



K O M P O Z Y T O R

Menu do samodzielnej kompozycji

Komponując swoje własne menu na imprezę okolicznościową, pamiętaj aby właściwie dobierać elementy składowe poszczególnych pozycji. Nie zapominaj o tym, że świętujesz nie tylko TY. Warto więc zastanowić się nad tym czego ewentualnie mogliby skosztować goście, z którymi będziesz przy stole. Gusta kulinarne bywają różne więc warto wziąć ten fakt pod uwagę.

Prawidłowo skomponowane menu składa się z czterech podstawowych pozycji :

- ✓ Danie obiadowe
- ✓ Zakąski
- ✓ Akcenty słodkie
- ✓ Napoje

Te zaś dzielą się m.in. na :

- ✓ Zupy dania główne itp..
- ✓ „Zimny bufet”, finger food
- ✓ Torty, ciasta, desery lodowe, patery z owocami
- ✓ Napoje zimne, ciepłe, alkoholowe

W ten sposób komponujemy nasze menu, uwzględniając tyle czynników ile tylko chcemy. Zachowujemy jednocześnie równowagę pomiędzy nimi. Dobrze jest wziąć pod uwagę również: porę roku, okoliczność (np: chrzciny, komunია, urodziny ...), dzieci i osoby starsze ..

Podczas tworzenia kompozycji, będziesz napotykać sugestie, które pomogą Tobie przy sposobie doboru pozycji.

Na ostatniej stronie znajdziesz przykłady skomponowanego menu.

Przyjemnej zabawy :)

Zupy (200ml.)

Zupy :

1. Rosół z makaronem/ ryżem
2. Pomidorowa z makaronem/ ryżem
3. Krem z pieczonego buraczka z kozim serem **wege**
4. Krem z pieczonej papryki i pomidora **wege**
5. Gulaszowa
6. Rybna
7. Chłodnik litewski **wege, sez**
8. Krem ze szparagów **wege, sez**
9. Serowa
10. Krem z brokuł **wege, sez**
11. Żur staropolski
12. Dyniowa **wege, sez**
13. Barszcz **wege**
14. Cebulowa

Dania główne (100gr. - 130 gr.)

Komponując danie główne warto pomyśleć o doborze minimum trzech: dań mięsnych lub rybnych, dwóch rodzajach dodatków oraz dwóch lub trzech surówkach.
Przykład : pierś panierowana, żeberko w sosie, polędwiczki w boczku, ziemniaki gotowane, frytki, surówka z buraczków, surówka z marchewki i jabłka.

Dania z ryb i owoców morza

1. Sandacz z pieca
2. Łosoś z grilla
3. Halibut got. na parze
4. Pstrąg z pieca
5. Kalmary i krewetki w chrupiącej panierce

Dania z drobiu :

1. Pierś grillowana
2. Pierś panierowana
3. Nugetsy
4. Pierś po neapolitańsku (suszony pomidor, ser feta)
5. Devolay z masłem i pietruszką
6. Pieczone uda i podudzia
7. Pieczona kaczka

Dania z wieprzowiny :

1. Pieczeń z karkówki w sosie
2. Żeberko w sosie
3. Klasyczny schabowy
4. Polędwiczki w boczku
5. Medaliony wieprzowe w sosie grzybowym
6. Karkówka grillowana

Dania z wołowiny :

1. Bitki wołowe w sosie własnym
2. Boeuf strogonof
3. Zrazy wołowe z ogóreczkiem kiszonym i boczkiem
4. Pieczeń wołowa w sosie

Pozostałe :

1. Pierogi „Ruskie” wege
2. Pierogi z kapustą i grzybami wege
3. Pierogi z mięsem
4. Pierogi z pieczarkami i gorgonzolą wege
5. Bakłażan zapiekany wege
6. Camembert w cieście francuskim wege
7. Gołąbki w sosie
8. Bigos
9. Warzywa zapiekane wege

Dodatki (100gr.)

Dodatki :

1. Ziemniaki z wody
2. Częstki ziemniaczane
3. Frytki
4. Ryż
5. Kasza gryczana
6. Surówka z buraczków
7. Surówka z białej kapusty
8. Surówka z kiszanej kapusty
9. Szpinak w śmietanie
10. Surówka z marcheweczki i jabłka
11. Sałatka coleslaw
12. Kapusta modra
13. Warzywa grillowane

Zakąski (100gr.)/Finger food

Komponując zimny bufet, pamiętaj aby zachować równowagę. Powinny znaleźć się tu pozycje zarówno dla pań jak i dla panów.
Przykład : pieczeń ze schabu za śliwką wędzoną, sałatka z grillowanym kurczakiem na słodko, mix wędlin, roladki z łososia, sałatka jarzynowa zawijana w szynce, roladki z grillowanej cukinii z serem feta.

Zakąski :

1. Pieczeń ze schabu ze śliwką wędzoną
2. Karkówka z ziołami
3. Rolada z boczku
4. Śledzie w oliwie
5. Śledzie w śmietanie
6. Śledzie w sosie curry z bananami
7. Sałatka jarzynowa wege
8. Jajka w sosie tatarskim wege
9. Pasztet z żurawiną
10. Pasztet z orzechami włoskimi
11. Galaretki drobiowe

12. Mix wędlin
13. Deska serów reg.
14. Deska kiełbas reg.
15. Sałatka z grillowanym kurczakiem na słodko
16. Sałatka z wątróbką z dresingiem malinowym
17. Sałatka „Waldorf” (orzechy, ser lazur)
18. Sałatka grecka
19. Sałatka „ letnie orzeźwienie” (szynka parm., owoce) **sez**
20. Sałatka z tuńczykiem
21. Zakąski c.d. - Finger food (min 10 porcji)
 - ✓ Mini tataraki wołowe na pumperniku
 - ✓ Roladki z łososa w tortilli
 - ✓ Kaszotto (buraczek i ser kozi) **wege**
 - ✓ Roladki z grillowanej cukinii z serem feta **wege**
 - ✓ Krewetki na guacamole z nachosem
 - ✓ Bliny z dipem rakowym i kawiozem
 - ✓ Bliny z łososiem i kawiozem
 - ✓ Krewetka na dipie twarogowym w cykorii
 - ✓ Mini tataraki śledziowe
 - ✓ Ptysie z dipem cebulowym i suszonymi pomidorami
 - ✓ Foie gras gęsie na chrupiącym krakersie
 - ✓ Mini sandwiche z łososiem i kwiatami jadalnym
 - ✓ Sałatka jarzynowa zawijana w szynce

Słodkości (100gr.)

Komponując słodkości, weź pod uwagę okoliczność spotkania. Jeżeli występuje w „roli głównej” tort to wystarczy dobrać maksymalnie trzy rodzaje ciasta. Razem z kawałkiem tortu masz już cztery. :)

Przykład: tort na bitej śmietanie, szarlotka, czekoladowe z wiśnią.

Słodkości :

1. Tort na bitej śmietanie (smaki do wyboru)
2. Ciasto czekoladowe z wiśnią
3. Szarlotka

4. Sernik klasyczny
5. Ciasto jogurtowe
6. Sernik gotowany
7. Rolada bezowa
8. Fondant czekoladowy, podany z gałką lodu waniliowego
9. Owoce patera
10. Deser lodowy (smak do wyboru)
11. Sernik na zimno

Napoje

Napoje:

1. Napoje gazowane / nie gazowane w tym woda
(soki: pomarańcz, grejpfrut, cz. porzeczka, jabłko, pomidor)
(napoje: pepsi, mirinda, 7-up, schweppes)
2. Kompot z owoców sezonowych
3. Lemoniada
4. Bufet - kawa / herbata
5. Wino
6. Wódka biała
7. Whisky itp

Legenda

wege - Produkt wegetariański

sez - Produkt sezonowy

weranda.miedwie@gmail.com

Tel: +48 (91) 561 00 80

Kom: +48 668 488 230



Przykład kompozycji nr 1.

Pani Jadwiga planuje w czerwcu wyprawić uroczystość z okazji 25-lecia pracy. Zamierza zaprosić swoich współpracowników. Ilość zaproszonych osób to 22 osoby (18 kobiet i 4 mężczyzn). Razem to 23 osoby. Organizatorka wie, że wszyscy przekonani są raczej do kuchni klasycznej. Wie też, że uroczystość trwać będzie do godzin wieczornych. Kwota wyjściowa jaką musi uzyskać Pani Jadwiga to 150zł/os.

KOMPOZYCJA

Obiad:

- 1) Rosół 100%
- 2) Sandacz 50%, Devolay z masłem i pietruszką 50%, zraz wołowy 50%, Ziemniaki gotowane 50%, kasza gryczana 50%, surówka z buraczków 50%, coleslaw 50%, szpinak w śmietanie 50%.

Zakąski 100% :

- 3) Deska kiełbas regionalnych
- 4) Sałatka jarzynowa, zawijana w szynce
- 5) Sałatka z kurczakiem na słodko
- 6) Deska serów regionalnych
- 7) Roladki z łososia w tortilli

Ciepły posiłek po 20:00 100% :

- 8) Pierogi z mięsem
- 9) Barszcz

Słodkości:

- 10) Sernik klasyczny 50%
- 11) Czekoladowe z wiśnią 50%
- 12) Patery z owocami x2

Napoje:

- 13) Kompot z owoców sezonowych 10l.
- 14) Lemoniada różana 10l.
- 15) Woda 10l.
- 16) Bufet kawa/herbata
- 17) Wino 4 L
- 18) Wódka biała 2 but.