АКАДЕМИЈА СТРУКОВНИХ СТУДИЈА БЕОГРАД
ACADEMY OF APPLIED STUDIES BELGRADE

ВИСОКА ХОТЕЛИЈЕРСКА ШКОЛА БЕОГРАД
THE COLLEGE OF HOTEL MANAGEMENT BELGRADE

Семинарски рад

Јужна Кореја

Наставник:
др Никола Вуксановић

Студент:
Петар Петровић 51у/15

Београд, 2023.

Садржај

Увод 2
Јужна Кореја 3
Карактеристичне намирнице Корејске кухиње 3
Навике у исхрани 3
Кимчи (kimchi) 3
Десерти 4
Пиће 5
Мени 7
Корејски роштиљ 7
Требовање намирница за четири особе 8
Попис средстава за рад у кухињи 8
Попис ситног кухињског инвентара 9
Поприс инвентара за сервис хране и пића 9
Поставка и уређење стола 10
Закључак 11
Литература 12

Увод

Попут свих националних кухиња, Корејска се вековима развијала кроз социјалне и политичке промене. Ову кухињу данас имамо захваљујући факторима попут древне агрокултуре, географског положаја и културалних трендова.

Корејска кухиња се највише ослања на намирнице попут пиринча, поврћа и различитих врста меса. Традиционална јела добијају назив по броју прилога који иде уз јело уз која још додатно иде пиринач куван на пари. Намирнице које се често користе у припремању јела су сусамово уље, ферментисана паста од пасуља, соја сос, бели лук, млевена паприка, ферментисана чили паста и купус.

Састојци и начин спремања јела ове кухиње варирају по провинцијама. Многи регионалн специјалитети су постали позната национална јела, али се и даље справљају на другачији начин овисно од регије.

Нека од најпознатијих јела јесу хладна супа са пиринчаним нудлама, пржен кимчи са пиринчем.

Јужна Кореја

Карактеристичне намирнице Корејске кухиње

У Кореји се конзумира огроман спектар намирница. Од меса се најчешће једе пилетина, говедина, свињетина, риба и морски плодови.

Од поврћа се углавном једу корејске ротквице, купус, краставци, кромпир, батат, спанаћ, тиквице, печурке, корен лотоса, морска трава и клице.

Навике у исхрани

Корејци имају два до три оброка дневно и многобројне ужине. Будући да су наклоњени западу, присвојили су навику да уз своја традиционална јела, једу и разне специјалитете других држава.

Доручак није обавезан, стога га многи прескачу због посла и школе, те ујутру обично ужинају воће. У случају да доручкују, једу пиринач са прилозима, тост, сендвиче, јаја, овсене пахуљице и слично

Ручак се углавном једе са породицом, и ту се једу разне варијације нудли, меса са прилозима, италијанска јела попут тестенине и пице.

Вечера је најбитнији оброк који се углавном једе у ресторанима, и тада се конsумира роштиљ, рasне супе и нудле, бифтек и слично. Уз вечеру обавезно иде алкохолно пиће.

Кимчи (kimchi)

Кимчи (Слика 1.) је Корејско најпопуларније традиционално јело које се углавном користи као прилог или за додавање укуса неком јелу. Оно се састоји од купуса и мешавине зачина (млади лук, чили прах, бели лук, ђумбир, и сируп од ферментисаних и засољених морских плодова). У купус се ова смеша отрља, и он се оставља да леђи, како би процес ферментације започео. Већина Корејаца у својим кућама има посебан фрижидер за кимчи, како се његов јак мирис не би пренео на осталу храну.

Слика 1. Кимчи

Извор: http://www.unadonna.it/ricette/kimchi-ecco-la-ricetta-di-questo-piatto-tipico-coreano/218249/

Иако може да стоји као прилог, од кимчија се такође праве јела као што су пржени пиринач са кимчијем, омлет са кимчијем, нудле са кимчијем и слично.

Десерти

Десерти у кореји се праве без додатка шећера. Корејци радије користе природне шећере који се већ користе у намирницама. Неки од најпопуларнијих десерата јесу *Bungeo-ppang* (пециво у облику рибе пуњено пастом од црвеног пасуља; Слика 2.), *Chapssal-tteok* (традиционалан колач од лепљивог пиринча; Слика 3.) и *Hwangnam* хлеб (пециво пуњено пастом од црвеног пасуља; Слика 4.).

Слика 2. Bungeo-ppang

Извор: https:// www.pinterest.com/

Слика 3. Chapssal-tteok са додатком воћа

Извор: https://www.pinterest.com/

Слика 4. Hwangnam хлеб

Извор: https://www.pinterest.com/

Пиће

Јужна кореја је држава у којој се веома често пије алкохол. На њега се гледа као социјални лубрикант, и помагало у побољшању радних односа међу колегама. Корејци излазе са колегама макар једном недељно, и пију.

Будући да је Јужна Кореја држава која јако поштује традицију, она има посебна правила током конзумација алкохолних пића. Само нека од њих су:

- Никада самом себи не сипају пиће, очекује се од домаћина или најмађе особе за столом да примете када је неко при крају, и да им понуде да им успу ново пиће
- Приликом сипања пића, флаша се обавезно држи са обе руке, у знак поштовања
- Док Вам неко сипа пиће, од Вас се очекује да дрђжте чашу са обе руке, у знак поштовања
- Обијање да попијете макар једну чађу је знак непоштовања
- Млађе особе не би требале да гледају страије особе у очи док пију, већ да окрену главу у другом правцу, и прикрију руком чашу у знак поштовања.

Како би се задовољила потреба Корејаца у време фестивала, венчања и осталих посебних прилика, ова држава нуди широк спектар традиционалних алкохолних пића. Тренутно постоји приближно триста врста алкохолних пића. Нека од њих су *Munbaeju-*

ликер од дивље крушке, *Songjeolju*- ликер од борових гранчица, *Makgeolli*- пиринчано вино, које је веома заступљено у Солу. *Soju* (Слика 5.) је дестиловано алкохолно пиће од кромпира и житарица. Оно је веома популарно код младих. Ово пиће се конзумира током јела, током дружења, али и током излазака.

Слика 5. Soju алкохолно пиће

Извор: https://www.pinterest.com/

Од безалкохолних пића, Корејци углавном конзумирају чајеве (топле, хладне, заслађене), и сокове (Воћне, заслађене, млечне)

Мени

Корејски роштиљ

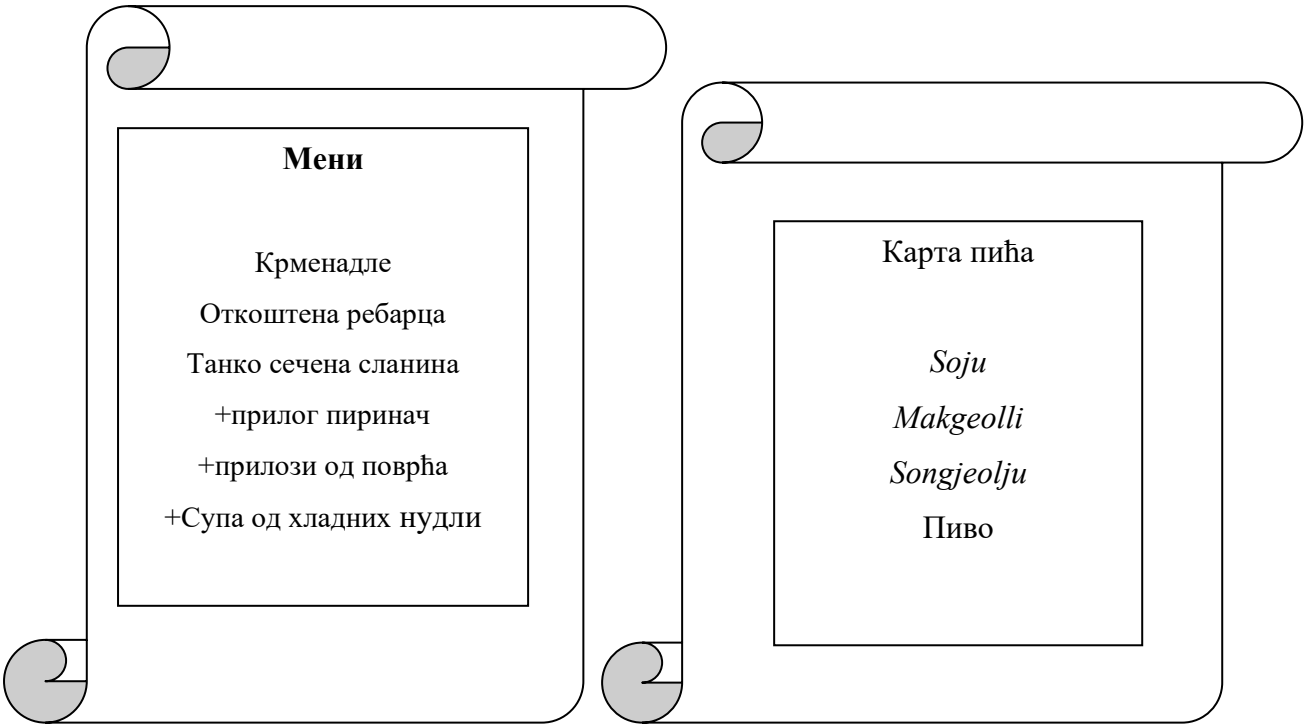
Корејски роштиљ је веома специфичан за корејску кухињу. Он се доста разликује од нама познатог роштиља. Највећа разлика јесте да се корејски роштиљ пече пред гостом за столом, тј гост сам пече. У случају да гост не уме, особље му пружи помоћ. Углавном најмлађа особа за столом пече месо.

Следећа ставка која разликује корејски роштиљ од српског јесте да се износе многобројни прилози у виду поврћа који се конзумирају истовремено са месом. Прилози су поврће које може бити термички обрађено, али углавном се служи сирово, насецкано. Тањири се не користе, из разлога што корејци углавном умотају месо у лист зелене салате и праве ролнице са разним прилозима.

Након конзумације меса, корејци пију хладну супу са нудлама, како би побољшали варење.

Корејска традиција налаже да се једе у групама. Ресторани често не нуде место за мање од две особе. Углавном се седи у парном броју.

Мени за корејски углавном садржи различите врсте меса од којих гости бирају три.



Требовање намирница за четири особе

Табела 1. Норматив за четири особе

Р. Бр	Намирница	Количина	Мерна јединица
1.	Крменадла	400	г
2.	Откоштена ребарца	400	г
3.	Сланина	400	г
4.	Пиринач	200	г
5.	Кимчи	150	г
6.	Зелена салата	100	г
7.	Клице	50	г
8.	Шаргарепа	50	г
9.	Тиквице	60	г
10.	Броколи	60	г
11.	Шпанат	100	г
12.	Јаја	3	ком
13.	Соја сос	20	мл
14.	Ојстер сос	20	мл
15.	Сунцокретово уље	10	мл
16.	Сусам	20	г
17.	Чили у праху	20	г

Извор: Дело аутора

Попис средстава за рад у кухињи

Табела 2. Попис средстава за рад у кухињи

Р. бр	Назив	Основне карактеристике	Количина
1.	Радна површина	разнолика употреба	1
2.	Саламорезница	сечење	1
3.	Апарат за кување пиринча	Кување пиринча	1
4.	Конвектомат	Кување на пари	1

Извор: Дело аутора

Попис ситног кухињског инвентара

Табела 3. Попис ситног кухињског инвентара

Р. бр	Назив	Основне карактеристике	Количина
1.	Даска за сечење	Подлога за сечење	3
2.	Нож	сечење	3

Извор: Дело аутора

Поприс инвентара за сервис хране и пића

Табела 4. Попис инвентара за сервис хране и пића

Р. бр	Назив	Основне карактеристике	Количина
1.	Хватањке за месо	За печење меса	2
2.	Штапићи	За конзумирање хране	4 (пара)
3.	Кашика	За конзумирање хране	4
4.	Чинија	за прилоге	15
5.	Чаша за воду, 0.2 л	За конзумирање течности	
6.	Чаша за пиво, 0.33л	За конзумирање течности	
7.	Чаша за *soju,* ракијска	За конзумирање течности	

Извор: Дело аутора

Поставка и уређење стола

Столови за ручавање у корејским роштиљницама су веома специфични (Слика 6.). У центру имају роштиљ, како би омогућили гостима да сами себи спреме оброк. Роштиљ има посебне преграде за печење јаја, док се у центру пече месо. Око роштиља се постављају разни прилози, који се могу допунити бесплатно у случају да се све поједе. Тањире углавном не стављају, али има ресторана који то раде како би олакшали обедовање страним гостима. Корејци углавном једу храну директ са роштиља, јер култура налаже да се све једе веома топла храна.

Слика 6. Корејски роштиљ

Извор: https://www.pinterest.com/

Од есцајга се користе титанијумски штапићи и кашика (Слика 7.).

Слика 7. Есцајг за обедовање у Кореји

Извор: https://www.pinterest.com/

Закључак

Корејска кухиња је базирана на традицији која се вековима формирала, и трпела извесне промене. Данас позната јела и даље варирају по регијама.

Како је прошло време, и како је технологија напредовала, једноставнија је припрема хране, као у овом случају, где су уведени електрични роштиљи.

Оно по чему је ова кухиња такође специфична јесте начин поставке стола, служења прилога и конзумација хране.

Интересантно искуство јесте сагледати другу културу и прехрамбене навике и увидети сасвим другачији начин живота у односу на онај који је специфичан за Европу.

Литература

Jacob, J., Ashkenazi, M. (2006). *The world cookbook for students.* Greenwood Press.

Brittin, H. (2011). *The food and culture around the world handbook*. Texas Tech University, Lubbock.

Kittler, P., Sucher, K., Nahikian-Nelms, M. (2012). *Food and Culture.* Wadsworth, Cengage Learning, USA.

MacVeigh, J. (2009). *International cuisine*. Delmar, USA.

Извор фотографија:

https://www.pinterest.com/

http://www.unadonna.it/ricette/kimchi-ecco-la-ricetta-di-questo-piatto-tipico-coreano/218249/