

## SADRŽAJ

Uvod.....	3
1. Namirnice.....	4
1.1 Meso.....	4
1.2. Povrće.....	5
1.2.1 Celer.....	5
1.2.2. Peršunov list.....	6
1.2.3. Grašak.....	6
1.3. Voće.....	6
2. Začini.....	7
2.1. Biber.....	7
2.3. So.....	8
2.4. Ulje.....	8
2.5. Vegeta.....	9
3. Salate.....	10
3.1. Zelena salata.....	10
3.2. Mimoza salata.....	10
3.3. Salata od kupusa ( svježeg).....	11
3.4. Salata od svježih krastovaca.....	11
3.5. Salata sa majonezom.....	12
3.6.Bristol salata ( pileća salata).....	12
3.7. Ruska salata.....	13
3.8. Francuska salata.....	14
Zaključak.....	15

## UVOD

Salate su dodatak koji se servira uz pojedina jela. U jelovnicima piše se samostalno a u menijima uz jelo koje se konzumira. Salate se proizvode najčešće od raznih vrsta povrća, a mogu se proizvoditi i od mesa imaju veoma veliki značaj jer osvježavaju gosta a bogati su raznim vitaminima, koji se mogu naći u dr. jelima. Serviraju se najčešće u malim desertnim tanjurima prečnika 15 cm ili dr. posudama specifičnim za određenu salatu.

Namirnice za izradu mogu se konzumirati u svezjem sanju ili termički obrađene. Na osnovu načina pripreme salate djelimo na:

- Salate od svezjeg povrća,
- Salate od kuvanog povrća,
- Salate od konzerviranog povrća,
- Salate od pečenog povrća.

Začinjavanje salate, obavlja kuhar ali se ostavlja mogućnost da to uradi i sam gost je se na njegovom stolu nalazi ( posuda sa uljem i sirećetom) i ( soli i biberom). Salate se serviraju sa lijeve strane gostovog tanjira.

## 1. Namirnice

Namirnice svrstavamo u grupe na osnovu njihovog porijekala, hemiskog sastava, biološke vrijednosti i uloge u organizmu.

Prema porjeklu namirnice samo podjelili na :

Životinjske ( u njih spadaju mlijeko, jaja, prerađevine od mesa.)

Namirnice biljnog porjekla ( tu spadaju voće, povrće i razna biljna ulja).

## 1.1 Meso

Meso je mišićno tkivo sa uraslim vezivnim, masnim i koštanim tkivom. Dobiva se obradom životinja, čije se meso nakon obrade koristi za ljudsku ishranu. Hranljiva vrijednost mesa ogleda se u visokom sadržaju, bjelančevina i visoke biološke vrijednosti. Osnovni sastojci mesa su:

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

**MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)**