

Dušení



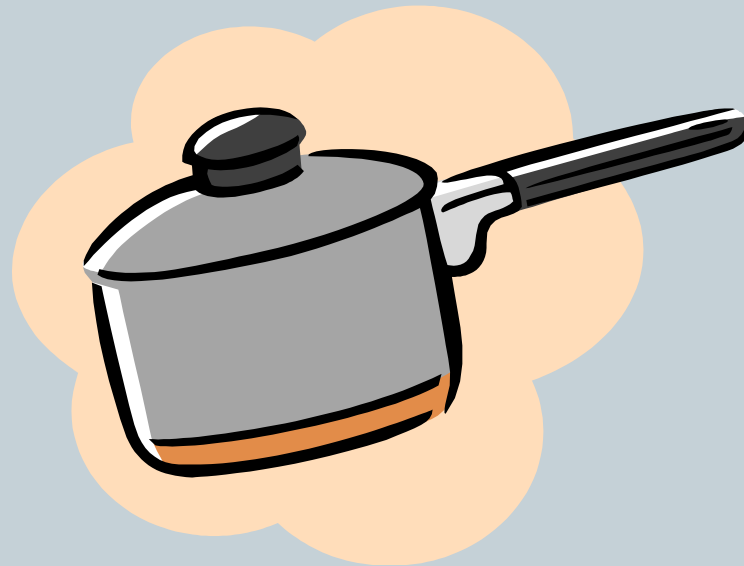
- tepelná úprava, při které na potravinu působí zespodu malé množství tekutiny a shora horká pára
- nádoba, ve které se pokrm připravuje je přikryta pokličkou



Pokrmy dusíme:



- ve vlastní šťávě (houby, zelenina)
- ve vodě (ovoce, diety)
- na základech (masa)



Při dušení potraviny:



- podléváme vodou nebo vývarem
- nejsou zcela ponořeny v tekutině, ale asi jen do poloviny
- se tolik nevyluhují jako vařené pokrmy
- si pokrmy uchovávají původní chuť a cenné šťávy, které tvoří základ omáček

Způsoby dušení podle přívodu tepla:



- na sporáku – nejčastěji tak připravujeme zeleninu a masa, velké množství potravin dusíme v kotlích a ve smažících pánvích
- v troubě – nejčastěji dusíme obiloviny (rýži, kroupy), masité pokrmy, závitky
- ve vodní lázni – některé choulostivé potraviny, jako jsou ryby a obiloviny

Glazírování



- zvláštní druh dušení
- potraviny obsahující cukr (mrkev, kaštany, mladé cibulky) odevzdávají do šťávy, která vzniká během dušení, cukerné látky
- tato šťáva se svaří na glazuru, která má podobu sirupu
- tento proces můžeme podpořit přidáním menšího množství másla a cukru
- potraviny jsou touto glazurou pokrývány a mají lesklý a chutný vzhled