

Module de gradul II	Module de gradul I
A. Prepararea bucatelor din carne și subproduse fierte	A.1. Prepararea limbii fierte cu sos
B. Prepararea bucatelor din carne înăbușită	B.1 Prepararea gulașului
	B.2 Prepararea pilafului
	B.3. Prepararea sarmalelor moldovenești
C. Prepararea bucatelor din carne și subproduse prăjite	C.1. Prepararea befstroganov
	C.2.Prepararea tocanei cu mămliguță
	C.3.Prepararea ficatului ca la Stroganov
D. Prepararea bucatelor din carne coaptă	D.1. Prepararea bovinei în sos de ceapă coaptă
E. Prepararea bucatelor din carne tocată	E.1. Prepararea biftecului tocat
	E.2. Prepararea șnițelului natural tocat
	E.3. Prepararea pârjoalelor, bitocurilor, șnițelilor
	E.4. Prepararea zrazelor tocate
	E.5. Prepararea ruladei tocate
	E.6. Prepararea chifteluțelor moldovenești
	E.7. Prepararea mititeilor la grătar

### Lucrarea practică A. 1

#### Limba fiertă cu garnitură și sos

##### 1. Limbă de porcină

Masa limbii este de circa 350 g și se vinde întreagă, proaspătă sau sărată.



##### 2. Limbă de vițel

Masa limbii - circa 500g, carnea e fină.

##### 3. Limbă de bovină

Masa limbii constituie 1- 2,5kg. Se vinde proaspătă, afumată, sărată. Se consideră cea mai gustoasă și are un gust specific.

**Partea îngroșată a limbii** este cea mai fină  
Limbile de miel, vițel și porcină se taie de-a lungul,  
limbile de bovină – de-a curmezișul.

Pentru prepararea acestor bucate veți avea nevoie de:

#### 1 Produse pentru limba fiertă (în grame, pentru o porție, rețeta nr. 534):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Limbă de bovină	126	126
sau de ovină	143	143
sau de porcină, sau de vițel	127	127
• Morcov	4	3
• Ceapă	4	3
• Pătrungjel (rădăcină)	3	2
<b>Masa limbii fierte</b>	-	<b>75</b>
• Garnitură (păstăioase fierte, rețeta nr.685)	-	

• Sos roșu cu vin(rețeta nr. 761)	-	<b>150</b>
		<b>75</b>
<b>Gramaj</b>	-	<b>300</b>

**2.Produse pentru fasole fiartă ( rețeta nr. 685):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Fasole fierte	-	192
• Margarină	9	9
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

**3.Produse pentru 200 g de fasole fiarte (rețeta nr 402)**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Fasole	97	96
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

**4.Produse pentru 100 g de sos roșu cu vin(rețeta nr 761)**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Sos roșu de bază № 759	-	92,5
• Vin (madera, muscat, vin porto)	7,5	7,5
• Margarină	5	5
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

**5.Produse pentru 100 g de sos roșu de bază (rețeta № 756)**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bulion brun ( rețeta № 757)	100	100
• Untură sau grăsime culinară	2,5	2,5
• Făină de grâu	5	5
• Pireu de tomate	15	15
• Morcov	10	8
• Ceapă	3,6	3
• Pătrunjel (rădăcină)	2	1,5
• Zahăr	2	2
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

**6. Echipament tehnologic:**

- plită
- electrică
- cuptor electric
- frigider
- blender
- cântar pentru bucătărie
- cești pentru măsurat lichide
- linguri pentru măsurat
- paleta "C.C."
- paletă "L.C."
- tavă pentru semipreparate din carne
- cratițe
- tigaie
- cuțite "C.C."și "L.C."
- lingură
- sită
- ceaune cu capacități diferite
- farfurii
- suporturi pentru farfurii
- cratiță
- cratiță pentru soteu
- pahar
- tavă
- rozete pentru condimente

**3.Echipament sanitar** (vezi MT 1.0)

**Pregătirea către lucrarea practică**

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a limbii fierte

**3. Pregătiți fasolea** sortați-le minuțios, înlăturând impuritățile, spălați-le în apă rece și puneți-le la umflat timp de 5 – 8 ore la fel în apă rece.




*Umflarea preventivă a păstăioaselor scurtează procesul la fierbere și contribuie la o mai bună păstrare a formei păstăioaselor Pentru înmuiere la o parte uscată de boabe se iau 2 părți de apă. În timpul înmuierii se supraveghează ca temperatura apei să nu fie mai mare de 15°C, căci în apă caldă păstăioasele ușor se înăbușă, iar apariția unei neînsemnate cantități de acizi le încetinește procesul de fierbere*

**4. Pregătiți morcovul, ceapa, verdeața:** apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le conform MT 3.0

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă ( vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	<p><b>Pregătirea limbilor</b></p> <p>Limbile se curăță de grăsime, țesutul muscular de sub limbă, mucozitate și sânge. Se spală în apă rece, în care se ține 2 ore pentru scoaterea sîngelui, se clătesc și se zvîntează</p>	Pregătiți limba
4	<p><b>Fierberea limbilor</b></p> <p>Limbile pregătite se pun în apă clocotindă, se dau în clocot, se adaugă morcov, pătrunjel și ceapă și se fierb la foc mic 40 min-3 ore (porcină -40 min, vițel – 1 oră, bovină-3 ore). La finele fierberii se adaugă sare. Finisarea se apreciază prin străpungerea cu acul de bucătărie, acesta intră liber în limba fiartă și sucul ce se elimină este străveziu.</p> <p>Limbile fierte se pun pentru cîteva minute în apă rece, după ce se curăță de pelicula sură.</p> <p>Se taie cite 2-4 bucăți la porție, se adaugă bulion cît le va acoperi și se dau în clocot 5-7 min. Se păstrează în bulion la temperatura de 50-60° C nu mai mult de 3 ore.</p>	Fierbeți limba
5	<p><b>Fierberea fasolei</b></p> <p>Păstăioasele pregătite se pun în cratiță, se toarnă apă rece (2,5l la 1kg de păstăioase) și se fierb sub capac la foc mic, continuu. Durata fierberii fasolei 1-2 ore / linteii- 45- 60 min., mazăii – 60-60 min.</p> <p><i>Atenție! La fierberea păstăioaselor nu se recomandă:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ de adăugat bicarbonat de sodiu, care cu toate că urgentează fierberea, dar contribuie la distrugerea vitaminei B1 din păstăioase și la înrăutățirea culorii și gustului,</li> <li>➤ de întrerupt fierberea și de adăugat apă rece, în acest caz păstăioasele fierb mai greu și înafară de aceasta de la apă rece boabele își pierd forma.</li> </ul> <p>Pentru îmbunătățirea gustului păstăioaselor la fierbere se adaugă legume aromate (pătrunjel, țelină, ceapă) tăiate cuburi mici, de asemenea frunze de pătrunjel și țelină (3 g neto la porție).</p> <p>După ce păstăioasele devin moi, fierbieră încetează, se adaugă sare (3-4 g. la o porție) și se lasă în fiertură pe 15-20 min., apoi fiertura se scurge prin strecurătoare sau sită, se adaugă piper negru măcinat (0,01 gr. la porție) și se drege cu grăsime (1/3 parte).</p> <p>În rezultatul fierberii păstăioasele se măresc în volum de 2 ori. Dintr-un kilogram de păstăioase se primesc 2,1 kg fierte.</p>	Fierbeți fasolea
6	<p><b>Prepararea sosului roșu cu vin</b></p> <p>Mai întâi se prepară sosul roșu de bază (vezi FIT la LPL 2.1).</p> <p>Pentru prepararea sosului se poate folosi bulionul rezultat la fierberea limbii.</p> <p>Vinul înainte de întrebuițare se dă în clocot separat.</p> <p>În sosul roșu de bază se adaugă vinul pregătit și se dresează cu unt sau margarină.</p>	Preparați sosul roșu cu vin

	 <b>Ca sosul să devină mai picant se adaugă chetciup- 30-50g la 1 kg de sos</b>	
<b>7</b>	<b>Prezentarea și servirea preparatului</b> Pe farfuria încălzită se așează moviliță fasolea fiartă, alături se aranjează 2-4 bucăți de limbă (care parțial acoperă fasolea) și se stropesc cu sos, iar garnitura- cu unt topit	<b>Pregățiți preparatul pentru servire</b>
<b>8</b>	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
<b>9</b>	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
<b>10</b>	<b>Utilizarea deșeurilor</b> <b>Deșeurile</b> se acumulează în pungi de polietilenă și se aruncă în căldările pregătite. Persoana de serviciu eliberează căldarea, legând săculețele de polietilenă și le adună într-o căldare comună «Căldare pentru deșeuri», pe care o duce apoi la locul de depozitare a gunoiului. Lucrătorii tehnici spală căldările cu soluție de sodă calcinată de 2%, le dezinfectează cu clorură de var de 5% și le clătesc cu apă fierbinte .	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Limbă fiartă cu sos și garnitură»**

Ingrediente	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Limba fiartă	Bucățelele au aceeași dimensiune, sunt tăiate sub un unghi de 60° sau 45°, câte 2-4 bucăți la porție, Forma este bine determinată, fără resturi de pelicule, tendoane	Moale, elastică, succulentă, pătrunsă	Cafeniu cu nuanțe surii, uniformă pe toată suprafața	Specific de limba fiartă, cu aroma legumelor și condimentelor întrebunțate, fără nuanțe străine	Proaspăt, succulent, potrivit de sărat, fără nuanțe străine
Fasole fiartă	Aranjată pe farfurie moviliță, stropită cu unt topit, bine umflată, întreagă, cu forma păstrată, friabilă	Moale, pătrunsă	Specific fasolei folosite	Specific boabelor fierte, cu aroma de unt, plăcut, fără nuanțe de mucegai	Specific fasolei fierte, potrivit de sărat, condimentat, plăcut, fin, fără nuanțe amăruie
Sos roșu cu vin	Turnat cu acuratețe pe bucățile de limbă fiartă și le învelește	Smîntînei, elastic, fără cocoloși de făină sau legume nepasate, omogen	Roșu-cafeniu	Proaspăt, aromat, cu nuanțe de legumele și condimentele întrebunțate, cu aromă fină de vin	Gust de carne acriu-dulciu, potrivit de sărat, fără nuanțe amăruie, cu nuanță de vin

**Lucrarea practică B.1.**

**Prepararea „Gulașului cu terci fărmicios de hrișcă și sos”**

Pentru prepararea gulașului veți avea nevoie de:

1. **Produse pentru gulaș** (în grame, pentru o porție, rețeta nr.591):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• carne de bovină (spată, piept, blet) sau de porcină (spată, greabăn) sau de ovină (spată).	162 129 150	119 110 107
• Untură	7	7
• Ceapă	24	20
• Pireu de tomate	15	15
• Făină de grâu	5	5
<b>Masa cărnii înăbușite</b>	-	<b>75</b>
	-	<b>100</b>

<b>Masa sosului</b>	-	150
• Garnitură nr.nr. 679, 682,688,694,696, 700, 701, 708, 711		
<b>Gramaj</b>	-	<b>325</b>

**2. Produse pentru 200 g de terci fărimicios de hrișcă** ( rețeta 679):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Masa terciului	-	192
Unt	15	15
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

\* Pentru a obține 200g de terci fărimicios de hrișcă aveți nevoie de 65,2g de crupe și 0,142 l de apă.

**3. Echipament tehnologic** (vezi A.1.), suplimentar- ceaun sau cratiță pentru soteu 1,5l.

**4. Echipament sanitar** (vezi MT 1.0)





**Pregătirea pentru lucrarea practică**

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea bucatelor
3. Curățați ceapa și spălați-o
4. Alegeți crupa de hrișcă
5. Alegeți și spălați verdeța.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

**Îndeplinirea lucrării practice**

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
<b>1</b>	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru</b> (vezi MT 1.0)	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
<b>2</b>	<b>Pregătirea locului de muncă</b> (vezi MT 2.0)	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
<b>3</b>	<b>Pregătirea cărnii pentru gulaș</b> (vezi MT 5.0)	<b>Pregătiți carnea pentru gulaș</b>
<b>4</b>	<b>Prepararea garniturii</b> (vezi E.1)	<b>Preparați terci fărimicios de hrișcă</b>
<b>5</b>	<b>Călirea pireului de tomate</b> Pireul de tomate se diluează cu o cantitate mică de apă sau bulion și se căleşte în grăsime, 10-15 min, la capac .	<b>Căliți pireul de tomate</b>
<b>6</b>	<b>Pregătirea făinii călite la roșu</b> Făina se cerne, se toarnă într-o tigaie sau tavă într-un strat de 3-5cm grosime și se încălzește la 150°C , se amestecă încontinuu, pînă cînd se obține o culoare cafeniu-deschisă. Făină călită are miros de nuci prăjite și se risipește ușor. Făina se căleşte la cuptor sau pe plită. După răcire făina se diluează cu apă sau bulion răcit ( la cel mult 60°C) în raport de 1: 4 și se amestecă pînă cînd va deveni o compoziție omogenă, fără cocoloși.	<b>Pregătiți făina călită la roșu</b>

<p><b>7</b></p>	<p><b>Înăbușirea cărnii</b> Înăbușirea- este tratamentul termic al produsului alimentar într-o cantitate mică de lichid cu adaos de mirodenii și condimente, legume călite și pireu de tomate, la capac. Prepararea gulașului constă din două etape: <i>prăjire</i> și <i>înăbușire</i>. Cubulețele de carne de 20-30g se așază într-o tigaie încinsă cu grăsime într-un strat de 1-1,5 cm grosime, se sărează, se piperează și se prăjește pînă la o crusă rumenită uniformă pe toată suprafața cubulețelor. Carnea prăjită se mută în cratița pentru soteuri, se adaugă apă sau bulion fierbinte (1-2 cm deasupra cărnii), se adaugă pireul de tomate călit și se înăbușă la foc domo 1-1,5 ore, la capac, amestecînd periodic. Lichidul evaporat se restituie prin adăugarea, după necesitate, a apei sau a bulionului fierbinte. Pentru înăbușire se poate întrebuița carnea cu conținut bogat de țesut conjunctiv sau carnea animalelor bătrîne. Procesul de înăbușire ce necesită timp îndelungat înmoaie țesutul muscular, totodată aburii formați sub capac pătrund în carne și o înmoaie. Carnea se înăbușă pînă cînd devine moale. Dacă înăbușire durează prea mult, carnea se răsfiere, grăsimea se topește, sucul trece în sos, volumul cărnii se micșorează, iar preparatul are un aspect neestetic. Carnea înăbușită corect își păstrează forma, iar sosul format la înăbușire, este consistent și vîscos.</p>   	<p><b>Înăbușiți carnea</b></p>
<p><b>8</b></p>	<p><b>Prepararea sosului roșu</b> După înăbușire carnea se filtrează, iar în baza fierții obținute se prepară sos roșu astfel: în fierțură se adaugă ceapa călită, făină călită și deja diluată, sare, piper. Se fierbe circa 20min.</p>	<p><b>Preparați sosul roșu</b></p>
<p><b>6</b></p>	<p><b>Prepararea gulașului</b> Cu sosul obținut carnea se înăbușă 25-30 de min. Cu 5-10min. pînă la finele înăbușirii se adaugă condimentele. În gulașul de bovină se poate adăuga usturoi (0,8g la o porție). Gulașul poate fi preparat cu smîntînă (15-20g la o porție).</p>	<p><b>Preparați gulașul.</b></p>
<p><b>10</b></p>	<p><b>Prezentarea și servirea gulașului</b> Garnitura se așază în bol sau farfurie alături – gulașul, se presară cu verdeață tocată.</p> 	<p><b>Pregătiți preparatul pentru servire</b></p>
<p><b>11</b></p>	<p><b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b></p>	<p><b>Apreciați calitatea preparatului</b></p>
<p><b>12</b></p>	<p><b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b></p>	<p><b>Deretificați locul de muncă</b></p>
<p><b>13</b></p>	<p><b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b></p>	<p><b>Utilizați deșeurile</b></p>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

**Tabela1**

**Indicii de calitate ai preparatului „ Gulaș cu terci fărîmicios de hrișcă și sos”**

Ingredientele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Gulaș	Cubulețe de carne - de formă determinată, nedeformate, nerăsfierte, așezate alături de garnitură și stropite abundent cu sos.	Moale succulentă, îmbibată cu sos.	Roșu-închis cu nuanțe sure	Specific de carne prăjită și înăbușită, cu nuanțe de legume și condimente folosite, aromat, fin, fără nuanțe străine.	Specific cărnii înăbușite, fin, succulent, ușor acriu-dulciu, potrivit de condimentat, fără nuanțe străine.

Terci fărâmicios de hrișcă	Așezată moviliță în farfurie, își menține forma, stropit cu unt topit	Boabele bine umflate, moi, pătrunse, finisate, ușor se risipesc	Cafeniu deschis, corespunzător crupelor de hrișcă prăjită sau neprăjită.	Fin, aromat, plăcut, specific de hrișcă fiartă, unt topit, fără nuanțe străine.	Fin, plăcut potrivit de condimentat și sărat, cu nuanțe de unt topit, fără gust amar sau nuanțe străine.
Sos roșu	Turnat cu acuratețe pe preparatul de bază, îl învâluște și îl ține moviliță.	Consistența smântinei semigrase, elastic, omogen, fără cocoloși de făină sau legume nepasate	Roșu - cafeiniu.	Aromat, cu nuanțe de ceapă și legume folosite, condimente, fără nuanțe străine.	Plăcut, specific de carne înăbușită, acriu-dulceag, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine.

## Lucrarea practică B.2.

### Prepararea pilafului

Pentru prepararea pilafului veți avea nevoie de următoarele:

#### 1. Produse (în grame, rețeta nr. 601):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Carne de ovină, capră (spată, piept)	200	143
Carne de bovină (partea cocso-femurală laterală și exterioară)	216	159
Carne de porcină (spată, piept)	173	147
Crupe de orez	65	65
Margarină de masă	20	20
Ceapă	24	20
Morcov	19	15
Pireu de tomate	15	15
<b>Masa cărnii înăbușite</b>	-	<b>100</b>
<b>Masa garniturii</b>	-	<b>200</b>
<b>Gramajul:</b>	-	<b>300</b>

#### 2. Echipament tehnologic (vezi A.1), suplimentar -ceaun

#### 3. Echipament sanitar (vezi MT 1.0)




### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea pilafului.
3. Pregătiți morcovul, ceapa și verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0.
4. Preparați semifabricatul din carne pentru pilaf în conformitate cu MT 5.0.
5. Alegeți orezul.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică

2	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<b>Pregătirea legumelor și orezului</b> Orezul se spală. Morcovul și ceapa curățate și spălate se taie cubușoare și se călesc 5-7 minute pînă la înmuiere, apoi se adaugă pireu de tomate și se continuă înăbușirea timp de 10-15 min.	<b>Pregătiți legumele și orezul</b>
4	<b>Prepararea pilafului</b> Se pune pe plită cazanul. Se încălzește. Se pune grăsime și se încălzește. Carnea tăiată cubulețe de 20-30 g și cu latura 2 cm se prăjește pînă la rumenire, se sarează și se piperează. Apoi se toarnă bulion sau apă (150 g la porție), se aduce la fierbere și se înăbușă pînă carnea devine moale, apoi se adaugă orezul pregătit și se fierbe pînă orezul este fiert pe jumătate. După ce orezul a îmbibat tot lichidul, vasul se acoperă cu capac, se pune pe o tavă cu apă și se introduce în rolă pentru 25-40 de minute pînă la finisare. <b>Nu se amestecă !</b>   <i>Pilaful se fierbe ca terciul de orez fărîmicios. De aceea este important să se respecte raportul orez-apă. Dacă apă este mai multă decît necesarul, orezul se va răsfiere și pilaful va deveni vîscos. Dacă este insuficiență de lichid, pilaful va fi uscat, semicrud, și la tratarea termică se va lipi de pereții vasului, fapt ce va cauza arderea ulterioară a acestuia. Pilaful se amestecă pînă la îngroșare, apoi suprafața se nivelează</i>  Pilaful gata nu se amestecă, doar se afinează cu acul de bucătărie, separîndu –l de pe pereții și fundul cazanului.	 <b>Preparați pilaful</b>
5	<b>Prezentarea și servirea pilafului</b> Pe farfuria de suport se montează pilaful moviliță, se presară cu verdeață tocată mărunt. Separat se pot servi felii de lămîie, verdeață de pătrunjel și corinadru, ceapă verde, legume proaspete sau murate	 <b>Pregătiți pilaful pentru servire</b>
6	<b>Apresiasi calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
7	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
8	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mîncate pe loc

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Pilaf »**

<b>Aspectul exterior</b>	<b>Consistența</b>	<b>Culoarea</b>	<b>Mirosul</b>	<b>Gustul</b>
Așezat pe farfurie movilită, cu legume (morcov, ceapă) și 6-8 bucățele de carne repartizate uniform. Legumele tăiate uniform cubulețe mici 0,5-0,6 cm, ș carnea - cuburi mari bine definite își au forma păstrată bine. Stropit cu unt topit și presurat cu verdeață tocată mărunt.	Legumele – moi, pătrunse. Orezul – bobul bine umflat, se desface bob de bob, se ține bine moviliță, pătruns, moale. Carnea - moale succulentă, finisată, îmbibată cu sos	Legumelor – naturală Orezului – albă cu nuanțe aurii și roșietice de la sos. Carnea – rumenă – surie.	De orez, legume înăbușite, carne prăjită și înăbușită. Plăcut, apetisant, de mirodenii.	Apetisant, potrivit de sărat și condimentat. Fără nuanțe străine (ars, copt, călit, acriu, mucegai și alt.)



## Lucrarea practică B.3.

### Prepararea sarmalelor moldovenești

Pentru prepararea sarmalelor moldovenești veți avea nevoie de următoarele:

#### 1. Produse (în grame):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Frunze de viță de vie	64	60
sau varză proaspătă	200	160
• Porcină (spată).	87	74
• Orez	15	15
• Morcov	25	20
• Pătrunjel (rădăcină)	27	20
• Ceapă	25	21
• Pireu de tomate	10	10
sau roșii	31	26
• Margarină de masă	20	20
• Pătrunjel (verdeață), mărar	6	7
<b>Masa semipreparatului cu varză</b>	-	<b>320</b>
<b>Masa semipreparatului cu frunze de viță de vie</b>	-	<b>220</b>
• Bulion de găină	50	50
• Borș acru	50	50
<b>Masa bulionului și borșului acru</b>	-	60
<b>Masa sarmalelor cu varză</b>	-	270
<b>Masa sarmalelor cu frunze de viță de vie</b>	-	170
• Smântână	20	20
<b>Gramaj: cu varză și smântână</b>	-	<b>350</b>
<b>cu frunze de viță de vie și smântână</b>	-	<b>250</b>

#### 2. Echipament tehnologic (vezi B.1)

#### 4. Echipamentul sanitar (vezi MT 1.0)




### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică de preparare a sarmalelor.
3. Curățați ceapa, morcovul, pătrunjelul și spălați-le
4. Alegeți orezul.
5. Alegeți și spălați verdeața.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea orezului Orezul, ales de impurități, se spală mai întâi cu apă caldă (40°C), apoi cu apă fierbinte (60 – 70°C).	Pregătiți orezul

	Se spală în 2-3 ape. Orezul pregătit se adaugă în apă clocotindă cu sare (6 litri de apă la 1kg de orez) și se fierbe la foc mic timp de 30 min pînă la înmuiere. Orezul fiert se strecoară prin sită și se transferă în castron și se răcește.	
4	<b>Pregătirea verdeței</b> Verdeața se alege, se spală, se ține în apă rece 5-10 minute, se clătește sub jet de apă curgătoare, se usucă și se toacă	<b>Pregătiție verdeața</b>
5	<b>Pregătirea legumelor</b> Ceapa, morcovul, rădăcina de pătrunjel se taie cubulețe, se călesc pînă la rumenire, se adaugă pireul de tomate și se călesc timp de 10 minute.	<b>Pregătiți legumele</b>
6	<b>Pregătirea umpluturii</b> Carnea tăiată cubulețe mici sau tocată se amestecă cu orezul pregătit, cu legumele călite, verdeața, sare, piper. În perioada de vară pireul de tomate se poate înlocui cu roșii proaspete, curățite de coajă și tăiate cubușoare.	<b>Pregătiți umplutura</b>
7	<b>Pregătirea varzei/ frunzelor de viță de vie</b> La varza albă se înlătură frunzele superficiale vestejite, murdare, alterate și se taie partea proeminentă a cotorului și se spală, apoi se taie și partea interioară a cotorului. Varza pregătită astfel se pune în apă sărată clocotindă în care s-a adăugat borș acru și se fierbe pînă la semigata, apoi se scoate, se scurge, se răcesc și se separă frunzele opărite. Dacă mijlocul nu este pătruns, varza se pune repetat în apă clocotindă și se prelungeste opărirea. Frunzele tinere de viță de vie se spală și se opăresc cu uncrop. Cele conservate se țin în apă rece.	<b>Pregătiți varza/frunzele de viță devie</b>
8	<b>Modelarea și prepararea sarmalelor</b> Pe frunza de varză/ de viță de vie se așează umplutura, marginile se îndoie, redîndu-le formă conică. Sarmalele se pun în cazan sau oliță sau avs pentru sote rînduri uniform. Masa semifabricatului -320g. Se acoperă cu frunze de varză sau de viță de vie.  Bulionul de găină și borșul acru se aduce la fierbere și se toarnă peste sarmale, astfel, ca acestea să fie acoperite, se pune capacul și se înăbușă la foc mic 1-1,5 ore.  Sarmalele vor cîștiga la gust dacă vor fi tratate termic în rolă încă 1-1,5 ore. 	<b>Modelați și preparați sarmalele</b>
7	<b>Prezentarea și servirea sarmalelor</b> Sarmalele se servesc în olițe sau farfurii, cîte 8-10 bucăți la porție, se stropesc cu sosul, în care s-au înăbușit și cu smîntînă	<b>Pregătiți preparatul pentru prezentare și servire</b>
8	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
6	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
10	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mîncate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate a sarmalelor moldovenești

Aspect ul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Sarmalele-s de formă conică bine determinată, sunt întregi, nedeformate, fără crăpături sau părți deteriorate, pe unde se vede umplutura. Sunt aranjate estetic pe farfurie, stropite cu sos, presărate cu verdeață tocată.	Moi, pătrunse, succulente, ușor se taie cu cuțitul sau furculița. Umplutura-i omogenă, pătrunsă, moale, succulentă, finisată. Orezul e fărâmițos și bine umflat.	De la aurie pînă la cafeniu deschis pentru varză și de la verde deschis pînă la verde închis-pentru frunze de viță de vie. Ledumele din umplutură își păstrează culoarea naturală, au o nuanță roșietică	Aromă fină, specific varzei coapte/frunzelor de viță de vie, umpluturii din carne și legume, borș acru și condimente, fără nuanțe străine.	Specific sarmalelor din varză/frunze de vițăde vie, fin, plăcut, moale, succulent, potrivit de sărat, fără nuanțe străine.

Lucrarea practică C.1

Prepararea befstroganov



*Mușchiuleț. Specialitate de carne bucată mare, alcătuită complet din fascicule musculare, învelite în peliculă uscată, fără tendoane și grăsime, fără zdrențe sau tăieturi. Se separă din semicarcasele de bovină și porcină înainte de tranșare. Partea mai îngroșată se desprinde de pe șolduri, se îndepărtează atent cu cuțitul de pe carcasa osoasă pe toată lungimea vrăbioarei și antricotului*

Pentru prepararea befstroganov veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse (în grame, rețeta nr. 561):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Carne de bovină (mușchiuleț, antricot și vrăbioară, partea cocsofemurală superioară și interioară)	216	159
sau carne de vițel (antricot, partea cocsală, spată)	241	159
Ceapă	57	48
Margarină de masă	15	15
	<b>Masa cepei călite</b>	<b>24</b>
Făină de grâu	6	6
Smântână	40	40
Sosul tomat (ketchiup)	5	5
	<b>Masa cărnii prăjite</b>	<b>100</b>
	<b>Masa sosului și cepii călite</b>	<b>100</b>
Garnitura №№ 692,695-697,699	-	150
	<b>Gramajul:</b>	<b>350</b>

**2 Echipament tehnologic** (vezi B.1)



**3.Echipament sanitar** (vezi MT 1.0)



## Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea befstroganov.
3. Pregătiți cartofii, ceapa și verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0.
4. Efectuați prelucrarea primară a mușchiulețului  
*Mușchiulețul nu se achiziționează congelat, deaceia prelucrarea lui se începe de la maturizare: mușchiulețul se pune într-un vas și se ține în frigider la temperatura de 2-6°C timp de 2-3 zile. În ziua utilizării acestuia se spală și se usucă la aer sau cu un ștergar*

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	<p><b>Pregătirea semipreparatului befstroganov</b> Din mușchiulețul curățat de tendoane și peliculă se taie bucăți proporționate de 0,8 -1 cm grosime. Bucățile de carne se bat cu ciocan muiat în apă rece se aplatizează pînă la 5-8 mm grosime. Bucățile aplatizate se taie bastonașe cu 30-40 mm grosime și masa 5-7 g.. Bucățelele de carne se pun într-un vas, se acoperă cu peliculă și se țin la rece cel mult 2 ore.</p> 	Pregătiți befstroganov - semipreparat
4	Punerea în funcțiune a friteuzei (vezi M 5.3.2)	Puneți în funcțiune friteuza
5	Prepararea garniturii – crochete de cartofi (vezi 6.3.3)	Preparați garnitura
6	<p><b>Călirea cepii</b> Ceapa curățată și spălată se taie pai. Pe tigaia încălzită cu grăsime se adaugă ceapa, și amestecînd continuu se căleşte pînă la obținerea unei culori aurii.</p>	Căliți ceapa
7	<p><b>Prepararea sosului</b> Făina cernută se căleşte fără grăsime. Smîntîna se dă în clocote. În smîntîna clocotindă se încorporează făina călită și ketchiup. La sfîrșitul preparării în sos se adaugă ceapa călită.</p> 	Preparați sosul

8	<p><b>Prepararea befstroganov</b> Pe tigaia încinsă cu margarină se așază într-un strat carnea, se condimentează cu sare, piper și se prăjește pînă la rumenire timp de 3-4 min. Sosul fiert se toarnă peste carnea prăjită și se aduce pînă la fierbere și se dă în clocote mici 1-2 min.</p> 	Preparați befstroganov	
9	<p><b>Prezentarea și servirea befstroganov</b> Preparatul se prezintă în farfuria sau tigaie de porție cu sosul obținut și cu garnitură ce se servește aparte pe farfuria. Drept garnitură pot servi cartofi fierți, cartofi prăjiți (din fierți), cartofi prăjiți (din cruzi), cartofi fri, crochete din cartofi.</p>		Pregătiți befstroganov pentru servire
10	Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea preparatului	
11	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă	
12	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile	

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mâncate pe loc

Tabelul 1

### Indicii de calitate ai preparatului „Befstroganov”

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Bucățele de carne tăiate uniform în formă de pai cu masa de 5-6 gr, pînă la 1cm grosime și acoperite cu sos, sunt presărate cu verdeață tocată. Alături e servită garnitura. Befstroganov poate fi servit în tigaie porționată, garnitura în acest caz e servită separat.	Carnea rumenită, moale, finisată, succulentă, îmbibată cu sos de smîntînă cu ceapă. Sosul - ușor consistent dar nu uscat. Sosul cu ceapă omojen repartizat în carne.	Carnea rumenă -aurie-surie, sosul culoare-albă-cremă (cafeniu deschis).	Apetisant de carne, prăjită cu ceapă și smîntînă. Plăcut.	Specific de carne prajită și sos de smîntînă cu ceapă Potrivit de sărat și condimentat Fără nuanțe de carne, ceapă sau smîntînă arsă, înăcrită.

## Lucrarea practică C.2.

### Prepararea tocanei cu mămăligă

Pentru prepararea tocanei veți avea nevoie de:

1. **Produse** (în grame, pentru o porție, rețeta nr.4.25):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Carnea de porcină ( piept, spată)	173	147
Slănină sau untură	10,4	10
<b>Masa porcinei prăjite</b>	-	<b>100</b>
Ceapă	48	40/20*
Usturoi	6,4	5
Pătrunjel (verdeață)	-	3
Sare, piper	-	-
<b>Masa cărnii prăjite</b>	-	<b>125</b>

Garnitură (mămăligă, rețeta nr.4.487)	-	150
<b>Gramaj</b>	-	<b>275</b>

\* la numărător se indică masa netă a cepei, la numitor- masa cepei călite

2. **Produse pentru 200 g de mămăligă** (rețeta nr. 4.48):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
1. Făină de porumb	67	67
2. Apă	200	200
3. Sare	2	2
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

3. **Echipament tehnologic** (vezi A.1.), suplimentar – ceaunel, sită, făcăleț, luș



4. **Echipament sanitar** (vezi MT 1.0)

### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de prepararea a tocanei cu mămăligă
3. Pregătiți usturoiul, ceapa, verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice de laborator

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)</b>	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
2	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<b>Pregătirea porcinei</b> Carnea se pregătește ca în MT 5.0 și se taie cubulețe a câte 30-35 g fiecare.	<b>Pregătiți carnea de porcină</b>
4	<b>Tăierea cepei</b> Ceapa curățată se taie pai sau cubulețe mărunte	<b>Tăiați ceapa</b>
5	<b>Prepararea tocanei</b> Pe tigaia încinsă se topește slămina tăiată mărunt. Carnea pregătită se pune în aceasta tigaie într-un strat și se prăjește la foc potrivit, amestecând periodic, pînă cînd se va obține o cojiță rumenă, uniformă pe toată suprafața bucăților. Spre sfîrșit se adaugă ceapa tocată, se sarează și se piperează. Cînd s-a sfîrșit prăjirea, se adaugă usturoiul pisat.	<b>Preparați tocana</b>
6	<b>Prepararea mămăligii</b> Făina de porumb se usucă în prealabil la cuptor, evitînd schimbarea culorii. Se cerne. Se fierbe într-un vas cu fundul gros, de preferință într-un căzanel. În apa clocotindă sărată se adaugă în jet sau ploiță făina, amestecînd încontinuu cu un făcăleț, ca să se obțină o masă omogenă și se fierbe la foc mic 25 minute, la capac, amestecînd periodic de jos în sus, dezlipind-o de pe pereții și fundul vasului.  Mămăligă se pune în bain –marie și se fierbe pînă la pregătire, la capac. Cînd mămăliga va fi gata, căzanelul se scutură ușor de cîteva ori și mămăliga se dezlipește de pereții vasului și se răstoarnă pe paleta de lemn. 	<b>Preparați mămăliga</b>
7	<b>Prezentarea și servirea tocanei cu mămăligă</b> Cu ajutorului polonicului muiat în apă fierbinte sau în unt se ia o bilă de mămăliță și	<b>Pregătiți pentru servire tocana cu</b>

	se montează în farfurie. Se face în ea o gropiță, în care se pune tocana cu grăsime. Se presară cu verdeață tocată	<b>mămăligă</b>
<b>8</b>	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor respectivi (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
<b>9</b>	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
<b>10</b>	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă și consumate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Tocana cu mămăligă»**

Ingrediente	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Tocana din carne de porc	Bucățile de carne au forma de cuburi regulate (4-6 buc la porție), stropite cu grăsimea în care s-au prăjit, presărate cu verdeață tocată, așezate în adâncitura din mămăligă, nu s-arse, sau prăjite excesiv	Moale, succulentă, ușor crocantă	Uniformă pe toată suprafața. De la aurie până la cafeniu-deschisă	Proaspăt, apetisant, de carne de porc prăjită, cu aromă de usturoi și verdeață	Plăcut, apetisant, fin, specific de carne de porc prăjită, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine
Mămăliga	Are formă de bilă cu adâncitură în mijloc, presărată cu verdeață	Omogenă, potrivit de consistentă, nu se împrăstie, puhavă, fără cocoloși de făină crudă sau sare	De la galben-deschis la galben – închis, fără incluziuni negre sau albe	Fin, caracteristic terciului din făină de porumb, fără nuanțe străine	Fin, apetisant, plăcut, potrivit de sărat, fără nuanțe străine

**Lucrarea practică C.3.**

**Prepararea ficatului „ca la Stroganov”**



*Ficatul conține 70—73% de apă, 2—4% de grăsimi, 17—18% de proteine, inclusiv și aminoacizi. Ficatul este bogat în vitaminele din grupa B, conține vitaminele A, D, E, precum și o cantitate considerabilă de fermenți și substanțe extractive, fier, fosfor.*

*Ficatul fiert mărunțit absoarbe bine grăsimile, din care motiv (precum și datorită valorii nutritive înalte) se folosește la prepararea delicatelor fierte și prăjite, gustărilor, pateurilor.*

**1) Ficat de vițel**

Masa ficatului este de 1-2,5 kg. Are culoare roșietic-cafeniu-deschisă, structură fină și poroasă. Se consideră cel mai gustos și fin din toate felurile de ficat. Se fierbe, se înăbușă, se prăjește la grilă, în tigaie sau în friteuză. Se folosește la prepararea pateurilor, gustărilor, umpluturilor pentru pateuri și în multe preparate. Nu se recomandă să fie prăjit prea mult timp, deoarece poate deveni tare.



**2) Ficat de bovină**

Masa ficatului de bovină este de 4-5 kg. Suprafața este netedă, de culoare cafeniu-roșietică, în secțiune- umed. Are gust pronunțat, uneori amar. Gustul va deveni mai plăcut dacă ficatul va fi macerat câteva ore în lapte. Vasele sangvine și pelicula se înlătură înainte de întrebuițare. Se folosește pentru preparate fierte, înăbușite, prăjite la grătar, în tigaie sau friteuză. Din ficat se prepară pateuri, gustări, umpluturi pentru tarte sau pateuri etc. Cu cât este mai tânără bovină, cu atât e mai gustos ficatul ei.



**Ficat de porc**

Masa ficatului de porc este de 1-2,5 kg. Are culoare cafeniu sau cafeniu-roșietică și gust specific. Suprafața este netedă, iar în secțiune- poros și umed.



Se fierbe, se prăjește, se înăbușă, se întrebunțează în calitate de umplutură pentru diverse preparate.

Pentru ficatul de porcină este caracteristic gustul amărui. Se deosebește de ficatul de bovină prin dimensiuni și prin structura poroasă specifică.

Pentru prepararea felului de mâncare „Ficat «ca la Stroganov» ” veți avea nevoie de:

1. **Produse pentru ficat „ca la Stroganov”** (în grame, pentru o porție, rețeta nr. 582):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Ficat de bovină	133	110
sau ficat de ovină, sau de porcină, sau de vițel	125	110
• Untură	10	10
<b>Masa ficatului gata</b>		75
• Sosul de smântână cu ceapă (rețeta nr. 800)	-	75
• Pireu de tomate	8	8
• Sos picant (ketchiup)	4	4
• Garnitură (cartofi fierți, rețeta nr.692)	-	150
<b>Gramaj</b>	-	<b>312</b>

2. **Produse pentru sos de smântână cu ceapă** (rețeta № 800):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Sos de smântână (rețeta № 798)	170	170
• Ceapă	56,6	50
• Unt	5	5
• Ketchiup	6	6
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

3. **Produse pentru sos de smântână** (rețeta nr.798):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Smântână	200	200
• Unt	10	10
• Făină de grâu	10	10
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

4. **Produse pentru cartofi fierți** (rețeta nr. 692):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Cartofi	264	258
sau cartofi noi	255,2	266
<b>Masa cartofilor fierți</b>	-	<b>192</b>
Margarină de masă sau unt	9	9
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

5. **Echipament tehnologic** (vezi A.1)

6. **Echipament sanitar** (vezi MT 1.0)

## Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată

2. Completați fișa tehnologică de preparare a ficatului ca la Stroganov





3. Pregătiți cartofii, ceapa și verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0



4. Fierbeți bulionul de carne (vezi supe A.1.)



În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)</b>	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
2	<b>Pregătirea locului de muncă ( vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<p><b>Pregătirea ficatului</b></p>  <p>Ficatul se spală minuțios pentru a înlătura fierea, se taie lamele de 8—12 cm grosime, și timp de 2-3 ore se macerează în apă rece curgătoare.</p>  <p>Apoi se clătește cu apă rece, se curăță de pelicule și tendoane, se taie bețișoare de 3-4cm lungime și de 5-7 g, ca pentru befstroganov</p>	<b>Pregătiți ficatul</b>
4	<p><b>Prepararea sosului de smântină cu ceapă</b> Făina se cerne. Ceapa curățată se taie mărunț Făina de grâu cernută se călește puțin fără unt, se răcește, se amestecă cu unt. Smântîna se aduce pînă la fierbere, apoi se adaugă făina amestecată cu unt, se amestecă minuțios, se drege cu sare, piper, se fierbe încă 3-5 min., se strecoară și se aduce pînă la fierbere. Ceapa tăiată mărunț se pasează cu unt pînă la gătire (culoarea trebuie să rămînă aceeași), se unește cu sosul se smîntînă fierbinte, se adaugă sare, paste de tomate sau pireu (sau ketchup), se amestecă și se fierbe 5-7 min. pînă la gătire.</p>	<b>Preparați sosul de smîntînă cu ceapă</b>
5	<p><b>Prepararea ficatului</b> Ficatul tăiat bețișoare se sarează, se piperează. Pe plită se pune o tigaia și se încălzește, apoi se pune grăsimea și se încinge pînă la 150-160 °C. Ficatul pregătit se pune în grăsimea încinsă într-un strat uniform și se prăjește, amestecînd încontinuu, pînă la rumenire, 3-4 min. Nu se admite prăjirea excesivă a ficatului, deoarece el va deveni tare și necalitativ.</p>   <p>După aceasta în ficat se adaugă sos de smîntînă cu ceapă, pireu de tomate, ketchup, se amestecă și se dă în clocot. Se poate prepara și fără ketchup, majorînd respectiv cantitatea de pireu de tomate.</p>	<b>Preparați ficatul</b>
6	<p><b>Tăierea cartofilor</b> Cartofii se taie cubulețe mari, sau polobocele, iar dacă cartofii sînt noi, se lasă întregi</p>	<b>Tăiați cartofii după forma aleasă</b>

<b>7</b>	<p><b>Fierberea cartofilor</b></p> <p>În cratiță se toarnă apă reieșind din calculul - 0,6-07 l la 1 kg de cartofi, și se încălzește. Când apa dă în clocot se adaugă sare (10g la 1 l de apă).</p> <p>În apa clocotindă se pun cartofii tăiați. Nivelul apei trebuie să fie cu 1- 1,5 cm mai sus de nivelul cartofilor. Pentru o păstrare mai bună a vitaminei C cartofii se fierb în vas închis la foc mic timp de 15-20 min.</p> <p>Când cartofii s-au fiert, apa se scurge, vasul cu cartofi se mută pe o porțiune a plitei mai puțin caldă și se lasă pe 5-7 min. pentru a se zvînta.</p> <p> <i>În timpul fierberii substanțele nutritive trec în fiertură, de aceea fierturile se recomandă a fi folosite la prepararea supelor și sosurilor.</i></p>	<b>Fierbeți cartofii</b>
<b>8</b>	<p><b>Prezentarea și servirea ficatului „ca la Stroganov”</b></p> <p>Pe platoul încălzit cartofii fierți se așează moviliță, se stropesc cu unt topit, alături se aranjează ficatul prăjit cu sosul în care s-a preparat, se ornează cu crenguțe de verdeață sau legume.</p> <p> <i>În calitate de garnitură pot fi servite paste făinoase fierte, pireu de cartofi, cartofi prăjiți (în prealabil fierți), cartofi prăjiți (din cruzi), legume fierte cu grăsime</i></p>	<b>Pregătiți preparatul către servire</b>
<b>9</b>	<b>Aprecieria calității preparatului conform indicilor respectivi (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
<b>10</b>	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
<b>11</b>	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Ficatul ca la Stroganov»**

Ingrediente	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Ficat prăjit	Barele de ficat sunt de aceeași formă și dimensiune. Aranjate alături de garnitură, stropite cu sos și unt topit, potrivit de prăjite, fără urme de cruditate	Moale, succulentă, poroasă, îmbibată cu sos de smântână	De la cafeniu-deschisă până la cafeniu-închisă, uniformă pe toată suprafața, fără pete înălbite sau înnegrite	Proaspăt, plăcut, aromat, caracteristic ficatului prăjit și sosului de smântână cu ceapă, fără mirosuri străine	Proaspăt, plăcut, apetisant, caracteristic ficatului prăjit și sosului de smântână cu ceapă, tomat, grăsimi, potrivit de condimentat și sărat, fără nuanțe străine
Cartofi fierți	Cartofii au aceeași dimensiune și formă, stropiți cu unt topit și presărați cu verdeață, fără resturi de coajă sau ochișori	Moi, pătruși	De la alb la galben	Plăcut, caracteristic cartofilor fierți, untului topit și verdețurilor, fără miros străin	Fin, plăcut de cartofi fierți, ușor sărați, de unt topit și verdeață, fără nuanțe străine

**Lucrarea practică D.1**

**Prepararea felului de bucate „Bovină în sos de ceapă coaptă”**

Pentru prepararea bovinei în sos de ceapă coaptă veți avea nevoie de următoarele:

**1. Produse (b în grame, rețeta nr. 628):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Bovină (spată, subspată)	164	<b>121</b>
<b>Masa bovinei fierte</b>	-	<b>75</b>
Cartofi	206	<b>206/150*</b>
Sos № 762	-	<b>100</b>
Pesmet	2	<b>2</b>
Cașcaval	3,3	<b>3</b>
Margarină de masă	5	<b>5</b>

Masa semipreparatului	-	333
<b>Gramaj:</b>	-	<b>300</b>

\* masa cartofilor fierți

2. **Produse pentru 200 g de sos de ceapă ( în grame, rețeta nr. 762):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Sos roșu de bază № 759 sau № 760	-	170
Ceapă bulbi	59,6	50
Margarină de masă	7,6	7,6
Oțet de 9%	14	14
Margarină de masă	4	4
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

3. **Produse pentru 200 g de sos roșu de bază ( în grame, rețeta nr. 759):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Bulion brun № 757	-	200
Grăsimă animală sau culinară	5	5
Găină de grâu	10	10
Pireu de tomate	30	30
Morcov	20	16
Ceapă bulbi	7,2	6
Pătrunjel rădăcină	4	3
Zahăr	4	4
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

**4. Echipament tehnologic (vezi A.1)**

**5. Echipamentul sanitar (vezi MT 1.0)**


### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a bifețului tocat
3. Alegeți legumele, spălați-le
4. Fierbeți bullion brun

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### **Îndeplinirea lucrării practice**

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă ( vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	<p><b>Fierberea cărnii</b></p> <p>În cratiță se toarnă apă și se dă în clocot. Carnea pregătită bucăți mari se pune în apă clocotindă, (pentru 1 kg carne se ia 1- 1,5l apă) se aduce repede în clocot, se înlătură spuma și se fierbe la un foc mic (90 °C ) pînă la gătitură .</p> <p>Respectînd aceste reguli de fierbere carnea va deveni suculentă și fiartă uniform.</p> <p>Pentru aromatizare cu 30- 40 min înainte de gătire în carne se adaugă ceapă, morcov, pătrunjel. În același timp se sarează. Cu 5 min. înainte de finisare se adaugă condimentele: frunze de dafin și piper negru boabe . Finisarea cărnii se apreciază după incinzia acului de bucătărie sau cuțit.</p> <p>În carnea fiartă acul pătrunde ușor, iar sucul eliminat este străveziu.</p> <p>Dacă carnea are oase, acestea se înlătură îndată după fierbere.</p> <p><b>În timpul fierberii</b> carnea pierde o cantitate de apă și se micșorează în volum cu 40% . Din 1 kg de carne crudă se obține 600 gr de carne fiartă. Se fierbe de la 40 min. pînă la 3 ore, în dependență de felul de carne, partea anatomică și vîrsta animalului.</p>	Fierbeți carnea

4	<b>Prepararea sosului roșu de bază ( vezi sosul A.1.)</b>	<b>Preparați sosul roșu de nază</b>
5	<b>Prepararea sosului de ceapă</b> Ceapa se toacă mărunt, se căleşte în grăsime, se adaugă oțet, piper negru boabe, se fierbe 5-7 minute. Compoziția preparată se încorporează în sos roșu de bază și totul se fierbe 10-15 minute. sosul se drege cu margarină.	<b>Preparați sosul de ceapă</b>
6	<b>Pregătirea cartofilor</b>  Cartofii spălați, curățați se fierb în apă cu sare ( vezi cartofi fierți A.1). Se scurg de apă. Se răcesc, apoi se taie rondele.	<b>Fierbeți fasolea</b>
7	<b>Prepararea bovinei coapte</b>  Carnea fiartă se taie perpendicular țesutului muscular câte 1-2 bucăți la porție. Se ia o tigaie de porție, se unge cu grăsime, se toarnă puțin sos de ceapă și în centru se plasează 1 -2 bucăți porționate de bovină. În jurul bucăților se repartizează rondele de cartofi. Peste carne și cartofi se toarnă restul de sos, se presară cu cașcaval ars sau cu pesmet, se stropesc cu grăsime și se coc în rolă încălzită pînă la 250-280°C pînă la finisare.	 <b>Preparați sosul roșu cu vin</b>
8	<b>Prezentarea și servirea preparatului</b> Peștele copt se servește în tigaie porționată. Tigaia se montează pe farfurie, acoperită cu șervețel de hîrtie	<b>Pregătiți preparatul pentru servire</b>
9	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
10	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
11	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Bovină coaptă în sos de ceapă»**

Aspect ul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Copt în tigaie proporționată. Acoperit cu o crustă rumenă dar nu uscată , cu decor sau fără decor. Vasul curat fără urme de grăsime	Moale, succulentă, ușor densă, dar nu uscată	Bovinei – suriei. Cartofilor- alb-gălbui. Sosului – brună	Specific cărnii coapte în sos de ceapă cu cartof, cu nuanță de cașcaval	Caracteristic cărnii coapte în sos de ceapă cu cartofi cu gust de cașcaval, potrivit de sărat. Fără gust străin

**Lucrarea practică E.1**

**Prepararea felului de bucate „Biftec tocat”**

Pentru prepararea biftecului tocat veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse (B în grame, rețeta nr. 604):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Bovină (carne pentru pîrjoale)	155	114
Slănină condimentată	18	17
Lapte sau apă	10,5	10,5
Piper negru măcinat	0,06	0,06
Sare	1,7	1,7
<b>Masa semipreparatului</b>	-	<b>143</b>
Grăsime	10	10
<b>Masa biftecului prăjit</b>	-	<b>100</b>
Garnitura №№ 676, 688, 662, 665-667,700-703,720	-	<b>150</b>

<b>Gramaj:</b>	-	<b>250</b>
----------------	---	------------

**2. Produse pentru 200 g de legume prăjite ( în grame, rețeta nr. 719):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Roșii proaspete	373,4	317,4
Margarină de masă sau ulei vegetal	12	12
	10	10
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

**3. Produse pentru 200 g de legume prăjite (rețeta nr. № 720)**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bostan	357,2	250
sau dovlecei	373,2	268,6
sau vinete	266,8	256,4
• Făină de grâu	5	10
• Ulei vegetal	12	12
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

**4. Echipament tehnologic (vezi A.1), suplimentar- mașina de tocat electrică**

**5. Echipamentul sanitar (vezi MT 1.0)**

### Pregătirea pentru lucrarea practică






1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a biftecului tocat
3. Alegeți legumele, spălați-le

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

№ d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)</b>	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
2	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<b>Prepararea garniturii</b> Roșiile se taie rondele, se sarează, se piperează și se prăjesc pe ambele părți. Vinetele se curăță de coajă, se taie rondele, se sarează și se lasă pentru 10-15 minute pentru eliminarea amărimii, apoi se spală, se zvîntează, se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți. Dovlecei cu miezul dens, semințe mărunte și bostanul se curăță de coajă, la bostanii și dovleceii mari se îndepărtează semințele, se taie rondele sau bucățele, se sarează, se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți.	<b>Preparați garnitura</b>
4	<b>Prelucrarea cărnii (vezi MT 5.0)</b>	<b>Prelucrați carnea</b>
5	<b>Prepararea tocăturii pentru pîrjoale (vezi MT 5.0)</b> Carnea de categoria a 2-a se curăță de tendoane și de țesutul conjunctiv grosier și se taie mărunt. Bucățile de carne se trec prin mașina de tocat odată, în cazul cînd mașina de tocat are 2 discuri pentru tocare cu orificii mari, sau de două ori cînd mașina de tocat are doar un disc. Se obține o tocătură mășcată.	<b>Pregătiți tocătura pentru pîrjoale</b>



	<p>Pentru a îmbunătăți gustul și suculența produselor finite în tocătură se adaugă slănină. Pentru biftecul natur slănină se taie cubulețe (5x5 mm). În carnea tocată adauga slănină cubulete, sare, condimente, apă (sau lapte), amestecă într-o masă omogenă.</p> <p> <b>Pentru a prepara semipreparate calitative se recomandă de păstrat tocătura în frigider la temperatura de +1+2°C pînă la 2 ore.</b> <b>Tocătura se poate păstra pînă la 6 ore.</b></p>	
6	<p><b>Modelarea biftecului</b></p> <p>Din tocătura pregătită se modelează bile a câte 143 de grame. Bilele se plasează pe un platou uns cu ulei în rînduri sau se așează pe palete de lemn.</p> <p> Apoi se ia câte o bilă și se pune pe paleta de lemn. Bila se aplatizează cu cuțitul redîndu-i forma de bitoc, îndeșindu-i marginile și netezîndu-le, apoi suprafața bilei se bate cu latura cuțitului reducînd grosimea biftecului pînă la 2 cm, iar diametrul – pînă la 6 cm. Semipreparatul cu cuțitul se ridică și se mută pe foaia de cofetărie sau platou. Pînă la tratarea termică semipreparatele se păstrează în frigider.</p> <p></p>	<b>Modelați biftecul</b>
7	<p><b>Prăjirea biftecului</b></p> <p>Semifabricatele se așează pe tigaia sau tava cu grăsime încălzită pînă la 150-160°C și se prăjesc 3-5 min pe ambele părți pînă la rumenire și se finisează la rolă la temperatura de 250 -280°C 5-7 min.</p> <p> Preparatele trebuie să fie prăjite definitiv. Temperatura în centrul produselor trebuie să atingă 60°C. Finisarea produselor tocate se determină organoleptic după formarea bulelor de aer, care se sparg ușor și prin eliminarea suctului străveziu și culoarea surie la incizie. La 1 porție se servește 1 biftec.</p>	<b>Prăjiți biftecurile</b>
8	<p><b>Prezentarea și servirea preparatului</b></p> <p>Pe farfurie se montează legumele, alături se așează biftecul. Legumele se stropesc cu unt topit, iar biftecul se stropește cu suctul eliminat la prăjire.</p> <p> <b>În calitate de garnitură se pot servi terciuri fărîmicioase, paste fierte, cartofi fierți, pireu, cartofi prăjiți, cartofi fri, legume fierte cu grăsime, legume fierte în cantitate redusă de lichid cu grăsime, legume în sos de lapte.</b> <b>La dorința consumatorului pe biftec se pot monta ouă ochiuri sau ceapă fri.</b></p>	<b>Pregătiți preparatul pentru servire</b>
9	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
10	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Dereticiți locul de muncă</b>
11	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mîncate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Biftec tocat»**

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Biftecul are forma bine determinată, este prăjit uniform, fără crăpături. Așezat lîngă garnitură pe platou, stropit cu unt topit sau grăsimea în care s-a prăjit.	Consistența suculentă, moale, omogenă, cubulețele de șpic repartizate uniform în compoziție	Suprafața – cafenie, la incizie – surie	Specific de carne prăjită naturală, fin, plăcut, apetisant	Specific de carne prăjită în ulei, untură topită, potrivit de sărat și condimentat

## Lucrarea practică E.2

### Prepararea felului de bucate „Șnițel natural tocat”

Pentru prepararea șnițelului natural tocat veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse (B în grame, rețeta nr. 607):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Porcină (carne printru pârjoale)	156	133
sau ovină (carne pentru pârjoale)	161	115
Său de oaie *	18	18
sau bovină (carne pentru pârjoale)	156	115
Grăsime de bovină sau porc*	18	18
Apă	12	12
Ouă	1/5 шт.	8
Pesmeți	20	20
<b>Masa semipreparatului</b>	-	<b>171</b>
Untură alimentară topită	12	12
<b>Masa șnițelului prăjit</b>	-	<b>125</b>
Garnitura №№ 679,685,688,692, 695,696,700,701,719,720,733,740	-	150
Margarină de masă sau unt	8	8
<b>Gramajul</b>	-	<b>283</b>

2. **Produse pentru 200 g de legume prăjite ( în grame, rețeta nr. 720):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bostan	357,2	250
sau dovlecei	373,2	268,6
sau vinete	266,8	256,4
• Făină de grâu	5	10
• Ulei vegetal	12	12
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

3. **Echipament tehnologic** (vezi A.1), suplimentar- mașina de tocat electrică

4. **Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)




### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a șnițelului natural tocat
3. Alegeți legumele, spălați-le

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

№ d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă

3	<p><b>Prepararea garniturii</b></p> <p>Vinetele se curăță de coajă, se taie rondele, se sarează și se lasă pentru 10-15 minute pentru eliminarea amărimii, apoi se spală, se zvîntează, se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți.</p> <p>Dovlecei cu miezul dens, semințe mărunte și bostanul se curăță de coajă, la bostanii și dovleceii mari se îndepărtează semințele, se taie rondele sau bucățele, se sarează, se trec prin făină și se prăjesc pe ambele părți.</p>	Preparați garnitura
4	<p><b>Prelucrarea cărnii</b> (vezi MT 5.0)</p>	Prelucrați carnea
5	<p><b>Prepararea tocăturii pentru șnițel natural</b> (vezi MT 5.0)</p> <p>Se calculează produsele pentru 2 porții.</p> <p>Se cîntăresc (pentru 312g de bovină se iau 36g slănină și 27 ml apă)</p> <p>Slănină se ia 5-10% din masa musculară (macră).</p> <p>Carnea se taie bucățele, apoi se trece prin mașina de tocat.</p> <p>Carnea se trece de 2 ori prin mașina de tocat: prima dată se trece numai macra, iar la a doua oară împreună cu slănină.</p> <p>Se adaugă sare, apa, condimentele și se omogenizează.</p> <p>Carnea tocată se păstrează 6 ore la temperatură de 2-6<sup>0</sup>C.</p>	Pregătiți tocătura pentru șnițel
6	<p><b>Prepararea liezonului</b> (vezi M 5.5.2)</p>	Pregătiți liezonul
7	<p><b>Porționarea și modelarea șnițelului natural</b></p> <p>Tocătura se ține în mîna stîngă, iar cu cea dreaptă se divizează bucăți de tocătură a cîte 171g.</p> <p>Se trece prin ou și pesmet roșu. Se redă forma alungită-turtită cu capetele rotunde de 1cm grosime</p>  <p>Se așază într-un rînd pe tavă, se acoperă cu peliculă și se păstrează în cursul zilei.</p> 	Modelați șnițelul natural
8	<p><b>Prăjirea șnițelului natural</b></p> <p>Semipreparatele de snițel se așază pe tigaia încălzită cu grăsime, se prăjesc pe ambele părți pînă la rumenire, se finisează la rolă.</p>	Prăjiți șnițelul
9	<p><b>Prezentarea și servirea preparatului</b></p> <p>Pe platou se aranjează estetic garnitură compusă, alături snițelul, stropit cu unt topit.</p> <p><i>Garnitura – terciuri fărîmicioase, păstăioase fierte, paste făinoase fierte, cartofi fierți, cartofi prăjiți (din fiert), cartofi prăjiți (cruzi), legume fierte cu grăsime, legumefierte în cantitate redusă de lichid și grăsime, roșii prăjite, dovleac, dovlecei, vinete prăjite, garnituri compuse</i></p> 	Pregătiți preparatul pentru servire
10	<p><b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate</b> (vezi tabelul 1)</p>	Apreciați calitatea preparatului
11	<p><b>Dereticarea locului de muncă</b> (vezi MT 2.0)</p>	Deretificați locul de muncă
12	<p><b>Utilizarea deșeurilor</b> (vezi A.1.)</p>	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mîncate pe loc.

Tabelul 1

**Indicii de calitate ai preparatului «Șnițel natural tocat»**

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
-------------------	-------------	----------	---------	--------



Șnițelul are forma bine determinată, oval-alungită și grosimea de 1 cm., fără crăpături. Are panarea uniformă și nu se separă de carne. Stropit cu grăsime sau unt topit, așezat alături de garnitura compusă, terciuri, paste, legume prăjite.	Suculență, moale, omogenă, uniformă.	Cafeniu-deschisă pînă la cafenie - la suprafață, surie - la încizie	Specific de carne prăjită în ulei.	Specific de carne prăjită, apetisant, potrivit de condimentat, fără gust acru și de pîine, de grăsime amară, fără abuz de condimente.
--	--------------------------------------	---	------------------------------------	---

### Lucrarea practică E.3.

#### Prepararea pîrjoalelor, bitocurilor, șnițelului tocat cu sos roșu de bază și pireu de cartofi

Pentru prepararea acestor bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse** ( în grame, pentru o porție, rețeta nr. 608):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Carne de bovină (categoria III)	76	56
porcină (categoria III)	66	56
sau de vițel (categoria III)	85	56
sau de ovină (categoria III)	78	56
• Pîine de grîu	14	14
• Lapte sau apă	17	17
• Pesmet	8	8
<b>Masa semipreparatului</b>	-	93
• Grăsime (ulei, untură)	5	5
<b>Masa pîrjoalelor sau bitocurilor sau șnițelului prăjite</b>	-	<b>75</b>
• Garnitură nr.nr. 679, 685, 688,692,694, 695,696,700,708, 728	-	<b>150</b>
• Sos nr. Nr. 759, 762,763, 764, 798-800 sau margarină sau unt	-	<b>50</b>
	5	5
<b>Gramaj: cu sos cu grăsime</b>	-	<b>275</b>
		<b>230</b>

2. **Produse pentru 200 g pireu de cartofi** ( rețeta nr. 694):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cartofi	225,4	169
Lapte	31,6	30
Unt	9	9
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

3. **Produse pentru 100 g de sos roșu de bază** (rețeta nr. № 759)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bulion brun (rețeta № 757)	100	100
• Untură sau ulei	2,5	2,5
• Făină de grîu	5	5
• Pireu de tomate	15	15
• Morcov	10	8
• Ceapă	3,6	3
• Pătrunjel (rădăcină)	2	1,5
• Zahăr	2	2
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

4. **Produse pentru bulion brun** ( rețeta nr. № 757):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Oase alimentare*	75	75

Apă	150	150
Morcov	1,5	1,2
Ceapă	1,4	1,2
Pătrunjel (rădăcină)	1,6	1,2
sau țelină (rădăcină)	1,8	1,2
<b>Gramaj</b>	<b>-</b>	<b>100</b>

**5. Echipament tehnologic** (vezi E.1)


**6. Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)


### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a bucatelor
3. Preparați bulionul brun (vezi A.1.)
4. Curățați de coajă cartofii, ceapa, morcovul, pătrunjelul și spălați-le

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Prelucrarea cărnii (vezi MT 5.0)	Prelucrați carnea
4	Prepararea tocăturii pentru pîrjoale (vezi MT 5.0)	Pregătiți tocătura pentru pîrjoale
5	Modelarea pîrjoalelor, bitocurilor, șnițelului (vezi MT 5.0)  Din tocătură de carne se modelează articole de formă oval-turtită cu un capăt ascuțit (pîrjoale) sau de formă rotund turtită cu grosimea de 2,0-2,5 cm (bitocuri), sau oval turtită, cu grosimea de 1cm (șnițel).   <i>Pîrjoalele și bitocurile pot fi preparate cu adaos de 5-8 g ceapă și 0,5-0,8g usturoi la o porție. În acest caz produsele se prelucrează termic imediat, deoarece legumele dau tocăturii culoare sură, se înrăutățește structura și calitatea acestora</i>	Modelați pîrjoale, bitocuri, șnițel
6	<b>Prăjirea pîrjoalelor, bitocurilor, șnițelului</b>  Semipreparatele se așează pe tigaia sau tava cu grăsime încălzită pînă la 150-160°C și se prăjesc 3-5 min pe ambele părți pînă la rumenire și se finisează la rolă la temperatura de 240°C 5-7 min. Preparatele trebuie să fie prăjite definitiv. Temperatura în centrul produselor trebuie să atingă 60°C. Finisarea produselor tocate se determină organoleptic după formarea bulelor de aer, care se sparg ușor și prin eliminarea sucului străveziu și culoarea surie la incizie.	Prăjiți pîrjoale, bitocuri, șnițel
7	Prepararea sosului roșu de bază (vezi A.1)	Preparați sosul roșu de bază
8	Prepararea pireului de cartofi (vezi A.2)	Preparați pireul de cartofi
9	<b>Prezentarea și servirea preparatului</b> În farfurie se aranjează garnitura din pireu de cartofi, pe care se aplică un desen, se stropește cu unt topit, alături se așază 1-2 bucăți de pîrjoale sau bitocuri, sau 1 șnițel, alături se toarnă sosul roșu de bază (75/150/50). Se admite turnarea sosului doar peste bitocuri . <i>În calitate de garnitură se pot servi terciuri fărimicioase, fasole fierte, paste făinoase fierte, cartofi fierți, pireu de cartofi, cartofi prăjiți, legume</i>	Pregătiți preparatul pentru servire

	 <b>fierte cu grăsime, varză înăbușită, garnituri compuse.</b> <i>Se servesc sosuri – roșu de baz, de ceapă, roșu cu ceapă și castraveți, de ceapă cu muștar, de smântână cu tomat, de smântână cu ceapă.</i>	
10	Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea preparatului
11	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
12	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mâncate pe loc.

Tabelul 1

### Indicii de calitate ai preparatului «Pîrjoale, bitocuri, șnițel»

Ingrediențele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Preparatele din carne tocată: pîrjoale, bitocuri, șnițel	Articolele nu sînt deformatate. Stratul de pane este subțire și repartizat uniform pe toată suprafața lor, fără crăpături, rupturi, cojița –i prăjită uniform. Pîrjoala- grosimea 2 cm, oval-turtită cu un capăt ascuțit. Bitocul- grosimea pînă la 2 cm, rotund-turtit. Șnițelul- grosimea pînă la 1 cm oval-alungit-turtit	Suculentă, poroasă, pufoasă, la incizie- omogenă, fără bucățele de carne, pîine, tendoane	De la cafeniu- deschis pînă la cafeniu – închis, uniformă pe toată suprafața. La incizie- surie cu nuanță cafenie	Specific de carne prăjită și grăsime întrebuintate, fin, fără nuanțe străine	Suculent, fin, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine
Pireu de cartofi	Așezat pe farfurie moviliță, cu desen bine determinat la suprafață, stropit cu unt topit. Își menține forma și nu se întinde pe farfurie.	Omogenă, pufoasă, consistentă, fără aglomerări sau resturi de cartofi nepiurați.	De la alb pînă la galben cu nuanțe crem.	Fin, cu aromă de cartofi fierți, lapte și unt topit, fără nuanțe străine și arsuri.	Plăcut, fin, suculent, potrivit de sărat cu nuanțe de lapte fierț și unt topit, fără nuanțe străine.
Sos roșu de bază	Turnat cu acuratețe alături de preparat ca să nu se înmoaie cojița rumenă sau în sosieră Pentru bitocuri- turnat peste ele.	Consistența smîntînei semigrase, elastic, omogen, fără cocoloși de făină sau legume nepasate	Roșu - cafeniu.	Aromat, cu nuanțe de ceapă și legumele și condimentele folosite, fără nuanțe străine.	Plăcut, specific de carne înăbușită, acru-dulceag, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine.

## Lucrarea practică E.4.

### Prepararea zrazelor tocate

Pentru prepararea zrazelor tocate veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produce** ( în grame, pentru o porție, rețeta nr. 614):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Carne de bovină (categoria III)	103	76
sau de porcină (categoria III)	89	76
sau de ovină (categoria III)	106	76
sau de vițel (categoria III)	115	76
• Pîine de grîu	16	16
• Lapte sau apă	23	23
<b>Masa tocăturii pentru zraze</b>	-	<b>113</b>
<b>Umplutura:</b>		
• Ceapă	62	52

• Grăsime		7	7
	<b>Masa cepei călite</b>	-	<b>26</b>
• Ouă		¼ buc.	10
• Pătrunjel (verdeață)		5	4
	<b>Masa umpluturii</b>	-	<b>40</b>
• Pesmeți		12	12
	<b>Masa semipreparatului</b>	-	<b>165</b>
• Untură		6	6
	<b>Masa zrazelor prăjite</b>	-	<b>140</b>
• Garnitură nr. Nr. 679, 692, 694, 700		-	100
• Sos nr.nr. 759, 762,764		-	50
	<b>Gramaj</b>	-	<b>290</b>

2. **Produse pentru 100 g de terci fărmicios de hrișcă** (rețeta nr. 679):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
<b>Masa terciului</b>	-	<b>95</b>
Margarină de masă	6	<b>6</b>
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

3. **Produse pentru 100 g sos de ceapă** (rețeta nr. 762):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Sos roșu de bază(rețeta № 759 )	-	85
• Ceapă	29,8	25
• Margarină	3,8	3,8
• Oțet 9 %	7	7
• Margarină	2	2
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

4. **Produse pentru 100 g sos roșu de bază** (rețeta nr. 756)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bulion brun( rețeta№ 757)	-	100
• Untură sau grăsime culinară	2,5	2,5
• Făină de grâu	5	5
• Pireul de tomate	15	15
• Morcov	10	8
• Ceapă	3,6	3
• Pătrunjel (rădăcină)	2	1,5
• Zahăr	2	2
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

5. **Produse pentru bulion brun** (rețeta nr. 757):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Oase alimentare	75	75
Apă	150	150
Morcov	1,5	1,2
Ceapă	1,4	1,2
Pătrunjel (rădăcină)	1,6	1,2
sau țelină (rădăcină)	1,8	1,2
<b>Gramaj</b>	-	<b>100</b>

6. **Echipament tehnologic** (vezi A.1)

7. **Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)




### Pregătirea pentru lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a zrazelor din carne tocata
3. Fierbeți bulionul brun (vezi supe A.1.)
4. Curățați de coajă ceapa, morcovul, pătrunjelul și spălați-le

## 5. Alegeți crupa de hrișcă.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

### Îndeplinirea lucrării practice de laborator

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)</b>	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
2	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<b>Prelucrarea cărnii (vezi MT 5.0)</b>	<b>Prelucrați carnea</b>
4	<b>Prelucrarea ouălelor (vezi ouă A.1.)</b>	<b>Prelucrați ouăle</b>
5	<b>Prepararea tocăturii pentru pîrjoale (vezi MT 5.0)</b>	<b>Preparați tocătura pentru pîrjoale</b>
6	<b>Pregătirea umpluturii</b> Ceapa curățată și spălată se taie mărunț și se călește. Ouăle prelucrate preliminar se fierb tari și se toacă mărunț. Verdeța spălată se toacă mărunț. Ceapa călită se amestecă cu ouăle, verdeța pregătită, se sarează, se piperează . Se poate umple și cu omletă tăiată mărunț, se păstrează cel mult 12 ore, la temperatura de 0° - 6°C.	<b>Pregătiți umplutura</b>
7	<b>Pregătirea pesmetului roșu (vezi MT 4.0)</b>	<b>Pregătiți pesmet roșu</b>
8	<b>Modelarea zrazelor tocate (vezi MT 5.0)</b>   <p>Tocătura (113g) se porționează, se pune pe un tifon umed/peliculă alimentară , se modelează o turtiță de 1 cm grosime. La mijloc se pune umplutura , se unesc marginile, se trece prin pesmet roșu și se modelează o brichetă cu capetele ovale (forma oval-turtită). Se verifică gramajul semipreparatului: 165g.</p> 	<b>Modelați zrazele</b>
6	<b>Prepararea zrazelor</b> Zrazele modelate se pun într-o tigaie cu grăsime încinsă, se prăjesc pînă la rumenire la temperatura de 150-160°C și se coc la cuptor 5-7 min , la 240-260°C.	<b>Preparați zrazele</b>
10	<b>Prepararea sosului de ceapă</b> Se prepară sos roșu de bază (vezi A.1.). Ceapa curățată și spălată este tăiată mărunț, apoi se pasează puțin în grăsime, se toarnă oțet, se adaugă piper negru boabe, totul se fierbe 5-7 min., după care se amestecă cu sosul roșu de bază, se adaugă după gust sare și zahăr, se aduce pînă la fierbere și se fierbe 10-15 min.	<b>Preparați sosul de ceapă</b>
11	<b>Prepararea terciului fărîmicios de hrișcă (vezi E.1)</b> Într-un căzanel se toarnă apă conform rețetei și se dă în clocot, se adaugă sare, se poate adăuga și o parte din grăsime, se introduc crupele de hrișcă, se înlătură cu spumiera boabele goale și se fierb, amestecînd periodic, pînă cînd crupele absorb toată apa. Terciul se drege cu unt, se nivelează suprafața, se pune capacul și se înăbușă pînă cînd va fi gata la, foc mic. Terciul gata se afînează cu acul de bucătărie	<b>Preparați terciul fărîmicios de hrișcă</b>
12	<b>Prezentarea și servirea preparatului</b>	<b>Pregătiți preparatul</b>

	Terciul de hrișcă se aranjează moviliță în farfurie, se stropește cu unt topit, alături se pun 1-2 zraze. Sosul de ceapă se toarnă lângă zarze sau se servește separat în sosieră (140/100/50)	<b>pentru servirea</b>
<b>13</b>	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor respectivi (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
<b>14</b>	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
<b>15</b>	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mâncate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate  
ai preparatului «Zraze tocate cu terci fărâmicios de hrișcă și sos de ceapă»**

<b>Ingrediențele</b>	<b>Aspectul exterior</b>	<b>Consistența</b>	<b>Culoarea</b>	<b>Mirosul</b>	<b>Gustul</b>
Zraze tocate	Preparatul are formă de brichetă, cu capetele rotunjite, cu o pojghiță prăjită uniform, suprafața și marginile căreia-s drepte, fără crăpături, adâncituri. Umplutura nu este ieșită, stratul de pane e subțire și acoperă uniform zrazele. Umplutura nu se fărîmă, se ține bine în preparat	Suculente, moi, pătrunse. La incizie – tocătura-i omogenă, fără cocoloși de carne, pîine, pesmet. În umplutura componentele-s tăiate uniform și amestecate uniform, fără bucăți de carne, pîine	Suprafața-i rumenă, uniformă. Pojghița-i cafenie-deschisă. La incizie –surie, cu nuanță cafenie, iar umplutura-corespunzătoare produselor adăugate	Specific de carne prăjită, plăcut, fin, umplutura – corespunzător or de produse folosite, fără miros străin	Specific de carne și produse prăjite, plăcut, picant, crocant, potrivit de sărat și condimentat, fără gust străin (amar, ars)
Terci fărâmicios de hrișcă	Aranjat moviliță pe farfurie, își menține forma, e stropit cu unt topit	Boabele-s bine umflate, își păstrează forma, sunt moi, pătrunse, friabile, finisate.	Cafenie-deschisă	Specific de hrișcă fiartă și unt, plăcut, fin, fără nuanțe străine	Plăcut, fin, potrivit de sărat, fără gust străin.
Sos de ceapă	Turnat cu acuratețe lângă zraze sau în sosieră, fără peliculă la suprafață, bucățile de ceapă călite, tăiate cuburi mici uniforme sau pai mărunț și repartizate uniform în sos	Smîntînei, elastică, omogenă, fără cocoloși de făină . Ceapa –i pătrunsă, moale	Roșie- zmeurie cu nuanță cafenie	Specific de sos roșu de bază, cu miros pronunțat ce ceapă călită, fără nuanțe străine	Plăcut, acru-dulciu, potrivit de sărat și condimentat, fără gust străin

**Lucrarea practică E.5**

**Prepararea Ruladei cu paste făinoase sau cu ouă**

Pentru prepararea ruladei cupaste făinoase sau cu ouă veți avea nevoie de următoarele:

- Produse** ( în grame, pentru o porție, rețeta nr. 616):

<b>Denumirea produselor</b>	<b>Masa brută</b>	<b>Masa netă</b>
• Carne de bovină (categoria III)	155	114
sau de ovină (categoria III)	159	114
sau de vițel (categoria III)	173	114
• Pîine de grîu	23	23
• Lapte sau apă	34	34
<b>Masa tocăturii</b>	-	<b>170</b>
<b>Pentru umplutură:</b>		
• Macaroane fierte ( rețeta № 688)	-	125
sau ouă	2 buc.	80
• Margarină	3	3

	<b>Masa umpluturii din mcaroane sau din ouă</b>	-	<b>128</b>
		-	<b>83</b>
• Ouă		¼ buc	10
• Pesmeți		6	6
	<b>Masa semipreparatului cu macaroane</b>	-	<b>313</b>
	<b>Masa semipreparatului cu ouă</b>	-	<b>267</b>
• Margarină (pentru ungerea tavei și stropirea semipreparatului)		4	4
	<b>Masa ruladei gata:</b>	-	
	cu paste	-	275
	cu ouă	-	235
• Sos nr. 759, 762		-	50
	<b>Gramaj: cu paste</b>	-	<b>325</b>
	cu ouă	-	<b>285</b>

2. **Produse pentru 200 g de macaroane fierte** (rețeta nr. 688):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Masa macaroanelor fierte nr. 413	-	190
Margarină de masă	12	12
<b>Gramaj</b>	<b>-</b>	<b>200</b>

3. **Produse pentru 100 g de sos roșu de bază** (rețeta nr. № 759)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bulion brun № 757	100	100
• Grăsime	2,5	2,5
• Făină de grâu	5	5
• Pireu de tomate	15	15
• Morcov	10	8
• Ceapă	3,6	3
• Pătrunjel (rădăcină)	2	1,5
• Zahăr	2	2
<b>Gramaj</b>	<b>-</b>	<b>100</b>

4. **Produse pentru bulion brun** ( rețeta nr. № 757):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Oase alimentare	75	75
Apă	150	150
Morcov	1,5	1,2
Ceapă	1,4	1,2
Pătrunjel (rădăcină)	1,6	1,2
sau țelină (rădăcină)	1,8	1,2
<b>Gramaj</b>	<b>-</b>	<b>100</b>

5. **Echipament tehnologic** (vezi E1)

6. **Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)






**Pregătirea pentru lucrarea practică**

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a ruladei
3. Preparați bulionul brun ( vezi supe A.1.)
4. Curățați de coajă cartofii, ceapa, morcovul, pătrunjelul și spălați-le

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

**Îndeplinirea lucrării practice**

№ d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către

		<b>lucrarea practică</b>
2	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
3	<b>Prelucrarea cărnii (vezi MT 5.0)</b>	<b>Prelucrați carnea</b>
4	<b>Prelucrarea ouălelor (vezi ouă A.1)</b>	<b>Prelucrați ouălele</b>
5	<b>Pregătirea tocăturii pentru pîrjoale (vezi MT 5.0)</b>	<b>Pregătiți tocătura pentru pîrjoale</b>
6	<p><b>Pregătirea umpluturii</b></p> <p>Se fierb macaroanele prin metoda de scurgere (vezi M 3.6.1). Macaroanele scurse de fiertură se dreg cu unt topit și se amestecă cu o paletă de lemn pentru a evita formarea boțurilor.</p> <p> <b>În calitate de umplură pot fi întrebuințate și ceapa călită, amestecată cu ouă fierte tocate, verdeață tocată, condimente (rețeta nr.617).</b></p>	<b>Pregătiți umplutura</b>
7	<p><b>Prepararea ruladei (vezi MT 5.0)</b></p> <p>Pe tifonul umed sau pelicula alimentară se așează tocătura, se redă forma dreptunghiulară, se nivelează grosimea 1,5-2cm. La mijloc, în lungime, se pune umplutura. Cu ajutorul tifonului (peliculii) se suprapun marginile tocăturii, se dă forma de baton, se așează pe tavaua unsă cu grăsime cu dunga de unire în jos, se unge cu ou, se presară cu pesmet, se stropește cu grăsime și se străpunge în câteva locuri. Rulada pregătită se introduce în rola încălzită pînă la 220-230°C și se coace 30-40 min, stropind periodic cu zațul eliminat.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	<b>Preparați rulada</b>
8	<p><b>Prepararea sosului roșu de bază (vezi A.1)</b></p> <p><i>Observație.</i> Se poate folosi și sosul de ceapă</p>	<b>Preparați sosul roșu de bază</b>
9	<p><b>Prezentarea și servirea preparatului</b></p> <p>Rulada umplută cu macaroane fierte, se taie 1-2 bucăți la o porție, se pune în farfurie și se stropește cu sos.</p> <p> <b>Dacă rulada este umplută cu ceapă și ouă tocate, se taie 1-2 bucăți la o porție, se pune în farfurie, se garnisește cu macaroane fierte sau cartofi și legume fierte, cu pireu de cartofi, drese cu unt topit și se stropesc cu sos roșu de bază sau sos de ceapă.</b></p> 	<b>Pregătiți preparatul pentru servire</b>
10	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicilor de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
11	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
12	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau mâncate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Ruladă tocată cu paste făinoase»**

Ingrediențele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Ruladă tocată	Preparat în formă de franzelă cu incizii deasupra, acoperit uniform cu paneu, finisat complet, tăiat 1-2 bucăți la porție, montate pe farfurie și	Pufoasă, suculentă, moale, la apăsare ușoară își revine. La incizie – compoziție omogenă,	Cojița rumenă, uniformă pe toată suprafața, la incizie- surie cu nuanțe cafenii.	Specific, fin de carne prăjită și umplutura respectivă,	Fin, plăcut, succulent, moale, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine.



	stropite cu sos. Umplutura se ține în ruladă și ne se desprinde de ea, componentele tăiate uniform	fără bucățele de carne sau piine, Umplutura omogenă, moale, succulentă	Umplutura de culori corespunzătoare produselor folosite	fără nuanțe străine	
Paste fierte	Aranjate moviliță pe farfuria încălzită și se stropesc cu unt topit (se servesc la toate ruladele, înafară de rulada umplută cu paste făinoase)	Moi, pătrunse, ușor se desprind una de alta	Albe cu nuanțe gălbui	Specific de paste fierte și unt, fără nuanțe străine	Fin, moale, potrivit de sărat, fără nuanțe străine
Sos roșu de bază	Turnat cu acuratețe alături de preparat ca să nu se înmoaie cojița rumenă sau în sosieră	Consistența smântînei semigrase, elastic, omogen, fără cocoloși de făină sau legume nepasate	Roșu - cafeniu.	Aromat, cu nuanțe de ceapă și legume folosite, condimente, fără nuanțe străine.	Plăcut, specific de carne înăbușită, acru-dulceag, potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine.

## Lucrarea practică E.6

### Prepararea chifteluțelor moldovenești

Pentru prepararea chifteluțelor moldovenești veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse ( în grame, rețeta nr. 4.36):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Porcină (carne pentru pîrjoale)	68	58
• Bovină (carne pentru pîrjoale)	76	58
• Ceapă	16	16
• Făină de grîu	12	12
<b>Masa semifabricatului</b>	-	<b>141</b>
• Margarină	8	8
• Usturoi	3,8	3
<b>Masa chifteluțelor gata</b>	-	<b>120</b>
• Marinada de legume nr.4.44	-	150
<b>Masa chifteluțelor gata cu marinadă</b>	-	<b>250</b>
• Garnitură № 4.48, 1.324, 1.343	-	150
• Pătrunjel (verdeață)	4,2	3
<b>Gramaj</b>	-	<b>400</b>

2. **Produse pentru 200 g de marinadă de legume ( în grame, rețeta nr. 4.44):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Morcov	87,6	70
Ceapă	47,6	40
sau praz	52,6	40
Pătrunjel (rădăcină)	8	6
Țelină (rădăcină)	8,8	6
Pireu de tomate	20	20

Ulei vegetal	20	20
Bulion de oase sau apă	100	100
Vin (alb sec)	20	20
Zahăr	4	5
Pătrunjel (verdeață)	13,6	10
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

### **3. Produse pentru 200 g de orez fiert în cantitate redusă de lichid (rețeta nr. 1.343)**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Crupe de orez	66	<b>66</b>
Bulion sau apă	-	<b>145</b>
Unt sau margarină	6	<b>6</b>
<b>Gramaj</b>	-	<b>200</b>

#### **4. Echipament tehnologic** (vezi E.1)


#### **5. Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)

## **Pregătirea pentru lucrarea practică**

- 1. Studiați informația funcțională la tema dată**
- 2. Completați fișa tehnologică de preparare a chifteluțelor moldovenești**
- 3. Curățiți ceapa, pătrunjelul și spălați-le**

**În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală**

### **Îndeplinirea lucrării practice**

<b>Nr d/o</b>	<b>Informația funcțională</b>	<b>Sarcinile practice</b>
<b>1</b>	<b>Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)</b>	<b>Pregătiți-vă către lucrarea practică</b>
<b>2</b>	<b>Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Pregătiți locul de muncă</b>
<b>3</b>	<b>Prelucrarea cărnii (vezi MT 5.0)</b>	<b>Prelucrați carnea</b>
<b>4</b>	<b>Pregătirea tocăturii pentru chifteluțe (vezi MT 5.0)</b> Carnea de categoria a III-a se taie bucățele, se trece de două ori prin mașina de tocat, se amestecă cu ceapa mărunțită, sare, piper și se amestecă minuțios.	<b>Pregătiți tocătura pentru chifteluțe</b>
<b>5</b>	<b>Modelarea chifteluțelor</b> Din tocătura preparată se modelează chifteluțe în formă de bilă, câte 8-12 bucăți la porți, apoi se trec prin făină de grâu.	<b>Modelați chifteluțele</b>
<b>6</b>	<b>Prepararea marinadei de legume</b> Legumele și rădăcinoasele albe se taie pai, se călesc în ulei, se adaugă pireu de tomate și se călesc încă 3-5 minute. Apoi se adaugă la ele bulion sau apă și se fierb timp de 15-20 de minute. La finele fierberii se adaugă zahăr, sare, vin fiert, se presară cu verdeață tocată.	<b>Preparați marinada de legume</b>
<b>7</b>	<b>Prepararea chifteluțelor</b> Chifteluțele modelate se prăjesc pînă la rumenire, se mută în cratiță pentru sote, se toarnă peste ele marinada și se înăbușă 10-15 min. La finele înăbușirii se adaugă usturoi tocat	<b>Preparați chifteluțele</b>
		
<b>8</b>	<b>Prepararea garniturii</b> Orezul se prelucrează în corespundere cu indicațiile din E.1 Orezul se adaugă în apă clocotindă cu sare (1 kg de orez la 6 l de apă) și se fierbe la foc mic 25-30 min. Cînd boabele se vor umfla și vor deveni moi, orezul se scurge prin sită, se spală cu uncrop ( 80°C), se scurge de apă, se pune în cratiță pentru sote, se adaugă grăsime și se pune la bain-marie sau în rolă pe 30-40 min. Orezul se înfoaie cu acul de bucătărie,	<b>Preparați garnitura</b>

	dezlipindu-l de pe pereții vasului	
9	<b>Prezentarea și servirea preparatului</b> Chifteluțele se servesc cu marinada în care s-au înăbușit, se presară cu verdeață tocată. Separat se servește garnitura : orezul sau cartofii fierți sau mămăligă.	<b>Pregătiți preparatul pentru servire</b>
10	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicile de calitate (vezi tabelul 1)</b>	<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
11	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>	<b>Deretificați locul de muncă</b>
12	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi E.1.)</b>	<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi mbalate și duse acasă sau mâncate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Chifteluțe moldovenești»**

Ingrediențele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Chifteluțe	Articole în formă de bile, trecute prin făină, prăjite și înăbușite în sos, stropite în sosul care s-au gătit și presărate cu verdeață. Forma bine determinată, fără deformări, crăpături, rupturi	Suculentă, puhavă, pătrunse, la incizie, compoziția omogenă, fără bucățele de carne, tendoane, pîine sau ceapă netocată.	De la cafeniu – deschis la cafeniu-închis, rumenă uniform pe toată suprafața, la incizie-suriu-deschis cu nuanță cafenie.	Specific de carne prăjită, fin, plăcut, fără nuanțe străine a sosului, de condimente și usturoi.	Suculent, fin, plăcut, corespunzător produselor înăbușite și îmbibate cu sos , potrivit de sărat și condimentat, fără nuanțe străine.
Orez fierț fărâmicios	Așezat în farfurie moviliță, își menține forma, nu se împrăștie, e stropit cu unt topit.	Boabele-s bine umflate, moi, pătrunse, ușor se desprind una de alta.	Albă, cu nuanță galbenă	Plăcut, fin, specific de orez fierț și unt, fără nuanțe străine	Fin, plăcut de orez fierț și unt topit, potrivit de sărat, fără gust străin.

**Lucrarea practică E.7**

**Prepararea mititeilor la grătar**

Pentru prepararea mititeilor la grătar veți avea nevoie de următoarele:

**1. Produse ( în grame, reteta nr. 4.28):**

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Carne de bovină	182	134
Bicarbonat de sodiu	0,3	0,3
Usturoi	1	0,8
Bulion sau apă	10	10
Piper roșu măcinat	2	2
<b>Masa semipreparatului</b>	-	<b>145</b>
Slănină	3,1	3
<b>Masa mititeilor gata</b>	-	<b>100</b>
Sosul № 4.42, №1.370	-	30
Garnitură	-	150
<b>Gramajul</b>	-	<b>280</b>

**2. Echipament tehnologic (vezi E1), suplimentar-grătar electric și accesorii pentru grătar**



**1. Clești de gratar** . Folosesc pentru întoarcerea legumelor. Dacă se folosește furculița, atunci se înțepă preparatul și tot sucul aromat din el se va pierde.

**2. Spatula cu coada lungă**

Cu ajutorul ei se ridică ușor orice preparate pentru a evita lipirea lor de grătarul incins. E bine de folosit o spatulă din silicon sau din metal cu coadă cât mai lungă.

**3. Perie pentru curatarea gratarului**

De fiecare data cand cînd se lucrează la grătar se lasă grilajul să se îngingă la foc timp de 10-15 minute pentru a se arde toate grasimile și resturile de la precedentul grătar. Apoi, se freacă bine grilajul cu peria. E binevenită peria de peri de plastic sau peri naturali, dar nu din metal pentru ca strică suprafața grătarului.

**4. Pensula pentru sosuri si marinade**

Multe dintre rețetele de preparate la grătar presupun ungerea carnilor, legumelor cu diverse sosuri, ulei sau marinade, chiar în timpul coacerii. Pentru asta va trebui o pensulă specială cu peri naturali sau din silicon.



**3. Echipamentul sanitar** (vezi MT 1.0)


**Pregătirea pentru lucrarea practică**

1. Studiați informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a mititeilor la grătar
3. Curățiți ceapa, pătrunjelul și spălați-le

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

**Îndeplinirea lucrării practice**

Nr d/o	Informația funcțională	Sarcinele practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Prepararea sosului mujdei (vezi pește A.1)	Preparați sosul mujdei
4	<p><b>Pregătirea tocăturii pentru mititei</b></p> <p>Carnea se spală, se taie bucăți a câte 30-50 g, se sarează, se piperează, se omogenizează, se așază într-un vas și se ține la rece la temperatura 10-15°C timp de 6-8 ore.</p> <p>Apoi carnea se trece de două ori prin mașina de tocat.</p> <p>Usturoiul se curăță, se spală, se pisează.</p>	Pregătiți tocătura pentru mititei

	Verdeța se alege, se spală. În tocătură se adaugă piper roșumăcinat, bicarbonat de sodiu, usturoi pisat, bulion sau apă, totul se omogenizează, se așază într-un vas și se ține la rece 2-3 ore.		
5	<p><b>Modelarea mititeilor</b></p> <p>Pentru modelarea mititeilor se folosește mașina de tocat. Pentru aceasta se scot sitele și cuțitele și se montează șprițul pentru cîrnăț.</p> <p>Pe platoul mașinii de tocat se pune carnea tocată și cu mina stîngă se împinge spre orificiul de alimentare, iar cu mîna dreaptă cu pilugul se îndreaptă spre valul melcat, apoi spre șpriț. Al doilea lucrător stă lîngă șpriț și separă cîrnăciori de 10-15 cm lungime. Articolele separate se așază în rînduri pe un platou, se acoperă cu peliculă alimentară și se păstrează la rece.</p> <p>În lipsa șprițului se poate de modelat mititeii și manual. Pentru aceasta se ung mîinele cu ulei, i se ia porția de tocătură și se modelează mititeii cu ajutorul peliculei alimentare.</p>		<b>Modelați mititeii</b>
6	<p><b>Pregătirea grătarului pentru prăjirea mititeilor</b></p> <p>În tigaia grătarului se toarnă puțină apă. Grila grătarului se unge cu ulei. Grătarul se pune în priză.</p>		<b>Pregătiți grătarul pentru mititeii</b>
7	<p><b>Prepararea mititeilor</b></p> <p>Pe reșoul grătarului încins, uns preventiv cu o bucată de slănină, se aranjază mititeii la o distanță unul de altul de 3-4 cm și se prăjesc întorcîndu-i periodic, pînă se rumenesc.</p>		<b>Preparați mititeii</b>
8	<p><b>Prezentarea și servirea preparatului</b></p> <p>Preparatul se prezintă cîte 2 buc. pe platou sau farfurie cu legume proaspete, marinate sau murate. Separat se servește mujdei (sau sos tomat).</p>		<b>Pregătiți preparatul pentru servire</b>
9	<b>Aprecierea calității preparatului conform indicile de calitate (vezi tabelul 1)</b>		<b>Apreciați calitatea preparatului</b>
10	<b>Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)</b>		<b>Deretificați locul de muncă</b>
11	<b>Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)</b>		<b>Utilizați deșeurile</b>

Bucatele preparate după apreciere pot fi mbalate și duse acasă sau mîncate pe loc.

**Tabelul 1**

**Indicii de calitate ai preparatului «Mititeii la grătar»**

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Cîrnăciorii au forma regulată, nu sunt deformați, nu sunt plesniți, sunt montați cu acuratețe lîngă garnitură	Mititeii sunt pătrunși, moi, succulenți, puhavi	Legumelor-naturală Mititeilor – surie – roșietică cu nuanță cafenie -deschisă	Miros specific de carne prăjită și condimente, plăcut, apetisant, fără miros străin	Plăcut de carne prăjită, potrivit de sărat și condimentat, fără gust străin

**Test formativ  
la MB Prepararea bucatelor din carne**

1. Enumerați specialitățile de carne de bovină întrebunțate la fierbere.

---

2. Enumerați specialitățile de carne de porcină și ovină folosite pentru fierbere.

---

3. Indicați raportul dintre apă și carne la fierberea cărnii.

- a) la 1 kg carne se iau 1-1,5 l apă
- b) la 1 kg carne se iau 1,5-2,0 l apă
- c) la 1 kg carne se iau 2,0-2,5 l apă
- d) la 1 kg carne se iau 3,0-3,5 l apă

4. Când se adaugă sarea la fierberea cărnii? Încercuiți litera cu răspunsul corect.

- a) la începutul fierberii
- b) în timpul fierberii
- c) cu 30 min de finisare
- d) la sfârșitul fierberii
- e) după fierbere.

5. Ce legume se adaugă la aromatizarea cărnii? Încercuiți litera cu răspunsul corect.

- a) morcov
- b) nap
- c) pătrunjel
- d) praz
- e) caepă
- f) țelină
- g)

6. Cum se apreciază gradul de gătit a cărnii? \_\_\_\_\_

---



---

7. Subliniați care este temperatura de fierbere a cărnii.

- a) 55°-60°
- b) 70°-80°
- c) 60°-65°
- d) 100°-110°

8. Ce fel de apă se utilizează pentru fierberea cărnii?

- a) rece
- b) caldă
- c) fierbinte
- d) clocotindă

16. În ce constă înăbușirea cărnii? \_\_\_\_\_

---



---

17. Cum se taie carnea pentru gulaș? \_\_\_\_\_

18. Completați enunțul de mai jos:

*În urma înăbușirii îndelungate*

- *carnea* \_\_\_\_\_,
- *grăsimea* \_\_\_\_\_,
- *sucul* \_\_\_\_\_,
- *masa cărnii* \_\_\_\_\_,
- *aspectul exterior al preparatului* \_\_\_\_\_.

19. Ce pas urmează după înăbușirea cărnii cu pireu de tomate la prepararea gulașului ?

- a) se determină finisarea cărnii
- b) se separă carnea de bulion
- c) se prepară sosul roșu
- d) se adaugă făina călită

21. Ce fel de varză se folosește la prepararea sarmalelor?
- albă
  - roșie
  - conopidă
  - creață
  - calarabă
22. Prin ce metodă se fierbe orezul pentru sarmale?
- de bază
  - de scurgere
  - de opărire
23. Alegeți metoda de călire a cepei pentru sarmale.
- în tigaia încinsă se pune ceapa tocată mărunt și se prăjește pînă la finisare
  - în tigaia încinsă se pune ceapa tocată mărunt și se prăjește pînă cafeniu-deschis
  - în tigaia încinsă se pune ceapa tocată mărunt și se prăjește pînă la culoarea aurie.
24. Enumerați pașii de preparare a sarmalelor moldovenești
- \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
25. Cum se porționează ficatul?
- Sub unghi drept
  - Sub unghi (oblic)
  - Liber, în bucăți
26. Ce grosime au bucățile porționate de ficat?
- 0,5-1,0 cm
  - 1,0-1,5 cm
  - 1,5-2,0 cm
  - 2,0-2,5 cm
  - 2,5-3,0 cm
  - 3,0-4,0 cm
27. Cînd se sarează ficatul?
- după tăierea bucăților porționate
  - la marinarea bucăților porționate
  - pînă la panarea și prăjirea bucăților
  - la prăjirea bucăților porționate
28. Descrieți procesul de prelucrare preliminară a limbii pentru fierbere.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
29. Din care specialități de porcină se prepară tocana?
- piept
  - fileu
  - spată
  - pulpă
  - mușchiuleț
30. Subliniați legumele și condimentele care se folosesc la prepararea tocanei.
- |             |                     |
|-------------|---------------------|
| Ceapă       | Sare                |
| Morcov      | Piper negru boabe   |
| Pătrunjel   | Piper negru măcinat |
| Ceapă verde | Cuișoare            |
| Castraveți  | Scorțișoară         |
| Roșii       | Cimbru              |
31. În ce se prăjește tocana?

- a) Ulei de măsline
- b) Șpic
- c) Ulei de floarea soarelui
- d) Untură
- e) Ulei de porumb

32. De ce făina de porumb se usucă înainte de prelucrarea termică?

---



---

33. Cum se apreciază finisarea mămăliguței ?

---



---

34. Uniți prin linii semifabricatele și caracteristica lor

ȘNIȚEL	forma oval-turtită cu un capăt ascuțit cu grosimea de 1,5-2 cm
PÎRJOALĂ	forma rotundă-turtită cu grosimea de 2 cm
BITOC	forma oval-turtită cu grosimea de 3-3,5 cm
	forma oval-turtită cu grosimea de 1 cm
	în formă de franzelă cu grosimea de 3,5-5 cm

35. Cu ce scop tocătura pentru pîrjoale se răcește?

- a) pentru acclerarea prelucrării termiceș
- b) pentru prelungirea termenului de păstrareș
- c) pentru redarea gustului și aromei specificeș
- d) pentru îmbunătățirea consistenței tocăturii.

36. La sfârșitul zilei în urma distribuirii rămîn pîrjoale. Care vor fi acțiunile bucătarului?

- a) Resturile se strîng și se consumăș
- b) Se răcesc și se pun în frigiderș
- c) Calde se duc la frigiderș
- d) Se păstrează la distribuire în vas.

37. Ce se folosește la modelarea ruladei?

- a) cuțitul ș
- b) tifonul ș
- c) lopățicăș
- d) ștergarulș
- e) linguraș
- f) pelicula alimentară.

38. Ce grosime are rulada?

- a) 2-4 cmș
- b) 4-6 cmș
- c) 6-8 cmș
- d) 8-10 cm.

39. De ce rulada se pune pe tava unsă cu cusătura în jos?

- a) pentru formarea cojiței rumeneș
- b) pentru formarea gustului, mirosuluiș
- c) pentru redarea aspectului exteriorș
- d) pentru fixarea panoului de produs.

40. Găsiți greșeala: “ Ruladele modelate se așează cu incizia în jos în tava unsă cu grăsime, la o distanță una de alta, se unge cu ou, se presară cu pesmeți, se stropesc cu grăsime și se dau la prelucrarea termică”.

41. Numiți prelucrarea termică căreia este supusă rulada.

- a) Fierberea metoda de bază



- b) Prăjirea metoda de bază  
c) Prăjirea în friteuză  
d) Coacerea în rolă  
e) Înnăbușirea produsului.
42. Indicați temperatura și durata de coacere a ruladei.
- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| 140-160 | 180-200 | 200-220 |
| 1 oră   | 60 min. | 40 min. |
43. Alegeți garnitura pentru ruladă \_\_\_\_\_
44. Alegeți tocătura pentru chifteluțe moldovenești
- a) carne de bovină, pâine, sare, piper, apă, usturoi  
b) carne de bovină, pâine, sare, piper, apă, verdeață  
c) carne de bovină, pâine, sare, piper, apă, ceapă  
d) carne de bovină, ceapă, făină de grâu, margarină, usturoi
45. Prin ce se trec chifteluțele modelate?
- a) Pesmet de pâine alb  
b) Pesmet de pâine roșu  
c) Făină de grâu albă  
d) Pâine albă tăiată pai  
e) Pâine albă taiată cubulețe
46. Cum se aranjează chifteluțele pe tavă pentru înnăbușire?
- a) într-un rând  
b) în două rânduri  
c) în trei rânduri  
d) în formă de șah.
47. Subliniați durata înnăbușirii chifteluțelor moldovenești?
- 75-10 min., 10-15 min., 20-25 min., 25-30 min.
48. Alegeți tehnica modelării zrazelor tocate.
- a) *Pe pelicula alimentară se pune tocătura, se redă forma de turtiță, la mijloc se pune umplutura, se modelează cîrnăcior, se trece prin pesmet*  
b) *Pe pelicula alimentară se pune tocătura, se redă forma de turtiță, la mijloc se pune umplutura, se modelează cilindru turtit, se trece prin pesmet*  
c) *Pe pelicula alimentară se pune tocătura, se redă forma de turtiță, la mijloc se pune umplutura, se modelează brichetă, se trece prin pesmet.*
49. Zrazele la prăjire crapă, nu-și țin forma, se desfac. Alegeți cauza acestui defect.
- a) *în tocătură s-a adăugat multă pâine și zrazele s-au trecut de câteva ori prin pesmet*  
b) *tocătura s-a bătut insuficient și zrazele s-au trecut de câteva ori prin pesmet*  
c) *în tocătură s-a adăugat multă apă și zrazele de câteva ori s-au trecut prin pesmet.*
50. Alegeți umplutura pentru zrazele tocate.
- a) paste fierte  
b) omletă  
c) ceapă călită  
d) terci fără micios  
e) ou fiert  
f) verdeață  
g) ciuperci fierte  
h) fasole fiartă  
i) pireu de cartofi.
51. Indicați scopul baterii tocăturii \_\_\_\_\_
52. Explicați de ce pilaful nu trebuie amestecat.
-

53. Dați exemple de metode de înlăturare a pielii de pe limbi \_\_\_\_\_

54. Alegeți din semipreparatele de mai jos, articolul de formă rotundă -turtită și care se prepară din tocătură naturală.
- bitoc
  - biftec
  - șnițel
  - chifteluțe

55. Stabiliți corespunderea între ambele coloane. Uniți prin linii semipreparatul și caracteristica acestuia.

A	BITOC		1	Tocătura se porționează, se trece prin paneu roșu, se dă formă oval-turtită cu un capăt ascuțit, grosimea de 2-2,5 cm, lungimea 11 cm, lățimea 5 cm
B	PÎRJOALĂ		2	Tocătura se porționează, se trece prin pesmeți, se redă forma rotundă turtită, cu grosimea de 2-2,5 cm, diametrul de 6 cm
C	ZRAZE		3	Tocătura se porționează, se trece prin pesmeți, se redă forma oval-turtită, cu grosimea de 1 cm
D	ȘNIȚEL		4	Tocătura se porționează, se modelează o turtă rotundă cu grosimea de 1 cm, în mijlocul turtei se pune umplutura, marginile turtei se unește, se trece prin paneu roșu și se modelează batonașe cu capetele rotunjite
E	RULADA		5	Tocătura se porționează, se modelează o turtă dreptunghiulară cu grosimea de 1,5 -2 cm. În mijlocul turtei se așează umplutura, marginile turtei se unește cu ajutorul șervețelului. Se dă formă de baton. Suprafața se unge cu lison și se presară cu pesmeți.

56. Calculați numărul de porții de Biftec tocat care pot fi preparate 5130 grame de bovină (masa netă)

\_\_\_\_\_

57. Descrieți metoda de examinare olfactivă prin „proba acului”.

\_\_\_\_\_

58. Gustul, necorespunzător produsului de calitate se numește \_\_\_\_\_

59. Uniți prin linii bucatele din carne și indicii evaluați la examinarea vizuală.

#### Felul de mâncare

#### Indicii evaluați la examinarea vizuală

- caracterul de tăiere a bucăților (de-a curmezișul sau de-a lungul fibrelor),
- uniformitatea porționării,
- culoarea suprafeței,
- culoarea în secțiune,
- prezența pojghiței prăjite pe ambele părți ale preparatului,
- grosimea stratului de paneu

#### Bucate din carne

- consistența,
- culoarea,
- componența (ceapă, castraveți, rădăcinoase etc.),
- regularitatea formei de tăiere,
- textura (consistența) produselor de adaos

- corectitudinea tranșării și respectarea rețetei;
- corectitudinea pregătirii semifabricatelor (tăierea, trecerea prin

- paneu);
- gradul de finisare;
  - corespunderea preparatului garnitura și sosul