

TEMAT: OBRÓBKA CIEPLNA

1. OBRÓBKA CIEPLNA Polega na poddaniu półproduktów działaniu wysokiej temperatury i przetwarzaniu ich w gotowe potrawy.

2. Metody obróbki cieplnej różnią się:

- rodzajem środowiska przewodzącego ciepło,
- zdolnością jego nagrzewania,
- sposobem przenoszenia energii cieplnej

3. Ciepło przenoszone jest za pomocą czynnika grzewczego, np. wody, tłuszczu, pary, do półproduktu.

4. Sposoby przenoszenia ciepła to:

- przewodzenie,
- konwekcja,
- promieniowanie.

5. Przewodzenie ciepła polega na przenoszeniu energii wewnątrz ciał przez zetknięcie się cząstek o różnej temperaturze. Cząsteczki o temperaturze wyższej przekazują ciepło cząsteczkom o temperaturze niższej. Przewodzenie ciepła zachodzi np. przez płytę trzonu kuchennego.

6. Konwekcja to przenoszenie lub unoszenie energii cieplnej wywołane przemieszczaniem się płynów lub gazów znajdujących się w ruchu.

7. Promieniowanie jest następstwem przekształcania się energii cieplnej w fale elektromagnetyczne, które zostają pochłonięte przez inne ciało i zamieniają się ponownie w ciepło, np. promieniowanie mikrofalowe oraz podczerwone.

8. Podstawowe metody obróbki cieplnej stosowane podczas sporządzania potraw to:

Lp.	Metoda	Technika
1.	Gotowanie	Tradycyjne
		W parze
		Pod zwiększonym ciśnieniem w parze lub w wodzie (0,05–0,2 MPa)
		Sous-vide
2	Smażenie	Tradycyjne w małej ilości tłuszczu
		Kontaktowe
		W głębokim tłuszczu
3	Pieczenie	Z tłuszczem
		Bez dodatku tłuszczu
		Gorącym powietrzem
		Bez dodatku wody
		Konwekcyjno-parowe
4	Grillowanie/opiekanie	Promiennikowe
		Kontaktowe
6.	Sous-vide	Polega na utrwalaniu potraw w hermetycznie zamkniętych opakowaniach próżniowych przez

		sterylizację lub pasteryzację w systemie HTST (wysoka temperatura, krótki czas), gdzie do pakowania stosuje się tworzywa odporne na temperaturę i torebki z polipropylenu
7.	Cook-chill	Polega na poddaniu potraw lub ich składników obróbce kulinarnej, a następnie zamknięciu w opakowaniach jednostkowych i szybkim schłodzeniu do temperatury poniżej 4°C.