

TEMAT: DANIA OBIADOWE



OBIAD TO GŁÓWNY I ZARAZEM NAJOBFITSZY POSIŁEK W CIĄGU DNIA, SPOŻYWANY NAJCZĘŚCIEJ MIĘDZY GODZINĄ 12 A 16.

TRADYCYJNIE SKŁADA SIĘ Z DWÓCH DAŃ:

- Z ZUPY
- DANIA GŁÓWNEGO

DODATKIEM DO OBIADU MOGĄ BYĆ RÓŻNEGO RODZAJU SURÓWKI ORAZ NAPOJE NP. KOMPOT.

TEMAT: ZUPY ORAZ DODATKI DO ZUP

ZUPY CECHUJE RÓŻNORODNOŚĆ SKŁADNIKÓW. POTRAWY TE GOTUJE SIĘ CZĘSTO W BOGATYM POŁĄCZENIU MIĘSA, ZIEMNIAKÓW I WARZYW CZY OWOCÓW I ZBÓŻ.

W ZALEŻNOŚCI RODZAJU ZUPY DODAJE SIĘ DO NIEJ RÓŻNE DODATKI, TAKIE JAK:

- RYŻ,
- KASZE,
- WYROBY MĄCZNE (KLUSKI, MAKARONY, CHLEB, GRZANKI),
- JAJKA,
- WYROBY MIĘSNE (PULPETY, OWOCE MORZA) I INNE.

ZUPY CHARAKTERYZUJE SIĘ RÓWNIEŻ ZE WZGLĘDU NA KONSYSTENCJĘ. ROZRÓŻNIAMY ZATEM:

- ZUPY KLASYCZNE - Z RÓŻNORODNYMI SKŁADNIKAMI I DODATKAMI PRZYGOTOWANYMI I POKROJONYMI W DOWOLNY SPOSÓB,
- ROSOŁY I BULIONY TO KLAROWNE I NIEZAGĘSZCZONE WYWARY MIĘSNO-WARZYWNE,
- ZUPY KREMY - O JEDNOLITEJ KONSYSTENCJI KREMOWEJ (ZMIKSOWANE),
- GULASZE CZYLI GĘSTE ZUPY Z KAWAŁKAMI MIĘSA MOCNO DOPRAWIONE

ZUPA SWOJĄ NAZWĘ BIERZE PRZEWAŻNIE OD SKŁADNIKA GŁÓWNEGO. SKŁADNIKIEM GŁÓWNYM W ZUPIE POMIDOROWEJ SĄ POMIDORY, A W ZUPIE GRZYBOWEJ GRZYBY.

PRZYKŁADY ZUP:

- ZUPA JARZYNOWA



- ZUPA PIECZARKOWA



- ZUPA POMIDOROWA



- ZUPA OGÓRKOWA



- ZUPA ZIEMNIACZANA





- BARSZCZ CZERWONY



- BARSZCZ BIAŁY



- ROSÓŁ



- ZUPA KREM Z BROKUŁÓW



- ZUPA KREM Z DYNIA



- ZUPA GULASZOWA