



Kaleidoskop moderní gastronomie

SOUTĚŽNÍ GASTRONOMIE PRO ODBORNÉ ŠKOLY

**Určeno pro dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků
středních odborných škol gastronomických oborů**



Střední škola hotelnictví a gastronomie,
Frenštát pod Radhoštěm, příspěvková organizace
Mariánská 252, 744 01 Frenštát pod Radhoštěm



Autoři

Bc. Machula Jan
Bc. Kuběnová Jitka

Lektor

Martin Slezák

Frenštát pod Radhoštěm

Rok vytvoření vzdělávacího programu
2012

Úvod

Tato studijní opora byla vypracována školním týmem metodiků odborného vzdělávání organizace Střední škola hotelnictví a gastronomie, Frenštát pod Radhoštěm, příspěvková organizace v rámci projektu Moravskoslezského kraje „TIME, (tréninkové, inovační, metodické a edukační týmy škol poskytujících střední odborné vzdělání)“. Škola je jednou ze čtyř partnerských škol kraje, které se zapojily do realizace plánovaných aktivit projektu zaměřených na podporu odborného vzdělávání prostřednictvím dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků.

Z řad pedagogických pracovníků školy byl vytvořen realizační tým, který spolupracuje s významnými odborníky z praxe a zástupci zaměstnavatelů s cílem zajistit ve vzdělávacích programech co nejtěsnější vazby na potřeby praxe i vývojových tendencí v oboru gastronomie. Tento tým zajišťuje celý proces přípravy i realizace vzdělávacích programů, kterému předcházela průzkum ke zjištění zájmu a potřeb pedagogů v oblasti dalšího profesního vzdělávání.

Vytvořený vzdělávací program se skládá z více modulů a pro potřeby projektu byl nejdříve pilotně ověřen v rámci vzdělávání pedagogických pracovníků školy a následně inovován na základě zpětné vazby a získaných poznatků. Takto ověřený vzdělávací program určený učitelům odborných předmětů, učitelům odborného výcviku a učitelům praktického vyučování pro obory vzdělání skupiny č. 65 Gastronomie, hotelnictví a turismus je určen k akreditaci pro potřeby dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků (DVPP). V zájmu šíření příkladů dobré praxe a využití výstupů projektu bude program nadále školou, která se stane regionálním oborovým centrem, nabízen i po ukončení projektu.

POKYNY KE STUDIU

Vzdělávací modul „ Soutěžní gastronomie pro střední školy“

Cílem vzdělávacího modulu je připravit učitele na roli trenéra soutěžních dovedností. Vzdělávací modul je koncipován tak, aby umožnil učiteli – trenéru získat potřebné vědomosti, umožňující vést žáky při přípravě na odborné gastronomické soutěže.

U absolventů se předpokládá orientace v gastronomii a znalost odborné terminologie. Modul je tedy určen učitelům odborného výcviku, učitelům praktického vyučování a učitelům odborných předmětů.

Cíl studijní opory

Uchazeči si osvojí terminologii z oblasti soutěžní gastronomie. Získají poznatky o jednotlivých typech gastronomických soutěží. Absolventi modulu budou seznámeni se zdroji informací. Získají vědomosti, umožňující výběr vhodných surovin a technologických postupů. Osvojí si dovednosti potřebné k používání technického vybavení soutěžních studií. Získají základy estetického citění potřebného k finální úpravě soutěžních výrobků.

Charakteristika vzdělávacího modulu

Uchazeči jsou vedeni k tomu, aby připravovali své žáky a studenty na soutěžní vystoupení v souladu s hygienickými a bezpečnostními předpisy, gastronomickými zásadami a soutěžními pravidly.

Obsah studijní opory se zaměřuje na:

- seznámení se s tématem soutěžní gastronomie
- rozdělení soutěžní gastronomie
- studená kuchyně – témata a zadání
- teplá kuchyně vystavená za studena – její témata a zadání
- vysvětlené pojmů
- praktické ukázky - příprava, leštění, vystavení
- pódiové vystoupení – cvičná kuchyně
- příprava na vaření, jaké chyby děláme, čeho se vyvarovat
- hodnocení
- tajný spotřební koš
- praktická ukázka s komentářem o chybách

Organizace výuky

Modul je organizován jako jednodenní vzdělávací seminář s dotací 10 hodin:

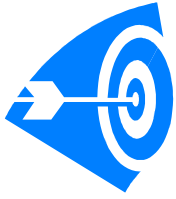
- teoretická část modulu bude probíhat na odborné učebně
- praktická část se uskuteční na odborném pracovišti

Metodické postupy a postupy hodnocení výsledků výuky

Modul je koncipován formou přednášek, praktických ukázek, praktického cvičení, samostatné práce.

Úspěšné a příjemné studium s tímto učebním textem Vám přeje autoři studijní opory.

LEGENDA



Cíl

Na úvod jsou uvedeny cíle, kterých máte dosáhnout po prostudování dané kapitoly či absolvování praktického cvičení.



Klíčová slova

Klíčová slova představují metadata, která Vám usnadní vyhledávání v informačních zdrojích mimo tuto oporu.



Čas ke studiu

Čas potřebný k prostudování kapitoly, realizaci praktického cvičení včetně výkladu, instruktáže a diskuze.



Shrnutí pojmů

Na závěr kapitoly jsou zopakovány základní pojmy, které si má účastník vzdělávacího programu osvojit.

OBSAH

1	Soutěžní gastronomie – úvod	5
2	Přehled soutěží pro juniory	6
2.1	Gastro Junior Nowaco Cup	7
2.2	Gastro Hradec	8
2.3	Regionální a místní soutěže	10
3	Příprava soutěžního vystoupení	11
3.1	Zpracování zadání soutěže	11
3.2	Praktická příprava	15
4	Základní principy soutěžní gastronomie	17
4.1	Výstavní kategorie	17
4.2	Pódiová vystoupení	20
4.3	Inventář k prezentaci soutěžních výrobků	21
4.4	Hodnocení	23
5	Bylinky a jejich použití v kuchyni	28
6	Obrazová příloha	37

1 Soutěžní gastronomie – úvod

Gastronomické soutěže nabízejí jedinečnou možnost, jak sledovat a prakticky ověřit skutečné trendy moderní gastronomie. Představují také atraktivní způsob, jak zviditelnit práci učitelů odborného výcviku, praktického vyučování a odborných předmětů a zároveň prezentovat úroveň a odbornost školy.

Účast na těchto podnicích studentům přináší zpestření výuky odborných předmětů a praxe, v případě dobrého umístění také významně motivuje žáky k hlubšímu zájmu o gastronomické obory.

Po celém světě se každoročně konají desítky, možná i stovky nejrůzněji zaměřených gastronomických soutěží. Soutěží se v mnoha kategoriích, jak věkových, tak i technických. Utkávají se kuchaři a cukráři v soutěžích regionálních, celostátních i mezinárodních z nichž nejvýznamnější jsou **kuchařské olympiády (IKA)**¹. Tyto akce jsou sportovními podniky v pravém smyslu slova. Jsou zde k vidění jednotlivci i týmy, trenéři i manažeři, časoměřiči i rozhodčí, přesněji řečeno komisaři. Také příprava, především v případě prestižních mezinárodních soutěží, vyžaduje dlouhodobou a profesionální přípravu.

Úspěch na těchto akcích bývá často startem strmé kariéerní dráhy.

Na tomto místě musíme uvést jednu důležitou informaci. Studijní opora, která se Vám dostává do rukou, je pouze jakýmsi rádcem pro přípravu žáků na soutěže. V žádném případě ji nelze vnímat jako striktní návod, při jehož dodržení budou soutěžící a jejich trenéři získávat výhradně první místa.

Soutěžní gastronomie má samozřejmě svá pravidla, respektující hygienické, bezpečnostní a profesní normy², přesto však zůstává „volnou“ disciplínou. Tato volnost je dána jednak rychlými změnami trendů v gastronomii a také osobním přístupem každého soutěžícího a trenéra. Je zřejmé, že jedno soutěžní zadání může mít nespočet variant řešení. Je na řešiteli, jak do svého výrobku, při dodržení výše zmíněných zásad, promítne svou fantazii, kreativitu a předchodí zkušenosti.

Také musíme připojit svou omluvu těm z Vás, kteří zde hledají podrobnější informace, týkající se soutěží číšníků, barmanů, baristů či cukrářů. Tito se samozřejmě také zúčastňují gastronomických soutěží, tato opora je však zaměřena na obory kuchařské.

Ostatním oborům se věnují další moduly projektu TIME.

¹ Mezinárodní kuchařská výstava IKA. Tato soutěž, běžně známá pod označením „kuchařská olympiáda“, se koná jednou za 4 roky.

²

- Zákon č. 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 110/1997 Sb. o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, ve znění vyhlášky č. 602/2006 Sb.
- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 178/2002, kterým se stanoví obecné zásady a požadavky potravinového práva, zřizuje se Evropský úřad pro bezpečnost potravin a stanoví postupy týkající se bezpečnosti potravin
Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 852/2004 o hygieně potravin

2 Přehled soutěží pro juniory



Cíl

prostudováním kapitoly získáte:

- přehled o typech soutěží pro juniory
- základní informace o podmínkách a prostředí v jakém soutěže probíhají



Klíčová slova

Gastro Junior Nowaco Cup, Gastro Hradec, IKA, AKC, výstavní kategorie, pódiová vystoupení



Čas ke studiu

2 hodiny

Jak bylo uvedeno výše, koná se každoročně v České republice několik desítek nejrůznějších gastronomických soutěží (školních, regionálních i národních s mezinárodní účastí). Není v možnostech jedince (trenéra) ani organizace (školy), zúčastnit se všech těchto soutěží. Proto je třeba vybírat ty z nich, které mají **tradici, prestiž a tedy i kvalitu**. Ta spočívá v počtu soutěžících (širší konkurence) a především v odbornosti komisařů. Na prestižní soutěži lze očekávat skutečné a certifikované odborníky.

Ostatně, naprostá většina soutěží pro juniory, studenty a žáky odborných škol, je koncipována velmi podobně, tedy podle stejných či velice podobných pravidel. V případě kuchařských soutěží je dnes standardně používáno schéma **světové kuchařské olympiády IKA**.

Nejaktuálnější informace o konání gastronomických soutěží, přehlídek či kulinařských akcí naleznete na stránkách Asociace kuchařů a cukrářů České republiky (AKC ČR)³, která bývá pořadatelem nebo partnerem naprosté většiny kuchařských a cukrářských soutěží.

³ <http://www.akc.cz/>

2.1 Gastro Junior Nowaco Cup



Mezinárodní mistrovství ČR, soutěž kuchařů, číšníků a cukrářů-juniorů do 21 let (od roku 2013 se zvyšuje věková hranice na 23 let), konaná od roku 1993.

Tohoto klání se mohou zúčastnit:

- kuchaři – pódiové vystoupení, příprava hlavního pokrmu v časovém limitu
- cukráři – pódiové vystoupení, příprava dezertu či moučniku v časovém limitu
- číšníci – příprava tabule pro dvě osoby, plnění úkolu složité obsluhy a jazyková zkouška

V této soutěži je vždy zadána **hlavní**, a pro všechny účastníky **povinná surovina**, podobně jako zaměření pokrmu (regionální, mezinárodní apod.). Znovu zavedenou novinkou je **tajný spotřební koš**, což je seznam surovin, z něhož si soutěžící dvacet minut před svým vystoupením vylosuje dvě položky a tyto musí zapracovat do svého pokrmu. Důležité je, aby tyto suroviny byly ve výsledném pokrmu znát.

Na přípravu čtyř porcí pokrmu má každý soutěžící časový limit 45 minut.

Soutěž probíhá dvoukolovým způsobem, z regionálního kola českého a moravského postupuje do brněnského finále po patnácti soutěžících z každého oboru. Pole startujících je doplněno o účastníky ze zahraničí.

2.2 Gastro Hradec



Soutěž konaná v Hradci Králové, každoročně v dubnu, již od roku 1995. Přehlídka kuchařského a cukrářského umění, **Národní soutěž kuchařů a cukrářů České republiky**. Soutěží zde týmy i jednotlivci, senioři a junioři.

Jedná se o výstavní soutěž, znamená to, že soutěžící přivezou a vystaví předem připravená jídla. Exponáty představují pokrmy studené kuchyně, případně teplý pokrm, vystavovaný ve studeném stavu. Cukráři vystavují slavnostní dorty, vytvořené na volné téma, mísu Petits Fours, či talířové dezerty. Další soutěžní kategorií je carving (vyřezávání ovoce a zeleniny).

Obor kuchař – soutěžní disciplíny:

- dvouporcová restaurační mísa
- slavnostní mísa pro 8 osob, s ukázkovým talířem 1 porce a dvěma omáčkami
- 4 porcová restaurační mísa – ovo-lacto vegetarián
- 3 chodové restaurační menu
- 8 chodové gurmánské menu
- 8 druhů fingerfood - 4 teplé a 4 studené
- 6 různých druhů předkrmů
- 6 různých druhů hlavních jídel

Obor cukrář – soutěžní disciplíny:

- slavnostní dort
- 4 různé dorty s výkroji
- 6 různých talířových desertů
- pralinky 8 druhů á 10ks
- deserty mini s dekoračním monumentem 8ks



Slavnostní osmiporcová mísa

Gastro Junior Nowaco Cup a **Gastro Hradec** jsou nejvýznamnějšími soutěžními podniky. Pravidelně se jich účastní velký počet soutěžících, včetně zahraničních. Mají dobré organizační zajištění, náležitou publicitu a propagaci. Hodnotícími komisaři jsou zde bez výjimky gastronomičtí odborníci, sami povětšinou se soutěžními zkušenostmi, a to i na světové úrovni. To vše garantuje vysokou odbornou úroveň soutěže a úspěchy na těchto soutěžích jsou skutečně ceněny.

2.3 Regionální a místní soutěže

Soutěže regionální a místní, pořádané většinou odbornými gastronomickými školami či subjekty, podnikajícími v gastronomii⁴, nabízejí také možnost porovnat síly s konkurencí. Schéma soutěží bývá podobné soutěžím „velkým“, zadání však bývá volnější, nemusí být vždy určena povinná surovina či spotřební koš. Také počet připravovaných porcí může být snížen až na dvě. Často bývají tyto soutěže zaměřeny na regionální gastronomii.

Jmenujme několik nejznámějších:

- **Moravský kuchař**
- **AHOL Cup**
- **Gastrofestival Ostrava**
- **Moravský pohár**
- **O pohár Beskyd**
- **Priessnitzův dortík**
- **Lázeňský pohárek**



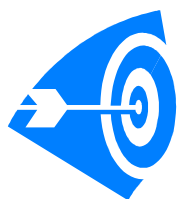
Shrnutí pojmů

Gastronomické soutěže umožňují škole prezentovat svou odbornou úroveň. Nabízejí pedagogům informace o současných trendech a účastníci se žáky a studenty motivuje k hlubšímu zájmu o gastronomii. Každoročně se koná několik desítek soutěží, zaměřených na nejrůznější dovednosti žáků a studentů gastronomických oborů vzdělávání.

Nejdůležitějšími soutěžními přehlídkami jsou GASTRO JUNIOR NOWACO CUP a GASTRO HRADEC.

⁴ Jako pořadatelé, organizátoři či generální sponzoři zde vystupují kuchařská studia, místní profesní organizace a firmy, jejichž činnost souvisí s gastronomií.

3 Příprava soutěžního vystoupení



Cíl

Prostudováním této kapitoly získáte:

- Vědomosti, potřebné ke správnému zpracování soutěžních zadání



Klíčová slova

Zadání soutěže, soutěžní propozice, zdroje informací



Čas ke studiu

5 hodin

Nejdůležitějším krokem k úspěchu v jakékoliv soutěži, tedy i gastronomické, je **kvalitní příprava**.

3.1 Zpracování zadání soutěže

- Teoretická příprava spočívá v první řadě v **důkladném prostudování propozic**, neboli soutěžního zadání. Je nutné promyslet každou položku zadání (předepsané suroviny, spotřební koš, vybavení soutěžního pracoviště, požadavky na hygienu a organizaci práce, časové limity, kritéria hodnocení apod.). V případě jakýchkoliv nejasností v zadání se nebojte požádat organizátory o doplňující informace.
- Neméně důležitá je pečlivá **příprava písemných podkladů** (někdy také jako korespondenční část soutěže) pro komisaře soutěže (kalkulace, postupy, libreta apod.). I drobný nedostatek v písemné přípravě, např. chybně uvedená gramáž suroviny, může vést k bodové ztrátě, která vás ve výsledném hodnocení odsune mimo medailové pozice.
- Písemné přípravě by mělo předcházet studium aktuálních informací o trendech v gastronomii. Dostupným zdrojem informací je internet, nejznámější jsou zřejmě stránky **AKC ČR, GASTRO NEWS, FOOD SERVICE**. Výborným pramenem jsou informace z posledních ročníků **IKA** olympiády. Čerpat lze také z časopisů a knih zabývajících se gastronomií, za pozornost stojí především německo jazyčné publikace -dobré nápady a tipy můžete objevit i v tzv. lifestyleových magazínech.
- Není samozřejmě nutno pouze kopírovat, vlastní nápady a inovace, pokud splňují kritéria moderní gastronomie, jsou vždy kladně hodnoceny.

Příklad zadání soutěže Gastro Junior Nowaco Cup

Soutěžní úkol - obor kuchař:

- Příprava 4 porcí moderního teplého pokrmu s hlavní a odlehčenou přílohou v časovém limitu 45 minut. Pokrm je součástí tříchodového restauračního menu pro mezinárodní klientelu.
- Základní surovinou je kuchyňsky zpracované, neochucené mleté maso od firmy NOWACO. Každý soutěžící obdrží 400 g neochuceného vepřového mletého masa od firmy NOWACO a 400 g neochuceného hovězího mletého masa od firmy NOWACO, přičemž je povinen použít minimálně 100 g směsi na jednu porci. Vhodné množství a poměr jednotlivých mas je součástí soutěžního úkolu.
- Součástí řešení zadání, je povinné použití dvou surovin z tajného spotřebního koše, které si soutěžící vylosuje 20 minut před svým vystoupením.
- Směs mletého masa lze kombinovat s jinými druhy mas, dalšími surovinami a chuťovými doplňky tak, aby se nepopřel charakter mletého pokrmu.
- Soutěžící si ostatní suroviny zajistí sám dle vlastní úvahy.
- Soutěžící je povinen si připravit a dopravit suroviny na soutěž podle platných hygienických předpisů.
- Na přípravu před soutěžním vystoupením je k dispozici manipulační prostor, kde se soutěžící může připravit, nesmí však začít pracovat.
- Při soutěžním úkolu může soutěžící v prvních 25ti minutách k tepelné přípravě využít pouze varnou plochu.
- Maximální překročení časového limitu u soutěžního úkolu je 5 minut, potom je soutěžící diskvalifikován.
- Není povoleno přinést s sebou hotové předpřipravené suroviny (krájené, strouhané atd.) nebo ozdoby.
- Předem jsou povolené následující přípravy:
 - zelenina, houby, ovoce – omyté a očištěné, ale ne nakrájené nebo tvarované
 - brambory - omyté a oloupané, ale ne nakrájené nebo tvarované
 - základní koncentrované vývary a masové šťávy (vakuované nedochucené)
 - pevná těsta
 - suroviny mohou být odváženy

Příklad řešení zadání

Dušený závitok v šunce Serrano dekorovaný pečenými králičími ledvinkami a kotletkami (1) , bramborové lívance (2) prokládané houbovým ragú (3), tykvové pyrė (4), glace s redukcí portského vína (5).

SUROVINOVÁ KALKULACE: 4 porce

SUROVINY (čistá váha)		1	2	3	4	5
mleté maso	g	600				
smetana 30%	g	80				
vaječný bílek	g	40				
bylinky (oregano, tymián)	g	2				
sůl	g	6	4	2	2	2
pepř	g	1	1			
králičí hřbet s.k.	g	100				
králičí ledvinky 8ks	g	120				
šunka suš. SERRANO	g	40				
olej olivový	g	15	10			
demi glace	g					120
brambory	g		160			
vaječný žloutek	g		40			
majoránky čerstvá	g		2			
hlíva ústřičná	g			200		
smetana 30%	g			100		
šalotka	g			40		
tykev máslová	g				160	
kuřecí vývar	g				600	
máslo	g			20	20	
bílý pepř	g			1		
víno portského typu	g					600

Hmotnost hotového pokrmu: 360g/1 porce

TECHNOLOGICKÝ POSTUP

Mleté maso promícháme se smetanou lehce našlehanými bílky. Směs dochutíme solí, pepřem a nasekanými bylinkami. Ze směsi vytvarujeme váleček, který zabalíme do plátků sušené šunky. Rolku opečeme na oleji a dáme do trouby dopéci (15 minut, 160°C). Spolu s rolkou pečeme očištěný králičí hřbet a ledvinky, ochucené solí a pepřem.

Brambory jemně nastrouháme nebo rozmixujeme, přidáme žoutky, sůl a čerstvou majoránku. Vzniklé těstíčko rozdělíme na olejem vymazaný plech (3 lívance na porci) a upečeme v troubě (10 minut, 160°C).

Nakrájenou šalotku zpěníme na másle, přidáme na proužky nakrájenou hlívu, orestujeme a krátce dusíme. Přidáme smetanu, sůl a pepř a svaříme na potřebnou hustotu.

Na kostičky nakrájenou tykev orestujeme na másle, zalijeme kuřecím vývarem, osolíme a uvaříme do měkka. Scedíme, rozmixujeme a dochutíme bílým pepřem.

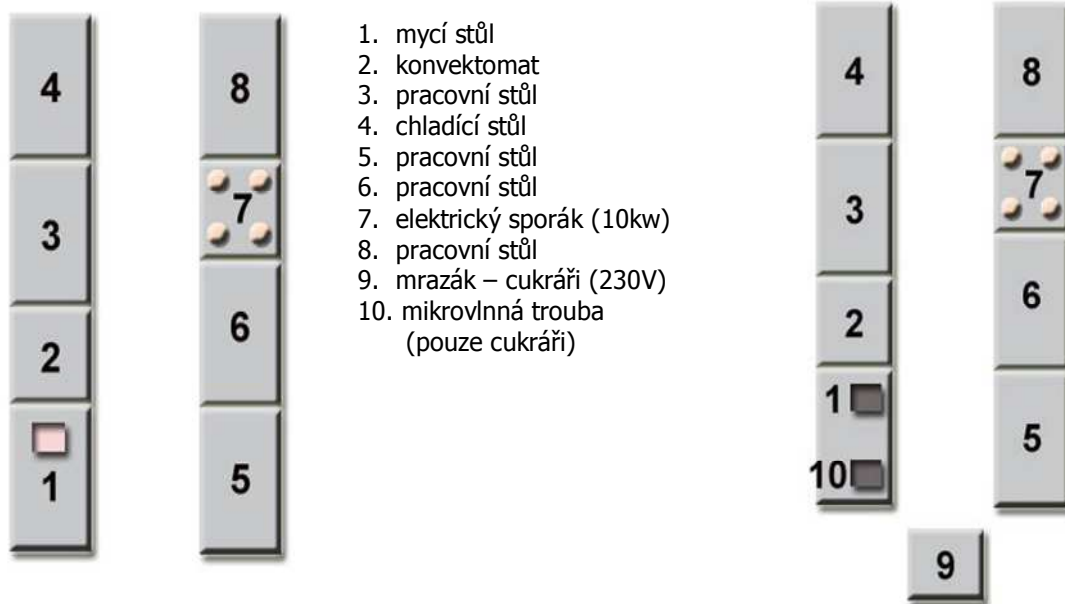
Do výpeku po opékání masa rozpustíme demi glace, přidáme redukci portského vína a podle potřeby osolíme. Šťávu svaříme na potřebnou hustotu, dochutíme solí.



3.2 Praktická příprava

- Praktická příprava, tedy vlastní **trénink** soutěžícího, je časově (a většinou i finančně) nejnáročnější. I pečlivě vypracovaná teoretická příprava zpravidla projde úpravami, neboť ne vše, co jsme si „na papíře“ naplánovali, funguje beze zbytku v reálných podmínkách. Proto je nutné mít na přípravu soutěžícího dostatečný časový prostor a vždy počítat s rezervou na „dopilování“ detailů.
- Pokud chcete pomýšlet na přední umístění, zvláště v případě republikových mistrovství, počítejte s tím, že příprava soutěžního vystoupení zabere i více než **sto hodin** (studium podkladů, sběr informací, plánování, nákupy surovin, trénink).
- Pokud to finanční a technické podmínky školy dovolí, je vhodné vytvořit soutěžícímu podmínky (vybavení a uspořádání pracoviště), odpovídající podmínkám soutěžním.

Vyobrazení soutěžního studia a popis vybavení je zpravidla součástí propozic.





Soutěžní studio



Shrnutí pojmů

Těžko na cvičišti – lehký na bojišti.

Pečlivá příprava je zásadní pro úspěšné soutěžní vystoupení. Důležitá je příprava **teoretická** - zpracování zadání, sběr relevantních informací, vypracování písemných podkladů pro komisaře. **Praktická** příprava, tedy vlastní trénink soutěžícího, vyžaduje trpělivost a dostatek času.

4 Základní principy soutěžní gastronomie



Cíl

Prostudováním kapitoly získáte :

- znalost základních principů soutěžní gastronomie
- vědomosti a dovednosti potřebné ke správné finální úpravě soutěžních výrobků



Klíčová slova

soutěžní pravidla, výstavní kategorie, pódiové vystoupení, leštění výrobků, prezentace výrobků, hodnocení



Čas ke studiu

4 hodiny

Popsat přesně, jak má vypadat moderně upravený pokrm je velice nesnadné a každá definice brzy pozbývá platnosti. Důvodem je rychlý vývoj gastronomie a také skutečnost, že gastronomie je především jakousi volnou disciplínou, v níž může kuchař uplatnit fantazii a nápaditost. Opravdu pevných zásad, jichž se musí skutečný gastronom držet, není mnoho, o to více prostoru však zůstává pro kreativitu každého trenéra a soutěžícího.

4.1 Výstavní kategorie

ZÁKLADNÍ PRINCIPY SOUTĚŽNÍ GASTRONOMIE

Výstavní kategorie (studené pokrmy, teplé pokrmy vystavované ve studeném stavu):

- správný výstavní talíř by měl sestávat z nejméně tří hlavních částí a tří vhodných doplňků
- měly by být použity praktické postupy přípravy pokrmů, s vynecháním nadbytečných a nevhodných ingrediencí
- maso by mělo být krájeno správně a čistě, červené maso by mělo být upraveno medium (růžové) tak, aby při leštění nevystupovala krev

- zelenina musí být krájena nebo turnována (tvarována) jednotně
- aby dekorace, zdobení a omáčky zůstaly déle čerstvé, neměly by se zcela dovařit, ale dobře glazovat aspikem
- vyhněte se všem nejedlým částem
- jídlo připravované jako teplé, ale vystavované za studena, musí být náležitě glazováno aspikem
- vystavované porce jídla musí váhově odpovídat druhu (předkrm, hlavní jídlo...) a specifikovanému počtu osob
- omáčnický s omáčkami by měly být plněny pouze do poloviny
- všeobecně by váhy porcí měly odpovídat standardním normám a nutričním hodnotám
- plátky masa by měly být prezentovány krájenou stranou nahoru
- kapky, krápníky či jiné nerovnosti, vzniklé při glazování, nepůsobí vzhledně a měly by být pečlivě odstraněny
- méně zkušeným účastníkům se doporučuje, aby si nedávali příliš vysoké cíle, a aby při práci co nejvíce dbali na čistotu stylu své práce
- všechny exponáty by měly být řádně označeny názvem výrobku, jak na výstavním stole, tak v přihlašovacím formuláři
- dochvilná prezentace vystavovaného výrobku v předem určený čas je nezbytně nutná
- originalita – nové nápady
- početní sladění porcí mas s přílohami (v případě osmi porcové mísy musí být počet jednotlivých výrobků dělitelný osmi)
- správná kombinace barev, chutí a vzhledu
- snahou by měl být výrobek s přirozeným a chutným vzhledem
- správně tepelně zpracovaná masa (ne příliš krvavá nebo suchá)
- krájená masa správně prezentována , skládána ve správném pořadí
- dobře glazované nebo potahované výrobky (aspik, chaud froid⁵)
- správné pojmenování vystavovaného výrobku je povinné
- oblohy a přílohy musí vytvářet s hlavním pokrmem harmonizující celek, a to pokud se týče množství, chuti i barvy. Vše by mělo být v souladu s nejnovějšími poznatky moderní kulinářské vědy. Vhodná, z kulinářského hlediska bezchybná, metoda přípravy
- zvláštností této kategorie výrobků je, že se většinou výstavní pokrmy neochucují, koření a především sůl, způsobují změnu barvy a uvolňují z výrobků vodu, což vede k nežádoucí změně konzistence.

⁵ Chaud froid (čti „šó[d] froá“) je označení pro světlou či tmavou omáčku, používanou k potahování hotových výrobků. Toto má pokrm vzhledově vylepšit a také částečně konzervovat. Tato technika se označuje jako „napé“, někdy se užívá počeštěný výraz „napírování“.

Výstavní kategorie (studené pokrmy, teplé pokrmy vystavované ve studeném stavu) - leštění výrobků

- **leštění** – tímto nazýváme finální úpravu pokrmů (v dnešní době používaných už jen na výstavách, odborných soutěžích, mezinárodních výstavách, světových pohárech a olympiádě)
- dříve byla tato technologie používána při přípravě studených bufetů či rautů, dnes se od ní již upouští – převažuje čerstvý vzhled a čerstvě nakrájené produkty
- leštění je jedna z nejnáročnějších fází přípravy na soutěž a vystavení soutěžního výrobku či pokrmu, zároveň je to jedna z nejdůležitějších činností, **60% úspěchu vystavovaného produktu závisí na jeho naleštění aspikem.**

Pomůcky používané při leštění:

Želatina sypká, voda, nádoby, led, štětce různých velikostí, párátko, polystyrénová deska, chirurgické rukavice, teploměr, folie, talíře, nerezové mřížky, plynový hořák.

Technologický postup:

Produkt, který chceme naleštit, leštíme vždy jednotlivě – tedy jednotlivé kousky, plátky, či samostatné výrobky, vždy po celém jejich povrchu. Tyto kousky musíme před leštěním řádně vychladit na cca 0-3°C. Pokud leštíme malé prvky, používáme párátko a polystyrénovou desku (leštěný kus napíchneme na párátko, po aspirování fixujeme v polystyrénové desce). V případě větších výrobků používáme nerezové mřížky či nerezová plata.

Studená kuchyně

Zde je nutné také dodržet správné technologické postupy, vyvarovat se nesmyslných skulptur lepených aspikem, či složitých povrchových úprav, často se hledí i na časovou náročnost přípravy těchto studených výrobků – proto dnes již odbouráváme složité náplně ve tvaru šachovnic, či mřížkované povrchy a jinak složitá seskupení studených výrobků.

Teplá kuchyně, za studena vystavovaná

Veškeré teplé pokrmy musejí být připraveny **realisticky**, dodržovat skutečné a reálné technologické postupy je zásadou č. 1. Dnes již nepoužíváme opalování, naznačování mřížek, či falšování technologických postupů barvami. Vše se kontroluje, komisaři bývají předními odborníky a mají různé metody na prozkoumání vystaveného talíře.

Leštění výrobků

Jednou z používaných metod je **metoda 3 aspiků** – složitá, ale přinášející kýžený úspěch.

Postup leštění soutěžních výrobků:

- připravíme si aspik **60, 80, 100**, - číslo znamená gramy želatiny na 1 litr vody
- produkt leštíme tím způsobem, že namáčíme od nejsilnějšího aspiku, nebo aspik nanášíme štětcem – dle toho jaký způsob nám vyhovuje – po nejslabší
- vrstva 100 – je vrstva zatahovací, srovná veškeré nerovnosti a nečistoty, které na řezu mohou vzniknout a dále brání rozpouštění a znečištění následujících vrstev
- použijeme ještě jednu vrstvu 100 a dále pak po dvou vrstvách 80 a 60 – vždy záleží na vychlazení nanášeného aspiku – pokud je příliš teplý, rychle nám stéká, pokud je už studený, tvoří příliš silnou vrstvu – zde doporučujeme teplotu aspiku o 5 - 8°C vyšší, než je pokojová teplota, přičemž pokojová je max. 27°C – a leštěný kus vychlazený na max. 8°C
- mezi každou vrstvou je třeba produkt vždy znovu řádně vychladit
- při finálním dokončování a čištění používáme chirurgické rukavice, jelikož bychom mohli mastnou a teplou rukou poškodit finální lesklou a hladkou vrstvu

4.2 Pódiová vystoupení

V této disciplíně je možno se setkat s různými zadáními soutěžních úkolů. Soutěžícím může být jednotlivec – kuchař, případně kuchař + commi (pomocník kuchaře), soutěží ale také celé týmy. Zadání se také liší počtem připravovaných porcí – od dvou až po desítky porcí. Rozdíly mohou být i v rozsahu připravovaného menu – od jednotlivých pokrmů až po kompletní více chodová menu.

Zásady přípravy teplého pokrmu

- mějte na paměti, že zásadním kritériem hodnocení (na rozdíl od výstavní kategorie) je **chuť!!**
- soutěžní pokrmy by měly respektovat **zásady racionální výživy**, ale v rozumné míře (jídlo zdravé být může, ale dobré být musí!)
- používejte zásadně **čerstvé suroviny**
- vyhýbejte se potravinovým náhražkám
- nesnažte se za každou cenu vymýšlet komplikované kombinace chutí – méně je v tomto případě více
- kvalitní a nápaditý pokrm lze připravit i z běžných a dostupných surovin

- omezte používání exkluzivních surovin, porotci sledují také **ekonomiku přípravy** pokrmu
- dbejte na pečlivou přípravu a předběžnou úpravu surovin (v povoleném rozsahu)
- masové a zeleninové šťávy by neměly činit pokrm nevzhledným
- vyhněte se všem **nejedlým** surovinám (včetně zdobení větvičkami bylinek)
- připravované porce jídla musí váhově odpovídat druhu (předkrm, hl.jídlo...), specifikovanému počtu osob a druhu menu
- naprostou většinu pokrmů je nutné doplnit **poctivou omáčkou nebo masovou šťávou** – poctivá, znamená ne pouze výpek či naředěný demi glace
- plátky masa by měly být prezentovány krájenou stranou navrch
- šikmé řezy jsou **momentálně „out“**
- samozřejmostí by měly být **správně tepelně zpracovaná masa** (ne příliš krvavá nebo naopak suchá)
- nutriční kvalita, rozmanitost, vyváženost a střídmost
- okraje talířů musí zůstat vždy volné, jinak není možné tento výrobek připustit k hodnocení
- nepodceňujte **dobu trvání výdeje hotového pokrmu**. Pět minut je maximum, pokud mají dostat komisaři pokrm ve správné výdejní teplotě a v časovém limitu.
- body navíc můžete získat za smysluplné využití veškerého vybavení soutěžního studia (tepelná sonda, udržovací zařízení, tepelný most apod.)

4.3 Inventář k prezentaci soutěžních výrobků

Suroviny jsou řádně zpracovány, jídlo uvařeno, nastal čas servírovat, prezentovat. Nyní může kuchař naplno uplatnit své **estetické cítění**, realizovat svou představu o tom, jakým způsobem prezentovat pokrm hostu.

Každý kuchařský výtvar lze naservírovat několika způsoby. V učebnicích jsou popsány tradiční způsoby ukládání pokrmů na talíř. Poučka říká, že příloha se pokládá vlevo, maso vpravo, šťávou maso podléváme, omáčkou naopak přeléváme. V soutěžní, a tedy určitě moderní a trendové gastronomii, je tento způsob dokonce považován za konzervativní a pro soutěžní komisaře může být dokladem nedostatku kreativity a invence soutěžícího a zároveň důvodem ke snížení bodového hodnocení.

Snahou moderních gastronomů je zprostředkovat hostu také **estetický zážitek**. Pokrmy jsou složeny a uloženy na talíř tak, aby vynikla barva a tvar jednotlivých částí pokrmu. Nejlepší a většinou nejdražší surovina musí pokrmu dominovat (vzhledem, nikoli hmotností), proto ji umísťujeme do středu talíře, často na přílohu. Schovávat maso na dno talíře pod vrstvu omáčky, by bylo znevažováním úsilí, věnovaného jeho přípravě.

Dalším důvodem, proč skládat pokrm více nebo méně odděleně, je možnost nabídnout hostu ochutnání každé části zvlášť. Hovoříme opět o pokrmech moderní gastronomie, tyto se skládají z minimálně čtyř, ale i více komponentů.

doporučené složení soutěžního pokrmu

- maso (možno i ve dvou či třech úpravách)
- těžká příloha
- lehká příloha (zpravidla zelenina)
- omáčka (nebo glacée)



teplý hlavní pokrm vystavovaný za studena

Inventář

Mimo vlastního uložení jednotlivých částí pokrmu na talíř je pro konečný výsledek důležitý také výběr vhodného inventáře, talíře, mísy či plata. Tvarem talíře, jeho velikostí nebo barvou lze snadno zvýraznit jinak jednoduchý pokrm. Naopak v případě jídla, které je samo o sobě dokonalé, volíme talíř jednoduchý, tak aby neodváděl pozornost od vlastního pokrmu. Obecně lze říci, že nejlépe vynikne pokrm na bílém, kulatém talíři, bez rušivých ozdob a ornamentů.

Nádoby a talíře povolené pro servis:

Studené pokrmy

Stříbrné talíře, stříbrná plata, zrcadla, mísy z nerezové oceli, leštěné dřevo, porcelán a skleněné nádoby.

Teplá jídla

Stříbrné nádoby, stříbrná plata, plata z nerezové oceli, měděné nádoby s povrchovou úpravou, hliněné nádoby (určené pro použití v troubách), porcelánové jídelní servisy

4.4 Hodnocení

Způsob hodnocení většiny soutěží je podobný. Komisaři přidělují za každou hodnocenou položku body, jejich součet nebo bodový průměr poté rozdělí soutěžící do pásem, daných předem stanoveným bodovým rozpětím

Bodové rozpětí v jednotlivých pásmech může být např.:

- | | |
|---------------------------|-------------|
| 1. zlaté pásmo | 200 - 250b. |
| 2. stříbrné pásmo | 150 - 199b. |
| 3. bronzové pásmo | 100 - 149b. |
| 4. diplom za účast | 0 - 99b. |

Dále je stanoveno, podle počtu bodů, absolutní pořadí na prvních třech místech.

Výrobky soutěžní gastronomie, ať už studené nebo teplé, jsou posuzovány podle velice přísných měřítek a kritérií. Mnohé parametry, jichž má výrobek dosahovat jsou určeny přímo v zadání soutěže, ale podstatnou část výsledného hodnocení tvoří právě trendovost a modernost úpravy pokrmu či výrobku.

Kritéria hodnocení:

- **výběr pokrmu** – kvalitní zpracování základní suroviny a volba vhodných příloh
- **chuť** - je v hodnocení rozhodující (zkušené komisaři, i v případě nedochucovaných výstavních výrobků, dokáží odhadnout výslednou chuť)
- **kreativita** – sledovat trend, ale být „jiný“
- **sezónnost** – vycházet z toho, co je právě na trhu
- **technika** – zručnost kuchaře a dodržení časového limitu
- **ekonomika** – plýtvání snižuje bodové hodnocení
- **dodržení zásad racionální výživy** – omezit tuky, cukry

Příklad hodnotící tabulky

studiové vystoupení max 40b, chutové 60b - celkme 100b max		
studiové vystoupení	odečítáme body pokud špatně -2b	40b
příprava, hygiena	minus 10b max	
ošetření a zabalení? - 2 b		
oloupaní nakrájení? -2 b		
používané suroviny(kvalita) - 2 b		
profesní oblečení?- 2b		
pomůcky? -2b		
		celkem
pracovní činnost	minus 10b max	
dodržování hygieny, čistota? 2b		
smysluplné vaření? 2b		
správné pomůcky(např.nože) 2b		
kontrola nad přípravou 2b		
využití nabízeného vybavení -2b		
		celkem
technologie	minus 10b max	
práce se surovinou 2b		
spracování spotřebního koše 2b		
nové technologie 2b		
správnost tech. Postupů 2b		
Odpad 2b		
		celkem
výdej	minus 10b max	
přípravenost výdeje 2b		
rychlost a přehled 2b		
čistota 2b		
zbytky - odpad 2b		
teplota 2b		
		celkem
celkem vystoupení	40b minus odečtené body	max 40b
chutové hodnocení	odečítáme body dle školního hodnocení 10 nejhorší	60b
chuť (1-10)	minus max 30b	
použité suroviny? (mix, překombinování, mnoho) - 10b		
slanost, sladkost, kyselost -vyvážení - 10b		
konzistence (je to jak má být?) - 10b		
		celkem
kombinace surovin (1-5)	minus max 5b	
sezónnost, suroviny k sobě hodícíse či ne -5b		
		celkem
vzhled (1-5)	minus max 5b	
stejně porce, čistota provedení - 5b		
		celkem
spotřební koš-využití, zpracování (1-10) minus max 20b		
zpracování surovin do pokrmu 10b max		
technologické zpracání tajných surovin 10b max		
		celkem
celkem za chuť	60b minus odečtené body	max 60b
celkem za obě kategorie		

Hodnotící tabulka Gastro Junior Nowaco Cup 2012

V tomto případě je stanoven 100 bodový základ, z něž se body odečítají

studiové vystoupení max 40b, chuťové 60b - celkem max 100bodů		
studiové vystoupení odečítáme body-pokud špatně -2b		40b
příprava, hygiena	minus 10b max	
ošetření a zabalení? - 2 b		
oloupání nakrájení? -2 b		
používané suroviny(kvalita) - 2 b		
profesní oblečení?- 2b		
pomůcky? -2b		
		celkem
pracovní činnost	minus 10b max	
dodržování hygieny,čistota? 2b		
smysluplné vaření? 2b		
správné pomůcky(např.nože) 2b		
kontrola nad přípravou 2b		
využití nabízeného vybavení -2b		
		celkem
technologie	minus 10b max	
práce se surovinou 2b		
zpracování spotřebního koše 2b		
nové technologie 2b		
správnost tech. postupů 2b		
Odpad 2b		
		celkem
výdej	minus 10b max	
přípravenost výdeje 2b		
rychlost a přehled 2b		
čistota 2b		
zbytky - odpad 2b		
teplota 2b		
		celkem
celkem vystoupení	40b minus odečtené body	max 40b
chuťové hodnocení odečítáme body dle školního hodnocení 10 nejhorší		60b
chuť (1-10)	minus max 30b	
použité suroviny? (mix, překombinování, mnoho) - 10b		
slanost, sladkost, kyselost -vyvážení - 10b		
konzistence (je to jak má být?) - 10b		
		celkem

kombinace surovin (1-5)	minus max 5b	
sezónnost, suroviny k sobě hodící se či ne -5b		
		celkem
vzhled (1-5)	minus max 5b	
stejně porce, čistota provedení - 5b		
		celkem
spotřební koš-využití, zpracování (1-10) minus max 20b		
zpracování surovin do pokrmu 10b max		
technologické zpracování tajných surovin 10b max		
		celkem
celkem za chuť	60b minus odečtené body	max 60b
celkem za obě kategorie		



Rozprava s komisařem



Shrnutí pojmů

Gastronomické soutěže lze rozdělit na dvě kategorie:

Výstavní a pódiové vystoupení

Zásady soutěžní gastronomie vycházejí z obecných pravidel, platných pro práci v gastronomii. Respektují odborné, profesní, hygienické i právní normy:

- Zákon č. 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 110/1997 Sb. o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, ve znění vyhlášky č. 602/2006 Sb.
- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 178/2002, kterým se stanoví obecné zásady a požadavky potravinového práva, zřizuje se Evropský úřad pro bezpečnost potravin a stanoví postupy týkající se bezpečnosti potravin
- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 852/2004 o hygieně potravin

Zásady také vnímají vývoj trendů v gastronomii, z čehož vyplývá, že se nejedná o zásady neměnné. Právě tato volnost dává soutěžícím a trenérům prostor pro realizaci vlastních nápadů a uplatnění kreativity, především v oblasti finální úpravy pokrmů a používání inventáře.

5 Bylinky a jejich použití v kuchyni



Cíl

Prostudováním kapitoly získáte:

Přehled o nejběžnějších bylinkách a možnosti jejich použití v kuchyni

Čas ke studiu

1 hodina

Tato kapitola je zařazena z jediného důvodu. Jak bylo již zmíněno výše, u každého pokrmu je důležitá chuť. Soutěžní gastronomie **zásadně nepoužívá** průmyslově vyráběná ochucovadla, kořenící směsi či univerzální koření typu Vegeta.

Kuchař by si měl vystačit se solí, základními druhy koření, vlastní chutí použitých surovin a **čerstvými bylinkami!**



Použití některých druhů bylinek

Kořením se nazývají rozmanité části rostlin, nejčastěji plody a květy, kořeny, listy a poupata. Výživná hodnota je zanedbatelná, dodávají však pokrmům vůně a povzbuzují chuť k jídlu, napomáhají trávení a mnohé obsahují důležité minerální látky.

V následujícím přehledu uvádíme druhy, používané především jako zelené koření, tedy v čerstvém stavu.

Bazalka

Má velmi výraznou chuť, výborně se hodí do jídel italské kuchyně. Používá se jak čerstvá, tak vařená, na zeleninové pokrmy, těstoviny, vepřové maso, játrové knedlíčky, bílé omáčky, saláty, pomazánky, ryby, mletá masa.



Bedrník

Jako koření se používá jak listí bedrníku, tak i kořen. Jemně nasekané lístky se přidávají do zeleninových polévek a omáček.



Celer

Zelená nať obsahuje vitamín A a C, z minerálů hlavně draslík. Celerovým listem se koření polévky, omáčky, zeleninové saláty, používá se při zapékání i dušení masa se zeleninou. Přidává se do mletých mas a polévek.



Dobromysl (oregano)

Podporuje chuť k jídlu. Přidává se do pizzy, rizota, špaget, omáček, do marinád na grilovaná masa. Dále při přípravě skopového a telecího masa. Nezbytná je při přípravě masa "na divoko".



Estragon

Koření používané na celém světě. Používá se k aromatizování vinných a ovocných octů, do bylinkového másla, do omáček a majonéz, při nakládání zeleniny, do salátů, polévek, marinád a omelet. Výrazná vůně i chuť.



Fenykl

Pěstuje se pro aromatické semeno. Fenyklem kořeníme některá pečiva, perník, majonézové nebo kyselé zálivky k zeleninovým salátům, zavařeniny, sýry. Čerstvý šťavnatý řapík lze použít podobně jako šalotku, jemnou nať lze použít na dozdobení pokrmů či nasekanou do zálivek.



Kapary

Jsou poupata z trnitého keře kapary, rostoucí divoce v jižní Evropě a užívají se k přípravě pikantních omáček, k různým masitým pokrmům. U nás jsou k dostání jen ve slaném nálevu.



Kerblík

Jemné lístky s lehkým petrželovým aromaem se používají čerstvé. Nevaříme!. Přidávají se do bramborové nebo zeleninové polévky, vhodné na drůbež, jehněčí maso, tvarohové, vaječné a sýrové pomazánky.



Kopr

Je nepostradatelný pro přípravu jídel z okurek, hodí se dobře i k rybě, jídlům z brambor a vajíček, studeným omáčkám dodává pikantní příchuť, prostě hodí se všude kde bychom použili petrželkovou nať.



Koriandr

Medové koláčky, marcipán, luštěniny, zavařeniny, drůbeží paštiky, kapusta, mrkev, červená řepa. Polévky, ryby, octy a oleje. Příjemně ochutí bramborové těsto, výborně se doplňuje s citrónem.



Levandule

Jako koření se používají listy, nebo snítky s květy při přípravě francouzské, italské a španělské kuchyně, a to vždy v malém množství spolu s rozmarýnem.



Libeček

Bývá označován i jako koření maggi. Lístičky, tenké stonky i omyté a usušené kořeny se vaří. Výborně se hodí do polévek a omáček. Vyznačuje se silným arómatem, používejte ho proto opatrně. Ochutí při vaření brambor nebo luštěnin, přidáváme jej do bramborových a luštěninových polévek, rybích a masových vývarů, do salátů, mletých mas, tvarohů, pomazánek, bešamelu, bylinkového másla, sekaného (mletého) maso. Přidáváme pro aromatickou chuť v malém množství.

**Majoránka**

Používá se jak čerstvá tak sušená, například do uzenin a játrových paštik, do zeleninových a masitých polévek, do nádivek. Pěstuje se jako jednoletá bylina. Používáme v sezóně čerstvou, v zimě sušenou do polévek, gulášů, dušených i pečených mas, ke kachně, huse, do luštěninových pokrmů, mletých mas, jitrnic, skopového masa a samozřejmě při přípravě tradičních českých bramborových pokrmů.

**Máta peprná**

Čerstvé lístky přidáváme do ovocných salátů, ovocných nápojů, bowlí, ze sušené připravujeme čaj proti plynatosti, žaludečním a žlučnickým potížím. Do skopového masa, kuřata, tvarohu do octa. Použijeme jen docela malé množství, je silně aromatická.



Meduňka citrónová

Listy silně voní jako citrónová kůra. Hodí se do salátových zálivek a do sladkých ovocných jídel. Lístky jsou vhodné i na zdobení. Sušené lístky se používají na čaj. Používáme k ochucení limonád, ovocných salátů a všude tam, kde používáme citrónovou šťávu.



Pažitka

Raší již v předjarních teplých dnech. Používá se čerstvá, většinou nasekaná najemno. Používáme ji čerstvou i zmrazenou do hotových polévek, omáček, k vejcím, tvarohu, pomazánkám, do omelet.



Petrželová nať

Pro vylepšení chuti se používá jak hladká (plocholistá) tak i kadeřavá petržel. Petrželová se uplatní všude tam, kde používáme pažitku. Je v kuchyni nepostradatelná pro jemnou aromatickou chuť a svěží i dekorativní vzhled zejména ve studené kuchyni. Nemá chybět v nádivkách, polévkách, salátech, přidáváme ji k vejcím, tvarohu, sýrům, těstovinám, sekaným masům.



Rozmarýn

Lístky jsou špičaté a tvrdé. Přidávají se do polévek, masitých a rybích jídel, karbanátků a do drůbeže, těstovin a zeleninových salátů. Je silně aromatický s výraznou pryskyřičnou vůní. Rozmarýn můžeme vařit, syrový je příliš tuhý.



Řeřicha

Lehce ji vypěstujeme sami, např. na vatě nebo v kořenáči. Má velmi kořeněnou chuť s ořechovými tóny a je bohatá na vitamín C. Používá se jen čerstvá. Pokud ji necháme přerůst, tmavne a získává nepříjemnou hořkou pachutí připomínající čpavek.



Saturejka

Chutná jemně palčivě a vyniká zejména v luštěninových a obilninových jídlech (zvýrazňuje jejich chuť), vhodná do bramborových polévek, zelí, kapusty, houbových pokrmů, nádivek. Často používaná při nakládání zeleniny v octě. Je známá ze staročeské kuchyně při úpravě zvěřinových jídel a smetanových omáček. Použijeme jen malé množství listů.



Šalvěj

Je silně aromatická. Pro výraznou chuť používáme jen několik čerstvých lístků, přiměřeně sušených, které stačí pokrm provonět. Používá se při přípravě skopového a jehněčího masa, ryb, karbanátků, ke kachně. Vaří se s jídlem. Je silně aromatická, proto použijeme jen malé množství a nebo špetku sušené.



Tymián

Je nepostradatelný především v kuchyni italské a francouzské. Lístky se používají čerstvé, a lze je vařit i se stonkem. Hodí se k česneku, šalvěji, oreganu, estragonu a majoránce. Kořeníme jím opatrně pro velmi aromatickou až štiplavou chuť. Je nezbytný při přípravě některých omáček, luštěninových jídel, sekaných mas, zvěřiny, ryb, vaječných pokrmů, zeleninových pokrmů. Nepostradatelný ve středomořské kuchyni.



Všechny výše zmiňované **bylinky lze snadno pěstovat**. Stačí truhlík a slunné místo, třeba i na okenním parapetu.

Případné přebytky můžete usušit, ale skuteční gastronomové si vyrábějí **bylinkové oleje**.

Postup je docela snadný:

Bylinky lze prostě **macerovat** (louhovat) několik týdnů až měsíců v oleji, a poté přefiltrovat. Rychlejší je „**teplá**“ cesta. Olej zahřejte na cca 80 - 90°C a bylinky do něj vložte, nechejte do druhého dne vylouhovat. Opět přefiltrujte.

Pokud ale nemáte čas, můžete bylinky v oleji lehce fritovat, rozmixovat a použít ihned. K přípravě bylinkových olejů používejte pouze kvalitní oleje, chuťově i aromaticky neutrální (řepkový, slunečnicový nebo hroznový), panenský olivový není vhodný, má vlastní chuť i vůni.

Bylinkové oleje mají široké použití při přípravě marinád, dresinků, zálivek do salátů, minutkových úprav mas, ale také je můžete použít k dozdobení pokrmů.



Shrnutí pojmů

Chuť pokrmů je zásadním kritériem hodnocení. V případě soutěžního pokrmu je žádoucí používat pouze sůl, základní druhy koření a především čerstvé bylinky. Je možno připravovat si vlastní směsi koření, zásadně však nepoužíváme průmyslově vyráběné koření směsi či ochucovadla.

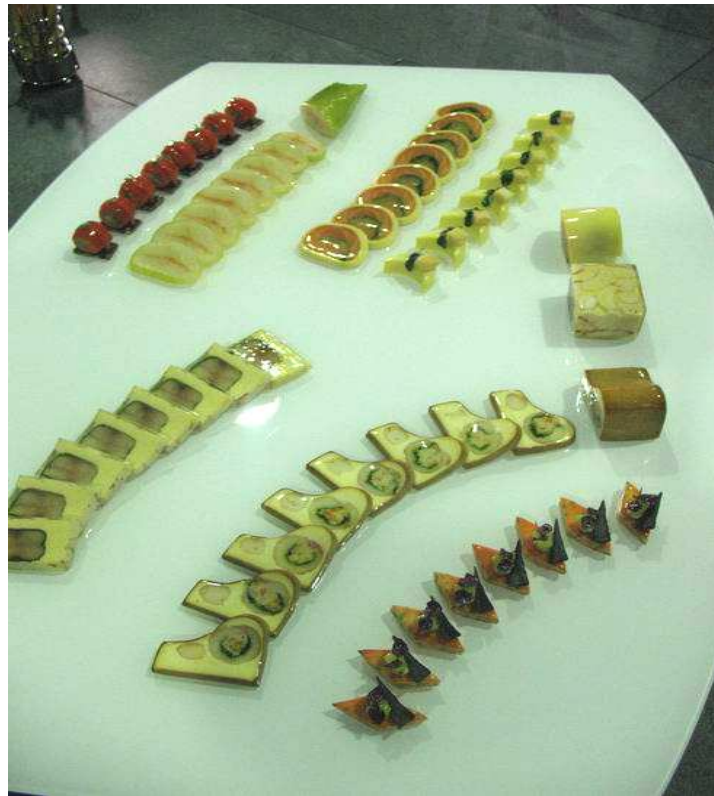
6 Obrazová příloha



Slavnostní osmi porcová mísa



Rybí variace osmi porcové mísy



Osmi porcová mísa – varianta se čtyřmi hlavními výrobky



Finger Food



Příprava před vystoupením



Připraveno k leštění



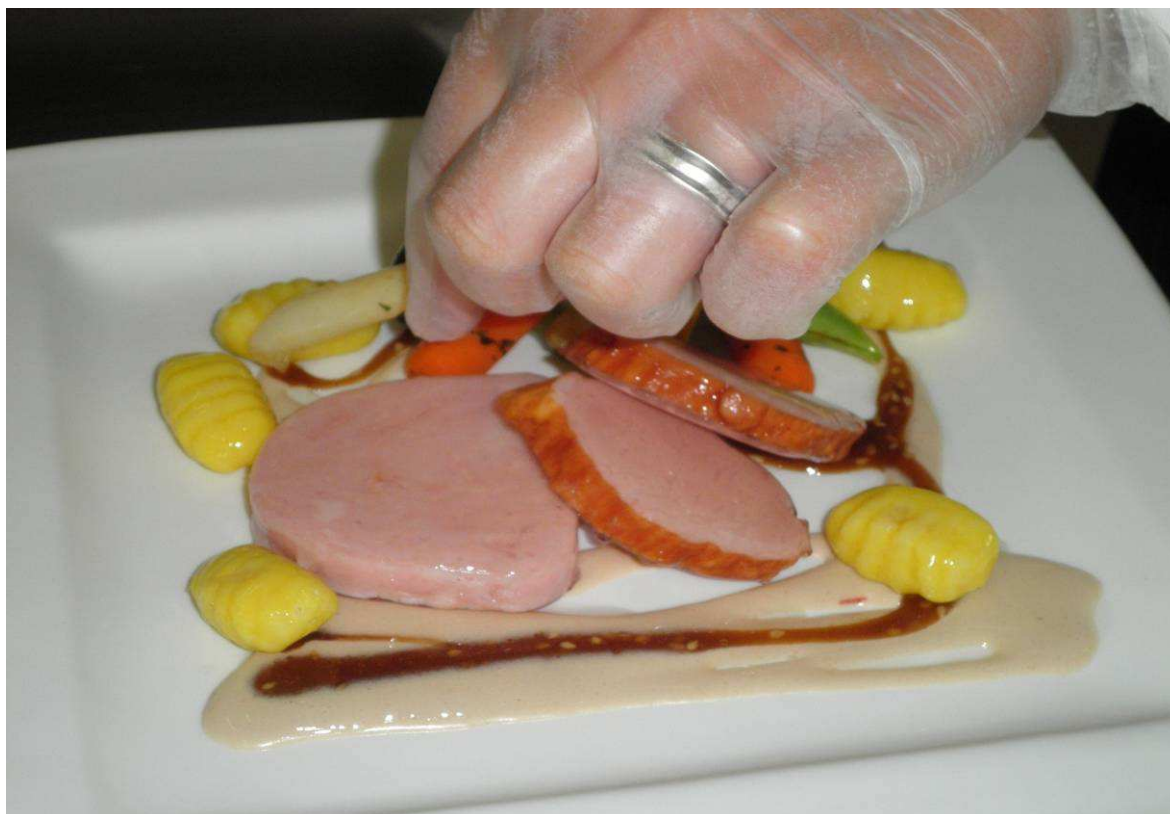
Použití mřížky



Použití polystyrénové podložky



„Vylití“ talíře omáčkou a zaleštění aspikem



Použití rukavice během dokončování



Dokončování pomocí hořáku



Finální úprava výrobku

Použité zdroje informací:

Asociace kuchařů a cukrářů České republiky [online]. c2001-2012, [cit. 2012-04-15]. Dostupné z: <<http://akc.cz/typ-akce/souteze>>

Interní materiály poskytnuté panem Martinem Slezákem, Škola chuti, Tursko

Interní materiály poskytnuté panem Vladimírem Pickou, Soukromé kuchařské studio, Pelhřimov

Projekt Moravskoslezského kraje TIME je zaměřen na podporu odborného vzdělávání a návrh podmínek a nástrojů k nastavení krajského systému specifického odborně a profesně orientovaného dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků (DVPP) v Moravskoslezském kraji pro potřeby vybraných kategorií pedagogických pracovníků středních odborných škol.

Vzdělávací programy byly vytvořeny školními týmy metodiků odborného vzdělávání z partnerských škol, které zapojily do realizačních týmů významné odborníky z praxe a zástupce zaměstnavatelů s cílem zajistit co nejtěsnější vazby na potřeby praxe i vývojových tendencí v příslušném oboru. Tyto týmy zajišťují celý proces přípravy i realizace vzdělávacích programů od tvorby, pilotního ověření, inovace na základě zpětné vazby a získaných poznatků, následnou realizaci v rámci vzdělávání pedagogů jiných škol i akreditaci těchto programů pro potřeby DVPP. Takto mohou být výstupy projektu dále šířeny prostřednictvím pilotních partnerských škol, které v roli regionálního oborového centra zajistí specifické DVPP pro potřeby učitelů odborných předmětů, učitelů odborného výcviku a praktického vyučování z vybraných oblastí i po ukončení tohoto krajského projektu.

Tento vzdělávací program byl vytvořen ve spolupráci s odborníky z praxe v rámci projektu Moravskoslezského kraje a je určen učitelům odborných předmětů, odborného výcviku a praktického vyučování na středních odborných školách příslušného oborového zaměření.