

Cogito®

Miesięcznik dla uczniów
szkół ponadpodstawowych

Od **28**
LAT
z maturzystami

PUNKT WIDZENIA: PIENIĄDZE NA MARZENIA – KTO NAM JE DA?

RELACJE:

Na jakim etapie
jest mój związek?

Spotkanie:

Jesteśmy
TAKsprawni!

TWÓJ WYBÓR:

Sztuka kulinarna
i gastronomia,
kierunki o mediach
i książkach, praca w PR

SZUKAJMY SIŁY I SWOJEGO MIEJSCA w życiu

AKTYWNE LATO:

- Zwiedzamy Wrocław – historyczny mikrokosmos
- Literackie debiuty
- Polecajki kulturalne oraz imprezy filmowe i książkowe



Nr 7 (577) LIPIEC 2022
cena 9,90 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 1231-160X indeks 324736



9 771231 160207 Pismo specjalistyczne, nakład: 15 000 egzemplarzy

GASTRONOMIA i sztuka kulinarna

„Moje studia są nie tylko o gotowaniu. Tutaj uczy się również, jak zarządzać placówką gastronomiczną, jak organizować eventy, być specem od kulinariów” – mówi **Michalina Kwiatkowska**, studentka i starosta II roku na Uniwersytecie Przyrodniczym w Lublinie.

– Wybrałam kierunek gastronomia i sztuka kulinarna, bo chcę w przyszłości organizować eventy – mówi Michalina Kwiatkowska. – To są studia praktyczne, w trakcie których zdobywamy wiedzę o tym, jak przygotowywać i serwować bezpieczne dla człowieka potrawy. W przeciwieństwie do kierunków dietetyka oraz technologia żywności i żywienie człowieka, które także uczą o tym, co jemy i jaki wpływ ma to na ciało, nasze studia kształcą też w duchu poznawania samej sztuki kulinarnej, czyli tego, jak dania powstawały, jaka jest ich kultura i znaczenie, jak je serwować, by cieszyły oko i były zbilansowane. Uczymy się, jak skonstruowane są urządzenia wykorzystywane w gastronomii, np. z czego powinny być wykonane deski do krojenia i jaki powinny mieć kolor (czerwona deska do mięsa surowego, biała do nabiału i pieczywa, zielona do warzyw i owoców, żółta do drobiu), że nie można krzyżować ze sobą mikroflory różnych surowców, przykładowo warzyw i drobiu – są to jedne z wielu poznanych przez nas metod bezpiecznego przygotowywania dań.

Jak mówi studentka, restaurację może założyć każdy, kto ma pieniądze, ale żeby była na wysokim poziomie, musi ją prowadzić ktoś, kto wie, jak nią zarządzać. – Po studiach wiemy, co zmieniać w zakładach gastronomicznych, projektujemy karty menu, tworzymy tzw. manual (wytyczne dla nowego pracownika dotyczące tego, jak ma zachować się w restauracji w danej sytuacji), umiemy podawać dania według różnych metod.

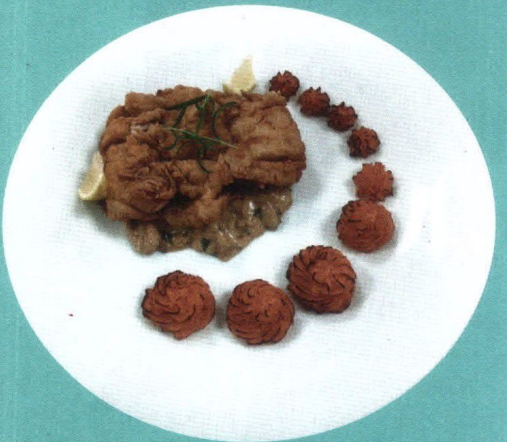
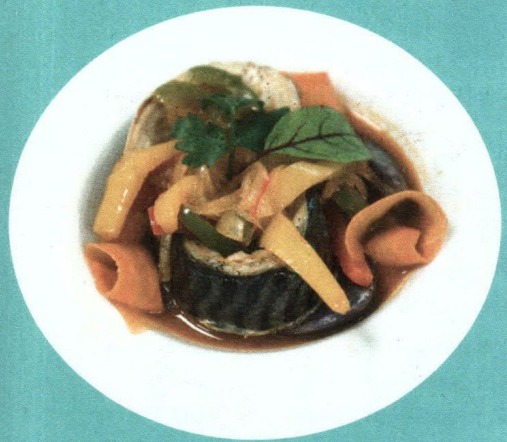
MAMY M.IN. THERMOMIXA,
CHŁODZIARKO-ZAMRAŻARKĘ SZOKOWĄ,
URZĄDZENIE DO GOTOWANIA
PRÓŻNIOWEGO. POZNAJEMY RÓŻNE
METODY PRZYGOTOWYWANIA POTRAW,
FILETOWALIŚMY NP. PSTRĄGA I KARPIA,
SMAŻYLIŚMY PLACKI Z TAPIOKI.



PIERWSZY SEMESTR – SPORO CHEMII I... SAVOIR-VIVRE

– Zajęcia z surowców zwierzęcych i surowców roślinnych w gastronomii polegały na ich lepszym poznaniu, jak one pracują podczas obróbki, np. jakie zmiany zachodzą w mięsie podczas gotowania czy smażenia, ile w ten sposób traci masy, jakie są najlepsze rodzaje mięsa. Uczyliśmy się również o serach, miodzie, jajkach, rybach. Poznawaliśmy rodzaje roślin wykorzystywanych w gastronomii, jakie substancje mają w sobie, np. zagęszczające produkt, jak tworzyć z nich przeciera.

Do wyboru jest chemia ogólna lub podstawy chemii organicznej i nieorganicznej. – Profesorowie dobrze tłumaczą zagadnienia, więc każdy poradzi sobie z egzaminami – zapewnia Michalina Kwiatkowska. – Za to podczas zajęć z mikrobiologii ogólnej i żywności oglądaliśmy pod mikroskopem, jak rozmnażają się bakterie na różnych podłożach, w jakich warunkach szybko się namnażają.



Kolejny przedmiot to wyposażenie i urządzenia gastronomiczne. – Tutaj można poznać budowę urządzeń, np. pieców konwekcyjno-parowych, kutrów (do rozdrabniania i emulgowania mięsa oraz tłuszczu), wilków gastronomicznych (maszyny służące do mielenia mięsa), ale też na przykład płuczko-obieraczki do ziemniaków. Rozmawiamy o tym, z jakich tworzyw są wykonane te urządzenia i jak dany materiał wpływa na dania. Wszystkie maszyny muszą być oczywiście certyfikowane. Nie można ich zamawiać na chińskich portalach zakupowych, bo tam są tanie, ale nie mają atestów. Z tych zajęć można też dowiedzieć się, jakich garnków powinno się używać w kuchni (ze stali są praktyczniejsze), które urządzenia są łatwe w utrzymaniu i dlaczego lepiej unikać drewnianych desek (to skupiska bakterii).

Savoir-vivre to przedmiot ogólnoakademicki, który jest na większości kierunków UP w Lublinie. Mówimy na nim nie tylko o zasadach dobrego zachowania w domu i poza nim, ale też o tym, jak poprawnie napisać maila do wykładowcy, do kogo się zwrócić w pierwszej kolejności na uczelni, gdy mamy problem, jak się ubrać na egzamin i zajęcia.

**MIELIŚMY ZAJĘCIA ZE ZWYCIĘŻCZYNIĄ
PROGRAMU „TOP CHEF” I KUCHARZEM Z HISZPANII.**

NA DRUGIM SEMESTRZE TECHNOLOGIA ŻYWNOŚCI I PRAWO ŻYWNOŚCI

– Na prawie żywności dyskutujemy o tym, jakie są normy żywnościowe dla poszczególnych produktów, np. ketchupu (musi on zawierać określoną ilość pomidorów) – tłumaczy Michalina Kwiatkowska. – Uczyliśmy się o produktach certyfikowanych, zastrzeżonych, np. jeśli oferujemy pizzę z szynką parmeńską i kontrola sprawdzi, że nie dajemy jej z certyfikatem, to możemy zapłacić sporą karę.

Podstawy technologii gastronomicznej to wprowadzenie do technologii potraw i napojów. – Uczymy się o substancjach zawartych w pokarmach, takich jak karotenoidy (związki barwiące), ale też dlaczego konfitura się zagęszcza, w jaki sposób można utwalić kolor modrej kapusty, co to jest reakcja Maillarda czy na czym polega proces karmelizacji produktów – wyjaśnia studentka.

Do wyboru są podstawy żywienia człowieka w języku polskim lub angielskim (bases of human nutrition). – Na ćwiczeniach układamy plany żywieniowe. Najpierw rejestrujemy, co jedliśmy przez jakiś okres, potem obliczamy swoje BMI i sprawdzamy, czy nasza dieta jest prawidłowa. Dowiadujemy się, jak będzie zwiększała się masa ciała, gdy będziemy spożywać więcej kalorii. Program, na którym pracujemy podczas zajęć, oblicza, jaka jest wartość odżywcza i energetyczna żywności, którą spożywamy, np. czy ilość żelaza, którą przyjmujemy, jest wystarczająca i czy organizm jest w stanie ją przyswoić – tłumaczy Michalina Kwiatkowska. – Układamy też prawidłową dietę dla innej osoby, wcześniej przeprowadzamy z nią wywiad o tym, jakie ma nawyki żywieniowe. Na analizie sensorycznej studenci uczą się o zmysłach, jak dzięki nim odbieramy dania. – Na przykład z większym apetytem będziemy jeść potrawę, która jest kolorowa, chrupiąca – zdradza studentka.

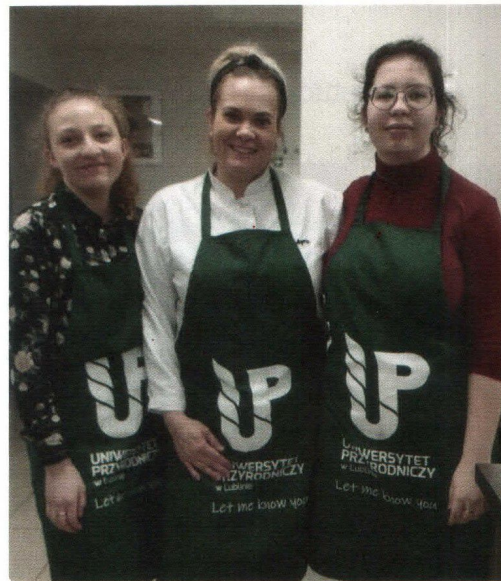
Biochemia i chemia żywności jest zaś o budowie związków chemicznych zawartych w żywności i ich wpływie na siebie, co jest istotne w procesach produkcyjnych np. kiełbas. Ciekawe są też zajęcia z BHP z ergonomią, bo dzięki nim można dowiedzieć się, które szafki najlepiej sprawdzają się w kuchni, ile przerw w pracy powinno być, jak pracować, by zniwelować różne choroby zawodowe. A matematyka z elementami statystyki to rozszerzenie z liceum plus całki – wiedza przydatna potem do wyliczania danych, statystyki.

III SEMESTR – POZNAJEMY TECHNOLOGIE POTRAW I NAPOJÓW

Które metody wykorzystuje się podczas produkcji żywności? – Tego uczymy się na inżynierii produkcji w gastronomii – odpowiada Michalina Kwiatkowska. – To ciekawe zajęcia, na których zobaczymy, jak uzyskać ekstrakt, który możemy przenieść potem na inne potrawy (np. wanilia), jak działa dyfuzja, obliczaliśmy też czas wypływu cieczy ze zbiornika o określonych wymiarach. Za to na technologii potraw i napojów przygotowujemy dania i zdobywamy wiedzę na ich temat, na zajęcia zapraszani są goście.

Uzupełnieniem tej cennej praktycznej wiedzy jest przedmiot higiena żywności w gastronomii, który pokazuje m.in., dlaczego nie można mieć w kuchni rozpuszczonych włosów (znajduje się na nich gronkowiec złocisty, bakteria, która jest zagrożeniem dla zdrowia konsumenta), jak zabezpieczać odzież, jak powinien być skonstruowany lokal, by był bezpieczny (np. zaokrąglone łączenia sufitu ze ścianą). Każde urządzenie w kuchni restauracji musi mieć specjalną książeczkę kontroli jego pracy.

– Grafika inżynierska z kolei uczy nas pisać pismem technicznym, robić rysunek techniczny – dodaje Michalina Kwiatkowska. – Na zakończenie tego przedmiotu mieliśmy wykonać rzut parteru domu, zmienić jego wymiary, przestawić ściany. Inne zajęcia – procesy cieplne w gastronomii – pokazują m.in., jakie procesy cieplne zachodzą w żywności podczas ogrzewania, jakie są metody suszenia, które sposoby podgrzewania są bardziej wydajne, jak mikrofały wpływają na dania. W tym semestrze są też podstawy hotelarstwa i gastronomia hotelowa, czyli wiedza o tym, jak działa hotel, w co musi być wyposażony, by zdobyć gwiazdki, jaka jest kultura pracy w różnych krajach. – Dowiadujemy się, w których wypadkach zostawiać napiwek ze względu na obowiązującą kulturę, a w których jego zostawienie jest obrażą – tłumaczy studentka. – Ciekawe są też właściwości fizyczne żywności, bo tu uczymy się o wpływach reakcji fizycznych na ciecz, ciało stałe i gaz, np. czym jest sorpcja (pochłanianie jednej substancji przez drugą). Na ćwiczeniach wykorzystywaliśmy różne urządzenia do pomiaru parametrów, porównywaliśmy wpływ zachodzących procesów fizycznych na teksturę produktów.



Michalina Kwiatkowska (pierwsza z prawej) z koleżanką z roku i zwyciężczynią programu „Top Chef”, panią Sylwią Stachyrą (w środku)



IV SEMESTR – OBSŁUGA KONSUMENTA

– Eksploatacja maszyn gastronomicznych uczy, czym są maszyny, jak określać ich wydajność na podstawie poszczególnych parametrów – opisuje Michalina. – Chłodnictwo i zamrażalnictwo w gastronomii to zajęcia o tym, jak zbudowane są urządzenia chłodnicze, jaki jest czas zamrażania produktu, np. obliczamy, ile powinna się mrozić truskawka o określonych wymiarach. Na ćwiczeniach mieliśmy możliwość obserwacji wpływu ciekłego azotu na różnego rodzaju surowce, np. miętę, która po zamrożeniu utrzymuje aromat, a jednocześnie łatwiej się kruszy.

Interesująca jest też obsługa konsumenta. – Na tych zajęciach uczyliśmy się, jak prawidłowo zwracać się do klienta oraz w jakiej odległości od niego stać. Poznajemy sposoby nakrywania stołów, rodzaje serwisów – informuje Michalina Kwiatkowska. – Metoda francuska pokazuje, że mamy stać z lewej strony konsumenta, dania są wtedy na półmiskach i podawane każdemu klientowi, to kelner nakłada je na talerze w metodzie pełnej. W niemieckim serwisie układanie potraw na talerzach odbywa się na zapleczu i kelner podaje je z prawej strony. W angielskiej kelner skupia się na jednej grupie gości i przystawia specjalny wózek ich do stolika. Na wózkach są zamówione potrawy, które prezentuje i nakłada gościom. Rosyjska metoda obsługi klienta jest często stosowana na weselach, tutaj serwisy i dania są wcześniej podane na stołach, a gdy już wszyscy zasiądą do stołu, nakładają sobie potrawy samodzielnie.

Catering i organizacja eventów to przedmiot, który pokazuje nam, jak zaplanować event, przedstawia rodzaje cateringów, np. lotniczy – na dużej wysokości inaczej odczuwamy smaki, dlatego niektóre potrawy muszą być bardziej dosalane lub dosładzane. – Na tych zajęciach są wyjścia terenowe, byliśmy w Centrum Spotkania Kultur w Lublinie, dzięki czemu spotkaliśmy się z ekspertami w organizacji eventów – dodaje Michalina. – A historia gastronomii opisuje, jak przez wieki zmieniała się gastronomia w Polsce i innych krajach, co jedli ludzie, jaki wpływ na żywienie miała kultura, religia oraz status społeczny. Przedmiot gastronomia systemowa uczy budowy i ostrzenia noży. Dowiesz się, że nie wolno kroić mięsa od razu po wyjęciu z piekarnika, bo noże się odpuszczają (podczas procesu odpuszczania stali zachodzą w niej zmiany właściwości fizycznych, wynikiem czego jest zmniejszenie twardości noża, co sprawia, że szybciej się on niszczy). Na wykładach zdobywamy wiedzę o tym, jak pozyskiwać sponsorów, jakie są źródła dofinansowania na rozpoczęcie działalności, których gatunków zwierząt nie wolno odławiać, bo są pod ochroną, oraz które gatunki mogą być odławiane i serwowane sezonowo.

DOWIADUJEMY SIĘ, JAK ZARZĄDZAĆ PLACÓWKĄ GASTRONOMICZNĄ W BRANŻY HoReCa (HOTELE, RESTAURACJE, CATERING). PO UKOŃCZENIU STUDIÓW I STOPNIA I OBRONIE PROJEKTU INŻYNIERSKIEGO POSIADAMY TYTUŁ INŻYNIERA GASTRONOMII I SZTUKI KULINARNEJ.

A POTEŃ KUCHNIE ŚWIATA I SEMINARIUM DYPLOMOWE

Michalina jest na drugim roku, ale wie, co przed nią. W piątym semestrze są takie przedmioty jak: estetyka i sztuka dekorowania w gastronomii, dekoracje okolicznościowe w gastronomii, technologie informacyjne, kuchnie świata, projektowanie zakładów gastronomicznych, tłuszcze specjalne i do wyboru: produkty zbożowe w gastronomii, wyroby piekarnicze w gastronomii, historia ziołolecznictwa, historia aromatów i przypraw, zarządzanie jakością w gastronomii, systemy zarządzania jakością w żywieniu zbiorowym.

W szóstym semestrze do zaliczenia będą: przedsiębiorstwo i zarządzanie w gastronomii, gastronomia a środowisko, projektowanie potraw i napojów, oraz do wyboru: opakowania w gastronomii lub dystrybucja w gastronomii, a także cukiernictwo lub technologia deserów. No i seminarium dyplomowe oraz 4-tygodniowe praktyki zawodowe.

Ostatni, siódmy semestr studiów to nie tylko obrona projektu inżynierskiego, ale też przedmioty takie jak: rachunkowość i marketing usług gastronomicznych, zioła, przyprawy i dodatki w gastronomii, sztuka kulinarna, trendy w gastronomii, a do wyboru: polska kuchnia tradycyjna i regionalna, turystyka kulinarna. Jest seminarium dyplomowe i projekt inżynierski, czyli projektowanie innowacyjnego dania.

