



**MAGYAR MÁLTAI
SZERETETSZOLGÁLAT
KÁROLY RÓBERT TECHNIKUM
GYÖNGYÖS**



Erasmus+

MUNKANAPLÓ

külföldi szakmai gyakorlati munkához

SÁFRÁN TAMÁS

.....

név

Alapadatok

Kiutazó neve: **Sáfrán Tamás**

Küldő intézmény neve: **Magyar Máltai Szeretetszolgálat Károly Róbert Technikum**

Címe: **3200 Gyöngyös, Katona J. u. 4.**

Projekt címe: **„Rövid ellátási láncok helye és szerepe a vendéglátásban, avagy a helyi termelőtől a vendég tányérjáig„**

Fogadó intézmény neve: **Zaragoza Fundación Picarral – Spanyolország, Zaragoza**

Külföldi gyakorlati hely megnevezése: **iskolai tanterem és tankonyha**

Gyakorlati munkahely szakmai profilja: **iskolai vendéglátás**

Kiutazás kezdete, vége: **2025.03.11. – 2025. 04.07.**

Szakma (munkaterület): **vendéglátás/szakács**

Munkavégzés ideje: **délelőtt/délután**

Összes gyakorlati idő: **140 óra (18 munkanap)**

Napi munkaidő: **8 óra/nap**

Külföldi szakmai gyakorlati felkészítés:

Kezdete és vége: **2025. 01.15. – 2025.03.06.**

Napi időtartama: **változó**

Nyelve: **angol és magyar**

Szakmai területe: **szakács**

KITÖLTÉSI ÚTMUTATÓ A MUNKANAPLÓ VEZETÉSÉHEZ

Munkavégzés helye:

- vendéglátóipari vagy turisztikai egység neve

Napi munka, beosztás:

- Konyha- előkészítő, elkészítő, befejező műveletek
- Étterem- felszolgálat, szervírozás, dekorálás (étel, ital stb.)
- Bár- kávéfőzés, italkeverés stb.

Tapasztalatok:

- az adott hellyel, munkatársakkal kapcsolatos minden információ
- munkarend, elvégzett feladatok
- étkezési szokások- időpontja, hossza, stb.
- felhasznált - gyakran használt alapanyagok, fűszerek megnevezése stb.
- összehasonlítás a magyar szokásokkal - mi az, ami van, mi az, ami nincs, illetve más formában létezik nálunk, különös tekintettel a szervírozásra és a dekorálásra
- ismeretlen, itthon nem vagy keveset használt gépek, berendezések az adott helyen
- milyen nehézségek nehezítették a munkát? (szakmai, kommunikációs)

Munkatársak neve:

- azoknak a nevei, akik segítettek a napi munkában

Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

- mindennapi kommunikációban használt, tanult szókinccs
- receptek szókinccse
- étlap idegen nyelven
- A szótár lehet 3 nyelvű: magyar- munkanyelv- adott ország nyelve.

Recept: vagy napi menü

. az étterem asznapi étlapja alapján

- minden nap egy elsajátított, illetve új recept rögzítése (hozzávalók)
- lehet koktél vagy különböző kávéfajták stb.
- lehet ebédre, vacsorára fogyasztott étel receptje is.

A munkanapló 1 oldalát a kedvezményezett köteles minden munkanapon a munka végeztével kitölteni.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.12

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Szeletelés, csomagolás, sütés, tésztakészítés,
sokkolás, dresszingelés

Munkatársak neve:

Ivan
Adrian
Alejandro
Teodora
María

Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

Lechuga (saláta), Zanahoria (sárgarépa), Patata (burgonya), Pepino (uborka), Pimiento (paprika), Champiñón (csiperkegomba), Brócoli (brokkoli), Coliflor (karfiol), Fresas (eper), Manzana (alma)

Napi menü/Recept:

Krumplis tortilla:

Felhevítem az olajat egy serpenyőben közepes lángon, majd beleteszem a vékonyra szeletelt burgonyát és hagymát (ha használok), és addig sütöm, amíg megpuhul, de nem pirul meg (kb. 10-12 perc). Közben egy tálban ferverem a tojásokat, sózom, borsozom, majd összekeverem az enyhén lecsepegtetett burgonyával. Visszaöntöm a keveréket a serpenyőbe, és közepes lángon addig sütöm, amíg az alja megszilárdul. Óvatosan egy tányérra fordítom, majd visszacsúsztatom a serpenyőbe, és a másik oldalát is aranybarnára sütöm. Melegen vagy langyosan tálalom.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.13

Munkavégzés helye: Auditorio de Zaragoza

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Catering, előételek tálalása

Munkatársak neve:

Ivan
Yezena
Diego
Aron
Daniel

Újjonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

Fruta (gyümölcs), Huevo (tojás), Arroz (rizs), Harina (liszt), Aceite (olaj), Vinagre (ecet), Cebolla (hagyma), Ajo (fokhagyma), Tomate (paradicsom), Pimienta (bors)

Napi menü/Recept:

Croquetas: Felolvasztom a vaját egy lábasban, majd hozzáadom az apróra vágott hagymát, és üvegesre párolom. Belekeverem a lisztet, és néhány percig pirítom, majd fokozatosan hozzáöntöm a tejet, folyamatos keverés mellett, amíg sűrű besamel mártást kapok. Sózom, borsozom, szerecsendióval ízesítem, majd hozzáadom az apróra vágott sonkát (vagy más töltelék), és alaposan elkeverem. Hagyom kihűlni, majd hűtőbe teszem legalább egy órára, hogy megdermedjen. Nedves kézzel kis hengereket formázok belőle, majd megforgatom őket lisztben, felvert tojásban és zsemlemorzsában. Bő, forró olajban aranybarnára sütöm

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025. 03. 14.

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Takarítás, Spanyol ételek felfedezése és
elkészítése

Munkatársak neve:

Yezena
Maria
Soria
Anas

Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

Plato (tányér), Vaso (pohár), Copa (kehely), Olla (fazék), Cacerola (lábas),
Mantequilla (vaj), Queso (sajt), Carne (hús), Pescado (hal), Verduras
(zöldségek)

Napi menü/Recept:

Paella: A garnélarákot olívaolajon dinsztelelem, közben a fejet elválasztom a páncéltól, de nem szedem le teljesen, majd egy paella tálra rakom körbe. kockára vágott kaliforniai paprikát (2 különböző színűt) kockára vágok, vöröshagymát is és finomra fokhagymát. Tintahalat szeletekre vágok, majd azt is lepirítok és a paella tál közepére teszem. Ezután szintén lepirítom a zöldségeket és azt is a közepére teszem. Ezeket pirítás közben sózom és borsozom. Majd ha ezzel megvagyunk, akkor rátesszük az arborio rizst és kicsit pirítjuk a tűzhelyen. Majd 2x-es mennyiségű halalaplé folyadékkal felöntjük és hagyjuk egy pár percet rázogatva a tűzhelyen, ha szükséges sózzuk és borsozzuk. Majd 210 fokos sütőbe tesszük. mielőtt kész lenne 2 perccel párolt feketekagylóval díszítjük meg.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.17

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Darabolás, Sütés, párolva sütés, takarítás,
fűszerezés

Munkatársak neve:

Ivan
Victor
Yezena
Xiomara
Dam

Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):
Cuchillo (kés), Tenedor (villa), Cuchara (kanál), Sartén (serpenyő), Horno (sütő), Sal (só), Azúcar (cukor), Agua (víz), Leche (tej), Pan (kenyér)

Napi menü/recept:

Ternasco: Előkészítés: A bárányt sóval, borssal, fokhagymával és fűszerekkel bedörzsöljük, majd 15-20 percig állni hagyjuk. Kemence előkészítése: A kemencét 150-160°C-ra melegítjük. Tepsi előkészítése: A szeletelt burgonyát és hagymát a tepsi aljára tesszük, hozzáadjuk a babérlevelet, majd ráhelyezzük a bárányt. Folyadék hozzáadása: Meglocsoljuk olívaolajjal, aláöntjük a fehérbort és a húslevest. Első sütési szakasz: Lefedve sütjük 2,5-3 órán keresztül. Píritás: A fóliát levesszük, a hőmérsékletet 180-200°C-ra emeljük, és további 30-40 percig sütjük, közben saját szaftjával locsoljuk. Pihentetés: A sütőből kivéve 15-20 percig pihentetjük. Tálalás: A sült bárányt a puha burgonyával és hagymával kínáljuk.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.18

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Díszítés, mosogatás, Tálalás

Munkatársak neve:

Anas
Soria
Salma
Ivan
Maria

Újjonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

Cocina (konyha), Comida (étel), Bebida (ital), Taza (csésze), Cuchillo (kés), Día (nap), Noche (éjszaka), Blanco (fehér), Negro (fekete), Dulce (édes)

Napi menü/recept:

Pollo al ajillo: A csirkét sózzuk, borsozzuk, egy serpenyőben az olívaolajon erősebb lángon körbepirítjuk, közben hozzáadjuk a fokhagymagerezdeket (héjastul vagy meghámozva), amikor a hús szép aranybarna, hozzáöntjük a fehérbort, beletesszük a fűszereket (ha használunk), majd lefedve, kis lángon 20–25 percig pároljuk, ezután fedő nélkül még pár percig pirítjuk, amíg a szaft kissé besűrűsödik és a hús kívül is ropogós lesz, forrón tálaljuk pirított kenyérrel, sült burgonyával vagy rizsszel.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:

2025.03.19

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Darabolás, Hőkezelés, Sütés

Munkatársak neve:

Yezena

Pedro

Ivan

Salma

Daniel

Újjonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):
Huevo (tojás), Miel (méz), Jugo (lé), Helado (fagylalt), Cereza (cseresznye), Uva (szőlő), Plato (tányér), Cuchara (kanál), Servilleta (szalvéta), Receta (recept)

Napi menü/recept:

Flan de Huevo: A karamellhez a cukrot és a vizet egy lábasban közepes lángon aranybarnára karamellizáljuk, majd gyorsan beleöntjük kis pudingformák vagy egy nagy forma aljába és elosztjuk, a tejet felforrósítjuk (nem forraljuk), közben a tojásokat a cukorral és vaníliával simára keverjük, majd folyamatos keverés mellett hozzáöntjük a meleg tejet, ezt a keveréket a karamellel bélelt formákba öntjük, a formákat vízfürdőbe tesszük (tepsibe helyezük és felöntjük a tepsit forró vízzel kb. a formák feléig), 160°C-ra előmelegített sütőben kb. 40-50 percig sütjük (amíg rezgős, de már nem folyós), ezután kivesszük, hagyjuk kihűlni, majd hűtőbe tesszük legalább 2-3 órára, tálalás előtt késsel körbevágjuk, kifordítjuk tányérra, így a karamell szépen lecsorog rá.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.20

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

<p>Végzett tevékenység, tapasztalatok:</p> <p>Sous-vide technológia, Magas hőfokon történő sütés</p>	<p>Munkatársak neve:</p> <p>Soria Salma Yeneza Daniel Beatrix</p>
<p>Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):</p> <p>Tostada (pirítós), Mermelada (lekvár), Mostaza (mustár), Ketchup (ketchup), Horno (sütő), Microondas (mikrohullámú sütő), Lavavajillas (mosogatógép), Fregar (mosogatni), Mezclar (keverni), Hervir (forralni)</p>	
<p>Napi menü/recept:</p> <p>Tortilla patata(fine dining): A krumplit pirított fokhagymával megfőzzük, majd thermomixerben ledaráljuk és főzzük olajjal és a főzővizével tovább 75 fokon. Addig hagymát megkaramellizálunk. A burgonyát szifonba töltjük és melegen tároljuk. Egy pohár aljára tesszük a hagymát, majd öntünk rá tojássárgáját és szifonból kinyomjuk a burgonyahabot.</p>	

<h2>MUNKANAPLÓ</h2>
<p>Év/hó/nap: 2025.03.21</p>
<p>Munkavégzés helye: TOPI Catering School</p>
<p>Napi munka, beosztás: Szakács</p>

<p>Végzett tevékenység, tapasztalatok:</p> <p>Marha húsrészei és belsőségei feldolgozása, mártások készítése</p>	<p>Munkatársak neve:</p> <p>Ivan Africa Soria Daniel Raúl Yezena Salma</p>
<p>Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):</p> <p>Cortar (vágni), Pelar (hámozni), Cocer (főzni), Asar (sütni – sütőben), Freír (sütni – olajban), Batir (felverni), Probar (megkóstolni), Servir (felszolgálni), Comer (enni), Beber (inni)</p>	
<p>Napi menü/recept:</p> <p>Gazpacho: A paradicsomot felkockázzuk, az uborkát, paprikát, hagymát és fokhagymát megpucoljuk és feldaraboljuk, a kenyérszeleteket hideg vízbe áztatjuk pár percre, majd kinyomkodjuk, mindent egy turmixgépbe vagy nagy tálba teszünk, hozzáadjuk az olívaolajat, ecetet, sót, borsot és egy kevés vizet, majd simára turmixoljuk, végül hűtőbe tesszük legalább 2-3 órára, hogy jól lehűljön és összeérjenek az ízek, tálaláskor hidegen kínáljuk, akár jégkockával és apróra vágott zöldségekkel a tetején.</p>	

<h2>MUNKANAPLÓ</h2>	
<p>Év/hó/nap: 2025.03.24</p>	
<p>Munkavégzés helye: TOPI Catering School</p>	
<p>Napi munka, beosztás: Szakács</p>	

<p>Végzett tevékenység, tapasztalatok:</p> <p>Szeletelés, modern konyhatechnológia alkalmazása, sütve párolás</p>	<p>Munkatársak neve:</p> <p>Cintia Mohamed Anas Szabolcs Raúl Ivan Yezena</p>
<p>Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):</p> <p>Aceituna (olíva), Maíz (kukorica), Naranja (narancs), Limón (citrom), Sandía (görögdinnye), Melón (sárgadinnye), Albaricoque (sárgabarack), Pera (körte), Plátano (banán), Coco (kókusz)</p>	
<p>Napi menü/recept:</p> <p>Garnéla lap: A garnélákat megtisztítjuk, majd a hasánál hosszanti irányban félbe vágva, de nem ketté, eltávolítjuk a bélcsatornát, majd egy sütőpapírral kibélelt tálcára rakjuk, annyit, hogy teli legyen a tálca. majd kiklopfoljuk és a fagyasztóba tesszük. mikor megfagyott kockára vágva lehet tálalni egy kevés fekete öröltborssal és salsa szósszal.</p>	

<h2>MUNKANAPLÓ</h2>
<p>Év/hó/nap: 2025.03.25</p>
<p>Munkavégzés helye: TOPI Catering School</p>
<p>Napi munka, beosztás: Szakács</p>

<p>Végzett tevékenység, tapasztalatok:</p> <p>Desszertek készítése, Dresszingelés, Takarítási folyamatok</p>	<p>Munkatársak neve:</p> <p>Ivan Salma Africa Orós Mohamed Diegolo Anas</p>
<p>Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Tetera (teáskanna), Cafetera (kávéfőző), Cazo (merőkanál), Colador (szűrő), Hielo (jég), Huevo duro (keménytojás), Galleta (keksz), Pastel (torta), Crema (krém), Sabor (íz)</p>	
<p>Napi menü/recept: Fahéjas almás desszert citromos fagyival: Az almát kicsumázzuk. Megsütjük 150 fokon, majd egy kevés fahéjas-cukros keverékkel megszórjuk a belsejét. Citromos fagyival tálaljuk.</p>	

<h2>MUNKANAPLÓ</h2>
<p>Év/hó/nap: 2025.03.26</p>
<p>Munkavégzés helye: TOPI Catering School</p>
<p>Napi munka, beosztás: Szakács</p>

<p>Végzett tevékenység, tapasztalatok:</p> <p>Egész bányás felolgozása, Termomixer használata, szeletelés</p>	<p>Munkatársak neve:</p> <p>Szabolcs Anas Soria Daniel Yezena Salma</p>
<p>Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):</p> <p>Bol (tál), Bandeja (tálca), Rallador (reszelő), Espátula (lapát), Abrelatas (konzervnyitó), Sacacorchos (dugóhúzó), Cucharon (merőkanál), Mandarina (mandarin), Lentejas (lencse), Garbanzos (csicseriborsó)</p>	
<p>Napi menü/recept:</p> <p>Caldereta de cordero: Az olívaolajon a sózott-borsozott bányásdarabokat körbepirítjuk, majd kivesszük, ugyanabban az edényben megdinszteljük a felaprított hagymát és fokhagymát, hozzáadjuk a felcsíkozott paprikát, pár perc múlva a felkockázott paradicsomot is, beleszórjuk a fűszerpaprikát, köményt, majd visszatesszük a húst, felöntjük a borral, pár percig forraljuk, hozzáadjuk a babérlevelet és a húslevest (vagy vizet), lefedve lassú tűzön kb. 1–1,5 órát főzzük, amíg a hús omlós lesz, ekkor belerakjuk a meghámozott, darabolt burgonyát, és további 20–30 percig főzzük, amíg a krumpli is megpuhul, végül petrezselyemmel megszórva forrón tálaljuk.</p>	

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.03.27

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Tálalás, Személyzeti étel elkészítése, szeletelés, Sous-vide használata	Munkatársak neve: Africa Orós Salma Yezena Raúl Mohamed
Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Almendra (mandula), Nuez (dió), Avena (zab), Trigo (búza), Masa (tészta, nyers), Pan rallado (zsemlemorzsa), Espaguetis (spagetti), Fideos (cérnametélt), Harina integral (teljes kiőrlésű liszt), Levadura (élesztő)	
Napi menü/recept: Churros: Egy lábasban felforraljuk a vizet a vajjal (vagy olajjal), sóval és cukorral, amikor felforrt, lehúzzuk a tűzről, egyszerre beleöntjük a lisztet, gyorsan elkeverjük, míg elválik az edény falától, kicsit hűlni hagyjuk, majd egyenként hozzákeverjük a tojásokat, a masszát csillagcsöves habzsákba töltjük, bő, forró olajba (kb. 180°C) 10-12 cm-es csíkokat nyomunk, ollóval levágva, aranybarnára sütjük őket mindkét oldalon, majd papírtörlőre szedjük, még melegen megforgatjuk fahéjas cukorban.	

MUNKANAPLÓ
Év/hó/nap: 2025.03.28
Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Takarítási folyamatok elvégzése, Majonéz készítése, Sütés	Munkatársak neve: Orós Salma Africa Yezena Daniel Anas Raúl Diegolo
Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Yogur (joghurt), Nata (tejszín), Queso rallado (reszelt sajt), Manteca (zsír), Tocino (szalonna), Jamón (sonka), Caldo (alaplé), Sopa instantánea (instant leves), Conserva (konzerv), Ensalada (saláta)	
Napi menü/recept: Majonéz: A tojássárgáját egy tálba tesszük, hozzáadjuk a mustárt, citromlevet és egy csipet sót, majd kézi habverővel vagy botmixerrel elkezdjük keverni, ezután az olajat nagyon lassan, vékony sugárban adagolva, folyamatos keverés mellett belecsurgatjuk, amíg be nem sűrűsödik és el nem éri a majonéz állagot, ha túl sűrű lenne, pár csepp vízzel lazíthatjuk, végül ízlés szerint még sóval, citromlével állítjuk be.	

MUNKANAPLÓ
Év/hó/nap: 2025.03.31
Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Magyar konyha bemutatása, szeletelés, hámozás, előkészületek	Munkatársak neve: Ivan Africa Soria Daniel Raúl Yezena Salma Szabolcs
Újjonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Mezcla (keverék), Relleno (töltelék), Horno de gas (gáztűzhely), Cocina eléctrica (villanytűzhely), Espuma (hab), Rebanada (szelet), Tostadora (pirítógép), Panecillo (zsemle), Bote (üveg, befőttesüveg), Tarro (kisebb üveg)	
Napi menü/recept: Tripla csokis mousse: Étcsokoládét megolvasztunk, tojássárgáját cukorral kihabosítjuk, belekeverjük a langyos csokit, tejszínből habot verünk, óvatosan hozzáforgatjuk, majd az aljára rétegezzük és hűtjük. Tejcsokoládét megolvasztunk, ugyanúgy készítjük el, mint az étcsokis réteget, majd a kihűlt étcsokis mousse-ra simítjuk. Fehér csokoládét megolvasztunk, az előzőekhez hasonlóan készítjük, és a tejcsokis réteg tetejére simítjuk, végül az egész desszertet jól behűtjük tálalás előtt.	

MUNKANAPLÓ
Év/hó/nap: 2025.04.01
Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács

Végzett tevékenység, tapasztalatok:

Magyar konyha ízvilágának ismertetése,
főzés, sütés

Munkatársak neve:

Daniel
Soria
Raúl
Salma
Africa
Beatrix
Sofia
Szabolcs

Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár):

Recipiente (edény), Tapadera (fedő), Temporizador (időzítő), Medidor (mérőedény), Pizca (csipet), Rodaja (karika), Cubito (jégkocka), Horno precalentado (előmelegített sütő), Guiso (ragu), Estofado (pörkölt)

Napi menü/recept:

Rakott krumpli: Burgonyát héjában megfőzünk, megpucoljuk és karikára vágjuk, tojást keményre főzünk, megpucoljuk és szintén felkarikázzuk, kolbászt vékonyan felszeletelünk, egy kivajazott tepsibe rétegezzük a burgonyát, tojást és kolbászt, minden réteget sózunk és meglocsolunk tejföllel, a tetejére krumpli és bő tejföl kerül, reszelt sajttal megszórhatjuk, majd sütőben pirosra sütjük.

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.04.02

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Finomra vágás, mártás készítése, főzés, blansírozás	Munkatársak neve: Mohamed Salma Soria Africa Raúl Anas Szabolcs
Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Cortar en cubos (felkockázni), Cortar en tiras (csíkokra vágni), Picar (aprítani), Triturar (pépesíteni), Remover (megkeverni), Desmenuzar (morzsolni), Añadir (hozzáadni), Verter (önteni), Escurrir (leszűrni), Enfriar (lehűteni)	
Napi menü/recept: Salsa romesco: A paprikát megsütjük vagy grillezzük, majd meghámozzuk, a fokhagymát enyhén megpirítjuk vagy nyersen használjuk, a diót és a kenyeret serpenyőben kissé megpirítjuk, minden hozzávalót egy turmixba vagy késes aprítóba teszünk, hozzáadjuk az ecetet, olívaolajat, piros paprikát, sót és borsot, majd simára vagy enyhén darabosra turmixoljuk, ízlés szerint vízzel vagy több olajjal állítjuk be a sűrűséget, végül lehűtve vagy szobahőmérsékleten tálaljuk.	

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap: 2025.04.03
Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Napi menü elkészítése, ételek díszítése	Munkatársak neve: Szabolcs Yezena Raúl Orós Africa Salma Mohamed
Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Batidora (turmixgép), Licuadora (gyümölcscentrifuga), Robot de cocina (konyhai robotgép), Báscula (konyhai mérleg), Molde (sütőforma), Bandeja para hornear (sütőlap), Papel de horno (sütőpapír), Servilleta de papel (papírszalvéta), Fregadero (mosogató), Trapo de cocina (konyharuha)	
Napi menü/recept: Pinchos morunos de cordero: A bányahúst kb. 2-3 cm-es kockákra vágjuk, egy tálban összekeverjük az olívaolajat, citromlevet, zúzott fokhagymát, sót, borsot és az összes fűszert, ebbe a pácba beforgatjuk a húskockákat, letakarva minimum 2 órára, de akár egy éjszakára hűtőbe tesszük, pácolás után a húst nyársra húzzuk (fa nyársakat előtte vízbe áztassunk), forró grillen vagy serpenyőben oldalanként 2-3 perc alatt megsütjük, míg kívül pirult, belül szaftos lesz, végül friss petrezselyemmel vagy korianderrel megszórva tálaljuk.	

MUNKANAPLÓ

Év/hó/nap:
2025.04.04

Munkavégzés helye: TOPI Catering School

Napi munka, beosztás: Szakács	
Végzett tevékenység, tapasztalatok: Takarítási műveletek elvégzése, Sütemény készítése	Munkatársak neve: Szabolcs Mohamed Raúl Salma Africa Orós Di Torro Yezena Daniel Beatriz Cintia
Újonnan megismert szavak, kifejezések (szótár): Almohadilla (alátét), Cuchillo afilado (éles kés), Guante de cocina (sütőkesztyű), Pinzas (csipesz), Vaso medidor (mérőpohár), Espumadera (lyukas szedőkanál), Termómetro de cocina (hőmérő), Tabla de amasar (gyúródeszka), Horno ventilado (légkeveréses sütő), Cocina casera (házi főzés)	
Napi menü/recept: Buñuelos de viento: A vizet, tejet, vaját, sót és cukrot egy lábasban felforraljuk, amikor forr, lehúzzuk a tűzről, egyszerre hozzáadjuk a lisztet, gyorsan elkeverjük, visszatesszük alacsony lángra, és addig kevergetjük, míg a tészta elválik az edény falától, kissé kihűtjük, majd egyenként hozzáadjuk a tojásokat, minden tojás után alaposan elkeverve, amíg sűrű, krémes, fényes tésztát kapunk (ne legyen túl híg!), az olajat felmelegítjük kb. 170-180°C-ra, két kiskanál segítségével diónyi adagokat szaggatunk a forró olajba, és aranybarnára sütjük őket (maguktól puffadnak és megfordulnak), majd papírtörlőre szedjük, langyosan vagy hidegen porcukorral megszórva tálaljuk, esetleg habzsákkal megtölthetjük vaníliás vagy csokis krémmel.	

MOBILITÁS ELEMZÉSE, TAPASZTALATOK, VÉLEMÉNYEK, JAVASLATOK

1. Milyen hétfévi, szabadidős programokon vettél részt:

A lehető legtöbb programon részt vettünk. Zaragozában felfedeztük a város minden zugát, részt vettünk a fogadó iskolánk által szervezett catering rendezvényen is. Ellátogattunk Madridba, ahol megnéztük a Santiago Bernabeu stadiont, Prado múzeumot, valamint számos műemléket és a Királyi palotát is. Elutaztunk Monasterio De Piedra nemzeti parkba és felfedeztük Spanyolország egyik legszebb természet adta több ezeréves vízeséseket, kőmaradványokat, melyet a víz csiszolt évszázadokon keresztül, valamint látványos növényzetét. Barcelonában megcsodálhattuk Colombus Kristóf szobrát a tengerparton, A Sagrada Familia templomot és sok műemléket és a városban rejtett kincseket.

2. Milyen volt a szállás, ellátás minősége?

Minden megfelelő volt.

3. Milyen közlekedési eszközt vettél igénybe a napi munkába járáshoz?

Autóbusz

4. Milyen személyes és szakmai elvárásaid voltak a külföldi szakmai gyakorlattal kapcsolatban?

Személyes és szakmai elvárásom volt a fejlődés és az új gasztronómiai kultúra elsajátítása és mentalitása, amelyet sikerült is megtapasztalnom.

5. Hogyan valósultak meg szakmai elvárásaid? Szakmailag miben fejlődöttél a program alatt?

Szakmai szempontból a legnagyobbat a receptek terén fejlődtem, melyet a napi szinten elkészítő kiváló szakácsoktól tanulhattam el.

6. Hogy látod? Szakmailag miben kell még fejlődöd a szakmai vizsgáig bezárólag? (Szakmai fejlődési terv)

Azt gondolom, hogy eléggé felkészültem várom a szakmai vizsgámat.

7. Mi volt a legnagyobb élményed a kint tartózkodás alatt?

Új barátok és ismerősök megismerése, valamint a kedvenc football csapatomnak a stadionjának körbejárása.

8. S mi érintett a legkellemetlenebbül?

Sajnos haza kellett jönni.

A gyakorlat végén gondold végig, mennyire volt hasznos a szakmai gyakorlatra történő felkészítés! Egy 5-ös skálán karikázd be a válaszod!

Válaszom: 5

1
2
3
4
egyáltalán nem 5
nagyon hasznos volt

Ha nem volt hasznos, akkor írd le miért nem!

9. A szakmai gyakorlatod mennyire illeszkedett az itthoni szakmai gyakorlati munkádhoz? Egy 5-ös skálán karikázd be a válaszod!

Válaszom: 4

1
2
3
4
5
semmi köze sem volt hozzá otthon, jée, így is lehet dolgozni! *hasonló munkát végeztem*

Ha semmi közöd, nem volt hozzá, mi jelentett örömet a munkádban?

10. A mentor vagy kísérőtanár értékelése a tanulórol:

Tamás az első perctől kezdve mikor megtudta, hogy jelentkezését sikeresen fogadtuk az Erasmus programba, százalékos bedobással állt a program végrehajtásához. A kinti gyakorlatot is ilyen teljesítménnyel fejezte be, nagyon megvolt vele elégedve a partner. Oktatókkal és diákokkal jó volt a kommunikációja, megfelelően használta az angol nyelvet. Jövőben az a terve, hogy Spanyolországban fog munkát vállalni az iskola befejezése után.

11. A mentor vagy kísérőtanár esetleges javaslatai a munkahely kiválasztásával, az ott végzett munkával kapcsolatban:

Semmilyen változtatást nem javaslok, minden úgy jó, ahogy van.