

Otázka: Polévky

Předmět: Hotelnictví

Přidal(a): Bára Vargová

Polévky jsou v české kuchyni velmi oblíbené. Jsou to tekuté pokrmy připravované z různých vývarů, masa, luštěnin, obilovin, zeleniny, brambor, mléka, smetany, sýrů, ovoce, vína, piva, chuťově zvýrazněné různými druhy koření, bylin a dalších přísad.

Polévku můžeme podávat k přesnídávkce, obědu i večeři.

Kuchařské rozdělení polévek:

Polévky hnědé - všechny druhy vývarů z masa, kostí, drůbeže, zeleniny, zvěřiny a ryb. *Polévky bílé* - všechny polévky zahušťované jíškou, polévky šlemové, krémové, kašovitě. *Speciální polévky* - národní polévky, některé polévky rybí, zvěřinové, drůbeží a polévky studené.

Polévky přesnídávkové

Bílé polévky

Bílé polévky připravujeme z vývaru B nebo z jiného vývaru z masa, kostí, zeleniny, drůbeže,

hub apod.

Správné hustoty docílíme zahuštěním vývaru zasmažkou, jíškou, kváskem, odvarem z obilovin, kašovinou, smetanou nebo vaječnými žloutky. Takto připravený základ vaříme 30 minut, čímž odstraníme nežádoucí pachutí, zejména chuť po syrové mouce. Základ přecedíme přes hustý cedník. Přidáme vložky, přísady a doplňky podle druhu polévky. Vložky a doplňky do bílých polévek připravujeme z různých druhů zeleniny, luštěnin, obilovin, těstovin, masa, brambor apod.

Upravujeme je vařením, dušením a osmažením podle druhu bílé polévky. Bílé polévky doplňujeme a chuťově zjemňujeme smetanou, mlékem, vaječnými žloutky, máslem apod. Zvyšujeme bio-logickou hodnotu pokrmu.

Před podáváním přidáme do polévky nadrobno nasekané zeleninové natě (petrželová, celerová nať, kopr, pažitka, libeček).

Úprava bílých polévek

Při přípravě bílých polévek si lze dopředu připravit základní bílou polévku, která má hustější konzistenci. Základní bílou polévku připravíme zahuštěním vývaru z kostí a jeho důkladným provařením. Polévka musí být dostatečně hustá a hladká.

Zahušťování polévek jíškou nebo zasmažkou

Zahuštění jíškou nebo zasmažkou patří v české kuchyni k nejobvyklejším způsobům. Jíšku nebo zasmažku připravujeme z tuku a hladké mouky. Vhodnými tuky jsou máslo, olej a rostlinný tuk. Na některé krajové speciality se používá sádlo.

Jíšku připravujeme ze dvou dílů hladké mouky a jednoho dílu tuku.

Na přípravu zasmažky používáme jeden díl tuku a jeden díl hladké mouky. Množství tuku může být i dvojnásobné.

Postup výroby jíšky nebo zasmažky:

Hladkou mouku opražíme nasucho. Přidáme tuk a dokončíme.

Do nádoby se silným dnem vložíme tuk, když se rozeřeje, přidáme mouku a připravíme jíšku nebo zasmažku požadované barvy.

Světlou jíšku zaléváme vývarem, mlékem nebo smetanou, podle druhu polévky.

Zahušťování polévek

Světlá jíška nebo zasmažka je základem bešamelu.

Použití: bílé polévky, omáčky, zadělávaná zelenina.

Jíška nebo zasmažka světle hnědá (zlatavá) – upravuje se delší dobu. Použití – zahuštění polévek např. bramborové, čočkové, dršťkové nebo kapustové.

Jíška nebo zasmažka hnědá má nejdelsí dobu přípravy. Při její přípravě dochází k biochemickým vlivům, které ji činí hůře stravitelnou.

Jíška nebo zasmažka cibulová – cibuli zpěníme na tuku, přidáme mouku a mícháme až má zlatavou barvu. Používáme při přípravě chuťově výrazných pokrmů.

Jíška nebo zasmažka cibulová s paprikou se připravuje stejně jako jíška nebo zasmažka cibulová. Nakonec přidáme papriku a rozředíme. Papriku nikdy nepražíme v tuku, může dojít k jejímu přepálení a zhořknutí (znehodnocení pokrmu).

Zahušťování kváskem

Zahuštění kváskem (záklechtkou nebo zátřepkou) - zálivka z mléka, jogurtu, zakysané smetany, sladké smetany a hladké mouky, zřídka bramborové mouky - tento způsob se používá při přípravě některých krajových polévek a při přípravě pokrmů v domácnosti.

Postup práce - tekutinu rozmícháme s moukou a zahustíme připravovaný pokrm. Při přípravě kvásku je dobré mouku, rozmíchanou s tekutinou nechat chvíli odstát. Lepek obsažený v mouce se rozleží a připravovaná omáčka nebo polévka má hladký vzhled.

Zahušťování základní potravinou

Některé polévky můžeme zahušťovat základní potravinou, čímž zpravidla docílíme velmi dobré chuti.

Základní potravinu uvaříme, prolisujeme nebo rozmixujeme. Používáme uvařenou zeleninu, brambory, luštěniny, obiloviny atd.

Při přípravě polévek zahušťovaných základní potravinou můžeme zahušťovat: jen základní potravinou, základní potravinou a jíškou, základní potravinou a kváskem.

Zjemňování polévek

Polévky zjemňujeme přidáním: mléka, smetany, žloutků nebo směsí žloutků a smetany popř. mléka.

Mléko nebo smetanu přidáme do pokrmu - nesmí přejít varem.

Syrové žloutky rozmícháme s mlékem nebo šlehačkou a vlijeme hotové polévky - již nevaříme (žloutky by se srazily).

Ušlehaná šlehačka se podává již do nalité polévky v bujónovém šálku.

Do luštěninové polévky uvařenou základní surovinu prolisujeme přes síto.

Mixováním připravujeme polévky např. z masa obilovin, luštěnin nebo zeleniny. Polévka získá krémovitou konzistenci.

Polévky zahuštěné jíškou

Na přípravu polévky použijeme vývar (z kostí, šlach, kližky, blan apod.). Vývar zahušťujeme jíškou a přísadou cibule nebo zeleniny, osolíme a okořeníme. Základ důkladně provaříme a potom přecedíme. Vložky do bílých polévek připravujeme z různých druhů zeleniny, luštěnin, brambor, obilovin, hub apod., které upravujeme vařením, pečením, dušením a smažením.

Šlemové polévky

Připravujeme je z odvaru některých druhů obilovin, např. rýže, , krupice, krup, ovesných vloček apod. Některé druhy částečně zahušťujeme světlou jíškou. Hotové šlemové polévky zjemňujeme mlékem, smetanou, máslem a žloutky. Vložky do šlemových polévek připravujeme z bílého pečiva pokrájeného na kostky a osmahnutého na tuku.

Příklad - polévka rýžová bílá, polévka z ovesných vloček.

Kašovitě polévky

Kašovitě polévky zahušťujeme kašovinou - prolisovanou potravinou, ze které jsou připraveny -

obiloviny (krupice, kroupy, rýže), luštěniny, zelenina.

Kromě kašoviny zahušťujeme polévky menším množstvím jíšky nebo protlaky, protože samotná kašovina nemá dostatečnou schopnost vázat polévku. Usazuje se na dně nádoby a odděluje se od kapaliny. Hotové polévky zjemňujeme smetanou, mlékem nebo máslem. Na ochucení používáme nadrobno nasekané zelené natě.

Smetanové krémové polévky

Připravujeme je z vhodně voleného vývaru z telecích kostí, drůbeže, ryb, různých druhů zeleniny apod., který zahušťujeme světlou jíškou nebo bešamelem. lisování hrachu na polévku . Vložku připravujeme lisováním dušené zeleniny nebo dušeného telecího masa, drůbeže, ryb apod. Hotové polévky zjemňujeme smetanou, žloutky nebo máslem a jemně kořeníme.

Zvláštní speciální polévky

Mezi zvláštní polévky řadíme některé druhy polévek drůbežích, rybích, masových, ze zvěřiny, zeleninových nebo jejich vhodných kombinací, jako je: bouillabaisse (provensálská rybí polévka), ruské polévky - boršč, rybí polévka ucha, soljanka a rossolnik, polévky z raků a želv, polévky ze zvěřiny (Saint Hubert), anglickou polévku ze skopového Mouton broth, apod.

Polévky z hovězího masa

Typickou polévkou z hovězího masa je gulášová polévka. Je u nás velmi oblíbená. Je to světlá, paprikově načervenalá polévka, vůně a chuti po hovězím mase a použitém koření, hustší konzistence, s vložkou nakrájených brambor a masa.

Příprava polévky: Hovězí maso, nakrájené na kostičky dusíme na cibulce s přidáním papriky, soli a pepře. Zvlášť uvaříme brambory, rovněž nakrájené na kostičky. Světlou jíšku provaříme spolu s vývarem z brambor. Do provařené a procezené jíšky vložíme brambory, měkké maso i se základem a polévku dochutíme česnekem utřeným se solí, pepřem a majoránkou.

Polévky z telecího masa

Polévky z telecího masa a kostí připravujeme hlavně v dietním a dětském stravování. Nejznámější zahuštěnou polévkou z telecího masa je polévka (telecí) ragú.

Příprava polévky: Vývar z telecích kostí a masa doplníme kořenovou zeleninou a dovaříme. Zvlášť uvaříme květák. Připravíme světlou jíšku, kterou zalijeme vývarem z masa, zeleniny a kvěťáku, přidáme mléko a provaříme. Základ přecedíme, přidáme na kostičky nakrájené maso, kořenovou zeleninu, květák, podušené žampiony, zjemníme žloutky a smetanou. Dochutíme solí, muškátovým oříškem a zelenou petrželkou.

Polévky z vnitřností

Na přípravu těchto zahuštěných polévek používáme hovězí, vepřové a telecí vnitřnosti. Rybí polévky se vaří z rybích hlav a vnitřností. Drůbeží polévky připravujeme z křídel a drůbků. Vnitřnosti ze zvěřiny se většinou používají na přípravu specialit např. paštik. Vnitřnosti z králíků se používají v domácnosti. Nejčastěji připravované polévky v české kuchyni jsou dršťková, játrová, polévka z ledvinek nebo krevní zabijačková.

Polévky z ryb a mořských plodů

Polévky z ryb se v české kuchyni nevaří často. Nejznámější polévkou je polévka z kapra a podává se při štědrovečerní večeři. Základem rybí polévky je rybí vývar, připravený z rybích hlav, jiker, mlíčí a kořenové zeleniny, zahuštěný světlou jíškou.

Jako vložka se používá rybí maso, kořenová zelenina a osmažená na nudličky nakrájená houska. Rybí polévky krémové můžeme zjemnit smetanou a žloutky. Polévky z mořských ryb se připravují hlavně čiré. Vaří se ze zeleninou jako jsou např. papriky, rajčata a cibule. Připravují se v pikantní úpravě. Nejznámější zahuštěnou polévkou je polévka z mořských plodů.

Polévky z drůbeže

Polévky z drůbeže se upravují z drůbežích vývarů zahuštěných světlou jíškou, zjemňujeme

mlékem, smetanou a žloutky. Doplnujeme kořenovou zeleninou, květákem, brokolicí, hráškem a žampiony. Vložkou je uvařené maso z drůbeže nebo drůbky předem nakrájené na kostičky. Polévka drůbková - jemná: Bílá polévka typické vůně a chuti po použitých drůbcích, zelenině, mléku a koření. Přiměřeně zahuštěná, doplněná uvařenou rýží, hráškem a na kostičky nakrájenými drůbky.

Polévky z luštěnin

Pro přípravu polévek z luštěnin používáme hrách, čočku, fazole, sóju nebo cizrnu. Polévky z luštěnin zahušťujeme jíškou, doplnujeme kořenovou zeleninou, bramborami, vepřovým masem, uzeným masem a uzeninou atd.

Nejznámějšími polévkami jsou: čočková, čočková kyselá s brambory, čočková s párkem, fazolová, fazolová s párkem, hrachová polévka, hrachová s párkem, sójová polévka, hrstková polévka (z více druhů luštěnin), dršťková polévka, štedrovečerní rybí polévka.

Každý kuchař může při přípravě polévek rozvinout svoji fantazii. Luštěninové polévky k tomu dávají vhodnou příležitost. Kombinací surovin docílíme často velmi lahodné chuti. Základní surovinu - luštěniny, můžeme používat buď uvařenou vcelku nebo je možné ji prolisovat či mixovat. Takto připravenou kaší je možné polévky zahušťovat. Polévky z luštěnin dochucujeme solí, pepřem, česnekem a majoránkou nebo je připravujeme nakyselo.

Polévky z mléka a mléčných výrobků

Připravujeme je z mléka sladkého i z kysaných mléčných výrobků (sladká i kysaná smetana, jogurt, acidofilní nebo kefirové mléko), žloutků, cukru a přísad. K přípravě krajových polévek můžeme používat podmásli nebo kyšku. Polévky ze sladkého mléka připravujeme hlavně pro děti, doplnujeme těstovinami popř. medem a ořechy. Polévky z kysaných mléčných výrobků se patří ke krajovým specialitám - kulajda, krkonošské kyselo atd. Tyto polévky doplnujeme bramborami a houbami. Zahušťujeme kváskem z kyšky, podmásli, acidofilního nebo kefirového mléka a hladké mouky.

Polévky z obilovin a pečiva

Polévky z obilovin – zařazují se do polévek šlemových a kašovitých. Na jejich přípravu používáme různé druhy obilovin (polévka z ovesných vloček, polévka rýžová bílá).

Polévka z ovesných vloček – máslová jíška, drůbeží vývar, ovesné vločky, provaříme a doplníme mlékem. Polévku rozmixujeme, dochutíme solí, muškátovým květem a sekanou petrželkou.

Polévky z pečiva se připravovaly ve staročeské kuchyni.

Polévka z chleba – tvrdý na kostičky nakrájený chléb rozvaříme a přidáme kořenovou zeleninu, ochutíme pepřem, majoránkou a česnekem utřeným se solí. Polévky z chleba nezahušťujeme. Můžeme je doplnit rozšlehaným vejcem.

Polévky z bílého pečiva – připravujeme stejně jako polévky z chleba, ale zahušťujeme je světlou jíškou, přidáváme mléko nebo smetanu, zjemňujeme žloutky, kořeníme muškátovým oříškem, solí a sekanou petrželkou.

Polévky z brambor

Polévky z brambor připravujeme zahuštěné nebo nezahuštěné. Nezahuštěné patří ke krajovým specialitám, na jejich výrobu používáme vývar B. Zahuštěné bramborové polévky jsou velmi oblíbené. Do této skupiny patří česká bramborová polévka nebo polévka bramborový krém. Českou bramborovou polévku připravujeme tak, že zvlášť provaříme cibulovou jíšku s kmínem a solí, zředěnou vývarem B, brambory nakrájené na kostičky s houbami a kořenovou zeleninou. Po provaření základ přecedíme, přidáme brambory s houbami a zeleninu. Ochutíme česnekem utřeným ze solí, pepřem, majoránkou a polévkovým kořením.

Polévky z hub

Houbové polévky připravujeme z hub čerstvých, sušených i konzervovaných. Polévky z hub se připravují v domácnostech. Polévky z hub doplňujeme bramborami, zeleninou, smetanou, mlékem nebo žloutky. Můžeme je zahušťovat jíškou nebo zálivkou. Doplníme je zelenými natěmi, opečeným bílým pečivem či vaječným svítkem. Dochucujeme solí, pepřem a kmínem. Polévky z čerstvých hub se připravují jako krajové speciality. Žampionová polévka je polévka bílá, zjemněná smetanou a žloutky, dochucená solí a pepřem, doplněná opečeným bílým pečivem. Sušené houby slouží spíše jako koření, nebo se s nimi doplňují vývary a různé polévky.

Polévky ze zeleniny

Zeleninové polévky jsou v české kuchyni velmi oblíbené. Připravují se zpravidla zahuštěné jíškou doplněné zeleninou, dle které se polévka jmenuje. Typickou českou polévkou je polévka cibulová – cibulačka. Připravuje se z hovězího vývaru. Větší cibuli osmahneme na tuku, zalijeme vývarem a vaříme, doplníme sekanou petrželkou a doplníme toasty. Nejčastěji připravovanými polévkami v české kuchyni jsou: polévka květáková, polévka pórková, polévka brokolicevá, polévka chřestová, polévka rajčatová, polévka z kysaného zelí.

Alkoholové polévky

Alkoholovými polévkami jsou polévky pивní a vinné. Mají zpravidla sladkou chuť. Pivo nebo víno používané pro přípravu polévky nikdy nepřevařujeme. Zahušťujeme strouhaným perníkem, bílým pečivem, chlebem, pudinkovým práškem, bramborovou nebo kukuřičnou moukou. Dochutíme badyánem, skořicí, citronovou nebo pomerančovou kůrou, cukrem a medem. Servírujeme hned po jejich úpravě, aby neztratili vzhled a konzistenci (např. pěnu).

Pивní polévka: světlé nebo černé pivo, nastrohaný chléb, citrón, rozinky a cukr uvaříme. Podáváme vychlazenou.

Vinná polévka: bílé víno, voda, žloutky, cukr a citrónová kůra. Dochucené víno zavaříme, zašleháme do žloutků a směs důkladně vychladíme.

Studené polévky

Studené polévky nejsou v české kuchyni příliš známé. Některé restaurace navštěvované cizinci tyto polévky nabízejí a patří spíše k sezónní nabídce. Za studena se podávají i polévky, které se v české kuchyni podávají hlavně teplé (silné hovězí nebo drůbeží vývary). Vývar z hovězího masa (bez tuku) se nazývá Consommé froid (konzomé frua) a podává se za studena.

Vývar z želvího masa – základem zeleninových polévek studených je více druhů zeleniny krémové konzistence, připravované lisováním nebo mixováním. Na přípravu se používají rajčata, papriky popř. zelený hrášek, zjemňujeme smetanou nebo jogurtem.

Nejznámějšími polévkami je: španělské Gaspacho – studená zeleninová polévka, balkánská okurková polévka a Tatator připravovaná z jogurtu.

Ovocné polévky

Ovocné polévky připravujeme z různých druhů ovoce v syrovém stavu nebo tepelně upraveného. Při tepelné úpravě zahušťujeme ovocné polévky škrobem nebo protlakem z ovoce. Měkké druhy jako jsou jahody, maliny, rybíz apod., rozmícháme s cukrem, prolisujeme a rozředíme vínem, sodovou vodou, mlékem nebo smetanou. Vložku připravíme ze zralého ovoce.

Tvrdé druhy ovoce jako jsou broskve, hrušky a jablka upravujeme dušením v menším množství cukrové vody. Udušené ovoce prolisujeme, zředíme a upravujeme podobným způsobem a podobnými surovinami jako u měkkého ovoce. Ovocné polévky chuťově zvýrazňujeme vanilkou, skořicí, citrónovou šťávou a kůrou, šlehačkou, bílým a červeným vínem apod. Podáváme vychlazené.

Polévky hnědé

Polévky hnědé jsou vývary z různých druhů mas. K jejich přípravě používáme maso hovězí, drůbeží, rybí, skopové, vepřové nebo zvěřinu. Do vývaru přidáváme kořenovou zeleninu, cibuli, česnek pórek a různé druhy natí. Vývary doplňujeme vložkami nebo zavářkami.

Do hnědých polévek zařazujeme i polévku ovarovou, cibulovou, česnekovou apod.

Charakteristika vývarů

Vývar je odvar z masa a kostí, kořenové zeleniny a koření. Čistý vývar obsahuje malé množství výživných látek, extraktivních látek, tuk, bílkoviny a minerální látky. Je však velmi cenným produktem pro mnohostranné použití při přípravě polévek a omáček. Extraktivní látky dodávají vývaru charakteristickou chuť a vůni. Dráždivý účinek látek na chuťové orgány zvyšuje chuť a vylučování trávicích šťáv. Konzumace vývaru má příznivý vliv na správné trávení. Kvalitní vývary připravujeme především vařením hovězího masa. Vývary vaříme také z vepřového masa, drůbeže ryb i zvěřiny. Vývary připravujeme i z kostí, hub a zeleniny.

Základní vývary

Základními vývary jsou vývar A a vývar B. Můžeme je připravovat podle Receptur teplých pokrmů. Vývar A je čirý, mírně nažloutlý vývar s vůní použitých surovin a koření, téměř nemastný. Chuť vývaru je typická z použitých hovězích kostí a zeleniny a je vyrovnaná. Používá se na přípravu hnědých polévek, případně na přípravu jiných pokrmů. Vývar B je čirý až mírně zakalený nezahuštěný vývar s vůní použitých surovin a koření. Chuť vývaru je jemná a vyrovnaná. Používá se na přípravu některých druhů bílých polévek a jiných pokrmů.

Hovězí vývar

Hovězí vývar připravujeme z hovězích kostí, z předního hovězího masa (hrud', krk, žebro, plec), kořenové zeleniny, koření, cibule a jiných přísad.

Zesilování vývarů

Pokud potřebujeme uvařit chutný a silný vývar můžeme přidat suroviny, které nám vývar zesílí. Použijeme hovězí maso, které rozkrájíme na kostky nebo hrubě nameleme. K masu můžeme přidat také hovězí srdce a vaječný bílek. Zalijeme již dříve uvařeným studeným vývarem, přidáme zeleninu a vaříme 2 – 3 hodiny. vývar B vaření vývaru z masa sbírání pěny
Hotový vývar má být průzračný, zlatožlutý s typickou chutí po použitých surovinách. Používá se na přípravu hovězích polévek, omáček, šťáv apod.

Čištění vývarů

Čistota vývarů závisí na správném postupu vaření. Někdy i scezený vývar není dostatečně čirý – zůstává kalný. Kalný vývar čistíme pomocí vaječných bílků. Zpola ušlehané vaječné bílky zalijeme studeným vývarem, důkladně promícháme a za občasného míchání přivedeme do varu. Po zavaření nádobu s vývarem na 5 minut odstavíme, potom scedíme.

Vývar z vepřových a telecích kostí

Připravujeme ho z rozsekaných telecích nebo vepřových kostí, kořenové zeleniny, soli a koření. Další technologický postup je stejný jako při přípravě hovězího vývaru. Doba vaření je asi o hodinu kratší než u hovězího vývaru. Vývar z vepřových a telecích kostí není tak čirý jako vývar z hovězích kostí, proto ho používáme na přípravu jemných zeleninových a krémových polévek, ovarové polévky. Vývar z telecích kostí používáme v dietním stravování.

Drůbeží vývar

Drůbeží vývar připravujeme ze slepic, kuřat a kostí vykostěné drůbeže a jejich drobků. Na vývar používáme křídla, játra, srdce a žaludek. Další suroviny a technologický postup je stejný jako při přípravě jiných vývarů. Doba varu je však kratší.

Starší slepici vaříme 2 – 3 hodiny, kuře 30 minut až hodinu. Drůbeží vývar se používá na přípravu drůbežích polévek s různými vložkami, na přípravu jemných drůbežích pokrmů.

Zvěřinový vývar

Zvěřinový vývar se připravuje z masa a kostí zvěřiny. Připravené kosti a maso nejprve upravíme blanšírováním (krátké povaření). Další suroviny a technologický postup je stejný jako při přípravě hovězího vývaru. Pro zvěřinové vývary používáme výraznější divoké koření, tj. bobkový list, jalovec, tymián, nové koření, celý pepř. Hotový vývar chuťově doplňujeme přidáním červeného přírodního vína. Zvěřinový vývar podáváme s vhodnou vložkou, přidáním zvěřinového masa a vnitřností nebo ho používáme na přípravu jemných zvěřinových pokrmů.

Rybí vývar

Připravujeme jej z rybích hlav, rybích kostí, různých méněcenných druhů ryb, kořenové zeleniny, cibule, soli a koření. Kořenovou zeleninu přidáváme hned na začátku, protože doba varu rybího masa je ve srovnání s ostatními druhy vývarů nejkratší. Další technologický postup je stejný jako při přípravě hovězího vývaru. Hotový vývar chuťově zvýrazňujeme přidáním bílého vína. Používá se na přípravu rybích polévek, rybího aspiku a dalších druhů rybích pokrmů.

Vývar z vnitřností

Méně často připravujeme vývary z vnitřností jatečných zvířat (hovězích, telecích a vepřových). Vývary z vnitřností připravujeme stejným způsobem jako vývary z masa a kostí. Doplňujeme kořenovou zeleninou, dochutíme solí, celým pepřem a přidáváme rozkrojenou cibuli.

Hovězí vnitřnosti: dršťky - vaříme na vývar a používáme na přípravu dršťkové polévky, jazyk - vaří se hlavně jazyk uzený, vývar by se ze zdravotních důvodů neměl používat, játra - můžeme přidávat do hovězího vývaru nebo z nich připravovat knedlíčky a noky. Játra se používají na zesílení vývaru. srdce - vývar ze srdce můžeme použít jak na polévku, tak i na provaření jíšky. Ostatní hovězí vnitřnosti se na přípravu vývarů většinou nepoužívají.

Telecí vnitřnosti můžeme používat stejně jako hovězí.

Vepřové vnitřnosti: játra – používáme stejným způsobem jako játra hovězí, jazyk – vývar z jazyka používáme na provaření omáček, jazyk se podává jako hlavní pokrm,

Vývar ze zeleniny

Vývary z různých druhů masa zeleninou nejen doplňujeme, ale používáme i na zeleninový vývar. Používáme nejčastěji celer, mrkev, petržel, pastinák, cibuli, pór a česnek, papriku a rajčata. Vývar můžeme také připravit ze zeleninových natí celeru, libečku, petrželky, pažitky, případně dalších zelených natí bylin. Pro získání silného vývaru dáváme očištěnou a nakrájenou zeleninu do studené vody. Vývary používáme jak na zeleninové polévky, tak na provaření jíšky do polévek z jiných druhů potravin. Vývary z některých druhů zeleniny, např. ze zeleniny plodové (zvláště z rajčat), polévku zvýrazní i barevně.

Vývar z hub a koření

Vývar z hub

Na vývary používáme houby čerstvé i sušené, hlavně při přípravě krajových polévek z mléka, brambor apod.

Vývar z koření

Na vývar z koření používáme v naší kuchyni hlavně kmín. Dalšími druhy koření chuť vývaru zvýrazňujeme. Na některé krajové polévky používáme směsi koření, např. bobkový list, celé nové koření i celý pepř, jalovec apod.

Polévky z hovězího masa a kostí

Hovězí polévky připravujeme z hovězího vývaru. Doplníme vložkami nebo zaváčkami. Typická

vložka do hovězí polévky je hovězí maso vařené, nakrájené na kostičky, uvařená kořenová zelenina a nudle uvařené zvlášť. Bujóny jsou hovězí polévky ze zesíleného vývaru. Podáváme je nejčastěji čiré, na přání hosta doplněné žloutkem. Bujóny můžeme doplňovat stejnými vložkami jako jednoduché vývary. Polévka z oháňky je velmi silná polévka. Tento vývar se doplňuje zeleninou a masem z oháňky. Polévka se může doplnit suchým bílým vínem, sherry popř. koňakem. Polévka z hovězí veverky je často nabízena na slavnostní menu. Je to silný hovězí vývar. Polévka se doplňuje masem z veverky, zeleninou a těstovinami. Můžeme doplnit i knedlíčky.

Polévky z vepřového a skopového masa

Polévky z vepřového masa se u nás běžně nepřipravují. Využívají se hlavně vývary, které nejsou jen z vepřového masa, ale i kostí a hlavy. Nejznámější je polévka z krve nebo polévka jaternicová. Vepřové vývary se doplňují vložkami z krup, krupek, kořenové zeleniny, vepřového masa nebo těstovin, jako např. široké nudle, mušle atd.

Polévky ze skopového masa se připravují v balkánské kuchyni. Pro českou kuchyni nejsou typické. Připravují se s cibulí, paprikami, rajčaty, bramborami a výrazným kořením.

Polévky z drůbeže

Nejtypičtější polévkou z drůbeže pro naši kuchyni je polévka ze slepice. Upravují se však i polévky z kuřat, drůbků a méně často i polévka z husy nebo kachny. Všechny tyto polévky doplňujeme kořenovou zeleninou a zelenými natěmi. Čirou polévku ze slepice podáme s nudlemi, masem nebo drůbky nakrájenými na kostičky. Kuřecí polévku podáváme stejně jako slepičí, můžeme ji doplnit játrovými nebo kouskovými knedlíčky, drůbky nebo svítkem. Polévky z husí a kachen se připravuje převážně z kostí a drůbků. Doplnuje se stejně jako polévka slepičí nebo drůbeží.

Úprava vložek a zavářek

Kombinací vývaru A nebo B a různých vložek vytvoříme velký sortiment hnědých polévek. Podle druhu použité vložky získává polévka a vývar své pojmenování. Příklad: hovězí polévka s těstovinami, kapáním, celestýnskými nudlemi, játrovými knedlíčky, kroupami, hovězí vývar s vejcem, vývar z kuřat s masem a nudlemi apod.

Vložky do polévek

Vývary doplňujeme zpravidla vložkou nebo zaváčkou. Polévka tím získává nejen název, ale i vyšší biologickou i energetickou hodnotu. Do polévek můžeme vkládat nakrájené potraviny nebo je možné připravit různá těsta, která vaříme, dusíme nebo smažíme mimo polévky, označujeme je jako vložky do polévky.

Vložky do polévek z pečiva

Vložky do polévek vkládáme do čirých vývarů či do zahuštěných polévek. Nejjednodušší vložkou do polévky je např. lehce osmahnuté pečivo (tmavý nebo světlý chléb, houska nebo veka). Pečivo krájíme na nudličky, kostičky nebo na krutony. Můžeme je opékat na sucho nebo na tuku. Polévky lze též doplnit např. krutony se sýrem nebo krutony namočíme ve vejcích a lehce opečeme na tuku atd.

Vložky z brambor a zeleniny

Na přípravu používáme brambory, karotku, zelený hrášek, zelí, zelenou fazolku, chřest, celer, petržel, zelenou papriku, rajčata, pórek, špenát, kapustu apod. Zeleninu upravujeme krájením na nudličky, kostky, plátky a dělením na růžičky, pak vaříme ve vodě (vývaru) nebo krátce podusíme na tuku.

Rozeznáváme tyto druhy zeleninových vložek:

Julienne: kořenovou zeleninu pokrájíme na jemné nudličky

Jardinier: zeleninu pokrájíme na malé kostičky

Minestra: dušená kapusta (pokrájené na nudličky) a dušené rýže Risi-bisi: dušený zelený hrášek, rýže a parmazánu

Vložky z masa

Masové vložky připravujeme z uvařeného masa (hovězí, telecí, skopové, maso ze zvěřiny, maso z drůbeže, vnitřnosti, maso z ryb apod.). Maso vaříme vcelku a až po uvaření krájíme na nudličky nebo kostky. Uvařenou drůbež a ryby před krájením vykostíme. Nakrájené maso uchováváme v menším množství vývaru, aby neoschlo a neztratilo svěží vzhled.

Vložky z obilovin

Z obilovin jako vložku do polévky používáme kroupy, lámané kroupy, krupici, rýži, jáhly a ovesné vločky. Kroupy a krupky před tepelnou úpravou důkladně umyjeme a necháme 1 až 2 hodiny namočené ve studené vodě, osolíme a vaříme ve vodě, ve které jsme je namáčeli. Použijeme dvojnásobné množství vody (na 1000 g krup 2000 až 3000 g vody). Po dobu vaření kroupy nemícháme. Uvařené kroupy propláchneme studenou vodou a zalijeme vývarem.

Rýži před vařením spaříme vařící vodou a propláchneme studenou vodou. Vaříme v dostatečném množství vody, která je osolená. Závěrem propláchneme studenou vodou.

Jáhly před vařením spaříme vařící vodou (odstraníme tím nahořklou chuť). Vaříme ve větším množství osolené vody a po uvaření propláchneme studenou vodou. Odvar z obilovin můžeme použít na přípravu šlemových a bílých polévek.

Těstovinové vložky

Těstoviny dělíme na domácí a průmyslové. Domácí těstoviny připravujeme z nudlového těsta ve formě tenkých a širokých nudlí, fleků apod. vložka do polévky z pečiva .

Průmyslové těstoviny jsou: vlasové, tenké a široké nudle, písmenka, zavářky, fleky, kolínka, makarony, špagety, vrtule či mašličky. Těstoviny vaříme, čímž zvětšují svůj objem. Vaříme ve velkém množství osolené vody. Uvařené těstoviny scedíme, opláchneme studenou vodou.

Vaječná těsta tuhá

Vaječná těsta tuhá (vařená i smažená) se připravujeme z mouky, vajec a vody. Stejný druh těsta používáme i na přípravu příloh a hlavních pokrmů z těstovin.

Suroviny na domácí těstoviny: hrubá mouka, vejce a voda

Vypracujeme hladké těsto. Těsto nesolíme – špatně schne. Z těsta vytvoříme bochánek a překryjeme ho miskou a necháme odležet.

Domácí těstoviny

Z těsta vyválíme tenkou placku a necháme zaschnout. Během schnutí těsto otáčíme. Placka nesmí přeschnout. Usušené těsto krájíme na vlasové nudle, široké nudle nebo flíčky. Ze stejného těsta můžeme vyrobit plněné taštičky nebo smažit bublinky. Nudle vaříme v osolené vodě a vkládáme až do vydávané polévky. Ze stejného, ale trochu tužšího můžeme připravit i strouhání. Těsto nastroháme na struhadle a používáme stejně jako nudle.

Knedlíčky a noky

Knedlíčky a noky připravujeme z krupice, žemle, jater, šunky, masa hovězího a drůbežího, různých druhů zeleniny apod. jako přísady používáme vejce, mléko, smetanu, strouhanku, pečivo, mouku, máslo, cibuli, česnek, slaninu, různé druhy zeleninových natí a koření. Postup přípravy knedlíčků a noků je stejný.

Hmota na přípravu knedlíčků má být tužší pro snadnější tvarování. Knedlíčky vaříme samostatně v nemastném vývaru nebo osolené vodě a do polévky je přidáváme před podáváním. Noky tvarujeme (vykrajujeme) lžící namočenou do vroucí vody a přímo zaváříme do osolené vody nebo vývaru. Některé druhy noků zaváříme přímo do polévky, jiné zaváříme do

osolené vroucí vody.

Po uvaření propláchneme studenou vodou. Propláchnuté zalijeme nemastným vývarem nebo necháme po uvaření přímo v osolené vodě nebo vývaru.

Játrové knedlíčky

Suroviny na přípravu játrových knedlíčků: játra, bílé pečivo, mléko, hladká mouka, strouhanka, cibule, česnek, vejce, mletý pepř, sůl, majoránka a petrželka. Játra pomeleme spolu s bílým pečivem namočeným v mléce, cibulí a česnekem utřeným se solí. Doplníme moukou, strouhankou a vejcem, ochutíme solí, pepřem, majoránkou a nadrobno nasekanou petrželkou. Tvarujeme knedlíčky, noky či játrovou rýži.

Polévka s noky

Do vařícího osoleného mléka přidáme tuk, přisypeme hladkou mouku a vaříme tak dlouho, až se těsto přestane lepit na vařečku. Odstavíme a necháme vychladnout. Do vychladlé hmoty vmícháme vejce. Navlhčenou kávovou lžičkou vykrajujeme noky a vkládáme je do osolené vařící vody. Vaříme 3 - 4 minuty. Uvařené noky vyjmeme a propláchneme studenou vodou. Vládáme do vývaru A, doplníme sekanou petrželkou.

Pálená hmota (odpalované těsto)

Pálená hmota se používá při přípravě noků z pálené hmoty nebo pálených koulí, které upravujeme smažením. Pro speciální polévky se připravují pečené pusinky, které je možné rozkrojit a naplnit speciální slanou náplní, např. z masa. Pálená hmota - do vroucího mléka s tukem a solí nasypeme hladkou mouku (pro úpravu noků krupici) a mícháme (odpalujeme) tak dlouho, až se těsto nelepí na stěny nádoby. Těsto vyjmeme do misky a po vychladnutí přidáme vejce, ochutíme muškátovým oříškem a dobře promícháme.

Vaječné hmoty piškotové a šlehané

Vaječné svítky děláme ze slané piškotové i hmoty šlehané, přidáme zelené natě, hrášek, špenát květák, šunka apod. Svítky pečeme.

Vaječný svítek

Svítek je slané pečivo z třeného či šlehaného těsta.

Suroviny: vejce, hladká mouka, tuk, sůl a různé přísady. Podle přísad jsou svítky pojmenovány, např. špenátový, mozečkový, játrový, šunkový apod. Hmotu na svítek rozetřeme na vymaštěný a moukou vysypaný plech. Pečeme v mírně rozehráté troubě. Vychladlý krájíme na kostky, čtverce nebo kosočtverce. Svítek přidáme do polévky při expedici.

Vaječná těsta litá

Vaječná těsta litá připravujeme z vajec, polohrubé nebo hladké mouky a soli. Dochutíme kořením nebo zelenými natěmi.

Celestýnské nudle je vložka do vývaru. Připravují se z palačinkového těsta (vejce, mléko, mouka, sůl), ze kterého se na tuku upečou palačinky. Pak nakrájíme na nudle.

Fridátové nudle

Upečené palačinky nakrájíme na pásy široké 3 až 4 cm, ze kterých nakrájíme 5 mm široké nudle. Fridátové nudle připravujeme podobným způsobem, s tím rozdílem, že je po nakrájení smažíme v horkém oleji dozlatova.

Smažený hrášek

Smažený hrášek připravujeme z litého těsta. Suroviny: mléko, vejce, polohrubá mouka a trochu soli. Do rozehrátého tuku lijeme těstíčko přes cedník s většími otvory. Těstíčko nesmí být příliš řídké, protože jinak by se nám netvořily kuličky, ale hmota by se spékala dohromady.