



Slezská univerzita v Opavě

Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě

Ústav lázeňství, gastronomie a turismu

Těsta

TĚSTO ZÁVINOVÉ

Využití:

tažený závin s jablkovou, tvarohovou nebo makovou náplní

Suroviny:

hladká mouka, olej nebo tuk - malé množství,
vejce, sůl, ocet, voda

Příprava těsta:

1. na vál prosejeme mouku, přidáme tuk, sůl a vytvoříme důlek na vejce
2. tento základ zpracováváme s octem a vlažnou vodou za pomoci vidličky a potom ručně do hladkého bochánku
3. těsto vytloukáme, potřeme tukem a necháme odpočinout v teple a znovu
4. zpracujeme asi za hodinu zpracujeme na vále, dobře rozválíme a vytahujeme konce rukou do tenkého těsta
5. závin svineme za pomoci utěrky, přidáme náplň (strouhanka), potřeme tukem a pečeme v dobře vyhřáté troubě



TĚSTO LISTOVÉ (LÍSTKOVÉ)

Využití:

na záviny, moučníky, paštičky, tyčinky, pečení
mas, šátečky, pirohy

Suroviny:

skládá se ze dvou těst - z těsta TUKOVÉHO
a ZÁVINOVÉHO, kterému říkáme vodánek

Příprava těsta:

1. hladkou mouku a tuk zpracujeme na tuhé těsto a necháme v ledničce odpočinout ve tvaru kostky
2. zpracujeme závinové těsto do hladka a necháme hodinu odležet
3. obě těsta následně zapracujeme do sebe:
 - tukové těsto rozválíme do čtverce a vodánek vložíme na střed na koso
 - složíme jako obálku, lehce poválíme a otočíme
 - rozválíme a složíme na jednu třetinu
 - celý postup opakujeme ještě třikrát a to vždy
 - po 20 minutách v přestávkách musí těsto
 - odpočívat v chladu, těsta jsou
 - rovnoměrně promísená a tvarujeme je do požadovaných tvarů. Po upečení listují



TĚSTO PLUNDROVÉ

Využití:

koláče, hřebeny, croissant, záviny

Suroviny:

skládá se ze dvou těst
- těsta TUKOVÉHO a těsta KYNUTÉHO

Příprava těsta:

1. hladkou mouku a tuk zpracujeme na tuhé těsto a necháme v ledničce odpočinout ve tvaru kostky
2. zpracujeme plundrové těsto do hladka a necháme hodinu odležet
3. obě těsta následně zapracujeme do sebe:
 - tukové těsto rozválíme do čtverce a vodánek vložíme na střed na koso
 - složíme jako obálku, lehce poválíme a otočíme
 - rozválíme a složíme na jednu třetinu
 - celý postup opakujeme ještě třikrát a to vždy
 - po 20 minutách v přestávkách musí těsto
 - odpočívat v chladu, těsta jsou
 - rovnoměrně promísená a tvarujeme je do požadovaných tvarů. Po upečení listují

Secondo Piatto



KYNUITÉ TĚSTO

Využití:

koláče, vdolky, koblihy

Suroviny:

vanilkový cukr, mléko, Hera, cukr krystal,
vejce , hladká mouka, droždí, sůl

Příprava těsta:

1. Do mísy vsypeme hladkou mouku a připravíme si kvásek - v hrnku s trochou mléka přidáme lžící hrubé mouky, cukr a droždí
2. V teplém mléce rozpustíme heru, přidáme vejce, sůl.
3. Důkladně promícháme a přidáme vanilkový cukr
4. všechny připravené suroviny smícháme dohromady a vypracujeme hladké těsto, které se nesmí lepit.
5. na dno mísy, kam těsto umísíme, vsypeme trochu hladké mouky, aby nám těsto lépe nakynulo
6. všechny připravené suroviny smícháme dohromady a vypracujeme hladké těsto, které se nesmí lepit.
7. na dno mísy, kam těsto umísíme, vsypeme trochu hladké mouky, aby nám těsto lépe nakynulo



LITÉ - KYNUTÉ TĚSTO

Využití:

bábovky, lité koláče, bublaniny

Suroviny:

polohrubá mouka, hladká mouka, cukr, droždí, olej,
mléko, žloutky, sůl, citronová kůra

Příprava těsta:

1. Do mísy nadrobíme kvasnice, přidáme cukr a zalijeme polovinou vlažného mléka, přidáme mouku vše promícháme a necháme vykynout (10 - 15 minut)
2. Do vykynutého kvásku přidáme žloutek, olej, cukr, citronovou kůru, mléko, sůl vše promícháme postupně přisypáváme mouku a vařečkou hněteme až vznikne hladké těsto
3. Těsto necháme vykynout v teplé místnosti, až zdvojnásobí svůj objem



ODPALOVANÉ TĚSTO

Využití:

větrníky, žloutkové věnečky

Suroviny:

mouka hrubá, vejce, voda, sůl, máslo

Příprava těsta:

1. vodu uvedeme do varu, vmícháme sůl a máslo, když začne vřít
2. vsypeme mouku a mícháme, až se těsto nelepí na nádobu ani na vařečku
3. necháme prochládnout, občas zamícháme a do vlahého těsta vpracujeme vejce, jedno po druhém, dobře propracujeme



OŘECHOVÉ TĚSTO

Využití:
cukroví

Suroviny:
vlašské ořechy, cukr moučkový, vejce,
hladká mouka, máslo

Příprava těsta:

1. Na vál prosejeme hladkou mouku a přidáme ořechy a cukr. V hromádce vytvoříme důlek a do něj vyklepneme žloutek.
2. Přidáme na kousky rozkrájený změkklý tuk nebo máslo a osolíme. Nožem směs prokrájíme a současně ji hrneme nožem směrem ke středu válu.
3. Jakmile se začne těsto lepit, můžeme je pracovat rukama. Těsto zabalené do fólie necháme v chladu hodinu rozležet.



mimibazar.cz/pavluska

VAJEČNÉ TĚSTO

Využití:
rakvičky

Suroviny:
žloutky, moučkový cukr, vanilkový cukr,
tuk na vymaštění formiček, šlehačka

Příprava těsta:

1. Žloutky a cukr ušleháme do zhoustnutí, vnímáme vanilkový cukr a těsto plníme do formiček.
2. Zapečeme je do středně vyhřáté trouby, dopečeme při mírné teplotě.
3. Po částečném vychladnutí je vyjmeme z formiček a před podáváním naplníme šlehačkou.



LITÉ TĚSTO

Využití:
Palačinky

Suroviny:
mléko, vejce, polohrubé mouky, sůl, tuk na pečení,
moučkový a vanilkový cukr

Příprava těsta:

1. Vejce, mléko a sůl rozšleháme a po částech přidáváme prosátou mouku
2. Hladké těsto necháme chvíli stát, poté upečeme na tuku po obou stranách tenké palačinky.



PIŠKOTOVÝ KORPUS

Využití:

dorty a řezy

Suroviny:

vejce, moučkový cukr, vařící voda, hladká mouka,
vanilkový cukr, tuk na vymaštění
hrubá mouka na vysypání formy

Příprava těsta:

1. Žloutky třeme s polovinou dávky cukru, přidáme vařící vodu a ušleháme v lehkou, hustou pěnu.
2. Z bílků ušleháme sníh, přisypeme zbývající cukr, ušleháme do žloutkové pěny současně s vanilkovým cukrem a prosátou moukou.
3. Těsto vlijeme do dortové formy vymaštěné tukem a vysypané hrubou moukou.



PIŠKOTOVÝ PLÁT NA ROLÁDU

Využití:

rulády a řezy

Suroviny:

vejce, moučkový cukr, hladká mouka, tuk na vymaštění,
hrubá mouka na vysypání plechu

Příprava těsta:

1. Z bílků ušleháme sníh, po částech přisypeme cukr a ušleháme do husta
2. Lehce do něj zamícháme žloutky, potom prosátou mouku
3. Těsto nalijeme na vymaštěný a hrubou moukou vysypaný plech, povrch uhladíme a upečeme v hodně vyhřáté troubě
4. Upečený plát poprášíme moukou, obrátíme na čistý plech a necháme vychladnout



Bramborové těsto

Využití:
Moučníky

Suroviny:
vařené brambory ve slupce, polohrubá mouka,
prášek do pečiva, moučkový cukr, vejce, Hera,
vanilkový pudinkový prášek, tuk na vymazání plechu,
žloutek na potřetí závinů, moučkový cukr na posypání

Příprava těsta:

1. Vařené studené brambory oloupeme a jemně nastrouháme, přidáme mouku, prášek do pečiva, cukr, vejce, změklý tuk a pudink.
2. Vypracujeme těsto a rozdělíme na čtyři díly. Rozválíme každý díl na placku, potřeme náplní.
3. Zarolujeme, konce přitiskneme a přeneseme na vymazaný plech.
4. Záviny potřeme rozšlehaným žloutkem, vložíme do trouby. Pečeme na 170°C asi 20 minut.
5. Před podáváním rozkrájíme a pocukrujeme.



Tvarohové těsto

Využití:

záviny a moučníky

Suroviny:

měkký tvarohu, máslo nebo umělý tuk, polohrubá mouka,
žloutek a nepatrně soli

Příprava těsta:

1. Mouku prosejeme na vál, rozdrolíme do ní máslo, přidáme prolisovaný tvaroh, žloutek a sůl a zpracujeme vše v hladké těsto.
2. Hotové těsto rozválíme v plát asi čtyři mm silný a pak z něj upravujeme buď závin, šátečkové koláčky, ovocné knedlíky, slané tyčinky apod. a podle druhu moučníku pak pečeme nebo vaříme.

Poznámka:

Toto těsto můžeme také zadělat bez žloutku.



Alternativy v moderním stravování

Využití amarantu, mrkve, kukuřičné mouky
atd. ve smyslu dezertů

Amarant

Amarant má vysokou výživnou hodnotu, neobsahuje lepek.

Ve srovnání s obilím má vyšší obsah bílkovin, má výhodné složení esenciálních aminokyselin, v kombinaci s rýžovou a kukuřičnou moukou dává dokonalé složení bílkovin srovnatelné s bílkovinou vaječného bílku.

To umožňuje předcházet nedostatkům některých aminokyselin v potravě.

Amarant obsahuje tuky nenasycené(zdravé), výhodné je i jeho složení sacharidů. Zrno obsahuje velké množství vlákniny, minerálů a antioxidačních vit. E,C.

Při vhodné úpravě se dá využít
při přípravě dezertů a moučníků

Mrkev

Mrkev je velmi mnohotvárná surovina, může být použita na předkrm, hlavní chod, ale i do dezertu.

Její nasládlá chuť se výborně kombinuje s římským kmínem, koriandrem, zázvorem, koprem, šafránem, česnekem či citrusy.

V dezertech se používá hlavně do různých dortů, muffinů a sladkých chlebičků a je ideální ve spojení s mandlemi, karamellem, medem, rozinkami, muškátovým květem a oříšky.

Kukuřičná mouka

Kukuřičná mouka má široké spektrum použití.

V mezinárodní kuchyni se z kukuřičné mouky připravují mexické placky tortilly nebo americký chléb. Je vhodná pro přípravu slaných i sladkých kaší, placek nebo se používá jako příměs při pečení pečiva.

Používá se tam, kde není potřeba vysoké pojivosti – do moučníků z vařených obilovin, do placek, palačinek. Má výborné chuťové vlastnosti, dobře zahušťuje, ale má hrubší konzistenci.

Použitá literatura

internet

Mária Hajková – Moučníky

Avicenum – Praktická kuchařka

EXKLUZIVNÍ DEZERTY

Nejdražší moučník na světě stojí 25 tisíc dolarů



Frrrozen Haute Chocolate

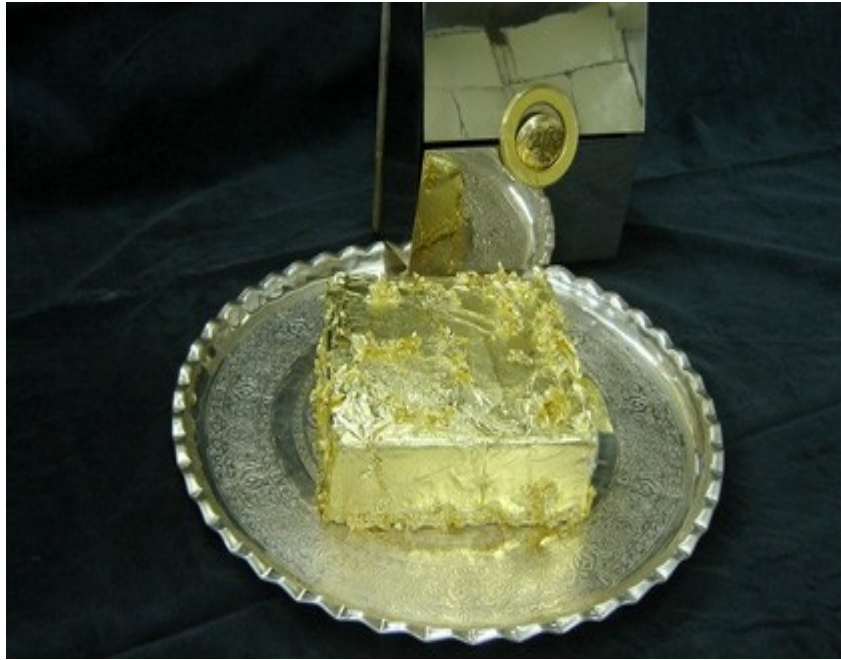
Tvoří různé druhy kakaa ze čtrnácti zemí světa, pět gramů zlata, šlehačka a nastrouhané lanýže



King-size Torte

**Brownie Extraordinaire
with Saint Louis**





The Sultan's Golden Cake

Golden Opulence Sundae



The Dome's Truffle Ice



“Entre”



Valrhona Chocolate Sphere

Lanýžové kuličky





The Fortress Aquamarine

Warm Golden Plum Soufflé



Golden Phoenix



Slezská univerzita v Opavě
Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě
Ústav lázeňství, gastronomie a turismu

Mgr. Alexandr Burda