

Elza Gavriļenko

# Ēdienu gatavošanas tehnoloģija

*Saīsināts kurss*

Pārstrādāts un papildināts izdevums

 **Turība**  
BIZNESA AUGSTSKOLA

Rīga 2006

Sērija "Viesmīlības bibliotēka"

## Elza Gavriļenko. "Ēdienu gatavošanas tehnoloģija"

Mācību līdzeklis ir papildināts ar ēdienu receptēm atbilstoši tēmai, kā arī pievienota nodaļa "Latviešu nacionālā virtuve". Paredzēts "Biznesa augstskolas Turība" Starptautiskā tūrisma fakultātes studentiem studiju kursa "Ēdienu gatavošanas tehnoloģija" apgūšanai.

Grāmatā sniegti ēdienu gatavošanas tehnoloģijas pamati, kā arī jaunākās atziņas pavārmākslā, kas ņemtas no Eiropas virtuves un citu tautu virtuves noslēpumiem, lai nodrošinātu ēdināšanas uzņēmumu darba kvalitāti un sekmīgi apkalpotu ēdināšanas uzņēmumu viesus. Grāmata būs labs palīgs studentiem un šīs nozares profesionāļiem, papildinot teorētiskās zināšanas ēdienu gatavošanā, kā arī izmantojot kādu no grāmatā atrodamām receptēm savā uzņēmumā.

Apstiprināta un ieteikta izdošanai "Biznesa augstskolas Turība" Starptautiskā tūrisma fakultātes Tūrisma un viesmīlības katedras 2006. gada 18. aprīļa sēdē (protokols Nr. 2).

Tūrisma un viesmīlības katedra, tālr. 7619693; e-pasts: turiba@turiba.lv

**Recenzenti:** Mag.soc.sc. **Līvija Brūvere**, "Biznesa augstskolas Turība" tūrisma un viesmīlības katedras docente;  
Mag.paed. **Anna Brice**, Restorānu servisa skolas skolotāja

© „Biznesa augstskola Turība” SIA, Rīgā, 2006., 197 lpp.

## Saturs

Priekšvārds .....	4
No kulinārijas vēstures .....	5
Darba higiēna .....	12
Paškontroles sistēmas ieviešana pārtikas aprites uzņēmumos (HACCP) .....	18
Virtuves aprīkojums.....	22
Darba drošība ēdināšanas uzņēmumos.....	25
Pārtikas produktu termiskā apstrāde.....	28
Izmaiņas produktu termiskās apstrādes laikā .....	33
Produktu pirmapstrāde.....	42
Dārzeņu apstrāde .....	42
Sēņu apstrāde.....	51
Zivju un jūras produktu apstrāde.....	54
Gaļas apstrāde .....	60
Mājputnu apstrāde .....	65
Buljonu un zupu gatavošana.....	67
Mērces.....	84
Dārzeņu ēdieni un piedevas.....	95
Putraimu, pākšaugu un makaronu ēdieni un piedevas.....	105
Zivju un jūras produktu ēdieni.....	112
Gaļas ēdieni .....	118
Olu, biezpiena un miltu produktu ēdieni.....	126
Aukstie ēdieni un uzkodas .....	138
Saldie ēdieni.....	152
Karstie un atspirdzinošie dzērieni .....	159
Latviešu nacionālā virtuve .....	163
Konditorejas izstrādājumi .....	177
Pielikumi .....	182

## Priekšvārds

Mācību līdzeklis paredzēts “Biznesa augstskolas *Turība*” Starptautiskā tūrisma fakultātes studentiem, kuri apgūst studiju kursu “Ēdienu gatavošanas tehnoloģija”, kā arī visiem tiem interesentiem, kuri vēlas padziļināt zināšanas šajā mācību priekšmetā.

- Grāmatas sākumā aplūkota ēdienu gatavošanas vēsturiskā attīstība.
- Grāmatā aplūkoti dažu mazāk pazīstamu produktu pirmapstrāde, kā arī piedāvātas ēdienu receptes.
- Norādīti arī sanitārie noteikumi un darba higiēnas jautājumi, kuru ievērošanai ir svarīga nozīme ēdināšanas uzņēmumu darbā.
- Pievērsta arī uzmanība darba aizsardzības jautājumiem ēdināšanas uzņēmumos.

Arī latviešu tautai vēstures gaitā izveidojušās un nostiprinājušās savas ēdienu gatavošanas tradīcijas. Mūsdienās Latvijas restorānos tiek piedāvāti dažādu Eiropas tautu ēdieni, kā arī jūtama liela Āzijas tautu ēdienu gatavošanas mākslas ietekme.

Šajā mācību līdzeklī aplūkotās tēmas sakārtotas atbilstīgi studiju programmai ēdienu gatavošanas tehnoloģijā. Katra temata ietvaros piedāvātas arī ēdienu receptes.

Ēdienu receptūrās produkti paredzēti vienai porcijai vai arī īpaši norādītam porciju skaitam.

Ikvienas nodaļas beigās doti jautājumi teorijas nostiprināšanai un paškontrolei.