**PRACOVNÍ LIST - Vývary**

1. Co jsou to polévky ? 2 body

Polévka je tekutý pokrm, který má za úkol připravit žaludek na další pokrmy někdy má také zasytit. Polévka má navozovat chutě v menu.

1. Polévky z kuchařského hlediska dělíme na: 3 body
- vývary

- bílé

- ostatní - např. přesnídávkové, vinné, pivní, ovocné, krajové apod.

1. Základní rozdíl v přípravě světlého a tmavého vývaru. 1 bod

Při přípravě tmavého vývaru musíme kosti omýt, osušit, potřít olejem a zapéct, aby zkaramelizovaly sacharidy a tím získáme tmavou barvu vývaru. Zeleninu do polévky opékáme a přidáváme rajčatový protlak

1. Příprava světlého vývaru (základního). 3 body

Hovězí a telecí kosti ( mohou být i kuřecí) omyjeme, vložíme do vhodného hrnce a zalijeme studenou vodou. Přivedeme k varu a vodu slijeme. Tato činnost se nazývá: blanšírování. Kosti znovu zalijeme studenou vodou na mírném ohni přivedeme k varu, vaříme pomalu a během vaření sbíráme pěnu, která se tvoří na povrchu. Pěna je z bílkovin obsažených v kostech. Vývar vaříme 8 - 10 hodin. Při delším vaření se : NEHODÍCÍ ŠKRTNĚTE

* ~~stále uvolňují látky do vývaru a vývar získává silnější chuť~~
* z vývaru redukuje pouze tekutina

1 - 2 hodiny před koncem přidáme zeleninu a bylinky. Zeleninu tvoří 50 % cibule, 25% mrkev a 25 % řapíkatý celer. Tuto směs zeleniny se jmenuje mirepoix . Vývar scedíme přes jemné sítko.

1. Popiš přípravu tmavého vývar. 2 body

Kosti naskládáme na plech, potřeme je rostlinným olejem a dáme je péct do trouby nastavené na 180 - 200°C. Kosti v průběhu pečení kontrolujeme a otočíme je, aby se opekly rovnoměrně.

Když jsou kosti opečené dozlatova, vyndáme je z trouby a necháme vychladnout.

Opečené kosti naskládáme do dostatečně velkého hrnce a zalijeme studenou vodou.

Sporák nastavíme na střední intenzitu a kosti s vodou postupně přivedeme k mírnému varu.

Když se vývar lehce vaří, sporák nastavíme na mírnou intenzitu a necháme ho jen lehce probublávat. Z povrchu vývaru pravidelně sbíráme sraženou bílkovinu a nečistoty a vývar takto vaříme 3 - 4 hodiny.

Zeleninu (cibuli, mrkev, řapíkatý celer) nakrájíme na kostky velké 2 x 2 cm.

Dostatečně velkou nerezovou pánev nebo hrnec necháme na středním plamenu rozehřát, nalijeme do ní rostlinný olej a ten také necháme zahřát. Do rozpáleného oleje vložíme zeleninu, kterou necháme dozlatova orestovat. Ke konci restování přidáme do zeleniny rajčatový protlak, který také krátce orestujeme. 2 - 3 hodiny před koncem vaření přidáme do vývaru všechnu orestovanou zeleninu s rajčatovým protlakem.

V tuto chvíli do vývaru přidáme také všechny bylinky (česnek, bobkový list, stonky plocholisté petržele, černý pepř celý, tymián)

Když je vývar hotový, scedíme ho přes jemné síto a zchladíme.

1. Kosti vývaru dodávají 3 body
* chuť
* barvu
* hustotu
1. Polévkový vývar 1 bod

Připravíme ze základního vývaru. Dle druhu vývaru si připravíme maso, např. hovězí, kuřecí. Maso omyjeme a zalijeme studeným základním vývarem. Na mírném ohni vaříme dokud maso není zcela měkké. Na závěr dochutíme solí a pepřem. Ochucený polévkový vývar doplníme masem, zeleninou, vložkou např. těstoviny, játrové nebo masové knedlíčky, svítky aj.