

Καλησπέρα σας.

Αυτήν την βδομάδα θα κάνουμε 2 ασκήσεις.

Η πρώτη άσκηση αναφέρεται στους τρόπους ψησίματος των λαχανικών.

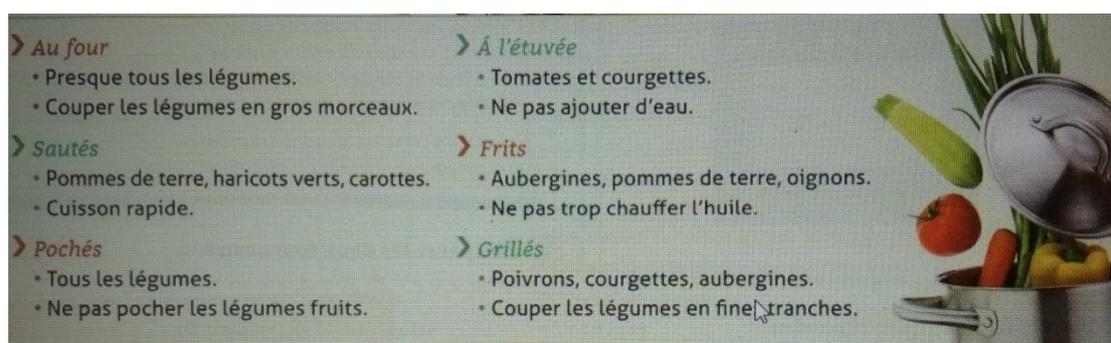
Η δεύτερη άσκηση είναι μια συνταγή που πρέπει να βάλετε την εκτέλεση της στην σωστή σειρά.

Τις απαντήσεις των ασκήσεων πρέπει να μου τις στείλετε έως και την Παρασκευή 11/6.

Η καθηγήτρια σας

Νικοπούλου Μαρίνα

### Les légumes et leur cuisson



### Exercice

Regardez l'image ci-dessus et complétez le tableau

Κοιτάξτε την παραπάνω εικόνα και συμπληρώστε τον πίνακα

	Cuisson
On ne doit pas trop chauffer l'huile. = Δεν πρέπει να ζεστανουμε υπερβολικά το λάδι	Frits
Cette cuisson est idéale pour les pommes de terre, les haricots verts et les carottes. = Αυτό το μαγείρεμα είναι ιδανικό για τις πατάτες, τα πράσινα φασολάκια και τα καρότα	sautés
Pour cette cuisson on coupe les légumes en tranches fines. = Για αυτό το μαγείρεμα κόβουμε τα λαχανικά σε λεπτές φέτες	grillés
On ne doit pas ajouter d'eau. = Δεν πρέπει να προσθέσουμε πολύ νερό	A l'étuvée
On préfère ces cuissons pour tous les légumes. = Προτιμάμε αυτά τα μαγειρέματα για όλα τα λαχανικά.	Au four Pochés

Cette cuisson n'est pas bonne pour les légumes fruits = Αυτό το μαγείρεμα δεν είναι καλό για τα λαχανικά-φρούτα	Pochés
C'est une cuisson rapide. = Είναι ένα γρήγορο μαγείρεμα.	sautés
Pour cette cuisson on doit couper les légumes en gros morceaux. = Για αυτό το μαγείρεμα πρέπει να κόψουμε τα λαχανικά σε μεγάλα κομμάτια.	Au four

**Aubergine farcie à la viande posée sur son lit de pomme de terre**

<https://www.bonap.fr/pdt-et-aubergine-facon-gratin/>



**Tapez sur le lien ci-dessus, regardez la vidéo (jusq'a 1.45 ) et répondez a l'exercice suivant.**

Πατήστε στον παραπάνω σύνδεσμο , δείτε το βίντεο (μέχρι 1.45 ) και απαντήστε στην παρακάτω άσκηση.

**Exercice**

**Mettez la préparation de la recette au correct ordre**

Βάλτε τη εκτέλεση της συνταγής στην σωστή σειρά

- a) Ecrasez le tout et mettez-le dans un plat à four.  
= Συνθλίψτε τα όλα και βάλτε τα σε ένα πυρέξ.
- b) Replissez les aubergines coupées en accordéon avec le mélange de la viande hachée.  
= Γεμίστε τις κομμένες μελιτζάνες κομμένες ακορντεόν μαζί με το μείγμα του κιμά.
- c) Sur une planche en bois, coupez les aubergines en deux.

- = Πάνω σε μία σανίδα κοπής, κόψτε τις μελιτζάνες στα δύο
- d) Ajoutez un oignon coupé, de la chapelure, du persil haché, du sel et du poivre. Bien mélangez.  
= Προσθέστε ένα κομμένο κρεμμύδι, την τριμμένη φρυγανιά, τον ψιλοκομμένο μαϊντανό, το αλάτι και το πιπέρι. Ανακατέψτε καλά
- e) Coupez les moitiés des aubergines « en accordéon » en utilisant deux brochettes en bois  
= Κόψτε τις μισές μελιτζάνες «σε ακορντεόν» χρησιμοποιώντας δύο ξυλάκια
- f) Enfournez à 160 C pendant 30 minutes. Servez- les chaudes.  
= Βάλτε τες στον φούρνο στους 160 C για 30 λεπτά. Σερβίριστε τες ζεστές.
- g) Dans un autre bol, mettez la viande de bœuf hachée.  
= Σε ένα άλλο μπολ, βάλτε τον βοδινό κιμά
- h) Dans un bol, mettez des pommes cuites. Ajoutez du beurre en morceaux, de la noix de muscade et du lait.  
= Σε ένα μπολ, βάλτε τις βρασμένες πατάτες. Προσθέστε το βούτυρο σε κομμάτια, το μοσχοκάρυδο και το γάλα.
- i) Déposez les aubergines sur la purée de pommes de terre. Versez par-dessus la sauce tomate et du fromage râpé.  
= Τοποθετείστε τις μελιτζάνες πάνω στο πουρέ πατάτας. Ρίξτε από επάνω την σος ντομάτα και το τριμμένο τυρί.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
h	a	c	e	g	d	b	i	f