GRUPA 2

Ćwiczenie 1.

**Tłoczenie oleju z ziaren słonecznika**

Do zasobnika urządzenia tłoczącego olej wsyp ok 0,5kg ziaren słonecznika, następnie wybierz program dedykowany słonecznikowi. Rozpocznie się proces kondycjonowania (podgrzewania) a następnie tłoczenie. Wytłoki należy wyrzucić do odpadów bio. Wytłoczony olej przelej do kolby stożkowej i zabezpiecz korkiem, odstaw do lodówki.

**Przygotowanie majonezu**

Składniki:

 1 żółtko średniego jajka

 0,5 szklanki oleju słonecznikowego rafinowanego – ok 125 ml

 1 płaska łyżeczka musztardy ostrej

 1 łyżeczka soku z cytryny

 ½ płaskiej łyżeczki cukru pudru

 szczypta soli

**Bardzo ważne**: Wszystkie składniki powinny mieć tę samą temperaturę, około 19-22 stopni.

Żółtko wbij do słoika, dodaj sól, pieprz oraz sok z cytryny i musztardę. Miksuj składniki na bardzo niskich obrotach, powoli je zwiększając. Wolnym strumieniem wlewaj do słoika olej. Zwróć uwagę na to, że im więcej dodasz oleju, tym gęstszy wyjdzie majonez.

Następnie dokonaj oceny organoleptycznej.

**Przygotowanie zakwasu żytniego**

100 ml wody podgrzej do ok. 40 stopni i wlej do słoika, następnie systematycznie dosypuj mąkę pełnoziarnistą żytnią mieszając równocześnie rózgą. Zaczyn powinien mieć gęstość gęstej śmietany. Tak przygotowany zaczyn wstaw do piekarnika na 40 stopni. W ciągu najbliższego tygodnia codziennie „dokarmiaj” zakwas przez dosypywanie 1-2 łyżek mąki i podgrzanie do 40st w piekarniku.

**Nastaw kiszonej papryki**

Składniki:

 2-3 papryki

 1 ząbek czosnku

 1 listek laurowy

 2 ziarenka ziela angielskiego

 kawałek korzenia chrzanu

 1 baldachim kopru, mogą być też suszone łodygi albo łodygi i baldachimy wyjęte z kiszonych ogórków,

 opcjonalnie (liście malin, czarnych porzeczek, dębu, chrzanu)

 1 łyżka soli

 1 litr wody

Dodać 1 łyżkę wody z kiszonych ogórków własnej roboty dla zakwaszenia i zaszczepienia kiszonki

Wykonanie:

Paprykę umyć, przekroić, usunąć ogonek i gniazda nasienne i pokroić na ćwiartki. Włożyć paprykę do słoika, dodać przyprawy, na wierzch położyć baldachim kopru. Zalać wodą, docisnąć cząstki papryki, żeby nie pływały po powierzchni nakrętką obciążoną kamykiem.

 Zostawić do kiszenia na tacy na 5-7 dni. Słoik opisać datą wykonania oraz zawartością