

Krakowski Tydzień Zawodowców

Edycja VII/2021

Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego

w Krakowie osiedle Szkolne 21



Kurs kwalifikacyjny kucharz HGT.02 - 1,5 roku

Kurs kwalifikacyjny cukiernik SPC.01 - 1,5 roku

Kurs kwalifikacyjny piekarz SPC.03 - 1,5 roku

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego

Zapraszamy na kurs kwalifikacyjny

w zawodzie kucharz 512001

Przygotowywanie i wydawanie potraw HGT.02

Temat : Kuchnia molekularna, nowe trendy w gastronomii.

Opracowanie : Nauczyciele przedmiotów gastronomicznych.



Kuchnia molekularna na czym polega ?

- ❑ Dobre jedzenie często kojarzy nam się z domowym ciepłem i prostymi, swojskimi daniami, którymi raczyły nas mamy lub babcie.
- ❑ Choć potrawy tradycyjne i regionalne wciąż cieszą się dużą popularnością, szefowie kuchni starają się próbować czegoś nowego, wymyślając coraz to nowe sposoby na przyrządzanie smacznego jedzenia.
- ❑ Jednym z takich nowatorskich pomysłów jest tzw. kuchnia molekularna.
- ❑ Co oznacza to pojęcie i czym charakteryzują się tego rodzaju dania?



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego
SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY

Kuchnia molekularna

- ❑ „Kuchnia molekularna” mógłby sugerować, że potrawy przyrządzane na tę modłę są sztuczne i „chemiczne”, w rzeczywistości do ich przygotowywania używa się wyłącznie naturalnych składników.
- ❑ Niecodzienny wygląd jest zaś wynikiem równie niespotykanych metod obróbki produktów.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna historia

- ❑ Historia kuchni molekularnej rozpoczęła się w roku 1988.
- ❑ Zapoczątkowali ją francuski chemik Herve This i węgierski fizyk Nocholas Kurti, którzy postanowili połączyć naukowe pasje z zamiłowaniem do gotowania.
- ❑ Stosując naukowe metody, badali składniki wykorzystywane w kuchni pod kątem właściwości chemicznych oraz wzajemnego oddziaływania.
- ❑ Kuchnia molekularna bazuje wyłącznie na naturalnych składnikach, którym nadaje oryginalną formę poprzez umiejętne wykorzystywanie wiedzy o zjawiskach chemicznych i fizycznych.

Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna

- ❑ Tego rodzaju podejście do gotowania w pewnym sensie stanowi przeciwieństwo idei fast-foodów, ponieważ przyrządzanie potraw kuchni molekularnej często zajmuje bardzo dużo czasu – czasami może to być nawet kilka dni.
- ❑ Nie da się też przygotować ich, bazując na popularnej metodzie „na oko”. Składniki należy odmierzać z ogromną precyzją, bo czasami nawet kropla jednego z nich może zmienić uzyskany efekt.

Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

SZKOŁA BEZPŁATNA

ZAPRASZAMY



Kuchnia molekularna

- ❑ Kuchnia molekularna znakomicie wpisuje się w aktualne trendy, czyli powrót do naturalnych, zdrowych potraw.
- ❑ Potrawy przygotowane w ten sposób nie zawierają żadnych syntetycznych dodatków: barwników, konserwantów czy zagęszczaczy.
- ❑ Wiedza o chemicznych i fizycznych właściwościach poszczególnych produktów pozwala szefom kuchni na uzyskanie pożądanego smaku, konsystencji oraz kształtu dań bez uciekania się do szkodliwych dla zdrowia metod



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna

- ❑ Do obróbki dań również używa się szkodliwych, pochodzących z natury składników.
- ❑ Jednym z najpopularniejszych jest ciekły azot, który zamraża potrawy, nie zmieniając ich smaku, aromatu oraz substancji odżywczych.
- ❑ Często używa się również alg morskich, które zmieniają konsystencję jedzenia, zagęszczając je.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna - metody

- ❑ Kuchnia molekularna zalicza się do lekkostrawnych, a nawet niskokalorycznych, ponieważ używa się z niej naprawdę niewielkich ilości tłuszczu.
- ❑ Często wykorzystywanym sposobem obróbki dań jest metoda *vakum*, która polega na wkładaniu składników (no. różnego rodzaju mięs) do foliowego woreczka, odessaniu powietrza i gotowaniu przez dłuższy czas w wodzie, w stosunkowo niskiej temperaturze.
- ❑ Dzięki temu potrawy są soczyste, smaczne, a przy tym nie pozbawione wartości odżywczych.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna

- ❑ Inną metodą wykorzystywaną w kuchni molekularnej, która jeszcze do niedawna wydawałoby się obrazem rodem z filmu science fiction, jest tzw. sferyfikacja.
- ❑ Polega ona na przyrządzaniu z różnych składników małych kulek, wyglądem przypominających kawior. Do wywarów dodaje się alginat sodowy, a następnie zanurza w roztworze chlorku wapnia.
- ❑ W ten sposób powstają kuleczki o różnych smakach, które nieodmiennie zadziwiają gości restauracyjnych. W kuchni molekularnej nie stroni się od oryginalnych rozwiązań.
- ❑ Do smażenia można np. używać wody z dodatkiem specjalnego cukru roślinnego, który podnosi jej temperaturę wrzenia.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego
SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY

Kuchnia molekularna

- ❑ Kuchnia przystosowana do tego typu dań przypomina bardziej laboratorium, ponieważ aby osiągać tak oryginalne efekty, konieczne jest sięganie po nowatorskie sprzęty, np. piecze konwekcyjne lub lasery.
- ❑ Myli się jednak ten, kto sądzi, że stosowanie w kuchni metod naukowych zabija jej „duszę”.
- ❑ W rzeczywistości szefowie kuchni parający się takimi metodami to prawdziwi pasjonaci, chcący nieustannie się rozwijać i poszukujący coraz to nowych sposobów na zaskoczenie gości.
- ❑ W dodatku dania kuchni molekularnej wyglądają jak małe dzieła sztuki – a przecież nie od dziś wiadomo, że jemy również „oczami”.

Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego
SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY



Nowoczesne metody,techniki stosowane w kuchni molekularnej

- ❑ sferyczne ravioli
- ❑ różny kawior
- ❑ technika vacuum
- ❑ gotowanie w niskich temperaturach metodą sous vide
- ❑ lizaki molekularne
- ❑ technika wędzenia
- ❑ pianki



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Nowoczesne metody,techniki stosowane w kuchni molekularnej

- gotowanie w azocie
- praca z suchym lodem
- kwiaty jadalne
- anti-griddle
- zagęszczanie
- żelowanie
- syfony



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna

Przepisy z zastosowaniem agaru

- ❑ **Może służyć do filtracji zawieszonych puree lub sosów**
- ❑ 1000 ml puree lub zawieszonych soków
- ❑ 1.8 g agar agar
- ❑ Przecedź puree lub sok przez sito. Rozgrzać w rondelku
- ❑ Dodaj agar.
- ❑ Przelej do pojemnika. Schłódź i wstaw do zamrażarki.
- ❑ Po wyjęciu przełóż na sitko wyścielone gazą i pozwól aby klarowny sok spływał przez kilka godzin.



Kuchnia molekularna

- ❑ **Może służyć do tworzenia gorących galaretek**
- ❑ 250g wywaru z homara, 0.6g agar agar
- ❑ Wymieszaj wywar doprawiony solą z agarem.
- ❑ Rozgrzej w rondelku i przelej do pojemnika.
- ❑ Odstaw na 2h do lodówki . pokrój w kawałki i przed podaniem podgrzej pod salamandrą.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego
SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY

Kuchnia molekularna

Terrina z bazylii

- ❑ 250 g wody z bazylii, 1.2 g agar agar, sól
- ❑ 1/3 część wody bazyliowej wymieszaj z agarem.
- ❑ Rozgrzej na średnim ogniu.
- ❑ Dodaj resztę wody i dopraw solą.
- ❑ Odstaw do lodówki.



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Kuchnia molekularna

- ❑ **Spaghetti z parmezanu**
- ❑ 200ml wywaru z kurczaka, 100g parmezanu, 5g agar agar
- ❑ Zalej parmezan wrzącym wywarem.
- ❑ Wymieszaj i odstaw na 1h. przecedź przez gazę. Dodaj agar i zagotuj.
- ❑ Naciągnij wężyk połączony ze strzykawką lub słomkę do drinków powstałym wywarem i wrzuć do lodowatej wody.
- ❑ Wypchnij powietrzem ze strzykawki lub syfonu.



Kuchnia molekularna

Vinaigrette

- ❑ 100g octu ryżowego, 50g cukru, 300g wody, 1g soli, 16g agar agar, 150g oliwy z oliwek
- ❑ Zagotuj cukier, wodę, sól, ocet i agar. Zdejmij z ognia
- ❑ Używając miksera ubijaj powoli dodając oliwę. Wylej na blachę na grubość 1 mm
- ❑ Wstaw do lodówki
- ❑ Podawaj w dowolnych płatach



Centrum Kształcenia Zawodowego
i Ustawicznego w Krakowie



PN-EN ISO 9001:2015-10



Centrum Kształcenia
Zawodowego i Ustawicznego

**SZKOŁA BEZPŁATNA
ZAPRASZAMY**

Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Krakowie osiedle Szkolne 21



Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Krakowie osiedle Szkolne 21

- ❑ Nauka bezpłatna
- ❑ Nauka dla Wszystkich ,którzy ukończyli 18 lat
- ❑ Nauka dostosowana do słuchaczy
- ❑ Nowoczesna baza dydaktyczna
- ❑ Profesjonalni wykładowcy
- ❑ Po naszych kursach znajdziesz wszędzie zatrudnienie
- ❑ Miła atmosfera pracy i kształcenia

