

Module de gradul II	Module de gradul I
A Prepararea bucatelor din păsări întregi	A.1. Prepararea păsării fierte
	A. 2 Prepararea păsării prăjite
B. Prepararea bucatelor din semipreparate de pasăre bucăți mici	B.1. Prepararea pilafului de pasăre

Lucrare practică A. 1

Prepararea felului de bucate « Pasăre fiartă cu orez și sos alb»

Pentru prepararea felului de bucate dat veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru pasăre fiartă (în grame, rețeta nr. 637):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Găină	208	143
sau pui,	184	129
sau broiler-pui	175	126
• Ceapă	4	3
• Pătrunjel (rădăcină)	4	3
sau țelină (rădăcină)	4	3
Masa păsării fierte	-	100
• Garnitură nr.nr. 679, 682, 683, 685, 692, 694, 700, 708, 722, 734	-	150
• Sos nr.nr. 759, 779, 780	-	75
Gramajul	-	325

2. Produse pentru 200 g terciului fărmicios de orez (în grame, rețeta nr. 679):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Masa terciului	-	192
Unt	9	9
Gramajul	-	200

* Pentru obținerea a 200 g de terci este nevoie de 71,4 g de crupe și 150 g de apă

3. Produse pentru 100 g de sos alb de bază (în grame, rețeta nr. 778)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Bulionul M 777	110	110
• Margarină de masă	5	5
• Făină de grâu	5	5
• Ceapă	3,6	3
• Pătrunjel (rădăcină)	2,7	2
sau țelină (rădăcină)	2,9	2
Gramajul	-	100

4. Produse pentru bulion (în grame, rețeta nr. 777):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Oase alimentare*	150	150
Apă	280	280
Ceapă	2,8	2,4
Morcov	3	2,4
Pătrunjel (rădăcină)	3,2	2,4
sau țelină (rădăcină)	3,6	2,4
Gramajul	-	200

5. Echipament tehnologic:

- Frigider
- Plită electrică
- Cuptor electric sau bain-marie
- Masă de lucru
- Palete CC și CF
- Cuțite de bucătărie CC și CF
- Cratițe
- Tigaie
- Farfurii
- Rozete pentru condimente
- Farfurioară
- Lingură
- Farfurie de suport
- Lopățică de lemn
- Spădiță de lemn
- Ceaușul
- Termometru cu citire instant
- Cântar pentru bucătărie
- Cești pentru măsurat lichide
- Linguri pentru măsurat
- Căldare pentru deșeuri
- Pungi de polietilenă

6. Echipament sanitar (vezi MT 1.0)


Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea felului dat de bucate.
3. Fierbeți bulionul (se poate folosi și bulionul rezultat la fierberea cărnii).
4. Pregătiți rădăcina de pătrunjel, ceapa și verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0.
5. Alegeți orezul.
6. Efectuați prelucrarea preliminară a păsărilor conform MT 6.0.
7. Fasonați pasărea „în buzunăraș” după una din metodele descrise în MT6.0.

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

Îndeplinirea lucrării practice

M d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucatarului pentru lucru (vezi M 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Fierberea păsărilor Pentru fierbere, păsările pregătite se pun în apă fierbinte (la 1 kg de carne se iau 2 l de apă), se dă în clocot, se îndepărtează spuma, se adaugă ceapă și rădăcina de pătrunjel, sare. Se micșorează focul și se fierbe la temperatura de 85-90°C la capac. Gradul de gătință se determină prin străpungerea mușchilor picioarelor cu acul de bucătărie sau spădița : acul intră ușor în mușchi, sucul eliminat este străveziu. Pasărea fiartă se scoate și se răcește. Pierderile constituie 25 %.	Fierbeți păsările
4	Prepararea sosului alb de bază (vezi A.3) Bulionul rezultat de la fierberea cărnii se filtrează, se apreciază calitatea și se folosește la prepararea sosului. Ceapa și rădăcinoasele curățate și spălate se taie pai. În tigaia încinsă se pune unt, se topește, se adaugă făina cernută și se căleşte, amestecând	Preparați sosul alb de bază

	<p>continuu pînă la o culoare aurie.</p> <p>Făina călită la alb se diluează cu o parte de bulion răcit (80°C) în cîteva prize, amestecînd cu o lopățică de lemn pentru a nu se forma cocoloși.</p> <p>Se adaugă restul de bullion și din nou se amestecă, se dă în clocot, se adaugă legumele tăiate și se fierbe 30 min., înlăturînd de pe suprafață spuma formată.</p> <p>Spre sfîrșitul fierberii se sarează, se adaugă sare de lămîie și se dă în clocot. Sosul se pasează prin sită, apoi iarăși se dă în clocot.</p>	
5	<p>Prepararea garniturii (vezi E.!)</p> <p>Orezul ales se spală înainte de fierbere în apă caldă.</p> <p>Orezul spălat se introduce în apa clocotindă, luată după rețetă, sărată și cu o parte de grăsimi și se fierbe amestecînd periodic și desprinzînd crupele de pe pereții vasului pînă se absoarbe apa, apoi se netezește suprafața, se pune capacul și se finisează la foc mic.</p> <p>Durata fierberii depinde de felul crupelor și metoda de fierbere. La 1 kg de orez se iau 2 litri de apă, gramajul terciului gata va constitui 2.8 kg.</p> <p>Înainte de distribuire terciul se afînează cu acul de bucătărie și poate fi păstrat timp de 3 ore la temperatura 70°-80°C.</p>	Preparați terciul de orez fărîmicios
6	<p>Prezentarea și servirea bucatelor</p> <p>Păsările se taie în două după coloana vertebrală, apoi fiecare jumătate se porționează cîte 2 bucăți la porție (una din pulpă și alta – din fileu), se pun în cratiță pentru sote, se adaugă bulion fierbinte, se dă în clocot și se păstrează pe marmită la temperatura de 70-80 °C la capac nu mai mult de 2 ore.</p> <p>Pe farfuria de suport se aranjează moviliță terciul fărîmicios de orez, se stropește cu unt topit, alături se pun bucățile de pasăre și se stropesc cu sos alb (sau cu bulion, sau unt topit).</p>	 <p>Pregătiți bucatel pentru servire</p>
7	Aprecierea calității preparatului după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea preparatului
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Dereticați locul de muncă
9	<p>Utilizarea deșeurilor</p> <p>Deșeurile se acumulează în pungi de polietilenă și se aruncă în căldările pregătite. Persoana de serviciu eliberează căldarea, legînd săculețele de polietilenă și le adună într-o căldare comună «Căldare pentru deșuri», pe care o duce apoi la locul de depozitare a gunoiului.</p> <p>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.</p>	Utilizați deșeurile

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

Tabelul 1

Indicii de calitate ai preparatului «Pasăre fiartă cu terci de orez și sos alb»

Ingredien tele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Pasăre fiartă	2 bucăți de pasăre de porție (unul din fileu, altul din pulpă), tăiate cu acuratețe, forma bine determinată, așezate lângă garnitură și stropite cu sos	Suculente, fină, moi, pătrunsă.	De la alb suriu pînă la cremă	Specific de pasăre fiartă și de legumele întrebuintate	Specific de pasăre fiartă, fin, potrivit de sărat și condimentat, cu nuanțe de legumele folosite.
Orez fărîmicios	Orezul pus moviliță, stropit cu unt topit, fără incluziuni, boabele umflate bine, își păstrează forma, sînt friabile.	Boabele moi, pătrunse omogen, fine.	Albă, cu nuanță gălbuie-aurie.	Specific de orez fier și unt topit, fără nuanțe de mucegai sau arsură.	Specific, fin, succulent, potrivit de sărat, cu nuanță de unt.
Sos alb de bază	Fără peliculă la suprafață, fără incluziuni, pete de grăsime.	Smîntînei lichide, elastic, omogen, fără cocoloși de făină.	Alb cu nuanțe surii	Pronunțat de bulion de pasăre sau oase, de legume, de condimente și grăsimi, fără nuanțe străine	Pronunțat de carne, cu nuanțe acrii-dulcii, potrivit de sărat, fără nuanțe amare.

Lucrarea practică A.2

Prepararea felului de bucate „Pasăre prăjită”

Pentru prepararea felului de bucate dat veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru pasăre prăjită (în grame, rețeta nr. 651):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Găină	216	149
sau pui,	213	149
sau broiler-pui,	196	141
sau curcan,	192	141
sau rață,	246	159
sau găscă	261	172
• Smântână	3	3
• Margarină	5	5
Masa păsării prăjite	-	100
• Unt	7	7
• Garnitură nr. nr. 679, 682, 683, 685, 696, 708, 722, 739	-	150
Gramajul	-	257

2. Produse pentru 200g de cartofi prăjiți bare (în grame, rețeta nr. 696):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cartofi	386,4	289,8
Grăsimi	20	20
Gramajul	-	200

3. Echipament tehnologic (vezi A.1)

4. Echipament sanitar (vezi MT 1.0)



Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea păsării prăjite.
3. Pregătiți cartofii și verdeța: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0.
4. Efectuați prelucrarea primară a păsării conform indicațiilor din MT 6.0.
5. Fasonați pasărea «în buzunăraș» prin una din metodele descrise în MT 6.0

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

Îndeplinirea lucrării practice

M d/o	Informația funcțională	Sarcinile practice
1	Pregătirea bucătarului pentru lucru (vezi M 1.0)	Pregătiți-vă către LPL
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Prăjirea păsării Pasărea fasonată în buzunăraș se sarează, se piperează, se unge cu smântână sau maioneză, se pun în tigaia încinsă pînă la 150-160° C pe spate și se prăjește pînă la formarea unei pojghițe rumene, se întoarce pe o parte și se prăjește, apoi pe altă și pe piept pînă se formează o pojghiță rumenă pe toată suprafața. Pasărea prăjită se finisează la rolă, stropindu-se periodic cu suc și grăsimea eliminată. Trunchiurile de pasăre mare (curcan, găscă, rață) se sarează, se așează în tavă pe	Prăjiți pasărea

	<p>spate , se toarnă peste ele grăsimea topită și se coc la rolă, întorcându-le pe toate părțile și stropindu-le periodic cu grăsimea și sucul eliminat la coacere.</p> <p>Păsăria bătrână înainte de a se prăji se recomandă de fiert pînă la semigata.</p> <p>Păsăria prăjită se taie de-a lungul în 2 jumătăți, după aceasta fiecare jumătate se porționează în fileu și pulpă. Fileul se taie de-a curmezișul, iar pulpele oblic.</p> <p>Partea descoperită a osului de la pulpă se taie oblic.</p> <p>La păsările mari se înlătură coloana vertebrală și se taie cîte 2 bucăți la porție.</p> <p>Fileul se taie de-a curmezișul, iar pulpele-oblic. Partea descoperită al osului de la pulpă se taie oblic.</p> <p>Puiul se servește întreg sau tăiat în jumătate de-a lungul coloanei vertebrale și prin mijlocul pieptului.</p> <p>Bucățile de pasăre porționate se pun pe tavă, se toarnă sucul rezultat la prăjirea lor și se pun la rolă pe 5-7 min 220-240° C.</p> <p>Finisarea se determină la incizia trunchiului în partea cea mai groasă - se elimină suc străveziu</p>		
4	<p>Prepararea garniturii (cartofi prăjiți) (vezi C.1)</p> <p>Cartofii pregătiți se taie bare, se clătesc cu apă rece, ca să nu să se lipească unele de altele și de tavă, apoi se zvîntează pe ștergar și se sarează.</p> <p>Pe tigaia încăinsă cu grăsime se pun barele de cartofi în strat cu grosimea de 4-5 cm și se prăjesc, amestecîndu-le periodic pînă la formarea unei cruste rumene și finisare.</p> <p>După necesitate (în caz cînd cartofii nu-s pătrunși) se finisează la rolă.</p> <p>Se topește untul la bain-marie</p>		Prăjiți cartofii
5	<p>Prezentarea și servirea preparatului</p> <p>Cartofii prăjiți se aranjează pe farfurie moviliță, se stropesc cu unt topit și se decorează cu verdeață.</p> <p>Alături se montează bucățile de carne prăjită și se stropesc cu sucul de la prăjire sau unt topit.</p> <p>Separat (în salatiere sau în farfurie pentru pateuri) se pune salată verde, salată din castraveți proaspeți, varză roșie 50-75 g netă de porție.</p>		Pregătiți preparatul pentru servire
7	Aprecierea calității preparatului după indicii de calitate (vezi tabelul 1)		Apreciați calitatea preparatului
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)		Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)		Utilizați deșeurile

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

Tabelul 1

Indicii de calitate ai preparatului «Pasăre prăjită cu cartofi prăjiți și unt »

Compo-nentele	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Pasăre prăjită	2 bucățele de porție (din pulpă și fileu) tăiate frumos, acoperite uniform cu o pojghiță rumenă, cojița-i curată, fără resturi de pene, perișori, grăsime, echimoze.	Suculentă, moale, pătrunsă	Suprafața rumenă-aurie. La incizia fileului albă, a pulpelor surie sau cafeniu deschisă.	Plăcut de pasăre prăjită cu nuanțe de condimente, fără miros străin.	Specific de pasăre prăjită, plăcut, fin, potrivit de sărat și condimentat, fără gusturi amare și de arsură
Cartofi prăjiți	Forma de bare bine determinată, tăiate uniform, cojița rumenă, așezate în farfurie moviliță, cu luciu de unt la suprafață	Moi, fini, pătrunși	Aurie	Plăcut, specific de cartofi prăjiți și unt, fără nuanțe de cartofi opăriți	Fini, crocanți, potrivit de sărați , fără gust străin

Lucrarea practică B.1

Prepararea pilafului din pasăre

Pentru prepararea felului de bucate dat veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru pilaf (în grame, rețeta nr. 645):

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
• Găină	213	145
sau pui,	209	145
sau broiler-pui,	192	137
sau curcan,	188	137
sau rață,	240	154
sau găscă	256	167
• Margarină	15	15
• Ceapă	18	15
• Morcov	19	15
• Pireu de tomate	10	10
• Crupe de orez	70	70
Masa păsării înăbușite	-	100
Masa orezului gata cu legume	-	200
Gramajul	-	300

2.Echipament tehnologic (vezi A.1.), adăugător - ceaunel

3. Echipament sanitar (vezi MT 1.0)

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea felului dat de bucate.
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 păsării conform indicațiilor din MT 6.0.
5. Preparați semifabricatul din pasăre pentru pilaf în conformitate cu MT 6.0.




La păsările mari și bătrâne se taie coloana vertebrală: pasărea se taie în două, astfel ca o jumătate să fie fără coloana vertebrală, apoi din a doua jumătate se taie osul spinal. Jumătățile obținute se porționează câte o bucață de porție sau câte 4-5 bucăți a câte 40-50 g fără oase ascuțite.

6. Alegeți orezul.

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

Îndeplinirea lucrării practice

Nº 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	Prăjirea bucăților de carne Bucățile de carne se pun în tigaia încinsă și se prăjesc pînă la rumenire, se sarează, se piperează și se pun în ceaunel.	Prăjiți bucățile de carne de pasăre
4	Călirea legumelor Morcovul și ceapa se taie cubulețe mici și se călesc pînă înmuiere, apoi se adaugă pireu de tomate și continuă înăbușirea circa 10 min.	Căliți legumele

5	Înăbușirea cărnii de pasăre Legumele călite e adaugă la carnea prăjită, se toarnă bulion fierbinte sau apă și se înăbușă la capac pînă la semigata cu amestecare periodică. Cantitatea de lichid se ia reieșind din calculul pentru terciul de orez fărîmicios (al 1 kg de crupe - 2 l de apă).	Înăbușiți carnea
4	Prepararea pilafului Înainte de adăugarea orezului se verifică nivelul lichidului în ceaunel. Orezul ales se spală în cîteva prize, apoi se adaugă în ceaunul cu carnea și legumele înăbușite și se fierbe ca terciul de orez fărîmicios. Pilaful se amestecă pînă la îngroșare, după aceasta se nivelează suprafața, se pune capacul și se finisează la bain-marie sau se dă la rolă pentru 40-50 min. Pilaful gata nu se amestecă, doar se afină cu acul de bucătărie, desprinzîndu-l de pe pereții ceaunului.	Preparați pilaful
5	Prezentarea și servirea pilafului Pe farfuria de suport se montează pilaful moviliță, deasupra se aranjează bucățile de carne, se presară cu verdeață tocată mărunt.	Pregătiți pilaful pentru servire
		
6	Aprecierea calității preparatului după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea preparatului
7	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
8	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

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

Tabelul 1

Indicii de calitate ai preparatului «Pilaf de pasăre »

Ingrediente	Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Carnea înăbușită	Bucățile de carne-s de formă bine determinată: 4-5 bucățele sau una de porție. Oasele se separă ușor de oase, fără resturi de pene, tulle. Presărate cu verdeață	Suculentă, moale, fină, pătrunsă, fără cojiță crocantă.	Aurie-roșietică, uniformă pe toată suprafața, în secțiune- de la alb la crem deschis	Cu aromă de carne înăbușită, legume și condimente	Fin, succulent, acru-dulciu, potrivit de sărat și condimenta, fără gust străin.
Orezul	Orezul pus moviliță, stropit cu unt topit, fără incluziuni, boabele bine umflate, își păstrează forma, sînt friabile.	Boabele moi, pătrunse omogen, moi, fine.	Albă, cu nuanță roșietică.	Specific de orez fiert și unt topit, fără nuanțe de mucegai sau arsură.	Specific, fin, succulent, potrivit de sărat, cu nuanță de unt, fără gust străin.

Test formativ la MB Prepararea bucatelor din pasăre

1. Ce cantitate de apă se ia pentru fierberea 1 kg de carne de pasăre
 - a) 1,5 l;
 - b) 2,0 l;
 - c) 4,0 l;
 - d) 6,0 l;

2. Cu ce instrument se înlătură spuma la fierberea bulionului din pasăre:
 - a) Polonic;
 - b) Lingură;
 - c) Benă sos;
 - d) Spumieră;

3. Alegeți condimentele folosite pentru fierberea păsării:
 - a) Piper negru măcinat, piper roșu măcinat, frunză de dafin, magheran
 - b) Piper negru măcinat, ienibahar, frunză de dafin, scorțișoară
 - c) Piper negru măcinat, frunză de dafin, cimbru, scorțișoară

4. Completați cuvintele lipsă în procesul de fierbere a păsărilor.
Pasărea fasonată _____
Se pune în cratița _____
Se adaugă _____ de apă _____
Se dă în _____
Se înlătură _____
Se adaugă _____
Se fierbe la t _____ pînă la _____
La sfîrșitul fierberii se adaugă _____
Gradul de finisare _____

5. Alegeți procesul de pregătire a crupei de orez.
 - a) Se alege, se spală, se zvîntează;
 - b) Se alege, se spală, se prăjește;
 - c) Se alege, se spală, se clătește;
 - d) Se alege, se spală, se cerne;

6. Alegeți cantitatea necesară de apă la 1 kg de pasăre pentru prepararea bulionului.
 - a) 1,5 l;
 - b) 2,0 l;
 - c) 4,0 l;
 - d) 6,0 l.

7. Cum se aduce la gustul respectiv sosul alb pentru pasărea fiartă:
 - a) Se adaugă vin alb fiert;
 - b) Se adaugă oțet fiert;
 - c) Se adaugă sare de lămîie,
 - d) Se adaugă moare de castraveți,

8. Uniți prin linii varianta corectă de pregătire a păsării pentru prăjire.

• Puii	se fierb
• Puii grași	se sarează, se piperează
• Găinele	se ung cu smîntînă

9. Găina prăjită are:
 - cojița rumenă uniform pe toată suprafața, la incizie se elimină suc roz;
 - crustă crocantă, prăjită uniform, ușor deformată, la incizie se elimină suc roșu;
 - pojghița rumenă pe toată suprafața, cu porțiuni cafenii deschise, cu bule de aer la suprafață;

10. Alegeți tehnologia de prăjire a cartofilor pentru pasărea prăjită:

- a) Cartofii fierți se răcesc, se curăță, se taie, se prăjesc, scuturînd periodic tigaia;
- b) Cartofii se taie, se spală, se zvîntează, se sarează și se prăjesc pe tigaia încinsă, amestecîndu-i periodic;
- c) Cartofii se taie, se spală, se usucă, se adaugă în grăsimea încinsă și se prăjesc pînă la gătință.

11. Cum se porționează găina pentru pilaf ? Subliniați varianta corectă.

- a) Bucăți mari
- b) Bucăți porționate
- c) Bucăți mici

12. Completați frazele de mai jos ce se referă la procesul de (fierbere a orezului).

- Orezul se spală cu apă _____
- Apă se dă în clocot și se adaugă _____
- Se adaugă orezul și se amestecă _____
- Suprafața _____
- Se finisează _____

13. Cum se taie legumele pentru pilaf?

- a) cubulețe mari;
- b) cubulețe mici;
- c) cubulețe mici;
- d) bare mărunte.

14. La prepararea pilafului, orezul a îmbibat tot lichidul, dar nu este pătruns. Care sunt acțiunile bucătarului?

- a) continuă fierberea la foc mare;
- b) se finisează la foc mic;
- c) se finisează la rolă;
- d) se finisează la bain – marie.

18. Numiți metodele de fasonare a păsărilor către fierbere _____

19. Indicați prin săgeți și cifre consecutivitatea operațiilor la prepararea păsării fierte și prăjite.

Pasăre fiartă		Pasăre prăjită
	Se micșorează focul	
	Se fierbe pînă la finisare	
2 ←	Se înlătură spuma	
	Se fierbe în apă clocotindă	
	Se porționează	
	Se stropește cu grăsime	
	Se fasonază pasărea și se sarează	
	Se răcește	
	Se taie în bucăți porționate	
	Se adaugă rădăcinoasele albe și ceapă crudă	
	Se aranjează pe un platou încălzit	
	Se finisează în rolă	→ 4