

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ**

**ΕΝΙΑΙΕΣ ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΡΟΑΓΩΓΙΚΕΣ ΚΑΙ
ΑΠΟΛΥΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**

20 25 - 20 26

Α' ΤΑΞΗΣ ΤΕΣΕΚ

ΣΕΙΡΑ Α'

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : Δευτέρα, 18 Μαΐου 2026

ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: Τεχνολογία και Εργαστήρια Μαγειρικής Τέχνης

ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ : xe101

ΛΥΣΕΙΣ

ΜΕΡΟΣ Α΄: Αποτελείται από δέκα (10) ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με τέσσερις (4) μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις.

1. Να επιλέξετε την ανάλογη απάντηση σύμφωνα με τις πιο κάτω δηλώσεις κυκλώνοντας **ΣΩΣΤΟ** εάν είναι ορθή ή **ΛΑΘΟΣ** εάν είναι λανθασμένη.

(α) Η «**θερμοκρασία ανάφλεξης**» (**flash point**) είναι η θερμοκρασία κατά την οποία το λάδι πιάνει φωτιά. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / ΛΑΘΟΣ

(β) Η τηγανιτή τροφή η οποία δεν σερβίρεται αμέσως, φυλάγεται καλυμμένη αεροστεγώς σε θερμοτράπεζα. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / **ΛΑΘΟΣ**

2. Να επιλέξετε την ανάλογη απάντηση σύμφωνα με τις πιο κάτω δηλώσεις κυκλώνοντας **ΣΩΣΤΟ** εάν είναι ορθή ή **ΛΑΘΟΣ** εάν είναι λανθασμένη.

(α) Όταν ψήνουμε με τη μέθοδο μαγειρέματος βράσιμο, το υγρό **ΔΕΝ** πρέπει να κοχλάζει. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / **ΛΑΘΟΣ**

(β) Το να αρχίζουμε το ψήσιμο σε υγρό που σιγοβράζει είναι ένα από τα δύο είδη βρασίματος. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / **ΛΑΘΟΣ**

3. (α) Το «**σκούρο ή καφέ βούτυρο**» (**beurre noisette/brown butter**) είναι μία απλή μορφή βουτύρου. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / ΛΑΘΟΣ

(β) Το «**σκορδοβούτυρο**» (**garlic butter**) περιλαμβάνεται στις σύνθετες μορφές βουτύρου. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / ΛΑΘΟΣ

4. (α) Η μέθοδος μαγειρέματος ρόστο στο φούρνο ανήκει στην κατηγορία συνδυασμός μεθόδων μαγειρέματος. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / **ΛΑΘΟΣ**

(β) Η μέθοδος μαγειρέματος με την οποία ψήνουμε μπισκότα είναι το ξηρό ψήσιμο στο φούρνο. **(2 μονάδες)**

ΣΩΣΤΟ / ΛΑΘΟΣ

5. Να αντιστοιχίσετε στον πίνακα που ακολουθεί τα πιο κάτω βασικά παρασκευάσματα της στήλης Α με την επεξήγηση τους, της στήλης Β. **(4 μονάδες)**

ΣΤΗΛΗ Α´	ΣΤΗΛΗ Β´
Όρος	Επεξήγηση
1. Καθαρό Βούτυρο (beurre clarifié /clarified butter)	Α. Αναφέρεται στη διαδικασία για το ψιλοκόψιμο λαχανικών (κρεμμύδι, σκόρδο) ή μυρωδικών (μαϊντανό).
2. Ουανιόν Πικέ ή Κλουτέ-Καρφωμένο Κρεμμύδι (Oignon Piqué ή Clouté)	Β. Ψωμί κομμένο σε μικρά κομμάτια και τηγανισμένο ή ψημένο στο φούρνο μέχρι να γίνει τραγανιστό.
3. Ασιέ (Haché)	Γ. Βούτυρο από το οποίο έχουν αφαιρεθεί τα στερεά γάλακτος και το νερό.
4. Κρουτόνια (Croûtons)	Δ. Συνδυασμός λαχανικών, συνήθως κομμένος, ο οποίος αποτελείται από 2 μέρη κρεμμύδι, 1 μέρος καρότα και 1 μέρος σέλινο.
	Ε. Πουγκί από αρωματικά βότανα και μπαχαρικά.
	Στ. Κρεμμύδι με φύλλο δάφνης και γαρύφαλλα.

1. Γ 2. Στ 3. Α 4. Β

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

6. Να επεξηγήσετε στον πίνακα που ακολουθεί τους πιο κάτω όρους. **(4 μονάδες)**

A/A	Όρος	Επεξήγηση
1	Deglazing	Μετά το σοτάρισμα ή από το ψήσιμο στον φούρνο μερικών τροφών, το λίπος αφαιρείται και τα κατάλοιπα των ουσιών της τροφής ξεκολλιούνται από το τηγάνι ή το ταψί, με ξύλινο κουτάλι και με την προσθήκη ζωμού ή κρασιού, για να μετατραπούν σε σάλτσα.
2	Estouffade	Σκούρος βοδινός ζωμός.
3	Refreshing	Να βυθίσουμε ένα υλικό ή να το τοποθετήσουμε κάτω από κρύο τρεχούμενο νερό, μετά που έχει μπλαντσιαριστεί για να αποτρέψουμε το περαιτέρω μαγείρεμά του.

4	Paupiette	Φιλέτο ψαριού ή λεπτή φέτα από κρέας, γεμισμένη και τυλιγμένη. Συνήθως ψήνεται με τη μέθοδο ποσιέ ή μπρεζέ.
---	-----------	---

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

7. Να γράψετε τέσσερα (4) σημεία προσοχής της μεθόδου μαγειρέματος ξέβαθο τηγάνισμα. **(4 μονάδες)**

1. Η πλευρά της τροφής που θα φαίνεται κατά το σερβίρισμα ψήνεται πρώτη όταν ακόμη το λάδι είναι καθαρό.
2. Οι τροφές πρέπει να είναι καλά στραγγισμένες προτού μπουν στο ζεστό λάδι, για ν' αποφεύγονται τα εγκαύματα.
3. Το λάδι ζεσταίνεται καλά, προτού η τροφή μπει σ' αυτό, για να μην κολλά η τροφή στο τηγάνι και να μην απορροφά λάδι.
4. Η τοποθέτηση της τροφής στο ζεστό λάδι γίνεται προσεκτικά, μακριά από το σώμα του μάγειρα.
5. Κατά το ψήσιμο απαιτείται συνεχής επίβλεψη (διότι το τηγάνισμα είναι γρήγορη μέθοδος μαγειρέματος) για να μην καίγεται η τροφή. Η ρύθμιση της θερμοκρασίας, από πολύ ψηλή σε μέτρια, για κανονικό, ομοιόμορφο και πλήρες ψήσιμο είναι καθοριστικός παράγοντας.
6. Κατά το τηγάνισμα πρέπει να χρησιμοποιείται το ανάλογο σκεύος. Στα μικρά τηγάνια το γύρισμα της τροφής είναι δύσκολο, ενώ στα μεγάλα το λάδι που δεν χρησιμοποιείται για τηγάνισμα καίγεται, με αρνητικά αποτελέσματα.
7. Επικάλυμμα της τροφής (coating). Αυτό μπορεί να γίνει με:
 - αλεύρι, αυγό και φρυγανιά αλεσμένη (πανάρισμα)
 - γάλα και αλεύρι
 - αλεύρι και χυλό

Σκοπός της

διαδικασίας αυτής είναι:

- Να συγκροτήσει τα φυσικά και θρεπτικά στοιχεία της τροφής.
 - Να καλυτερέψει τη γεύση και εμφάνιση της τροφής.
 - Να εμποδίσει την απορρόφηση λίπους ή λαδιού.
8. Ροδοκοκκίνισμα (browning). Είναι το στάδιο κατά το οποίο η τροφή ψήνεται μέχρι να ροδοκοκκινίσει. Αυτό επιτυγχάνεται με το κατάλληλο λάδι, το κατάλληλο μέγεθος τηγανιού, τη σωστή θερμοκρασία και προσεκτική επίβλεψη.
 9. Γύρισμα της τροφής (tossing). Με τη σωστή κίνηση η τροφή αναποδογυρίζεται μέσα στο τηγάνι. Αυτό είναι αναγκαίο για ομοιόμορφο και ικανοποιητικό ψήσιμο της τροφής.
 10. Ντιγκλέιζινγκ (deglazing). Μετά το σοτάρισμα μερικών τροφών, το λίπος αφαιρείται και τα κατάλοιπα μετατρέπονται σε σάλτσα με την προσθήκη ζωμού ή κρασιού.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση

8. Να κατονομάσετε τέσσερις (4) τροφές οι οποίες ψήνονται με την μέθοδο μαγειρέματος βράσιμο. **(4 μονάδες)**

Σχεδόν όλες οι τροφές φρέσκες ή συντηρημένες μεταξύ άλλων: όπως κρέατα, πουλερικά, ψάρια, θαλασσινά, αυγά, λαχανικά, φρούτα, ζυμαρικά, ρύζι, όσπρια, ζωμοί, σάλτσες, σούπες.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

9. Να αναφέρετε τέσσερα (4) χαρακτηριστικά γνωρίσματα των σαλτσών.

(4 μονάδες)

- 1. Πρέπει να ταιριάζουν με την παρασκευή που συνοδεύουν ή καλύπτουν.**
- 2. Να είναι απαλές, χωρίς σβόλους (κουβάρια).**
- 3. Να έχουν χαρακτηριστική γεύση.**
- 4. Να είναι ελαφριές, δηλαδή, οι πηκτικές ουσίες να χρησιμοποιούνται στη σωστή ποσότητα.**
- 5. Να έχουν την κατάλληλη πυκνότητα (ούτε αραιές, ούτε πολύ πηκτές).**
- 6. Να χρησιμοποιούνται στις κατάλληλες ποσότητες ανάλογα με την παρασκευή.**

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

10. Να γράψετε τέσσερα (4) διαφορετικά χρώματα για τις σανίδες κοπής, οι οποίες χρησιμοποιούνται σε μια επαγγελματική κουζίνα. **(4 μονάδες)**

- 1. Πράσινο**
- 2. Κόκκινο**
- 3. Κίτρινο**
- 4. Καφέ**
- 5. Μπλε**
- 6. Λευκό**
- 7. Μωβ**

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

ΜΕΡΟΣ Β΄: Αποτελείται από πέντε (5) ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με οκτώ (8) μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις.

11. Να γράψετε με τη σωστή σειρά τα οκτώ (8) στάδια της μεθόδου μαγειρέματος Σου Βιντ. **(8 μονάδες)**

Στάδια της μεθόδου

- 1. Επιλογή και ρύθμιση ιδανικής θερμοκρασίας του κυρίως υλικού και του νερού.**
- 2. Προετοιμασία/Mise en Place (Δέσιμο, μεριδοποίηση, μαρινάρισμα κ.ο.κ.).**
- 3. Ροδοκοκκίνισμα, Μαρκάρισμα στη σχάρα, Κάπνισμα, Ζεμάτισμα (Blanching) κ.ο.κ. (όπου εφαρμόζεται).**

4. Τοποθετούμε τα υλικά μας στα ειδικά σακούλια, Σφράγισμα (απορρόφηση αέρος).
5. Τοποθετούμε τη βελόνα του θερμόμετρου στο κέντρο της τροφής και σφραγίζουμε με την ειδική ταινία αφρού.
6. Επιλογή και ρύθμιση χρόνου ψησίματος του κυρίως υλικού.
7. Τελειώνουμε το ψήσιμο με Ροδοκοκκίνισμα, Μαρκάρισμα στη σχάρα, Κάπνισμα κ.ο.κ. (όπου εφαρμόζεται) και τεμαχίζουμε (όπου εφαρμόζεται) ή κρυώνουμε και φυλάσσουμε αναλόγως το κυρίως υλικό*
8. Σερβίρουμε με τα συνοδευτικά ή/και τη σάλτσα.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

12

α) Να γράψετε τα υλικά και τα στάδια προετοιμασίας και εκτέλεσης της συνταγής για τη **σάλτσα μπεσιαμέλ (sauce béchamel)**. (7 μονάδες)

Υλικά για 1 λίτρο	Ποσότητα	Μον. μέτρησης	Σκευή/εξοπλισμός
1. αλεύρι	100	gr	Κατσαρόλες μικρές
2. βούτυρο ή λίπος	100	gr	Κουτάλα πλαστική
3. γάλα	1	lt	Μετρητής υγρών
4. ουανιόν κλουτέ	1	τεμάχιο	Κωνικό σουρωτήρι (chinois)
			Σανίδι κοψίματος
			Μαχαίρι κουζίνας
Προετοιμασία/στάδια εκτέλεσης συνταγής			

1. Σε κατσαρόλα με παχιά τοιχώματα λιώνουμε το βούτυρο και προσθέτουμε το αλεύρι. Το ανακατεύουμε με ξύλινο κουτάλι για να ψηθεί, (άσπρο ρου). Αφήνουμε να κρυώσει λίγο.
2. Ζεσταίνουμε το γάλα μαζί με το ουανιόν κλουτέ (βλ. Βασικά παρασκευάσματα), χωρίς όμως να κοχλάσει.
3. Μεταφέρουμε το γάλα στο χλιαρό ρου λίγο λίγο και ανακατεύουμε ταυτόχρονα για καλύτερη απορρόφηση και για να μη σβολιάσει.
4. Μεταφέρουμε και το ουανιόν κλουτέ και σιγοψήνουμε σε χαμηλή φωτιά για 20-30 λεπτά, ανακατεύοντας συνεχώς.
5. Αφαιρούμε το ουανιόν κλουτέ και περνούμε από λεπτό κωνικό σουρωτήρι (chinois).

Για να αποφύγουμε τη δημιουργία κρούστας στο πάνω μέρος της σάλτσας καλύπτουμε με λιωμένο βούτυρο ή με λαδωμένη βουτυρόκολλα.

Οδηγίες βαθμολόγησης: ½ μον. για κάθε υλικό και 1 μον. για κάθε στάδιο εκτέλεσης της συνταγής.

β) Να κατονομάσετε μία παράγωγη σάλτσα για τη **σάλτσα μπεσιαμέλ (sauce béchamel)**. (1 μονάδα)

ΣΑΛΤΣΑ ΤΥΡΙΟΥ Ή ΜΟΡΝΕΪ / CHEESE SAUCE, SAUCE MORNAY, ΣΑΛΤΣΑ ΚΡΕΜΑΣ / CREAM SAUCE, SAUCE CRÈME ή οποιαδήποτε άλλη παράγωγη σάλτσα από την Μπεσιαμέλ

13 α) Να γράψετε τον ορισμό για τους ζωμούς. (2 μονάδες)

Ορισμός:

Ζωμός είναι υγρό το οποίο περιέχει ευδιάλυτα θρεπτικά στοιχεία, γεύση και αρώματα, τα οποία εξάγονται από κόκκαλα (ή και ψαχνό κρέας) λαχανικά και αρωματικά, με συνεχές σιγανό βράσιμο.

β) Να αναφέρετε τα τρία (3) είδη ζωμών και να ονομάσετε ένα (1) παράδειγμα από το κάθε είδος ζωμού. (6 μονάδες)

Είδος ζωμού	Παράδειγμα
Άσπρος ζωμός/Fond blanc	Ετοιμάζεται από λαχανικά (για ζωμό λαχανικών) κόκκαλα από πουλερικά, μοσχάρι, βοδινό, αρνί και ψάρια.
Σκούρος ζωμός/Fond brun	Ετοιμάζεται από λαχανικά (για ζωμό λαχανικών) κόκκαλα από πουλερικά, μοσχάρι, βοδινό, αρνί και κυνήγια. Ορισμένοι αρχιμάγειρες παρασκευάζουν σκούρο ζωμό από χοιρινά κόκκαλα για να τον χρησιμοποιήσουν σε παρασκευές με χοιρινό κρέας.
Φουμέ/Fumet:	Η πιο συχνή χρήση του είναι για την ετοιμασία φουμέ από ψάρια, θαλασσινά και οστρακοειδή. Μπορεί όμως να παρασκευαστεί φουμέ από λαχανικά, πουλερικά και κυνήγια. Ετοιμάζεται από λαχανικά (για φουμέ λαχανικών) κόκκαλα από ψάρια (όχι λαδερά) πουλερικά, κυνήγια και κελύφη από οστρακοειδή.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

- 14 Πιο κάτω παρατίθενται οι θερμοκρασίες και ο βαθμός ψησίματος για φρέσκα πουλερικά και διαφορά κρέατα. Να αντιστοιχίσετε το βαθμό ψησίματος για το κάθε κρεατικό/πουλερικό με τη σωστή θερμοκρασία. **(8 μονάδες)**

Βαθμός Ψησίματος	Θερμοκρασία
Φρέσκο αρνίσιο, βοδινό, μοσχαρίσιο κρέας	
1. RARE	
2. MEDIUM RARE	A. 77°C
3. MEDIUM	B. 71°C
4. MEDIUM-WELL	Γ. 77°C
5. WELL-DONE	Δ. 59°C
Φρέσκο χοιρινό	E. 65°C
6. MEDIUM	Στ. 80°C
7. WELL-DONE	Z. 82°C
Φρέσκα Πουλερικά	H. 74°C
8. Πόδια, μηροί, φτερούγες πουλερικών	Θ. 71°C
	K. 63°C
	Λ. 57°C

1. Λ 2. Κ 3. Θ/ Β 4. Η 5. Α/Γ 6. Θ/ Β 7. Α/Γ 8. Ζ

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

15. Να γράψετε την περιγραφή για τα παρακάτω βασικά κοψίματα λαχανικών και πατατών. **(8 μονάδες)**

(1)		ΠΑΪΓ (PAILLE)	Πολύ λεπτές στενόμακρες λωρίδες πάχους 0.2 cm και μήκους 5-7 cm
(2)		ΜΠΡΟΥΝΟΥΑ (BRUNOISE)	Μικροί κύβοι κομμένοι από ζουλιέν 2.5 mm πάχος
(3)		ΠΑΡΙΣΙΕΝ (PARISIENNE)	Μπαλίτσες μεγέθους 2.5 cm
(4)		ΖΙΟΥΛΙΕΝ (JULIENNE)	Στενόμακρες λωρίδες 2.5 mm πάχος x 3-4 cm μήκος (μοιάζουν με σπιρτόξυλα)

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

ΜΕΡΟΣ Γ΄: Αποτελείται από δύο (2) ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις.

16. α) Δίνονται τρία στάδια της μεθόδου μαγειρέματος Στιου. Να γράψετε τα υπόλοιπα δέκα (10) στάδια με τη σωστή σειρά. **(5 μονάδες)**

1. Προετοιμασία/Mise en Place (μεριδοποίηση, μαρινάρισμα κ.ο.κ.).
2. Σοτάρουμε το κυρίως υλικό μέχρι να ροδοκοκκινίσει ομοιόμορφα (για σκούρα στιου).
 - 2 α) Σοτάρουμε το κυρίως υλικό χωρίς να πάρει χρώμα (για άσπρα στιου) (όπου εφαρμόζεται).
 - 2 β) Μπλαντσαίρουμε, Ζεματίζουμε (Blanching) ή Ξεπλένουμε (Refreshing) το κυρίως υλικό (για άσπρα στιου) (όπου εφαρμόζεται).
3. Αφαιρούμε το κυρίως υλικό και στραγγίζουμε το περιττό λίπος.
4. Προσθέτουμε το mirepoix ή τα λαχανικά και σοτάρουμε αναλόγως (ροδοκοκκινίζουμε για σκούρα στιου, μαλακώνουμε/sweating για άσπρα στιου).
5. Κάνουμε deglazing με κρασί, ζωμό ή άλλο υγρό.
6. Προσθέτουμε το κυρίως υλικό στη στρώση των λαχανικών/mirepoix.
7. Προσθέτουμε το υγρό ή τη σάλτσα μέχρι να καλύψει το κυρίως υλικό.
8. Αφήνουμε το υγρό να σιγοβράσει.
9. Ξαφρίζουμε εάν χρειάζεται (Skimming).
10. Προσθέτουμε τα αρωματικά.
11. Καλύπτουμε και συνεχίζουμε το ψήσιμο στο μάτι ή στον φούρνο με το υγρό να σιγοβράζει.
12. Διορθώνουμε τη γεύση και την πυκνότητα.
13. Σερβίρουμε το κυρίως υλικό με τη σάλτσα του.

Οδηγίες βαθμολόγησης: ½ μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

- β) Να αναφέρετε τέσσερα (4) σημεία προσοχής της μεθόδου μαγειρέματος Στιου. **(2 μονάδες)**

1. Τα υλικά προστίθενται στην παρασκευή στον κατάλληλο χρόνο.
2. Το πώμα πρέπει να εφαρμόζει καλά, ώστε να μην διαφεύγει ο ατμός από το φαγητό.
Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα τη διατήρηση της θερμοκρασίας κατά το ψήσιμο αλλά και την ελάττωση της εξάτμισης του υγρού από το φαγητό.
3. Οι πηκτικές ουσίες ή σάλτσες χρησιμοποιούνται με μέτρο, για τη σωστή πυκνότητα του υγρού ή της σάλτσας του φαγητού.
4. Συνεχής έλεγχος και ρύθμιση της θερμοκρασίας και των υγρών κατά το ψήσιμο.
5. Η ιδανική θερμοκρασία είναι γύρω στους 85°C -90°C.
6. Το σιγανό ψήσιμο διατηρεί το χρώμα της τροφής και τα υγρά δεν εξατμίζονται.
7. Ο χρόνος ψησίματος καθορίζεται από το είδος, την ποικιλία, την ηλικία και το μέρος του ζώου από το οποίο κόπηκε το συγκεκριμένο κομμάτι κρέατος.
8. Όταν το κρέας με το τρύπημά του με πιρούνα είναι μαλακό, τότε είναι έτοιμο

(fork tender).

9. Το υπερβολικό ψήσιμο πρέπει να αποφεύγεται, για να:

- μην εξατμίζονται τα υγρά σε μεγάλο βαθμό
- μην αλλάζει το χρώμα των υλικών
- μην αλλάζει η υφή των υλικών (όταν παραψήνονται λιώνουν τα υλικά της παρασκευής)
- μην αλλοιώνεται το άρωμα και η γεύση του φαγητού.

10. Ξέπλυμα/Refreshing:

Η τροφή μπαίνει από την αρχή σε κρύο νερό, ζεσταίνεται για μερικά λεπτά και κρύνει με άφ-θονο, κρύο καθαρό νερό για να ξεπλυθεί.

11. Sealing/κλείσιμο πόρων:

Με ελαφρύ σοτάρισμα χωρίς να πάρει χρώμα (για άσπρα στιου), ή με καβούρδισμα ή τσιγάρι-σμα, ή με κοκκίνισμα στον φούρνο.

12. Καβούρδισμα/Browning-Searing:

Γρήγορο κοκκίνισμα της τροφής στο τηγάνι με λίγο λάδι ή βούτυρο, για να κλείσουν οι πόροι και να συγκρατηθούν τα υγρά. Αυτό γίνεται στα σκούρα στιου.

13. Ανακάτεμα και προσθήκη ζεστού υγρού (stirring and adding hot liquid):

Το ζεστό υγρό προστίθεται στα άλλα υλικά λίγο-λίγο και ανακατεύεται.

14. Ξάφρισμα/Skimming:

Με τρυπητή κουτάλα αφαιρείται ο αφρός κατά το ψήσιμο, για καθαρή παρασκευή

Οδηγίες βαθμολόγησης: ½ μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

γ) Να γράψετε τρία (3) πλεονεκτήματα για τη μέθοδο μαγειρέματος Στιου.

(3 μονάδες)

Οικονομία Υλικών

Οικονομία Εργατικών

Θρεπτικότητα και γεύση

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

17. Στον πιο κάτω πίνακα να αναγράψετε από πέντε (5) βασικές διαφορές ανάμεσα στο Μπρεζέ και στο Στιου. **(10 μονάδες)**

Μπρεζέ	Στιου
1. Μεγάλα και σκληρά κομμάτια κρέατος.	1. Το κρέας κόβεται σε μικρά κομμάτια, συνήθως κύβους.
2. Το υγρό καλύπτει την τροφή, κατά το ψήσιμό της, στα 2/3.	2. Το υγρό καλύπτει ολόκληρη την τροφή κατά το ψήσιμό της.
3. Το υγρό στο οποίο ψήνεται η τροφή αποτελείται από κρασί, ζωμό, σάλτσα και μπορεί να προστεθεί και οξύ (χυμός λεμονιού).	3. Το υγρό στο οποίο ψήνεται η τροφή αποτελείται κυρίως από τα υγρά τα οποία διαφεύγουν από τα κύρια υλικά της παρασκευής, ζωμό (ο οποίος παράγεται/εμπλουτίζεται από το κυρίως υλικό της παρασκευής), κρασί, σάλτσα και μπορεί να προστεθεί και οξύ (χυμός λεμονιού).
4. Το ψήσιμο των μεγάλων και σκληρών κομματιών κρέατος συνήθως γίνεται στον φούρνο, όπου η θερμότητα μεταδίδεται με μεταφορά (όχι άμεσα από την πηγή θερμότητας).	4. Το ψήσιμο των κομματιών της παρασκευής γίνεται συνήθως στην εστία γκαζιού, όπου η μετάδοση της θερμότητας γίνεται άμεσα από την πηγή θερμότητας στο σκεύος και από εκεί στην τροφή.
5. Συνήθως τα κρέατα τα οποία μαγειρεύονται με τη μέθοδο μπρεζέ τεμαχίζονται μετά το ψήσιμο, πριν σερβιριστούν.	5. Οι τροφές οι οποίες μαγειρεύονται με τη μέθοδο στιου συνήθως είναι ήδη κομμένες πριν αρχίσουμε τη διαδικασία του ψησίματος.
6. Το υγρό ή σάλτσα χρειάζεται να σουρωθεί, ελέγχουμε και διορθώνουμε τη γεύση και την πυκνότητα, και στη συνέχεια συνοδεύει το κυρίως υλικό.	6. Πριν σερβίρουμε το φαγητό μας με τη σάλτσα ή το υγρό του, δεν το σουρώνουμε, ελέγχουμε και διορθώνουμε τη γεύση του.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μον. για την κάθε ορθή απάντηση.

ΤΕΛΟΣ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟΥ ΔΟΚΙΜΙΟΥ