



Doručak

Nastavnik:

dr Nikola Vuksanović, docent

1



Jela od jaja

U „a la carte“ pripremaju se od 2 ili 3 sveža jajeta, a u pansionskim ponudama 1 do 2 jaja (normativ).

Jela od jaja svakodnevno se konzumiraju za doručak i večeru, jer su ukusna i hranljiva, a lako i brzo se pripremaju.



Uz jela od jaja mogu se posluživati prilazi, po kojima dobijaju naziv.

2



omlet



pržena jaja



kajgane



poširana jaja

3



Kajgane

Potrebne namirnice za kajganu od sira za 10 osoba:

- 20 jaja,
- 300 gr sira,
- 1 dl masnoće,
- 50 gr pročišćenog putera,
- 5 gr soli i 5 gr seckanog peršun lista.



4

Omleta

- ovu vrstu omleta nazivamo još mekane kajgane, savijenu u polu mesec;
- mogu se nadevati raznim nadevima, prema kojima dobijaju ukus, miris i naziv;
- namirnice koje se koriste za pripremu omleta su: sir, šunka, paprika, mladi luk, pečurke ili kombinacija istih.



5

Tehnika pripreme omleta



6



7



8

Pržena jaja

- pržena ili frit – jaja su jaja koja se prže u plitkoj masnoći;
- mogu se pržiti rovita - „jaje na oko“ i preklopljena (gotovo žumance);
- mogu se posluživati na razne načine, uz razne priloge, sosove i namirnice.



YouGov

WSJ: The Daily Shot
25-Oct-20
@SoberLook

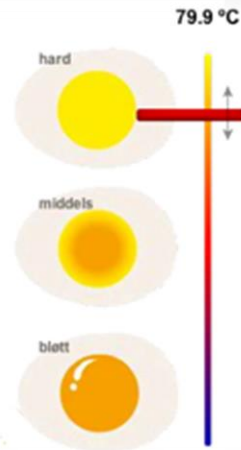
August 27 - 28, 2010



Kuvana jaja

Kuvana jaja se pripremaju na tri načina:

- Tvrdo kuvano jaje – od 10 do 12 minuta;
- Srednje mekano kuvano jaje – od 4 do 4½ minuta;
- Meko kuvano jaje – od 3½ do 4 minuta;



9



Poširana jaja

- poširana jaja se pripremaju u slano – kiseloj vodi;
- kada se skuvaju, hlade se i čuvaju do primene;
- pre serviranja se ponovo ugriju u vrućoj vodi;
- mogu se posluživati na mnogo načina, ali uvek se serviraju sa sosom po kome dobijaju ime.



10

Poširana jaja sa goveđim mesnim nareskom

Potrebne namirnice za 40 osoba:

2 kg goveđeg nareska,
1 kg krompira,
400 gr šargarepe,
400 gr crnog lika, soli i bibera;
40 jaja;
za serviranje: 400 gr krastavaca, 250 gr
šeri paradajza, 100 gr paprike babure
(žuta i crvena) i 10 gr luka vlašac.



11

Poširana jaja na način "Benedikt"

Potrebne namirnice za 10 osoba:

5 kom. kajzerica (specijalne
pripremljene za ovo jelo),
200 gr stišnjene šunke,
10 jaja,
5 dl Holandskog sosa,
za serviranje: 10 kom. šeri paradajza,
1 gr luka vlašac i 5 gr seckanog
peršuna.



12



Poširana jaja na Florentinski način

Potrebne namirnice za 40 osoba:

40 jaja;

20 kom. kajzerica;

za Florentinsku garnituru: 2 kg španaća, 100 gr crnog luka, 2 gr belog luka, 100 gr putera, muskatnog oraščića, soli i bibera;

5 dl Holandskog sosa;

za serviranje: 10 kom. šeri paradajza, 5 gr luka vlašac i 50 gr seckanog peršuna.



13



Fritata (*Frittatas*) ili ravni omlet

Fritata je nastao u Italiji. Popularna američka fritata (zapravo izvedena iz kineskog jaja *foo yung*) je Vestern omlet, koji sadrži sotirani crni luk, zeleni biber i šunku.

Ravni omleti se prave sa ulupanim jajima i raznim sastojcima, kao što su povrće, meso ili sir, i prži se na laganoj vatri bez mešanja. Da bi se završio, prevrne se ili se stavi u pećnicu.



14



15



16

Sufle (Soufflés)

Standardni sufle sastoji se od tri elementa:

1. Osnova - bešamel sos (gušći),
2. Sastojci - sir, povrće, plodovi mora itd,
3. Sneg od belanaca.

Sufle se obično ne nalaze na meniju za doručak već češće kao toplo predjelo, međutim, veoma su važni i potrebno je spomenuti njihovu osnovnu pripremu.



Predrasuda je da je teško napraviti sufle, ali, to su relativno lake pripreme. Najteži deo je da konobar preuzme narudžbinu i da je servira gostu.



17

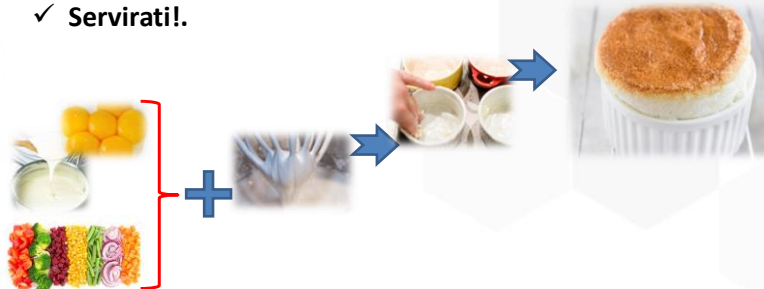
Soufflés



18

Postupak pripreme osnovnog suflea je sledeći:

- ✓ Pripremi se bešamel sos,
- ✓ Sos se sjedini sa žumancima,
- ✓ Pripreme se namirnice – narendan sir, kuvano i usitnjeno povrće, itd,
- ✓ Spajanje bešamela i namirnica,
- ✓ Ulupati sneg od belanaca i dodati u smesu,
- ✓ Peče se u keramici, predviđenoj za sufle, koja je premazana puterom i štaubovana parmezanom,
- ✓ **Servirati!**



Doručak

1. Vizuelna privlačnost.

Atraktivna prezentacija jela ima efekat raskošnosti i obilne količine, a pažljivi aranžman i ukrašen sto sugerišu na kvalitet.

2. Efikasnost. Bife omogućava restoranu da u kratkom vremenu opslužuje veliki broj ljudi sa relativno malo servisnog osoblja,

3. Prilagodljivost. Bife usluga je prilagodljiva skoro svakoj vrsti hrane (osim jela po porudžbini ili pržena u dubokoj masnoći) i velikom rasponu cena, događaja, stilova restorana i lokalnih običaja.



19

Ponuda doručka

Ponuda namaza u porciji:

- kikiriki puter,
- razne vrste marmelada,
- nutela krem,
- med,
- dijetni margarin,
- puter,
- namazni sir sa različitim ukusima,
- prirodni namazni sir,
- pašteta od džigerice.



20



21

Ponuda ovsenih i kuruznih pahuljica musli:

- čokoladni musli,
- voćni musli (30% voća),
- musli bez šećera,
- musli - miks sa orasima, lešnikom,
- kukuruzni musli Cornflakes,
- ovseni, ječmeni i raženi musli.



22

Ponuda hladnih narezaka i sireva:

- tacna ili oval sa šunkom i raznim vrstama salama (koji se rotiraju),
- tanjir sa hladnim rozbifom,
- tacna ili oval sa sirevima u rotaciju po tri vrste,
- tacna mekih sireva u rotaciji po četiri vrste.





23

Sušeno voće u soku od narandže:

- suve šljive,
- suvo grožđe,
- suve kajsije,
- suve jabuke,
- miks od navedenih „tutty frutty“,
- suve smokve.



24

Konzervirano voće:

- kruške,
- kajsije,
- mandarine,
- ananas,
- breskve,
- miks koktel.





25

Ponuda mlečnih proizvodov:

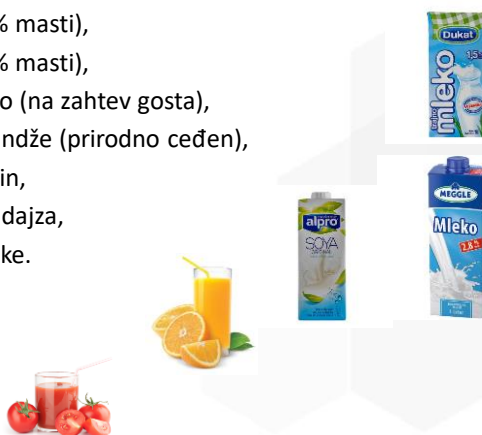
- prirodni jogurt,
- voćni jogurt,
- kisela pavlaka,
- koziji sir,
- krem sir,
- voćni jogurt u čaši.



26

Ponuda mleka i voćnih sokova:

- mleko (1,5% masti),
- mleko (0,3% masti),
- sojino mleko (na zahtev gosta),
- sok od narandže (prirodno ceđen),
- multi vitamin,
- sok od paradajza,
- sok od jabuke.





27

Ponuda sveže sečenog voća:

- ananas,
- lubenica,
- dinja (honeydew),
- dinja (cantaloupe),
- kivi,
- narandža.



28

Korpa sa voćem:

- jabuke,
- kruške,
- banane,
- grožđe.





29

Specijalni hlebovi u porcijama:

- hleb od celog zrna pšenice,
- hleb od celog zrna raži (*Pumpernickel bread*),
- hleb od celog zrna kukuruza,
- bez glutenski hleb (na zahtev gosta).



30

Ponuda hleba:

- regularan tost,
- tost od celog zrna pšenice,
- hleb sa suvim grožđem,
- kajzerice,
- krofne – berliner (prekrivene fondanom, čokolodom ili šećerom u prahu, u rotaciji),
- mafini (borovnica i čokolada u rotaciji),
- korpa sa miks hlebom (veličine do 40 g),
- na dasci za sečenje: hleb sa semenkama (seljački hleb), crni hleb (domaći hleb) ili raženi hleb.





31

Ponuda danskog peciva:

- pužić sa vanilom,
- korpa sa jabukama,
- kroasan sa čokoladom,
- pužić sa lešnikom,
- rolna sa orasima,
- pužići sa bademom (četiri vrste svaki dan u rotaciji),
- puter kroasani.



32

Ponuda toplih jela sa bifea:

- slanina,
- kobasica,
- kuvana jaja,
- kajgana,
- palačinka, belgiski vafli i američke palačinke u rotaciji,
- vanila ili voćni sos u rotaciji,
- ovsene pahuljice ili griz u mleku u rotaciji,
- jedan od 3 krompira u rotaciji (Hach brown, Kriške, itd),
- pasulj u paradajz sosu ili sotirane pečurke u rotaciji.





Ponuda specijaliteta:

- prženica sa šećernim sirupom - *French Toast with Maple surup*,
- Palačinke punjene kozijim sirom i suvim grožđem,
- Poširana jaja Benedikt, Firentin ili sa goveđim nareskom,
- Pržene jabuke (Orli masa) sa sosom od cimeta,
- Kobasica u lisnatom testu,
- Tost Havaji (otvoreni topli sendvič sa šunkom, ananasom i sirom),
- Dimljeni losos (svake nedelje se služi uz šampanjac).



33



Mlečni proizvodi

Doterani buter (buter sa dodacima) je kulinarški proizvod na bazi butera, aromatičnih svojstava, koloranata, svežih ili kuvanih raznih začina.

Svaka ozbiljna ugostiteljska kuhinja treba da ima, na zalihama, odgovarajuću količinu butera koju će koristiti za pripremu jela, zaprški ili doteranih butera.

Buteri



Upotrebljava se uz meso ili ribu pečenu na žaru, gde obavlja ulogu svojevrsnog sosa.

34

Mlečni proizvodi

Ako se na bife stolu nudi više vrsta sireva koje treba rezati, uz njih mora biti više noževa jer se istim nožem ne sme rezati više vrsta sireva, koji se razlikuju po mirisu i ukusu.

Ako se na bife stolu nudi više vrsta sireva koje treba rezati, uz njih mora biti više noževa jer se istim nožem ne sme rezati više vrsta sireva, koji se razlikuju po mirisu i ukusu.

Posluživanje sireva



Meke i masne sireve, sireve sa plemenitom plesni i sireve konzistencije slične testu treba seći zagrejanim ili odgovarajućim nožem, jer se sir inače mrvči, drobi i teško seče.

35

Podela sireva prema konzistenciji, sadržaju vode i načinu proizvodnje

Tvrđi sir (35 – 40% vode)

Tvrđi sir za ribanje (Kačkavalj, Grojer, Ementaler i dr.).

Polutvrđi sir (40 – 45% vode)

Trapist, Edamer, Gauda, itd.

Meki sir

Meki sir sa plemenitom plesni (Rokfor, Gorgonzola, Lamember, itd.).

Meki sir sa crvenim plesnima (Bri, Limbruški sir i sl.).
Beli sirevi (Mozzarella, Gervais, Imperial, itd).

Sveži sirevi

Sveži sir, Skuta i sitan sir.

Sirni namaz

Dobijaju se mešanjem svežeg sira, raznih dodataka i začina (konzerviranog voća ili povrća, suvog mesa i dr).

36



Prilozi uz sireve

- jestiv i po ukusu da nije dominantna,
- uz tvrde nemasne sireve poslužuje se 20 – 30 g putera,
- uz mladi sveži sir poslužuje se sa mladim lukom, mlevenom crvenom paprikom i pavlakom,
- uz zrele sireve može se poslužiti kriška paradajza, paprika, rotkvica i nekoliko maslina,
- uz sireve blagog ukusa se serviraju rendani ren, celer i luk, a uz sireve sa plemenitom plesni orah, sveže ili suvo voće, grožđe, kruška i sl.



37



- uz sireve se poslužuju i slani štapići, krekeri, kikiriki i sl.,
- zatim hleb (razne vrste), orasi, lešnici ili bademi, kiseli krastavci, voćni sosovi, sveže voće,
- suvo voće (sive smokve, šljive i grožđe slažu se sa svim vrstama sira),
- povrće (vlašac, masline, celer, razne vrste salata posebno rukola) i
- med (ako se med koristi kod serviranja sireva sa plesnima, naglasi se ukus sira).



38



Pohovani Kamember



*Italijanski
sirevi*



*Nemački sir
"Kaeschnitte"*



Fondue

39



Hvala na pažnji!!!

Pitanja??

Dr Nikola Vuksanović

 vuksanovicnikola85@gmail.com

 [@chefteorijapraksa](#)

 [@chefteorijapraksa](#)

40