhatjuk cukros dióval. Lemezre téve 180 °C-on kisütjük. Kihűlés után lekvárral összetöltjük és porcukrozva tálaljuk.

Kávéfánk: (forrázott tészta)

Kalkuláció:

Forrázott tészta:

- 1 dl víz
- 10 dkg zsír
- 10 dkg liszt
- csipet só, cukor
- 3-4 db egész tojás



Kávés tejszínhabkrém:

- 1 dl tej
- 2 dkg krémpor
- kb 1 evőkanálnyi instant kávé
- 10 dkg cukor
- 3 cl rum
- 2 dl növényi tejszín
- 2 dl állati tejszín

Díszítés: porcukorral megszórjuk

Technológia:

A tésztához a vizet, a zsírt a csipet sóval, cukorral felforraljuk, és ekkor hozzáadjuk a lisztet. Fakanállal folyamatosan keverve addig főzzük (reszteljük), míg el nem válik az edény oldalától és a fakanáltól. Ekkor levesszük a tűzről és géppel elkezdjük kevertetni, és egyenként hozzáadjuk a 3 vagy 4 tojást. Attól függ, mennyi tojás kell bele, hogy a resztelést meddig végeztük. Csillagsöves nyomózsákból papírral fedett sütőlemezre mogyorónyi halmokat dresszírozunk és gőzös sütőtérben 210-190 °C-on két ütemben megsütjük. Kihűlés után kettévágjuk.

A töltelékhez a tejből, krémporból, cukorból pudingot főzünk, és főzés után forróm még hozzáadjuk a rumot és az instant kávét. Kihűlés után a tejszínhabot felverjük és a rumos-kávés pudingba óvatosan belekeverjük. Csillagsöves zsákból a félbevágott fánkokat megtöltjük vele és porcukrozza tálaljuk.

Az előzetes tudásmérés folyamata:

A tanulók írásban vizsgáznak a következő tantárgyakból: vendégtéri ismeretek, a cukrászati termelés alapjai, az ételkészítés alapjai. A tantárgyak tejesítése teszt formájában történik. A turisztikai ismeretek tantárgyból Portfóliót kell beadni tanulónak.

Portfólió formája:

A tanuló az iskola székhelye szerinti régióban megtalálható, az általa választott egy turisztikai attrakciót és egy szálláshelyet és annak szolgáltatásait bemutatja. Az elkészített dokumentum formai követelményei: terjedelme a fedőlapon (téma megnevezése, készítő megnevezése, dátum) kívül 2-5 A4-es oldal (betűtípus: Times New Roman/Arial, betűméret:



HÓDMEZŐVÁSÁRHELYI SZC

Corvin Mátyás Technikum és Szakképző Iskola

OM azonosító: 203039

6800 Hódmezővásárhely, Városház u. 1.

Telefon: (62) 242-011; Fax: (62) 241-806

www.corvin.hiszk.hu; E-mail: corvin@hiszk.hu



12, szövegtörzs sorkizárt), tartalma tagolt, kiemeléseket tartalmaz. A képek és a forrásmegjelölés mellékletben szerepeltethetőek a minimum terjedelmen felül.

A bemeneti mérés akkor eredményes, ha a tanuló a megszerezhető összes pontszám legalább 61 %-át elérte.