

SADRŽAJ

Uvod.....	3
1. Namirnice.....	4
1.1 Meso.....	4
1.2. Povrće.....	5
1.2.1 Celer.....	5
1.2.2. Peršunov list.....	6
1.2.3. Grašak.....	6
1.3. Voće.....	6
2. Začini.....	7
2.1. Biber.....	7
2.3. So.....	8
2.4. Ulje.....	8
2.5. Vegeta.....	9
3. Salate.....	10
3.1. Zelena salata.....	10
3.2. Mimoza salata.....	10
3.3. Salata od kupusa (svježeg).....	11
3.4. Salata od svježih krastovaca.....	11
3.5. Salata sa majonezom.....	12
3.6. Bristol salata (pileća salata).....	12
3.7. Ruska salata.....	13
3.8. Francuska salata.....	14
Zaključak.....	15

UVOD

Salate su dodatak koji se servira uz pojedina jela. U jelovnicima piše se samostalno a u menijima uz jelo koje se konzumira. Salate se proizvode najčešće od raznih vrsta povrća, a mogu se proizvoditi i od mesa imaju veoma veliki značaj jer osvježavaju gosta a bogati su raznim vitaminima, koji se mogu naći u dr. jelima. Serviraju se najčešće u malim desertnim tanjurima prečnika 15 cm ili dr. posudama specifičnim za određenu salatu.

Namirnice za izradu mogu se konzumirati u svezjem sanju ili termički obrađene. Na osnovu načina pripreme salate djelimo na:

- Salate od svezjeg povrća,
- Salate od kivanog povrća,
- Salate od konzerviranog povrća,
- Salate od pečenog povrća.

Začinjavanje salate, obavlja kuhar ali se ostavlja mogućnost da to uradi i sam gost je se na njegovom stolu nalazi (posuda sa uljem i sirećetom) i (soli i biberom). Salate se serviraju sa lijeve strane gostovog tanjira.

1. Namirnice

Namirnice svrstavamo u grupe na osnovu njihovog porijekala, hemiskog sastava, biološke vrijednosti i uloge u organizmu.

Prema porjeklu namirnice samo podjelili na :

Životinjske (u njih spadaju mlijeko, jaja, prerađevine od mesa.)

Namirnice biljnog porjekla (tu spadaju voće, povrće i razna biljna ulja).

1.1 Meso

Meso je mišićno tkivo sa uraslim vezivnim, masnim i koštanim tkivom. Dobiva se obradom životinja, čije se meso nakon obrade koristi za ljudsku ishranu. Hranljiva vrijednost mesa ogleda se u visokom sadržaju, bjelančevina i visoke biološke vrijednosti. Osnovni sastojci mesa su:

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE
PREUZETI NA SAJTU. -----**

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com