



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



# Příloha komplexní úlohy



Národní pedagogický institut České republiky  
Projekt Modernizace odborného vzdělávání (MOV)  
Senovážné nám. 872/25, 110 00 Praha 1  
[www.projektmov.cz](http://www.projektmov.cz)



## Řešení – pracovní list č. 2

### 1. Jaký význam mají bezmasé pokrmy?

Snižují vysokou spotřebu masa  
Doplňují rovnováhu živin v těle  
Jsou dobře stravitelné

### 2. Popište přípravu bramborového těsta.

Připravujeme z vařených brambor ve slupce. Studené brambory umeleme nebo nastrouháme, přidáme rozmíchané vejce, hrubou mouku, krupici, osolíme. Vypracujeme tužší těsto. Připravené bramborové těsto dále technologicky upravujeme podle druhu pokrmu. Můžeme dokončovat vařením, pečením, smažením.

### 3. Brynzové halušky – popište technologický postup.

Syrové brambory nastrouháme, necháme odstát a část vody slijeme. Přidáme hrubou mouku, trochu hladké, sůl a dobře promícháme. Těsto protlačíme do vařící osolené vody přes hrubé struhadlo. Vaříme 8 – 10 minut. Po uvaření vyjme z vody cedníkem, necháme okapat, omastíme sádlem. Při expedici sypeme brynzou a přelijeme roztavenou slaninou nakrájenou na kostičky.

### 4. Charakterizujte pokrmy ze zeleniny.

Na přípravu bezmasých pokrmů používáme nejrůznější druhy zeleniny. Tyto pokrmy lze upravovat všemi tepelnými úpravami. U některých zeleninových pokrmů nahrazujeme maso vařeným nebo sázeným vejcem.

### 5. V jakém poměru je voda a rýže při dušení rýže?

1 díl rýže:1,5 dílu vody

### 6. Uveďte názvy alespoň 2 pokrmů z rýže upravovaných na sladko.

Např. Rýžová kaše, Rýžový nákyp