



Erasmus+



PAELLA VALENCIANA (4 OSOSBY)

Normatyw surowcowy:

Kurczak	700gr
Królik	300gr
Mielona papryka (słodka)	10gr
Szafran	4gr
Starty pomidor (świeży)	70gr
Bajoqueta (fasolka zielona)	300gr
Garrofón (fasolka półksiężycowata)	100gr
Ryż	350gr
Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia	100gr
Woda	Według uznania
Sól	Według uznania



Sposób wykonania:

- ➔ Wlać olej na środek paelli (specjalnej patelni do paelli)
- ➔ Gdy olej się nagrzejemy dodajemy lekko posolonego kurczaka i królika pokrojonego w plastry, delikatnie rumienimy na średnim ogniu
- ➔ Dodajemy pokrojone warzywa i podsmażamy kilka minut
- ➔ Zrobić dziurę na środku patelni i dodać tam pomidor, smażyć kilka minut i dodajemy paprykę
- ➔ Wodę wlać blisko krawędzi, dodać trochę soli i gotować około 20 min
- ➔ Po 20 minutach sprawdzamy czy potrawa jest zjadliwa, doprawiamy
- ➔ Dodajemy ryż
- ➔ Gotujemy na najwyższej temperaturze przez 7 min, następnie obniżamy temp do minimum i gotujemy ok. 5 min, jeśli bulion wyparuje gotujemy jeszcze delikatnie przez ok. 4 min



Erasmus+



TORRIJA (hiszpański słodki chleb)

Normatyw surowcowy:

Mleko	500ml
Cukier	100gr
Skórka cytryny	4 szt.
Jajka	4 szt.
Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia	Według uznania
Cynamon	1 laska
Chleb brioche	Według uznania



Sposób wykonania:

- ➔ Wlać całe mleko do rondla z cukrem, cynamonem i skórką z cytryny, doprowadzić do wrzenia
- ➔ Gdy zacznie wrzeć wyłączyć ogień i pozostawić do zaparzenia na ok. 5 min
- ➔ Wlać mleko na chleb i zostawić do namoczenia na 30 min, następnie usunąć nadmiar mleka
- ➔ Rozbełtać jajka, Rozgrzać olej, chlebek namoczyć w jajku, następnie usmażyć chlebek w oleju aż będzie brązowy, odsączyć na papierze i udekorować cukrem i cynamonem
- ➔ Można jeść na zimno lub ciepło

Zuzanna Jaskólska, kl III N, technik żywienia i usług gastronomicznych, „Restaurante Contrapunto Les Arts”

<https://www.saveur.com/gdpr.html?redirect=https%3a%2f%2fwww.saveur.com%2fchicken-rabbit-paella-recipe%2f>

<https://www.recetasderechupete.com/torrijas-de-leche-receta-tradicional-de-semana-santa/3410/>

