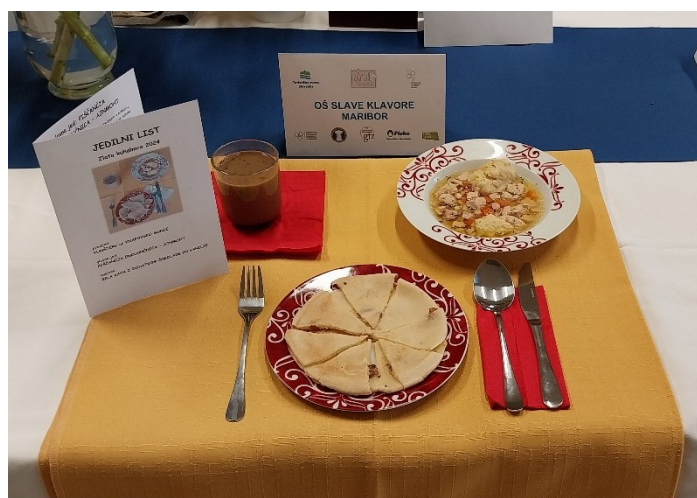


# KULINARIČNO TEKMOVANJE ZLATA KUHALNICA 2024

V torek, 15.10.2024 smo se udeležili kulinaričnega tekmovanja Zlata kuhalnica 2024. V skupini so bili štiri učenci 8. a razreda: Lija Jarc, Ela Švegl, Anže Žvarc in Gabrijel Vidovič. Osvojili so srebrno priznanje, kar pomeni, da so dosegli do 127 točk od 150 možnih točk, po kriterijih za ocenjevanje dela, izgleda in okusa jedi. Mentor je bil Matej Pangerl, organizator šolske prehrane.

Na tekmovanju so pripravili eno predjed, eno glavno jed in en napitek, vse je bilo treba tudi lepo aranžirati in predstaviti na pogrinjku. Za tekmovanje smo pripravili tudi tri pisne naloge: recepture, jedilni list in predstavitev jedi in napitka. Letos je tekmovanje potekalo na Srednji šoli za turizem in gostinstvo Maribor, učenci so pripravljali predjed funšterc, glavno jed piščančjo obaro in hladni napitek na osnovi bele kave. Na tekmovanje smo se pripravljali v gospodinjstvi učilnici šole, kjer imamo zelo dobre pogoje za pripravo na kulinarična tekmovanja.



Funšterc je tradicionalna jed rudarjev iz revirjev, kot so nekoč imenovali zasavske rudnike v Hrastniku, Trbovljah in Zagorju. Jed se zato imenuje tudi »knapovsko sonce«, saj so pomembna sestavina te jedi jajca, ki ji dajo lepo zlato rumeno barvo. Jedi lahko dodamo zelišča, začimbe, ocvirke, ali pa kakšen drug dodatek, ki nam je všeč.

Piščančja obara je lahko krepka in izdatna jed, ki nas nasiti. Zagotovi nam dovolj energije in hranilnih snovi, saj vsebuje meso, zelenjavo, začimbe in zdrobove žličnike. Zaradi celovitosti jedi nam ni treba zraven jesti kruha. Ta jed nas pozimi pogreje, pa tudi za ostale letne čase je prijetna popestritev jedilnikov.

Bela kava iz žitaric in cikoriije je že dolgo zamenjava za pravo kavo. Ne vsebuje kofeina, vsebuje pa snovi, ki imajo ugoden vpliv na prebavo. Mlajše generacije niso navajene na belo kavo, starejši pa se spomnimo, kako dobra je bila za zajtrk, ko smo si nadrobili žemljico vanjo. Inulin, ki ga vsebuje cikoriija je prebiotik, to pomeni, da se omogoča razvoj večjega števila koristnih bakterij v črevesju, če ga zaužijemo. Vlaknine, ki jih vsebujejo žitarice, zmanjšajo energetske gostoto hrane, še dodatno jo zmanjša voda, v kateri belo kavo skuhamo. Tako je učinek večkratno pozitiven.



Za pripravo vsega naštetega je na tekmovanju na voljo 60 minut, pred tem 10 minut za pripravo delovnega prostora in po tem 10 minut za pospravljanje. Zato smo morali biti tudi hitri in spretni, ko smo pripravljali obe jedi in napitek, da smo vse pravočasno pripravili.

Komisija, ki jo sestavlja pet članov, je ocenila naše delo in jedi, ki smo jih pripravili. V komisiji so kulinarični mojstri, profesorji na Srednji šoli za gostinstvo in turizem, dijak šole na kateri je tekmovanje in predstavnik Turistične zveze Slovenije.

zapisal  
Matej Pangerl