



SOŠ a SOU Horky nad Jizerou

Střední odborná škola a Střední odborné učiliště Horky nad Jizerou 35

Obor: 65-41-L/01 Gastronomie

Registrační číslo projektu: CZ.1.07/1.5.00/34.0985

Předmět: Potraviny a výživa

Ročník: první

Téma: Technologie v souvztažnosti s
předmětem Potraviny a výživa

Vypracoval: Ing. A. Říhová

Materiál: VY_32_INOVACE_332

Datum: 30.11.2012

Anotace: Ovoce



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

OVOCE

poživatelné plody nebo semena

chemické složení:

voda – až 90% (nízká údržnost)

sacharidy – GLU, FRU

vitamíny – C, skup. B, A (karoten), E (ořechy)

minerální látky – K, Na, Mg, Ca, P

vláknina – důležitý pektin (marmelády, cholesterol)

organické kyseliny (citrónová, vinná, jablečná – chuť)

fenoly – svíravá chuť, zbarvení

používá se:

čerstvé – po sklizni nebo skladování

zpracované – konz. (kompoty, marmelády, džemy, povidla, protlaky, sušené, proslazené, v lihu, chlazené ---> ztráta BH, zvýšení EH

Rozdělení ovoce

1. **jádrové** – jablka, hrušky, kdoule, aronie, jeřabiny
vyšší **trvanlivost**, výroba **pektinu**
2. **peckové** – třešně, višně, švestky, meruňky, broskve,
nižší trvanlivost, bohaté na **cukr** – pálenky
(některé bobtnavé hemiceulózy váží vodu --> průjem, jádra jedovatá – v
žaludku se uvolňuje kyanovodík)
3. **bobulové** – rybíz (nejvíc C), angrešt, jahody, maliny, ostružiny, hrozny,
borůvky, brusinky (kys. benzoová), šípky
vyšší obsah **C**, **pektiny**, nízká trvanlivost
4. **skořápkové** – ořechy, mandle, jed. kaštiny
až **60 % tuku (eMK)**
5. **citrusové** – citrony, pomeranč, pomelo, mandarinky, grapefruity
vysoký obsah **C**, kůra ošetřena **bifenyly** – omýt
6. **importované**

Kuchařské využití:

Ovoce se v gastronomii využívá na přípravu:

- studených polévek
- hlavních jídel
- moučníku
- výrobků studené kuchyně

Úkol:

Ke každé skupině pokrmů napište alespoň 5 názvů jídel, při jejichž přípravě se ovoce použije.

Vycházejte ze znalostí z TEC, praktických zkušeností, Receptur teplých pokrmů či internetu

[Recepty online: Recepty | Kuchařka | Jídla | Nápoje | Gastronomie](#)

LITCHI

plody tři až pět centimetrů, tuhá drsná slupka - většinou červená, přezráním získávají hnědou barvu a ztrácejí výbornou chuť

podává se: **čerstvé - jako stolní ovoce** mírným tlakem prstů odstraníme slupku

- do **salátů, dezertů, sorbetů, nápojů**
- kandované (zákusek k čaji, Čína)
- **podušené v másle** a pomerančovém likéru jako **náplň do palačinek** i jako doplněk k **masitým a rybím** pokrmům



Obr.1 Litchi [3]

[1] KOLAŘÍKOVÁ, Jana. *Potraviny a výživa 1. díl: Učebnice pro střední odborná učiliště*. Probulov 20, PSČ 398 07: Orlík, 1994.

[2] PÁNEK, Jan, POKORNÝ, Jan, DOSTÁLOVÁ Jana, KOHOUT, Pavel. *Základy výživy*. Vydání první. Praha: Svoboda Servis, 2002. ISBN 80-86320-23-5.

[3] MANDŽUKOVÁ, Jarmila. *Exotické ovoce na našem stole, řada 365*. Praha: Merkur, 1993. ISBN 80-7032-050-8.