



# Erasmus+

TECH COLLEGE AALBORG 

## **E-script**

**Tytuł projektu: Transgraniczne kształcenie dualne jako moderator jakości usług gastronomicznych.**

**Nr projektu: Project 2018-1-PL01-KA102-048273**



Duńczycy są niezwykle dumni ze swojego kraju, historii, kultury i tradycji oraz swoich przodków – Wikingów. Szczególną uwagę przywiązują do swojej flagi, która powiewa na białym maszcie prawie w każdym ogródku.

Jako spuściznę kulturową, przekazywaną z pokolenia na pokolenie Duńczycy traktują *hygge*, którego prawdziwe znaczenie można odkryć dopiero doświadczając go na własnej skórze. Na ukształtowanie się tego zjawiska wpłynął m. in. zimny, deszczowy klimat, który od zawsze sprzyjał spotkaniom przy kominku w gronie rodziny i przyjaciół oraz ich gościnność. Mało sprzyjająca pogoda wyrobiła też u Duńczyków przekonanie, że dom jest bezpieczną przystanią i schronieniem – dlatego najczęściej doświadczają *hygge* we własnych czterech ścianach i to tam najbardziej lubią spędzać czas z bliskimi.

Kolejny aspekt, który odegrał dużą rolę w powstaniu tradycji *hygge*, jest idea państwa opiekuńczego, w przypadku Danii sięgająca XIX wieku. Wychowywanie się w takim modelu stosunków społecznych sprawiło, że Duńczycy stali się narodem otwartym, ufnym, mającym wysokie poczucie bezpieczeństwa.

Dania uznawana jest za kraj, w którym mimo długich nocy i brzydkiej pogody ludzie są najszczęśliwsi. To dlatego, że starają się, aby prawie każda strefa życia była *hygge*, czyli chodzi o to, aby czuć się komfortowo i przytulnie. Bo każda czynność może być przyjemna.

*Hygge* zakłada również odcięcie się od świata, nowych technologii, wyciszenie się. Idealne *hygge* to obiad z rodziną i z przyjaciółmi, długie rozmowy, świece, telewizor koniecznie wyłączony, żeby nic nie odciągało od relaksu. To cieszenie się ciepłem domowego ogniska, spokojem, miłą atmosferą. Idealną przestrzenią dla *hygge* jest małe, przytulne pomieszczenie, ciepłe światło, koce, poduszki, wielkie fotele i kominek. Duńczycy bardzo cenią sobie takie spotkania w gronie rodzinnym i cieszą się swoją obecnością.

Państwo duńskie posiada bogate tradycje kulinarne, które są wciąż żywe i systematycznie uzupełniane o kuchnię współczesną, która nie uniknęła wpływu kuchni

francuskiej i tradycyjnej kuchni państw Południowej Europy. Tradycyjny charakter duńskiej kuchni potwierdzają przekazywane z pokolenia na pokolenie receptury dotyczące produkcji jedzenia. Początkowo podstawą pożywienia w Danii były żytni chleb oraz piwo, z czasem typowe menu uzupełniły dania z ziemniakami i ciężkimi sosami – ziemniaki i sosy stanowiły doskonałe uzupełnienie dań mięsnych i rybnych. Co ciekawe, ta kultywowana od wieków baza kulinarna jest również podstawą pożywienia współczesnych Duńczyków, którzy są dumni ze swego kuchennego konserwatyzmu. Ciekawym przykładem jest w tym względzie sylte, czyli rodzaj galaretki mięsnej przygotowywanej na bazie główizny. Popularność tego prostego dania niezmniejszyła się od wieków średnich do czasów współczesnych

Kuchnia duńska nie należy do lekkich. Surowy klimat i bliskość morza powoduje, że w tradycyjnych daniach nie brakuje tłustych mięs i ryb. Ryby podaje się gotowane, pieczone lub w zalewie octowej i innych marynatach.

W kuchni duńskiej nie stosuje się kwaszenia. Ogórki kiszane i kapustę uważają za produkty zepsute. Warzywa w diecie Duńczyków niestety są ograniczone do minimum. Największą popularnością cieszą się ziemniaki, buraki, marchewka, ogórek i kapusta.

Bardzo popularnym daniem są Smorrebrod (sandwich), Są to charakterystyczne kanapki, składające się tylko z jednej kromki żytniego chleba i odpowiednio skomponowanych dodatków. Mogą to być mięsa, ryby, owoce morza, różnego rodzaju pasty, sosy, dressing oraz sery. Kromka żytniego chleba smarowana jest masłem, a następnie dekorowana w fantazyjny sposób. Smorrebrod są nie tylko smaczne, ale często stanowią dania o artystycznej kompozycji. Zazwyczaj serwuje się je z duńskim piwem lub snapsem. Niezbędnym składnikiem kanapek jest żytni chleb wypiekany w Danii od ok. tysiąca lat, nadal bardzo popularny. Duński chleb różni się od tego spotykanego w innych krajach skandynawskich czy w Niemczech. Jest mniej słodki, ciemniejszy i bardziej kwaśny, bogaty w pełneziarno, witaminy i minerały. Co ciekawe – przygotowanie żytniego chleba w wersji duńskiej zajmuje ponad dobę. Najbardziej tradycyjna kanapka Smorrebrod składa się z pasztetu, słonego mięsa, galaretki oraz cebulowych krążków.

Inne duńskie przysmaki to: duński bekon i masło, biksemad – potrawa przyrządzana ze smażonych ziemniaków, cebuli i mięsa oraz frikadelle – kotlecik z mielonego mięsa.

Typową potrawą duńską jest schab pieczony, który przyrządza się piekąc go razem ze skórką. W trakcie pieczenia słonina się wytapia, zaś skórka staje się chrupiąca i spieczona.

Do ulubionych napojów Duńczyków należą: kawa, mleko, soki, piwo i snaps.



**Potato soup with fried scallops and chive**



**Kartoffelsuppe med stegte tunger**



**Zupa ziemniaczana ze smażonymi  
przegrzebkami i szczypiorkiem**



### Normatyw surowcowy na 2 porcje:

- 250 g ziemniaków
- 2 pory (biała część)
- 1 liść laurowy
- około 1/2 łyżeczki białego pieprzu
- 50 g masła
- 75 ml śmietanki/mleka
- 500 ml wywaru lub wody
- 2 przegrzebki
- ½ pęczka szczypiorku

### Sposób wykonania:

- Przeprowadzić obróbkę wstępną warzyw i przegrzebek
- Por rozdrobnić i podsmażyć na części masła
- Rozdrobnione ziemniaki i por gotować w wywarze do miękkości z dodatkiem bouquet garni (pieprz i liść laurowy)
- Zblendować ugotowane warzywa, dodać śmietankę/mleko i masło
- Podsmażyć przegrzebki na małej ilości masła
- Zupę wyporcjować
- Podawać z przegrzebkiem i szczypiorkiem



**Herring in curry – Danish Smørrebrød with herring**



**Curry sild - Dansk Smørrebrød med sild**



**Śledź w curry – duńskie Smørrebrød ze śledziem**



## Normatyw surowcowy na 4 porcje

- 500g filetów śledziowych “a la matias”
- 1 łyżka octu winnego
- 1 duża cebula (200g)
- 2 łyżki oleju do smażenia
- 1 pełna (z lekkim czubem) łyżka dobrej, mocno aromatycznej przyprawy curry
- 120g majonezu
- 80g gęstej, kwaśniej śmietany
- 50g kaparów z zalewy
- 1 małe twarde jabłko (150g)
- 5 łyżek posiekanego koperku (20-25g)
- sól, pieprz

## Składniki do podania

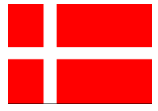
- ciemny chleb żytni, razowy lub pumpernikiel, najlepiej z ziarnami
- masło, jajko na twardo, szczypiorek, koper, korniszony, szalotka, grubo mielony pieprz

## Sposob wykonania

- Filety “a la matias” płuczemy w zimnej wodzie lub moczymy w mleku
- Odsączamy na sicie, kroimy w poprzek na centymetrowe kawałki
- Śledzie zakwaszamy i skrapiamy octem, mieszamy i odstawiamy
- Jabłko, obieramy, kroimy w kosteczkę, dorzucamy do śledzi
- Kapary, koperek siekamy, dodajemy do ryby, mieszamy z gęstą śmietaną i majonezem
- Dużą cebulę drobno kroimy i wrzucamy na rozgrzany olej, szklimy
- Do zeszkłonej cebuli dodajemy przyprawę curry, smażymy 2 minuty, aż wszystkie kawałeczki się w niej otoczą
- Po ostudzeniu dodajemy cebulę do śledzi, mieszamy wszystko razem, pieprzymy i solimy (odstawiamy do lodówki na kilka godzin)
- Nakładamy schłodzoną sałatkę na kromki ziarnistego chleba posmarowanego masłem
- Następnie układamy na niej plasterki jajka na twardo, posypujemy posiekanymi korniszonami, szczypiorkiem, koperkiem oraz pokrojoną szalotką w krążki, posypujemy grubo zmielonym pieprzem



**Meatloaf**



**Frikadelle**



**Kotlety mielone**





### Normatyw surowcowy 12 średnich szt :

- 500 g mięsa mielonego (*wieprzowe lub mieszane*)
- 1 szt. cebula (*średnia*)
- 1 szt. jajka
- 2 łyżki mąki
- 100 ml mleka
- 1 łyżeczka soli
- pieprz (*do smaku*)
- masło (*do smażenia*)

### Sposób wykonania:

- Do miski wrzucić: mięso, jajko, cebulę drobno pokrojoną, mąkę, mleko, sól i pieprz
- Wszystko razem wymieszać na jednolitą masę.
- Na patelni rozpuścić masło
- Łyżką stołową moczoną w maśle formować kotleciki w kształcie "łezki"
- Kotleciki obsmażyć z obu stron na wolnym ogniu i dopiec w piecu (około 5 min.)
- Podawać z ziemniakami (gotowane, pieczone), bukietem warzyw i burakami



**Liver pate**



**Leverpostej**



**Duński pasztet z wątróbki z grzankami**



### Normatyw surowcowy :

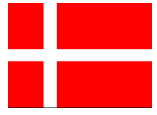
- 400 g wątróbki cielęcej lub wieprzowej
- 200 g surowego boczku
- 1 średnia cebula
- 4-5 filecików anchois
- 1 jajko
- 2 łyżki mąki pszennej
- 100 g masła
- 200 ml bulionu wołowego
- 100 ml mleka
- sól i pieprz – do smaku
- 1 łyżeczka suszonego tymianku
- chleb tostowy na grzanki

### Sposób wykonania:

- Cebulę i boczek pokroić na kawałki, podsmażyć na patelni, a następnie zmielić dwukrotnie w maszynce do mielenia razem z wątróbką i anchois.
- W rondelku rozpuścić masło, dodawać mąkę, a następnie bulion i mleko cały czas mieszając do uzyskania gładkiej masy.
- Przyprawić solą, pieprzem i tymiankiem. Sos wystudzić i połączyć z przygotowaną wcześniej mięsną masą i jajkiem.
- Całość przelać do wysmarowanej masłem formy. Formę umieścić w brytfannie wypełnionej do połowy wysokości wodą. Piec ok. godzinę w temperaturze 175°C.
- Paszтет podawać na opieczonym w tosterze chlebie tostowym, najlepiej z podsmażonymi na maśle pieczarkami i bekonem, jak jedzą go najczęściej Duńczycy.



**Pan fried flounder with parsley sauce and lemon served with pommes anglaise, chips and lingonberries**



**Pan stegt flundre med persille sauce og citron serveret med pommes anglaise, chips og lingonberries**



**Smażona flądra z sosem pietruszkowym i cytryną podawana z francuską anglaise, frytkami i brusznicą**



### Normatyw surowcowy na 2 porcje:

- 1 flądra
- mąka
- masło/ olej do smażenia
- posiekana natka pietruszki
- 1/2 cytryny
- 400 g ziemniaków
- 30 g borówek czerwonych
- 0,5 l mleka
- 25 g cebuli
- ¼ łyżeczki białego pieprzu
- biała zasmażka

### Sposób wykonania:

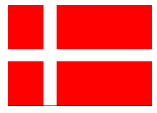
- Flądrę oczyścić, umyć
- Opanierować z dwóch stron w mące
- Smażyć na maśle i oleju z obu stron
- Pod koniec smażenia posypać solą i pieprzem
- Ziemniaki umyć, obrać, pokroić w „pommes anglaise”
- Ziemniaki gotować 10 minut w osolonej wodzie, ostudzić
- Borówki ugotować z cukrem i schłodzić
- Cytrynę pokroić do dekoracji

### Sposób wykonania sosu beszamelowego:

- Ugotować mleko z cebulą, pieprzem i liściem laurowym dla aromatu, odcedzić
- Połączyć mleko z białą zasmażką, energicznie mieszając, zagotować
- Po uzyskaniu jednolitej, aksamitnej konsystencji dodać rozdrobnioną natkę pietruszki



**Rice dessert**



**Risalamand**



**Duński deser ryżowy (święteczny)**



Normatyw surowcowy na 6 porcji:

- 250 ml wody
- 130 g ryżu (jak na risotto)
- 800 ml mleka 3,2%
- 1 laska wanilii lub cukier wanilinowy
- 3 łyżki cukru
- 100 g poszatkowanych migdałów
- 500 ml śmietany kremówki 36%  
sos czereśniowy lub wiśniowy

### Sposób wykonania:

- Wodę zagotować w garnku
- Wsypać ryż do wody i gotować kilka minut
- Następnie dodać mleko, przekrojoną wzdłuż laskę wanilii (ziarenka wyskrobać i dodać do ryżu) i mieszając doprowadzić do wrzenia.
- Gotować na bardzo małym ogniu pod przykryciem ok. 60 minut
- Następnie zdjąć pokrywkę i ciągle mieszając gotować jeszcze 10-15 minut.
- Ryż ostudzić i wyjąć laskę wanilii. Dodać cukier i migdały. (migdały trzeba namoczyć we wrzątku i zdjąć skórkę)
- Śmietaną kremówkę ubić na sztywno i dodać do przestygniętego ryżu.
- Wstawić na około pół godziny do lodówki.
- Podawać z ciepłym lub zimnym sosem czereśniowym lub wiśniowym.
- Sos zrobić z kompotu wiśniowego zagęszczonego mąką ziemniaczaną (fruzelina)



**Dream cake**





**Drømmekage**



**Ciasto marzeń**



Normatyw surowcowy na ciasto:

- 180 g cukru

- 4 całe jajka
- 50 g margaryny lub masła
- 200 ml mleka



- 300 g mąki pszennej
- 1 zapach waniliowy lub prawdziwa wanilia
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 50 ml mleka
- 100 g wiórek kokosowych
- 100 g posiekanych orzechów laskowych

#### Składniki na sos kokosowy:

- 150 g margaryny lub masła
- 250 g cukru mocno brązowego

- 80g drobnych płatków owsianych

Podane proporcje są na małą niską blaszkę o wymiarach ok 30×25 cm

#### Sposób wykonania:

- Cukier ubijamy dobrze mikserem razem z całymi jajkami na gęstą białą masę
- Margarynę podgrzewamy aż się roztopi i mieszamy z mlekiem
- Mąkę mieszamy z proszkiem do pieczenia, dodajemy do ubitych jajek na zmianę z roztopioną margaryną z mlekiem i zapachem wanilinowym, krótko mieszamy
- Ciasto przekładamy do wyłożonej papierem blaszki, pieczemy ok 25 min w temp. 200°C
- Sprawdzamy patyczkiem czy upieczone.

#### Sos kokosowy:

- Wszystkie składniki wkładamy do rondelka i na małym ogniu mieszamy aż do rozpuszczenia masła, mieszamy aby zrobił się gęsty sos
- Gotowy sos rozsmarować na ciasto, wyrównać powierzchnię
- Włożyć jeszcze do nagrzanego piekarnika na 5 min w temp. 225 °C aby zrobiła się na nim skorupka na wierzchu a w środku pozostało wilgotne.



**Chocolate mousse**



**Chokolademousse**

---

## **Mus czekoladowy**



### Normatyw surowcowy na 3 porcje:

- 5 jaj
- 75 g cukru
- 1/4 laski wanilii
- 150 g ciemnej czekolady

- 100 ml śmietanki 36%
- 1 pomarańcza

### Sposób wykonania:

- Pomarańczę obrać i wyfiletować
- Skórkę pokroić w julienne i zblanszować w syropie cukrowym
- Żółtka oddzielić od białek
- Żółtka, cukier i wanilię utrzeć na puszystą masę,
- Rozpuścić czekoladę w kąpieli wodnej
- Ubić pianę z białek
- Masę z żółtek wymieszać z czekoladą i ubitym białkiem
- Ubić śmietankę i dodać do masy
- Wyporcjować do pucharków
- Udekorować ubitą śmietanką, czekoladą i pomarańczą
- Podawać schłodzony



**Apple „Cake”**



**Æbletærte**

---

## **Ciasto jabłkowe**



Normatyw surowcowy na 4 porcje:

Składniki musu :

- 200 g jabłek
- 50 g cukru
- 25 ml wody i laska wanilii

#### Składniki makaroników:

- 100 g marcepanu
- 200 g cukru
- 60 g białek

#### Składniki kremu „anglaise”:

- 250 ml śmietanki 36% i 250 ml mleka
- 120 g cukru
- ½ laski wanilii
- 12 żółtek

#### Sposób wykonania musu jabłkowego:

- Jabłka umyć, obrać, pokroić w ćwiartki
- Ugotować z małą ilością wody i laską wanilii, całość ostudzić

#### Sposób wykonania makaroników:

- Wymieszać cukier z marcepanem, dodać białka i wymieszać
- Wyłożyć na blachę za pomocą rękawa cukierniczego
- Piec w piecu przez 25 minut w temperaturze 160°C, następnie ostudzić
- Pokruszyć na kawałki makaroniki

#### Sposób wykonania kremu „anglaise”:

- Zagotować mleko, śmietankę, cukier i wanilię
- Dodawać stopniowo żółtka pilnując, aby temperatura nie przekroczyła 82°C
- Ostudzić i włożyć do lodówki na godzinę
- Mus jabłkowy położyć na spód talerza, posypać makaronikami i połączyć kremem anglaise
- Udekorować bitą śmietaną i dekoracjami z czekolady

#### Sposób wykonania musu jabłkowego:

- Jabłka umyć, obrać, pokroić w ćwiartki
- Ugotować z małą ilością wody i laską wanilii, całość ostudzić

