

Munkanapló

Készítette: Hegedűs Eszter 11.V1 szakács

Fogadópartner neve: San Panteleimon Hotel

Küldő szervezet: Alapítvány a Kereskedelmi és Vendéglátó Szakképzésért

Munka nyelve: Angol

Munkanapok száma: 10

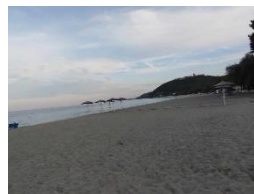
Napi munkaidő: 6 óra

2024.09.23., hétfő	Reggel 4 órakor indultunk a miskolci centrum parkolójából. Nagyon fáradtak voltunk, így az utazás első pár óráját alvással töltöttük. Az út során három határon mentünk keresztül, és körülbelül hat alkalommal álltunk meg, hogy egy kicsit kinyújtózkodjunk. Az út nagyon szép volt, szebbnél szebb tájakat láttunk, és érdekes volt ilyen módon betekinteni az áthaladt országokba. A 19 óra gyorsan elrepült, hiszen nagyon jó volt a társaság. Amikor átléptük a görögországi határt, onnantól kezdve a szálloda még másfél órára volt. A szálloda nagyon komfortos és tiszta volt. Kaptunk még egy késői vacsorát és egy üveg vizet, majd éjfél körül végre ki tudtuk pihenni a hosszú utat.  
-------------------------------	---

2024.09.24.,
kedd

Fél 11-kor kezdtem a munkát. Ismertették velem a balesetvédelmi és tűzvédelmi szabályokat , illetve a konyhai berendezések használatát. A séfek megbíztak azzal, hogy vágjam fel a paprikát, és burgonyát is kellett tisztítanom. A nap folyamán a tzatziki elkészítését is megmutatták, amit friss uborkával, joghurttal, fokhagymával és rengeteg kaporral készítettünk. Megtanítottak az elektromos reszelő helyes használatára.

A munka végeztével visszatértem a szállodába és lepihentem, majd később a tengerpartra mentünk. A strandröplabda kihagyhatatlan volt. Visszatértünk a szállodába és izgalommal vártuk a holnapi napot.



2024.09.25.,
szerda

A mai nap is 8 óra körül keltem, és fél 11-re mentem dolgozni. A séfek nagy örömmel fogadtak. A mai nap szalámit kellett tálcára pakolni. Megmutatta a séf, hogy hogyan kell ezeket kipakolni. Az ebédhez görögdinnyét vágtam össze, illetve szőlőt szedtem fűrtökre. Az ebéd egy tradicionális görög sült zöldségekből készült étel volt, a brian. Az ételhez paradicsom, burgonya, padlizsán, cukkini, olívaolaj, vöröshagyma, fokhagyma kellett. Izesítettük sóval és fűszereztük aprított petrezselyemmel és fekete borssal. A munka végeztével visszatértem a szállodába és meglátogattunk egy kisboltot, majd sétáltunk még a hangulatos utcákon.



2024.09.26., csütörtök	A mai napon csak délután kellett megjelennem a munkahelyemen. Kihasználva a napot a tengerpartra mentünk, majd ellátogattunk egy nagyobb boltba, ahol bevásároltunk. Késő délután kezdtem a munkát, és egészen 9-ig dolgoztam. A feladataim között szerepelt fejes káposzta reszelése, amivel a hagyományos görög konyha egyik alapanyagát, a taramosalátát készítettük elő. Emellett segítettem a vacsora elkészítésében is. A tojást karikára vágtam, és sonkát szeleteltem a salátára. Végül elmosogattuk a konyhai eszközöket. A mosogatás során különös figyelmet fordítottam a higiéniai előírások betartására. A mai nap során betekintést nyerhettem a görög konyha alapvető munkafolyamataiba, és gyakorlati tapasztalatokat szereztem a zöldségfeldolgozás, a hideg előételek készítése és a konyhai tisztaság fenntartása terén.  
2024.09.27., péntek	A mai nap reggel fél 11-re mentem dolgozni. Munkám során 3 kg burgonyát tisztítottam és daraboltam össze az ebédhez. Majd az ebédhez készítettünk hagyományos görög feta sajtkrémet. Ehhez krémes feta sajtra, sűrű görög joghurtra, friss citromlére, olívaolajra és aleppói paprikára volt szükség. A krémet friss kaporral díszítettük. A munka végeztével visszatértem a szobámba, és egy kicsit pihentem, majd a tengerparton sétáltunk.  

2024.09.28.,
szombat

Dél előtt elmentünk megnézni Zeusz fürdő kádját, ami egy sziklába vájt medence, ami folyamatosan tele van tiszta vízzel. A legendák szerint, aki megfürdik Zeusz kádjában, az rendkívüli erőre és hatalomra tehet szert. A legenda tovább növelte a hely misztériumát. Majd este nekikezdtém a munkának, ahol megtanultam spanakopitát készíteni. Ez egy spenótos étel feta sajttal, réteslapban. Kell hozzá spenót, feta sajt, tojás, fokhagyma, vöröshagyma, kapor, rétestészta, olíva olaj, só, bors, illetve szerecsendió. Először a fokhagymát és a vöröshagymát megpároltuk, majd a spenótot, illetve a feta sajtot kellett belemorzsolni. Aztán a tojást felvertük, sót, borsot és a szerecsendőt adtuk hozzá. Majd a sütőt 180 °-ra bekapcsoltuk, egy tepsit kikentünk olívaolajjal. Majd a tepsibe tettük a réteslapokat és közte megkentük olvasztott vajjal, aztán 4-5 lapot egymásra tettünk. Ezután a töltelékkel beletettük és szintén 4-5 lapot tettünk rá. Végül a tetejét bekentük, 45-50 perc és készre süttöttük. Nagyon ízletesre sikerült!





2024.09.29.,
vasárnap

A mai nap reggel 9 órakor keltem és egy gyors reggelivel indultam útnak. Első állomásunk Kalambaka falu volt, ahol egy ikonfestő művész műtermét látogattuk meg. Szébbnél szebb ikonokkal találkoztunk, és a művész bemutatta nekünk az ikonfestés különleges folyamatát.

Ezután a serpentineken felfelé haladva megálltunk egy gyönyörű kilátópontnál, ahonnan lélegzetelállító kilátás nyílt a festői sziklákra.

Következő célpontunk a Meteorák volt, Thesszália régiójában. Ezek az ortodox keresztény kolostorok meredek, homokkősziklák tetejére épültek. A "Meteora" görögül "levegőben lebegőt" jelent, ami tökéletesen illeszkedik a kolostorok elhelyezkedéséhez. Ezeket a kolostorokat a 14. században építették a szerzetesek, hogy békében imádkozhassanak, meditálhassanak, és védve legyenek a török támadásoktól.

Végül visszatértünk a szállodába.



2024.09.30.,
hétfő

Mai nap nem kellett korán kelnem, mivel délutáni műszakban dolgoztam. Reggeli után lementünk a tengerpartra fürdeni. Majd sétáltunk egyet a városban, és visszatértünk a szállodába.

Az este folyamán egy különleges görög ételt készítettünk: souvlaki. A souvlaki Görögország egyik legismertebb és legkedveltebb étele. Ez tulajdonképpen egy pálcikára húzott hús, amely bárányból, csirkéből, sertéshúsból vagy akár halból is készülhet. Ma sertéshúsból készítettük. Először húst apró kockákra vágunk, majd olívaolaj, citromlé, oregánó és fokhagyma keverékéből készült pácban pácoltuk. Ezután meggrilleztük, és pitával, valamint tzatziki szósszal tálaltuk.

A munka végeztével egy jól megérdemelt pihenés várt rám



2024.10.01.,
kedd

Ma délelőtti műszakban dolgoztam. A reggelt egy kiadós reggelivel kezdtem. Leptokariai piacra látogattunk el, majd összepakoltam és munkába álltam. A mai nap a stifado készítését figyelhettem meg. A stifado egy hagyományos görög ragu, amelyet lassan főznek, és fő összetevője a hús. Készíthetik nyúl-, marha- vagy sertéshúsból. Mi sertéshúsból készítettük. A többi hozzávaló: gyöngyhagyma, fokhagyma, olívaolaj, hámozott és darabolt paradicsom, paradicsompüré, vörösbor, vörösborecet, babérlevél, fahéjrúd, szegfűszeg, oregánó, kakukkfű, víz, só, bors és egy kis cukor (ha a paradicsom savanyú).

A húst nagyobb kockákra vágtuk, sóztuk és borsoztuk. Majd a hagymát és a húst megpirítottuk, hozzáadtuk a fokhagymát, babérlevelet, fahéjat, szegfűszeget, oregánót és a kakukkfűvet. Alaposan összekevertük, majd felöntöttük vörösborral és vörösborecettel. Egy kicsit felforraltuk, hozzáadtuk a paradicsomot és a paradicsompürét, végül egy kis cukrot is. Ezután a hagymát a fazékba tettük, felöntöttük vízzel, hogy ellepje, lefedtük és 1-1,5 órán keresztül főztük, amíg a hús omlós nem lett. Mellé zöldséget és rizst készítettünk.



2024.10.02.,
szerda

Ma reggeli műszakban kezdtem. Egy kiadós reggeli után nekiálltam a munkámnak. A mai nap a horta készítését figyelhettem meg. A horta egy hagyományos görög étel, amely különféle főtt vagy párolt zöldségekből, elsősorban leveles zöldségekből készül, és olívaolajjal, citromlével ízesítik. Görögországban a horta gyakran készül pitypanglevélből, spenótból, cikóriából vagy mángoldból. Ehhez általában kenyeret, halat vagy húst fogyasztanak köretként. Ez az étel eddig ismeretlen volt a számomra. Örülök, hogy megismerhettem az elkészítési módját és meg is kóstolhattam.

A munkám végeztével egy kicsit pihentem, majd busszal elindultunk az Ófaluba, amely Peloponnészosz-félszigeten, Laconia régióban található. A település csendes, hagyományos görög épületeivel, templomaival és festői kilátásaival ideális hely a nyugodt kikapcsolódásra, távol a tömegtől. Volt lehetőségem megkóstolni a gesztenye mézet, amely a torokfájásra kiváló gyógymód. Ezek után egy kávézóban egy igazi görög kávét ittam, és egy nagyon finom baklavát kóstoltam. Majd visszatértünk a szállodába, és egy nagy pihenés várt rám.



2024.10.03.,
csütörtök

Ma este kellett csak dolgoznom, így kihasználtam a napot. Egy kiadós reggeli után lementem a tengerpartra pihenni. Később a munkára készülődtem, alig vártam, hogy új recepteket ismerjek meg.

Ma a gemistát ismertem meg a görög szakácsok segítségével. A gemista hagyományos görög étel. Töltött zöldségekből készül, például paradicsomból, paprikából, padlizsánból vagy cukkíniból. Mi kaliforniai paprikát használtunk hozzá. A zöldségeket rizses, fűszeres töltelékkel töltöttük meg, de néha darált hússal is kiegészítik, majd a sütőben készre sütöttük. A legelterjedtebb változata azonban vegetáriánus, így a hús helyett csak rizst, hagymát, fokhagymát, fűszereket (például oregánót, kaprot vagy mentát) és néha mazsolát vagy fenyőmagot tartalmaz. A sütés közben a zöldségek leve keveredik a töltelékkel, ami rendkívül ízletes fogást eredményez. Köretként olívaolajjal meglocsolt burgonyás tatzikit tálaltunk.

A mai napon a sütő használatát is magabiztosan elsajátítottam.



2024.10.04.,
péntek

Ma reggeli műszakban dolgoztam, és ez volt az utolsó munkanapom. A szakácsok búcsúzóul moussakát készítettek, és lehetőségem volt megfigyelni az étel készítésének a folyamatát. A moussaka egy görög rakott étel, amely több rétegből áll, és fő összetevői a padlizsán, darált hús (általában bárány vagy marha), burgonya és a besamelmártás. A moussakát nagy tepsiben készítették el, és szeletekre vágva tálalták. Az illata egyszerűen ellenállhatatlan volt!

Elbúcsúztunk a szakácsoktól, megköszöntük a segítségüket. Majd visszaérve a szállodába, útnak indultunk Thessalonikiba. Thessaloniki Görögország második legnagyobb városa és Makedónia régió központja. A közös séta során megsimogattuk Arisztotelész szobrának a lábujját, bízva benne, hogy nekünk is szerencsét hoz. Szabadprogram is volt.





2024.10.05.,
szombat

Ma Skiathosra utaztam egy bulihajón. Skiathos egy festői görög sziget az Égei-tenger északi részén, a Szporádok szigetcsoportjához tartozik. Ez a kis sziget híres gyönyörű strandjairól, kristálytishta vizéről és nyugodt, autentikus görög hangulatáról. Skiathos városa egy bájos település szűk utcákkal, hagyományos fehérre meszelt házakkal és kék ablakokkal. Rengeteg étterem és kávézó várja azokat, akik szeretnék megkóstolni a görög konyha ízeit. Ezt meg is tettük, hiszen egy kikötői étteremben ebédeltünk. A hajón a hangulat fantasztikus volt: mindenki táncolt és görög táncot is tanultunk. Hatalmas buli volt, amit mindenki nagyon élvezett.



2024.10.06.,
vasárnap

Reggel 4 órakor indultunk el a szállodából. Mivel hosszú és fárasztó út állt előttünk, a szakácsok készítettek nekünk szendvicseket az útra. Három határon kellett átkelnünk, de a jó társaságnak köszönhetően még így is hosszúnak tűnt a 20 órás út. Többször megálltunk, hogy kihúzzuk a lábunkat.

Ez a két hét alatt nagyszerű embereket ismertem meg, és egyáltalán nem bántam meg, hogy részt vettem ebben a felejthetetlen utazásban. Nagyon hálás vagyok, hogy ennyi új receptet tanulhattam. Úgy érzem, egy összetartó és tehetséges csapat alakult ki körülöttem, és nagyon örülök, hogy ilyen csodálatos emberekkel ismerkedhettem meg. A kísérő tanároknak pedig hatalmas köszönet jár, hiszen bármilyen problémánk adódott, mindig segítettek, amennyire csak tudtak

