



מגמת מלונאות

מדריך למורה עקרונות הבישול המודרני מהדורה ניסיונית

הגוף המבצע:	אורט ישראל
ראש המו"פ:	מיכל בירן
ראש צוות הפיתוח:	ד"ר משה טלסניק
ריכוז הפרויקט:	דניאל סמוקובליה
כתיבה:	מוטי זגרון
ייעוץ מדעי:	ד"ר יניב חכים
ייעוץ דידקטי:	מרים כהן
עריכה לשונית ומגדרית:	ענת גלעד, תמר משמר
עיצוב גרפי ואינטראקטיבי:	עמית גל, לביא דוידוביץ', חגית מתוק
הפקה ועימוד:	אוליבר ריקלין, מיכל שי
בימוי וצילום:	אבישר אגא
עריכת וידאו:	מתן גורדו, דנה האפרתי
אתרי צילום הסרטונים:	מכללת אורט "דן נורמה", אטליז "רפאל" (שוק מחנה יהודה)



המינהל לתקשוב, טכנולוגיה ומערכות מידע

משרד החינוך

© כל הזכויות שמורות למשרד החינוך

תוכן עניינים

פרק 1: מבוא למקצוע אירוח והסעדה	4
פרק 2: בטיחות בעבודה	6
פרק 3: בטיחות במזון	8
פרק 4: כשרות	10
פרק 5: יזמות עסקית	11
פרק 6: מבנה מטבח	13
פרק 7: תורת החומרים	15
פרק 8: הכרת הסדנה	16
פרק 9: הכנות מקדימות	17
פרק 10: טכניקות חיתוך	18
פרק 11: מנות ראשונות	20
פרק 12: צירים נוזלים ורטבים	22
פרק 13: מרקים	23
פרקים 14-16: שיטות בישול	24
פרק 17: חלבונים	26
פרק 18: תורת התפריט	28
פרק 19: קונדיטאות לטבחים	30

מורים יקרים,

מדריך זה נועד לסייע, לכם המורים, בתהליך הוראת הספר המותאם לתוכנית הלימודים החדשה במלונאות. המדריך עוקב אחר המבנה של ספר הלימוד, כך שלא נותר אלא לחפש במדריך את שם הפרק, כפי שהוא מופיע בספר הלימוד לתלמיד.

במדריך תמצאו הסבר על רציונל הפרקים, העקרונות והמטרות שבהם וכן התייחסות לכל אחד ואחד מהתכנים המצויים בפרקי הלימוד. המדריך כולל גם רשימת מושגים שונים אשר על התלמיד לדעת. אני משוכנע כי המדריך יסייע לכם רבות להכין היטב את מערכי השעור של לימוד פרקי הספר החדש תוך הוראה ולמידה משמעותית ומעמיקה של התכנים.

בכבוד רב,

ד"ר גלבמן אלון

מנהל תחום דעת תיירות ומלונאות

משרד החינוך

פרק 1: מבוא למקצוע אירוח והסעדה

היקף: 21 שעות עיוני; 1 שעה סיור במטבח

רציונל

פרק זה הינו פרק מבוא חשוב ומקיף, המציג את היסודות של העבודה במטבח. הוא סוקר באופן בסיסי את הצידוד ואת שיטות העבודה.

חשוב לקשר את תכני פרק זה עם הפרקים האחרים בהקשרים כמו מעמד הטבח במבנה המטבח והאחריות שלו כאיש מקצוע.

מטרה

מטרת פרק זה היא להקנות לתלמידים את עקרונות העבודה במטבח ובכך ליצור בסיס טוב ונכון שילווה אותם לאורך כל הקריירה שלהם במטבחים השונים.

עקרונות

- בפרק זה ניתן סקירה רחבה וראשונית. השמך ההתעמקות בפרטים תעשה בפרקים הבאים. למעשה זהו פרק הכרות עם המטבחים השונים, עם המטבח הלימודי ועם קוד ההתנהלות והלבוש במטבח.
- יש לשים דגש על האינטראקציה במהלך השיעור בין המורה לתלמידים ובין התלמידים לבינם – כבוד הדדי, שפת דיבור, שקט במטבח.
- חשוב לחבר את נושאי הבטיחות בעבודה ובטיחות המזון (בהם נעסוק בפרק נפרד) בדברי ההסבר ובהדגמות, כדי להתחיל להטמיע אותם ולבסס את חשיבותם.

מושגים:

- מטבח ביתי
- מטבח מסעדה
- מטבח מוסדי

בעלי תפקיד במטבח מקצועי:

- הטבח הראשי (עומד בראש ההיררכיה)
- סגן טבח ראשי
- אחראי משמרת
- טבח למטבח קר

- טבח למרקים וירקות
- טבח למטבח חם
- טבח לצלי (גריל-מן)
- טבח לרטבים
- טבח ממלא מקום

מערכת הלבוש כוללת:

- מכנסי כותנה
- מקטורן כותנה
- כובע
- סינר
- נעלי בטיחות

פרק 2: בטיחות בעבודה

היקף: 4 שעות עיוני; 1 שעה הסבר במטבח

רציונל

מניעת תאונות של הצוות מתחילה עוד בשלב תכנון המטבח, הן המקצועי והן הלימודי. תכנון לקוי או שגוי מיסודו יכול להיות הרה אסון. רשויות החוק מפרסמות מפעם לפעם הנחיות לגבי תכנון ותפעול מטבחים, ועל מנהל המטבח להכירן ולעקוב אחר פרסומים אלו.

הוראות הבטיחות מחייבות את המורים ואת התלמידים כאחד, על המורה לשמש דוגמה אישית ולהקפיד הקפדה יתרה בכל מה שקשור בבטיחות.

מטרה

מטרת פרק זה הינה הקניית בסיס להטמעת הוראות הבטיחות בעבודת הטבח במטבח. הוראות הבטיחות מעוגנות בחוזר מנכ"ל משרד החינוך. התלמידים והצוות מחויבים להכיר את ההוראות ולפעול על פיהן.

עקרונות

- מהלך הלמידה:
 - חלקו הראשון של הפרק מיוחד להוראות הנוגעות למטבח לימודי ולתלמידים.
 - החלק השני עוסק במטבח מקצועי.
 - החלק השלישי עוסק בטיפול במכשור ובציוד הקיימים במטבח.
- בנוסף ללימוד העיוני המורה נדרש לשלב במהלך השיעור סיור בסדנה והסבר על כל מכשיר, כלי עבודה ואזור עבודה.
- בתום השיעור יש לבצע בוחן בטיחות – הכניסה לשיעורים המעשיים מותנת במעבר מבחן זה בהצלחה.
- **כל התלמידים מחויבים להשתתף בשיעור זה, לקבל את כל ההסברים ולעבור בהצלחה בוחן בטיחות. מי שלא יעמוד בתנאים אלה לא יוכל להיכנס לסדנה הלימודית ולעבוד בה.**

הוראות כלליות למורה:

- המורה לחינוך למלונאות יידע את התלמידים בהנחיות ובהוראות הבטיחות בסדנת הלימוד.
- הוראות הבטיחות תוסברנה לתלמידים בתחילת שנת הלימודים. כמו כן, לקראת השימוש בכלים ובמכשירים השונים במהלך השנה, יוודא המורה כי הוראות הבטיחות ברורות לתלמידים.
- אם יש בסדנה ציוד לא תקין, אשר מאכסן באזור המיועד לכך (כלומר רחוק מאזור העבודה), ניתן להראותו לתלמידים. אפשר להסביר להם את גורם התקלה, תוך הדגשה שאסור לעבוד עם ציוד זה.
- רצוי שכל מורה יבצע קורס עזרה-ראשונה, כיבוי אש ומניעת שרפות.
- על המורה להקפיד על הופעה אסתטית ונקייה של התלמידים. בשיעורים תותר השתתפותם של תלמידים בריאים בלבד.
- אין לשלוח תלמידים מחוץ לכותלי מוסד החינוך לשם קניות או לכל מטרה אחרת.
- אין להשאיר מכשיר חשמלי פועל או כיריים של גז דולקים ללא השגחה.
- בסיום יום העבודה יש לוודא שהמכשירים החשמליים והכיריים של הגז שהיו בשימוש במהלך היום מנותקים מאספקת הזרם.

חוזר מנכ"ל משרד החינוך:

http://cms.education.gov.il/EducationCMS/applications/mankal/arc/sb6bk5_1_29.htm

פרק 3: בטיחות במזון

היקף: 25 שעות עיוני

רציונל

צוות המטבח בכלל והטבחים בפרט הם החוליה המקשרת בין גורמי הסיכון בבטיחות המזון לבין הסועד. המיקום המכריע בעניין זה מחייב אותנו להדגיש את החשיבות של הנושא ולהקפיד על שמירת הכללים במטבח הלימודי ובכל מקום שיש לתלמידים מגע עם מזון.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה להקנות ידע ולהטמיע את חשיבות נושא בטיחות המזון בעבודת הטבח בסוגי המטבחים השונים. בטיחות במזון קריטית לשמירה על שלום הסועדים ומי שבא איתם במגע (למעשה, כל הציבור).

עקרונות

- יש לבנות את השיעור בצורה מדורגת סביב כל השלבים מעגלי הסיכון.
- הוספת דוגמאות אקטואליות ומקרים אמיתיים מסייעת לחיבור הנושא למציאות היומיומית של טבחי העתיד.
- סוגי סיכונים במזון: מוצרים מהצומח, מוצרים מהחי, בסביבת העבודה, בהתנהלות האישית של צוות המטבח.
- יש לסקור את הסיכונים ואת דרכי המניעה בתהליך: ייצור, הובלה, אחסון, הכנות מקדימות, תהליכי הבישול, ההיגיינה אישית של צוות המטבח והמפגשים ביניהם.
- נושאים אותם יש להדגיש בכל מעגל:
 - טמפרטורות נכונות לאחסון ועבודה
 - תהליכים נכונים והפרדת נקי ומלוכלך
 - חשיבות גורם הזמן
 - חשיבות המניעה
- בפרק זה יש לעסוק בתרשים הזרימה של עבודת המטבח וחשיבותו לבטיחות המזון.

מושגים:

- תאריך תוקף
- FIFO
- LIFO

- זיהום צולב
- טמפרטורות חשובות – מקרר, מקפיא, הגשה בחום, בישול.

פרק 4: כשרות

היקף: 10 שעות עיוני

רציונל

המטבח היהודי הכשר הוא הנפוץ ביותר במקצוע הבישול בישראל. לפיכך, כדי למנוע אי נעימות ותקלות שעלולות לפגוע בעסק, התלמידים נדרשים לכל הפחות להכיר את חוקי הכשרות.

המטרה

התלמידים יכירו פעולות בסיסיות ועקרונות הנדרשים מהם כטבחים במטבח שומר כשרות.

עקרונות

- התנהלות השיעור והאינטראקציה בין המורה לתלמידים ובין התלמידים לבין עצמם – כבוד הדדי, שפת דיבור, שקט במטבח.
- יש להוסיף לדברי ההסבר הדגמות, כדי להטמיע אותם ולבסס את חשיבותם.
- הדגשת החשיבות של נושאי הכשרות לטבחים ברוב המטבחים המוסדיים בישראל ובחלק גדול מהמסעדות תהווה הכנה לקראת העבודה במטבח.
- בסיס הידע יינתן בשיעור זה אבל יש להמשיך ולהטמיעו בשיעורים אחרים ונוספים בתחומים המגוונים שהשיעור נוגע להם.
- חשוב להדגיש לכל התלמידים שטבח במטבח כשר צריך לשמור על הכללים ללא קשר למוצאו של הטבח. כדאי לחבר בני דתות אחרות לכללים הנהוגים אצלם ולהסבר על ההבדלים ועל המשותף.
- נושאים מרכזים בכשרות:
 - הפרדה בין בשר לחלב בשלב ההכנות, בשלב הבישול ובשלב האחסון.
 - שמירת שבת במטבח על פי החוקים השונים.
 - בחירת מוצרים כשרים.
 - הפעולות הנדרשות לפני תחילת העבודה כמו ברירת הקטניות, ניפוי קמח וכדומה.
 - את יתר הנושאים חשוב שהתלמידים יכירו, כך תיווצר תקשורת טובה ונכונה עם הגורמים השונים במטבח (כולל משגיח הכשרות).

פרק 5: יזמות עסקית

היקף: 10 שעות עיוני

רציונל

פרק זה מקנה את היסודות לתכנון להקמה של עסק בתחום המזון. יחד עם זאת, יש לשים לב כי הפרק לא מהווה קורס בהקמת עסקים. מטרתו היא לתת לתלמידים היכרות ראשונית עם האתגרים העומדים בפני היזם המקיים עסק, או הבעלים של העסק אשר בו הם עובדים/ מתנסים.

מטרה

מטרת שיעור זה היא להכיר לתלמידים את הנושאים הקשורים לתחומים המשיקים לתחומי הבישול. חשוב להדגיש בפני התלמידים את חשיבות הנושא ולקשור אותו לעבודת הבישול ולתפעול המטבח.

כיוון שתלמידי התמחות הבישול רגילים לכך שהשיעור העיוני מוביל להדגמה, רצוי לחבר את נושא השיעור לעבודה המעשית.

עקרונות

- תכנון עסק הוא תהליך יקר ומצריך ידע בתחומים רבים ומערכת שיקולים סבוכה. בפרק זה אנו עוסקים בעלויות הרבות של ההקמה והתפעול של עסקים בכלל ושל עסקי ההסעדה בפרט.
- נלמד כיצד עסקי ההסעדה אמורים לכסות את עלויות התפעול ולהרוויח, לא רק בעזרת מכירת אוכל אלא גם בעזרת עבודת תכנון נכונה של התפריט, של כוח האדם ושל ניצול נכון של משאבים אלו.
- דגשים:
 - נושא עלות חומרי הגלם (FOODCOST) נמצא בפרק זה ויש לעסוק בו לעומק. חישוב עלויות המזון הינה חלק מעבודת הגמר וגם הבסיס להבנת נושא תמחור מנה בתפריט.
 - תכנון ורישוי – אפשר להניח כי הגורמים השונים העוסקים בנושא מוכרים לתלמידים ממקורות שונים, יחד עם זאת יש להדגיש באישורים הייחודיים לענף ההסעדה כמו בטיחות המזון.

מושגים:

1. עלות המזון (FOODCOST) – תמחור חומרי הגלם
2. גורמים עירוניים ואחרים הנוגעים לרישוי עסקים:
3. משטרה (בהקשר של בטחון הציבור).
4. איכות הסביבה (בהקשר של נידוף עשן וריחות).
5. כיבוי אש (בהקשר של בטחון הציבור ובטיחות אש).
6. בריאות הציבור (בהקשר של כללי בטיחות מזון)
7. רישוי עסקים
8. יועצים הרלוונטיים לעסק:
 - a. מתכנן/ אדריכל
 - b. מנהל חשבונות
 - c. שיווק
 - d. עיצוב

פרק 6: מבנה מטבח

היקף: 4 שעות עיוני

רציונל

פרק מבואי זה מציג את מבנה המטבח לסוגיו השונים. הפרק סוקר את סוגי המטבחים השונים ובעלי התפקידים בכל אחד מהם. חשוב לקשר את תכני פרק זה עם הפרקים האחרים בהקשר של מעמד הטבח והאחריות שלו כאיש מקצוע.

מטרה

מטרת פרק זה היא להקנות לתלמידים את עקרונות העבודה במטבח, ובכך ליצור תשתית הרגלי עבודה טובה שתלווה אותם לאורך כל הקריירה שלהם במטבחים השונים.

עקרונות

- בפרק זה ניתן סקירה רחבה של הכרות עם המטבחים השונים.
- יש לשים דגש על האינטראקציה במהלך השיעור בין המורה לתלמידים ובין התלמידים לבינם, הכוללת כבוד הדדי, שפת דיבור, שקט במטבח.
- חשוב להדגיש את השונות בין המטבחים בהיבטים כמו: קהל הלקוחות, סוגי התפריטים המוגשים, כמות המנות וכדו'.
- חשוב לחבר את נושאי הבטיחות בעבודה ובטיחות המזון (בהם נעסוק בפרק נפרד) בדברי ההסבר ובהדגמות, כדי להתחיל להטמיע אותם ולבסס את חשיבותם.

מושגים:

- מטבח ביתי
- מטבח מסעדה
- מטבח מוסדי

בעלי תפקיד במטבח מקצועי:

- הטבח הראשי (עומד בראש ההיררכיה)
- סגן טבח ראשי
- אחראי משמרת
- טבח למטבח קר
- טבח למרקנים וירקות
- טבח למטבח חם

- טבח לצלי (גריל-מן)
 - טבח לרטבים
 - טבח ממלא מקום
- מערכת הלבוש כוללת:
- מכנסי כותנה
 - מקטורן כותנה
 - כובע
 - סינר
 - נעלי בטיחות

פרק 7: תורת החומרים

היקף: 42 שעות עיוני

רציונל

פרק זה עוסק בחומרי הגלם מהם אנו מיצרים את האוכל לתפריטים ולמטבחים השונים. חלבונים מהחי, חלבונים מהצומח, שומנים שונים, פחמימות וירקות – כולם המרכיבים מרכזים בתזונה שלנו. הטבח המקצועי צריך להכיר את חומרי הגלם, לדעת לעבוד איתם ולשלבם בתפריטים השונים.

מטרה

מטרת הפרק הינה לחבר את הרקע התאורטי בנושא הפחמימות עם הבישול המעשי. החיבור יעשה בדרך של הסבר על המקור ועל החשיבות של החומרי הגלם השונים בתזונה המאוזנת, דרך הטיפול בהם (התרמי או הקר) ומציאת תחליפים להם במידת הצורך.

עקרונות

- במהלך השיעור העיוני יש לעמוד על השימושים ועל שיטות הריכוך של כל חומר גלם, תוך חיבור למתכונים קלאסיים ולמתכונים בני זמנינו.
- יש להדגיש את שילוב חומרי הגלם כתחליפים לפי הדיאטות השונות והתפריטים מיוחדים.
- רצוי לשלב את העיסוק בנושא זה גם בפרקי נוספים (מנות ראשונות, מנות עיקריות ועוד).
- כמו בכל פרק, גם כאן יש לחזור גם על נושאי בטיחות המזון ובטיחות בעבודה לכל מוצר ושלב.
- יש להקפיד על דגשי בטיחות במזון כמו שמירה בקירור של המוצרים
- במהלך התרגולים השונים יש לחזור ולשנן לתלמידים את מקורות חומרי הגלם השונים, דרך גידולם, אופן אכסנתם ונושאים נוספים כגון כשרות וטריות. כך ניצור רצף לימודי ולמידה מעגלית (ספירלית) לנושאים השונים שלמדנו.
- חשוב לחבר את החלקים השונים לשיטות הבישול ואופני הבישול המתאימים.

פרק 8: הכרת הסדנה

היקף: 12 שעות עיוני עם ציוד הסדנא

רציונל

פרק זה הינו אחד מפרקי המבוא החשובים בבואנו להקנות לתלמידים הרגלי עבודה טובים בסדנה, ובמטבחים המוסדיים.

מטרה

מטרת שיעור היא לאפשר לתלמידים להכיר את סדנת הלימוד ואת הציוד הנמצא בה. כל זאת תוך שילוב דגשים לבטיחות ותכנון עבודה נכונה.

עקרונות

הכרת הציוד בסדנה הינה הבסיס לשפה הנהוגה במטבח. יש לחזור ולשנן את התכונות ואת היכולות של כל מכשיר ושל כלי העבודה, כבסיס איתן ליצירת שפה זו. על המורה להדגיש את כלל הנושאים הללו, כדי להבטיח התנהלות שיעור טובה בעתיד.

יש לחבר את נושאי הבטיחות בעבודה ואת בטיחות המזון בדברי ההסבר ובהדגמות, כדי להטמיע אותם ולבסס את חשיבותם. כמו כן, יש להדגיש את נושאי הבטיחות והתפעול הנכון של הציוד בחלק העיוני, בחלק המעשי ובהדגמות.

בכל מכשיר יש לעבור על הנושאים הבאים:

- אופן תפעול המכשיר או הכלי.
- התכונות שלו
- התוצרים שאנו מפיקים ממנו ולמה הוא משמש
- הוראות הבטיחות לתפעול והטיפול בהם
- מה כדאי לבדוק ולוודא לפני תחילת העבודה (שבר בציוד, מים על הרצפה וכדו')

פרק 9: הכנות מקדימות

היקף: 6 שעות עיוני בסדנה עם הדגמות

רציונאל

פרק זה הינו פרק מבוא חשוב, שיש ללמוד את דגשיו לפני תחילת העבודה במטבח. נהלי העבודה אותם תקנו לתלמידים בשיעורי המבוא ילכו איתם לכל אורך לימודיהם ודרכם המקצועית. תכנון העבודה וההערכות לעבודה בצורה טובה הם הבסיס לחסכון במשאבים כספיים, בזמן ובכוח אדם. יש להקפיד על:

- הופעה ולבוש
- סדר וניקיון
- ארגון אזור העבודה

מטרה

מטרת שיעור זה הינה לתת בסיס לעבודה מסודרת, נקיה, מהירה ומקצועית במטבח.

עקרונות

- בהתנהלות בשיעור והאינטראקציה בין המורה לתלמידים ובין התלמידים לבין עצמם חשוב לשמור על כבוד הדדי, שפת דיבור נעימה ושקט במטבח.
- הקפדה על נושאים הללו תסייע להתנהלות שיעור נכונה בשיעור זה ובעתיד.
- יש להמחיש את נושאי הבטיחות בעבודה ובטיחות המזון באמצעות הסברים והדגמות, כדי להטמיע אותם ולהדגיש את חשיבותם. בכל שלב בהדגמה יש לחבר את הנושא הרלוונטי בתחומים אלו, למשל: חיתוך ירקות ושטיפתם, סידור אזור העבודה, דגשי עבודה עם סכין וכו'.
- יש להסביר על חשיבות ההכנות המקדימות ותכנון התפריט. הקניית הרגלי עבודה אלה תסייע בניצול נכון של חומרי הגלם ושל זמן העבודה.

פרק 10: טכניקות חיתוך

היקף: 3 שעות עיוני; 6 שעות הדגמת מרצה; 12 שעות תרגול

רציונל

פרק זה הינו פרק מבוא להקניית טכניקה מרכזית בעבודת הטבח ובלימוד מושגים מרכזיים ושגורים במטבח. חלק מרכזי בו הוא התרגול שיחזור על עצמו לאורך כל הלימודים. הקפדה על הסבר החשיבות וההבנה של נושאים אלה, תסייע ביצירת אווירה חיובית וכבסיס לעבודה תקינה במטבח.

מטרה

מטרת שיעור זה להקנות את הידע התאורטי והמעשי על שיטות החיתוך השונות, יצירת אחידות מושגית ובסיס לשפת המטבח.

עקרונות

- השיעור משלב הדגמה ותאור מילולי של כלל צורות חיתוך. בספר ווירטואלי זה תמצאו הסברים תיאורטיים, לצד סרטוני הדגמה.
- הכרה והבנה של שיטות החיתוך חשובה מאוד ובסיסית ולכן ש להקפיד שהתלמידים יגיעו לתוצאות טובות ומדויקות בשיטות החיתוך השונות.
- יש להסביר ולהדגיש את חשיבות החיתוך האחיד בשיטות הבישול, במנות השונות ובנראות.
- חשוב לחבר בין נושאים משיקים, כמו צורות חיתוך למיצוי טעמים ולטחינה או לחיתוך להגשה, וממה נובעת החשיבות הזו.
- חשוב להמשיך ולהדגיש את חשיבות טכניקות החיתוך גם בשיעורים הבאים בהם נלמד המתכונים נוספים.
- תוכלו, כמובן, להיעזר בהדגמות ובסרטונים שהכנו כדי ליצור אחידות במושגים.
- חשוב שהתלמידים יכירו את המושגים וישלטו בהם כחלק מהשפה המטבחית וכהכנה לחיים המקצועיים בתחום.
- יש להקפיד על תהליכי עבודה נכונים הן בהדגמה והן בתרגול.
- יש לחנך את התלמידים לכבד את חומרי הגלם ולמצות את השימוש בהם, גם כאשר משתמשים במוצרים שאינם נחשבים ל"סוג א".
- בהקשר זה, חשוב לעשות חיבור נכון לחישובי עליות. זה ישמש אותנו בהמשך כמבוא לשיעור בנושא.
- חשוב לסיים את השיעור עם תוצר, כמו סלט או מרק

- הכרות עם שיטות החיתוך הוא פרק חשוב בבסיס הידע של השפה הנהוגה במטבח, טבח מקצועי צריך להכיר את השפה ולשלוט בה ולכן יש לחזור ולשנן את שמות הצורות בצרפתית כדי לצור בסיס ידע רחב לטבח הצעיר.

להלן רשימת מושגים (ההסבר המלא בפרק עצמו):

1. HACHE - קצוץ - השה
2. JULIENNE - ג'וליאן - רצועות דקות ואחידות
3. CHIFFONADE - שיפונד - רצועות דקות ואחידות של ירק עלים
4. BATONNETTE - באטונאט - מקלות קטנים ואחידים.
5. BRUNOISE - ברנואז - קוביות אחידות.
6. EMINCE - אמנסה - פרוס דק בצורת הירק.
7. PAYSANNE - פייזן - משולשים
8. CARRE - קארה - קוביות
9. מיר-פואה - חיתוך גם לירקות בסיס הטעמים (בצל, גזר, סלרי)
10. Parisienne - פאריזיאן - כדורים
11. Chamignons - שמפיניון - כמו הפטרייה
12. טורנה - מעוגל

פרק 11: מנות ראשונות

היקף: 3 שעות עיוני; 20 שעות הדגמה; 37 שעות תרגול

רציונל

המנה הראשונה היא חלק מארוחה מלאה בסגנון הקלאסי אבל גם מוגשת ועומדת בפני עצמה בארוחת טעימות או מזנון באירוע. מנות ראשונות, בין אם הן באות בתפריט מסעדה או בתפריט אירועים, אמורות למלא תפקיד חשוב במהלך הארוחה.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה להקנות רקע תאורטי בנושא המנות הראשונות ותפקידן בתפריט. רקע זה יאפשר לתלמידים ליצור את החיבורים וההקשרים של עבודת המטבח לנושא המנות הראשונות ושילוב חומרי הגלם ושיטות הבישול הנכונות להן.

עקרונות

- יש להדגיש את שילוב המרכיבים והטעמים יחד עם זמן ההכנה וגודל המנות.
- במטבח המודרני העכשווי יכולה להיות ארוחה המבוססת על מגוון של מנות הבנויות כמנות ראשונות.
- יש להדגיש את תפקיד מנות אלו בניצול חומרי הגלם ומכאן בחשיבותם להכנסות המסעדה.
- בשיעור זה יש ליצור חיבורים למגוון נושאים משיקים כמו:
 - הכנות מקדימות.
 - תזמון הוצאת המנה הראשונה
 - יצירתיות
 - גיוון טעמים
 - גיוון צבעים
 - גיוון מרקמים: מרקם פריך בשילוב עם מרקם קצפתי, או מרקם קטיפתי בשילוב עם מרקם בשרני וכדו'.
 - גיוון בחומרי הגלם
 - ניצול חומרי גלם
 - שילובי קור וחום
- המאפיינים של מנות ראשונות:
 - משך הכנה קצר – כ 5 דקות
 - גוון טעמים

- פתיחת טעמים
- הגדלת הכנסות המסעדה מכל סועד

נושאים ומושגים:

סוגי מנות ראשונות

- מנות ראשונות קרות
- מנות ראשונות חמות
- מנות ראשונות מדגים
- מנות ראשונות חלביות
- מנות ראשונות בשריות
- מנות ראשונות צמחוניות
- מנות ראשונות טבעוניות

פרק 12: צירים נוזלים ורטבים

היקף: 3 שעות עיוני; 8 שעות הדגמה; 13 שעות תרגול

רציונל

בפרק זו התלמיד מתקדם שלב נוסף בשיפור שיטות הבישול ולימוד טכניקות העבודה במטבח. מיצוי הטעמים לרוטב (ולצירים) מתקשר לפרק המרקים

מטרה

מטרת שיעור זה הינה להקנות לתלמידים ידע מעמיק במיצוי טעמים וביצירת רטבים. זהו תוכן לימודי הנחשב מתקדם בתחום הבישול. יישומו חשוב ליצירת מנות טובות ואיכותיות.

עקרונות

- חשוב להקפיד על הוראת השלבים השונים על פי הסדר בפרק, מהנוזל דרך הציר וכלה ברוטב.
- במהלך השיעור יפגשו התלמידים לראשונה מושגים רבים וחדשים שהם חלק מהשפה המקובלת במטבחים. יש להדגיש בפני התלמידים את החשיבות של ידיעת המושגים (חלקם בלועזית) באמצעות שינונם.
- בספר ווירטואלי זה תמצאו סרטונים אינטראקטיביים להדגמה ולתרגול הנושא.
- נושאים שיש להדגיש באותן מיוחד (גם באמצעות הדגמות):
 - מיצוי הטעמים
 - תהליכי הקרמליזציה ותהליכי הצמצום של הנוזלים כבסיס להמשך בישול ולרטבים.
 - ניצול חומרי גלם – שימוש בשאריות שונות וטיפול בהם בצורה שתאפשר שימוש שלהם להכנת צירים. זה מסייע לטבחים בארגון העבודה ובהטמעת ערכים של עבודה נכונה, חסכון וניצול נכון של חומרי גלם.

מושגים:

- ירקות מירפואה
- דגרסה
- דמי גלס
- כיפוי

פרק 13: מרקים

היקף: 3 שעות עיוני; 8 שעות הדגמת מרצה; 13 שעות תרגול

רציונל

באופן מסורתי, במטבחים רבים המרק הינו מרכיב חשוב בארוחה מלאה. אם כך, מרק איכותי וטעים יכול להתאים לכל סעודה כמנה ראשונה, מנה עיקרית ואפילו כקינוח.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה לעבות את בסיס הידע של הטבח בנושא מיצוי טעמים במנות המרק השונות. בנוסף, במהלך הפרק התלמיד ימשיך וישפר את טכניקות הבישול ואת ההיכרות עם חומרי הגלם הרלוונטיים למרקים.

עקרונות

- יש להדגיש בפני התלמידים את נושא מיצוי הטעמים של חומרי הגלם השונים.
- חשוב לחבר את נושאי שיעור זה לפרק "צירים ורטבים".
- לשיעור זה רלוונטי המיוחד החיבור לעניין ההכנות מקדימות והחיתוך האחיד.
- למעשה לימוד נושא המרק ותרגולו מהווה חזרה טובה לשיעור "טכניקות חיתוך".
- במהלך השיעור יש להדגיש את הגיוון בסוגי הטעמים ולהסביר את ההבדלים בתהליך העבודה עליהם לא רק בין סוגי המרק, אלא גם בין סוגי המרקמים המשיקים. כמו למשל המרק של מרק מחיתי מול המרק של פירה.

סוגי מרקים:

- מרק צח (צלול) – את המרק מכינים בבישול של כלל חומרי הגלם יחדיו, אך בסיום התהליך הוא עובר סינון עדין ומוגש כנוזל צלול ועשיר בטעמים.
- מרק מחיתי – את המרק מכינים בבישול של כלל חומרי הגלם יחדיו, אך בסיום התהליך הוא עובר טחינה ומוגש כמרק סמיך ועשיר בטעמים.
- מרק קרמי – תהליך ההכנה משלב בין שני מרקים, מרק צלול בשילוב עם מרק מחיתי בתוספת חומרי עיבוי (עמילנים).
- מרק ירקות – להבדיל מהמרקים המוזכרים לעיל, המרק מבושל עם חומרי הגלם ומוגש ביחד איתם.
- מרק פירות – מרק זה מוגש קר

פרקים 14-16: שיטות בישול

היקף פרק בסיס: 6 שעות עיוני; 10 שעות הדגמה; 20 שעות תרגול

היקף פרק מתקדם: 4 שעות הדגמה; 8 שעות תרגול

היקף פרק "שיטות חדשניות": 3 שעות עיוני והדגמה

רציונל

חלק זה כולל שלושה פרקים בהם נסביר, נדגים ונתרגל שיטות בישול בסיסיות, מתקדמות וחדשניות (שטרם הוטמעו בכל המטבחים). עם סיום לימוד הפרקים התלמידים ישיבנו את חשיבות השפה המטבחית הכלל עולמית ואת החיבור לקריירה קולינארית גלובלית.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה להקנות לתלמיד ידע תאורטי על שיטות הבישול והדרכים להולכת חום במתודות השונות.

עקרונות

- בפרק מושגי יסוד רבים בעברית ובלעז אותם יש להדגיש ולשנן.
- יש לחבר את נושאי הבטיחות בעבודה ובטיחות המזון בדברי ההסבר ובהדגמות, כדי לחזור עליהם ובכך ולבסס את חשיבותם. לכל שיטת בישול וכל תהליך יש את דגשי הבטיחות והתברואה שלו.
- בספר הווירטואלי תוכלו למצוא סרטונים אינטראקטיביים להדגמה ולשינון השיטות השונות.
- חשוב לחזור ולשנן עם התלמידים את השמות של שיטות הבישול. בכל תהליך יש לוודא שהתלמיד יודע איזו שיטה הוא מבצע ולחבר אליה מתכונים רלוונטיים.
- יש לחבר כל שיטת בישול לדרך הולכת החום ולקבוצה אליה היא שייכת.
- במהלך השיעור יש להקפיד על שיטות חיתוך ירקות נכונה ולחזור על השמות של סוגי החיתוכים.
- במטבחים המצויים בתנור חכם, יש להסביר ולתרגל תפעול ידני של המערכת

מושגים:

- חליטה ירוקה
- חליטה לבנה
- צלייה על האסכלה; גריל (GRILLER).
- טיגון והקפצה; טיגון במחבת (SAUTE ALA POALE).
- אידוי (ETUVER).
- צלייה בנוזלים (BRAISER).
- צלייה באלפס (SAUTE CASSEROLE).
- צלייה בתנור (ROTIR).
- אפייה (AU FOUR).
- הקרמה (GRATINER).
- הולכה באמצעות אדים (ALA VAPEUR).
- הולכה באמצעות מים או נוזל בישול; בישול לבן (BLANCHIR).
- רתיחה, ריכוך של חומר הגלם במים, נוזל בישול או רוטב (BOUILLIR):
- בישול על סף רתיחה (POCHER):
- טיגון – הולכת חום באמצעות שמן (FRIT)
- מידות העשייה מציינות את מידת הבישול של הבשר לפי בקשת הלקוח או לפי המלצת השף:
 - BLUE- B (בלו)
 - RARE - R (רייר)
 - MEDIUM RARE – MR (מדיום רייר)
 - MEDIUM – M (מדיום)
 - MEDIUM WELL – MW (מדיום וול)
 - WELL DAN – WD (וול דאן)

פרק 17: חלבונים

היקף: 6 שעות עיוני, 20 שעות הדגמה, 74 שעות תרגול

רציונל

חלבונים מהחי, מוצרי בקר, עוף ודגים, הנם מרכיב מרכזי בתזונה שלנו. מכאן שמקורות חלבון אלו מהווים מרכיב מרכזי במנות המוגשת ברוב סוגי התפריטים (למעט, כמובן, תפריטים צמחונים וטבעונים)

הפרק עוסק בארבעה סוגים עיקריים של מקורות חלבון:

1. בשר בקר
2. בשר כבש
3. בשר עוף/ תרנגולת
4. בשר דגים

אצל שלושת הסוגים הראשונים, החשיבות של תתי זנים וסוגים פחותה יותר מהחשיבות של ההכרות עם תתי הזנים בדגים.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה לחבר את הרקע התאורטי עם הבישול המעשי. החיבור יעשה בדרך של הסבר על המקור ועל החשיבות של החלבונים בתזונה המאוזנת ודרך הטיפול התרמי או הקר בחלבונים אלו.

עקרונות

- במהלך השיעור העיוני יש לעמוד על השימושים ועל שיטות הריכוך של כל חומר גלם; יחד עם חיבור למתכונים הקלאסיים ולמתכונים בני זמננו.
- שילוב חומרי הגלם במנות ראשונות ומנות עיקריות בנוסף לנושאי השיעור הרגילים.
- לצורך ההטמעה יש לחזור על נושאי בטיחות המזון ובטיחות בעבודה לכל מוצר ושלב.
- יש להקפיד על תהליכים נכונים, כמו שמירה בקירור של המוצרים ושל חומרי הגלם בתהליך.

מהלך ההדגמות

לפני השיעור יש לתת דגשים לעבודה נכונה. בעצם הופעתם ודרך עבודתם המורים משמשים דוגמה אישית לדרכי עבודה נכונים וטובים.

בהדגמה הראשונית מומלץ להראות מספר תהליכים. לאחר מכן, בתרגול, אפשר לפרוט את העבודה על התהליכים השונים לכמה שעורים.

מהלך התרגול:

- בטיחות, סדר, ניקיון ותכנון עבודה – אלו הם נושאים חוזרים, שיש להדגיש בכל הזדמנות.
- במהלך התרגולים השונים יש לחזור ולשנן עם התלמידים את חלקי הבשר ונושאים קשורים, כמו כשרות וטריות. כך נוצר רצף לימודי ולמידה ספירלית לנושאים השונים הקשורים לנושא המתורגל.
- חשוב לחבר את החלקים השונים לשיטות הבישול ואופני הבישול המתאימים. זהו נושא מרכזי להבנת פרק הלימוד

פרק 18: תורת התפריט

היקף: 30 שעות עיוני; 80 שעות הדגמה; 170 שעות תרגול

רציונאל

הפרק מהווה מבוא ובסיס להבנת התהליך של בניית תפריט.

לאורך הפרק יש לקשור סוגי תפריטים לשיטות הבישול השונות, סוגי מנות (ראשונה, עיקרית, מרק וכדו') וצורות הגשה.

במהלך השיעור נדגיש את חשיבות התפריט באופנים השונים:

- בסיס לתכנון כח האדם העובד במטבח.
- כלי לתכנון העבודה במטבח.
- כלי מעקב אחר התקדמות העבודה.
- כלי שווקי – התפריט הוא חלון הראווה של העסק, דרך להכריז על "המרכולת" של המסעדה אותה לרוב לא ניתן להציג בחלון ראווה.

המטרה

מטרת פרק זה היא לחבר בין הפרקים העוסקים בהכנות מקדימות, שיטות הבישול והאירוח עם יצירת תפריט נכון ואיכותי.

עקרונות

במהלך השיעור נכיר את סוגי התפריטים השונים, המקומות והאירועים בהם נעשה שימוש בתפריטים אלו. נתחיל בשילוב המנות השונות בתפריט, נמשיך בבניה נכונה מבחינת טעמים וחומרי גלם ולסיום, דרך התפריט, נוכל לתכנן את העבודה במחלקות השונות.

יש להדגיש את הנושאים הבאים במהלך השיעורים:

- הופעה ולבוש
 - סדר ונקיון
 - ארגון אזור העבודה
 - בטיחות בעבודה ובטיחות במזון
 - התנהלות השיעור – כבוד הדדי, שפת דיבור, שקט במטבח.
- על מורה להסביר את חשיבות הנושאים המפורטים למעלה. הבנה של התלמידים תיצור אוירה נכונה בכיתה ותצור בסיס נכון ואיכותי לעבודה במטבח.

מושגים:

- תפריט בחירה מרובה/ תפריט מסעדה (Menu A La Carte)
- תפריט קבוע/ סגור (Menu Fixe)
- תפריט מחזורי
- תפריט קלאסי
- מנה ראשונה
- מנה עיקרית
- תפריט ארועים - תפריט סגור
- אירוע מזנון (בופה)
- אמריקן סרוויס
- מרכז שולחן (Famli stail או franc stail)
- מזנון קבלת פנים

פרק 19: קונדיטאות לטבחים

היקף: 3 שעות עיוני; 12 שעות הדגמה; 25 שעות תרגול

רציונל

חמשת בצקי הבסיס משולבים במתכונים רבים כחלק אינטגרלי מהמנה או כתוספת פריכה, אזורית או ריחנית. איש מטבח מקצועי, ראוי שישלוט היטב במלאכת האפייה והכנת הקינוחים. במקרים רבים הטבח מפעיל צוות מטבח הכולל גם אנשי קונדיטוריה, מכאן עליו לדעת להנחות אותם להגיע לתוצאות הרצויות לו.

מטרה

מטרת שיעור זה הינה להקנות לטבח המתחיל בסיס ידע בתחום הבצקים והקונדיטאות. ידע זה יעמיק את רמת המקצועיות של הטבח על ידי היכרות עם ענף בו יש שילוב טעמים ומרקמים חדשים.

עקרונות

- תהליכי העבודה עם שמרים חשובים לידע של הטבח ובנוסף יכולים להיות אמצעי המחשה והטמעה לנושא התפתחות חיידקים והתנאים האופטימליים להתפתחותם.
- יש ללמד גם רטבים וקרמים בסיסים. התלמידים צריכים להבין שזהו בסיס לתחום רחב יותר ובעל אפשרויות גיוון רבות.
- על המורה להעביר לתלמיד את הידע ולחברו לסוגי התפריטים וסוגי המנות בהם אפשר לשלב את הנושא.
- מתכונים בורקסים, לחם, קיש, פחזניות ממולאות ובריוש – כולם רלוונטיים לתכנית הלימודים של אומנות הבישול.
- עבור כל אחד מסוגי הבצקים – עלים, שמרים, פריך, רבוך וכרוך – יש ללמד מתכון המחובר לבישול או לאפיה
- כמו בכל הפרקים, גם כאן התרגול החוזר חשוב מאוד.
- יש להדגיש את עקרונות הבסיס של כל אחד מהבצקים ולחזור ולשנן אותם: משך הלישה, טמפרטורת העבודה על הבצק ועוד
- להבדיל מבישול ברבים ממתכונים הקונדיטאות יש חשיבות גבוהה לשקילות מדויקות. יש להסביר את חשיבות העניין ולהקפיד על דרך עבודה נכונה בתרגולים וגם בהדגמות המורה.

- שילוב בצקים בתהליכי הבישול הינו שלב מתקדם יותר בהתפתחות הידע אצל הטבח, במהלך השיעורים השוטפים יש לשלב מנות הכוללות שימוש בבצקים ולחזור על החומר הקשור בקונדיטאות כי ליצור למידה ספיראלית והטמעה של החומר.

מתכונים לדוגמה:

- ביף ולינגטון
- מרק בצל עם כיסוי בצק
- קישים שונים
- בורקסים
- לחמה בעג'ן
- אריאס

מושגים:

- בצק עלים
- בצק שמרים
- בצק פריך
- בצק רבוך
- בצק טופין
- ראש עישה