DZIENNIK ZACHODNI junior

GASTROMANIAK

Zespół Szkół Ekonomiczno-Usługowych
ul. Św. Józefa 30
44-217, Rybnik

Numer 20 04/14

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU GRUPA WYDAWNICZA polskapresse

PARTNER Fundacja Orange

Nadchodzi sezon na … grilla !
Czy potrawy z grilla mogą być zdrowe?

Nareszcie nadeszła wiosna. Dni są coraz dłuższe i coraz więcej w nich słońca. Wielkimi krokami nadchodzi majówka, czyli… nieoficjalne rozpoczęcie sezonu grillowego. Wszyscy doskonale znamy smak przepysznych grillowanych potraw. Lubimy grillowane mięso, ale również warzywa przygotowane w ten sposób mogą się dla wielu okazać miłym zaskoczeniem.
Od dłuższego czasu toczy się dyskusja na temat tego czy grillowane potrawy należą do zdrowych czy też nie. Część dietetyków przekonuje, że spożywanie wybranych, grillowanych potraw jest bardzo zdrowe i może przynieść wiele korzyści.

Zdrowa pieczeń z grilla **gotowanie.onet.pl**

Z kolei inni są uważają, że grillowane produkty działają na organizm człowieka niekorzystnie i wytwarzają szkodliwe dla zdrowia substancje.
Prawda jak to prawda, leży zazwyczaj po środku.
Jeśli chcemy przygotowywać wyłącznie zdrowe i lekkostrawne potrawy, musimy zastosować się do kilku najważniejszych wskazówek.
Grill to przede wszystkim świetny sposób na miłe spędzenie wolnego czasu z przyjaciółmi i rodziną na dworze.
Grillowanie to wspaniała zabawa dla wszystkich, która na dobre zadomowiła się w naszym kraju.

Przydatne wskazówki :

1. **Nie kładź mięsa bezpośrednio na ruszt**
2. **Unikaj zbyt niskiej temperatury**
3. **Zwróć uwagę, by mięso było dobrze wysmażone**
4. **Ważną sprawą jest dobór właściwego surowca**
5. **Gotowe, przyrządzone mięso na grilla kupujmy u sprawdzonych producentów**
6. **Do grillowania nie nadaje się mięso peklowane i konserwowane saletrą**
7. **Używaj naturalnych podpałek spalających się całkowicie i w sposób bezwonny**
8. **Przed grillowaniem mięso dobrze jest zamarynować**

Piknik majowy

Piknik majowy

Słońce już na dobre zagościło się na dworze. Jest słonecznie, ciepło, wszystko zaczyna żyć. Jest to doskonały moment, aby wybrać się na piknik. Jest to świetna forma spędzania wolnego czasu. Dzięki piknikowi mamy możliwość zapoznania się lepiej z naturą oraz możemy odpocząć na świeżym powietrzu.

Co musisz zabrać na piknik, aby był udany:

- koc (oczywiście, aby uprzyjemnić spędzany czas)
- jednorazowe talerzyki, kubeczki oraz sztućce
- jedzenie, które szybko się nie zepsuje oraz nie rozpłynie (najlepsze są owoce, warzywa oraz kanapki np. z serem i sałatą)
- napoje najlepiej niegazowane
- jeśli wybierasz się na cały dzień, a mięso jest niezbędne warto zabrać mięso grillowane, wędzone lub suszone.
- ulubioną książkę, grę planszową (jest to świetna rozrywka na umilenie czasu)
- spray na komary oraz inne insekty
- kapelusz, okulary przeciwsłoneczne, krem z filtrem

Nie zapomnij o dobrym nastroju. Nic tak dobrze nie gwarantuje wspaniale spędzonego czasu jak dobre samopoczucie. Miłego Pikniku !!!

UCZNIOWIE ZSE-U W RYBNIKU WALCZYLI O TYTUŁ „KULINARNEGO TALENTU 2014" ROBERTA SOWY

27 marca 2014 roku w Warszawie odbył się finał VI edycji prestiżowego ogólnopolskiego konkursu "Kulinarny Talent 2014" Roberta Sowy.

W zmaganiach brało udział tylko 12 młodych kucharzy z całej Polski.
Z ZSE-U w Rybniku uczestniczyli:

- Karolina Węgrzyn IV TD
- Karol Karpiak z klasy IV TD.

Efekty pracy młodych kucharzy oceniało jury profesjonalne i degustacyjne.
Nasi uczniowie osiągnęli bardzo wysokie wyniki w konkursie:

- Karolina Węgrzyn zajęła V miejsce
- Karol Karpiak zajął VI miejsce.

Serdecznie gratulujemy Karolinie i Karolowi !!!

Konkurs "Kulinarny Talent 2014", poprowadzili Robert Sowa i Filip Chajzer, reporter Dzień Dobry TVN. Uczestników oceniało w tym roku Jury profesjonalne w składzie:

- Joanna Ochniak – ekspertka z dziedzinie marketingu w gastronomii, Przewodnicząca Komitetu Kobiet w Światowym Stowarzyszeniu Szefów Kuchni (Women in WACS), organizatorka szkoleń dla kadr branży gastronomicznej na terenie całej UE, inicjatorka "Gastronomii na Obcasach", działającej na rzecz kobiet pracujących w branży gastronomicznej, aktywna propagatorka wielu inicjatyw realizowanych w ramach branży w kraju i zagranicą.

- Iwona Niemczewska – szef kuchni i właściciel restauracji „Z Drugiej Strony Lustra" w Szczecinie. Jest z wykształcenia prawnikiem oraz kucharzem i cukiernikiem z dyplomami szkół Le Cordon Bleu w Londynie i Paul Bocuse Instutut w Ecully.
- Liliana Filipiak – właścicielka i szefowa kuchni Restauracji Lili w Łodzi. Jest laureatką selekcji Bocuse d'Or Poland, zwyciężyła też kilkakrotnie w Festiwalu Dobrego Smaku w Łodzi. Popularność zyskała dzięki udziale w pierwszej polskiej edycji programu kulinarnego TOP CHEF.

- Kazimiera Staszel – szefowa kuchni w *****Hotelu Villa Marilor w Zakopanem, góralka z krwi i kości. Wystąpiła w filmie promującym polską kuchnię góralską w Projekcie UE Tatry, uczestniczyła również w World Culinary Cup 2010 w Luksemburgu. Aktywnie włącza się akcje promujące region Podhala

Jury degustacyjne obradujące w składzie:

- Joanna Racewicz – dziennikarka telewizyjna
- Monika Jarosińska – piosenkarka
- Filip Bajon – jeden z najwybitniejszych scenarzystów i reżyserów współczesnego kina polskiego.
- Jacek Kret – muzyk, puzonista zespołu Poparzeni Kawą Trzy

- Nadzór nad Jury technicznym i degustacyjnym sprawował

-Konrad Birek – Szef Kuchni
Restauracji Sowa & Przyjaciele i Studia Kulinarnego Roberta Sowy.
Finaliści konkursu prezentowali swoje potrawy na talerzach z serii Affinity firmy Villeroy&Boch.
Tekst i zdjęcia (fot. Wiktor Zdrojewski) pochodzą ze Studia Kulinarnego Roberta Sowy.

Karolina przygotowująca potrawę na konkurs

Juri konkursu .

Karol podczas konkursu Fotorelacja

Hotelarze z klas II Akredytacja

Hotelarze rewelacyjnie zdali egzaminy akredytacyjne !
Hotelarze z naszej szkoły potwierdzili umiejętności i kwalifikacje zawodowe!

7 kwietnia 2014r. odbyły się w naszej szkole egzaminy akredytacyjne potwierdzające umiejętności i kwalifikacje zawodowe w zawodzie technik hotelarstwa .
Do tego egzaminu przystąpiło 5 uczniów z klasy II TA i II TT:

- Paweł Kmieć
- Karolina Lepiarczyk
- Kamila Magdzińska
- Sabina Mokry
- Klaudia Myśliwiec

Wszyscy uczniowie otrzymają certyfikaty potwierdzające umiejętność przyjmowania gości do hotelu.

Przyszłym hotelarzom gratulujemy profesjonalizmu i wysokich wyników egzaminu !

Przesądy maturalne

Matura uważana jest za jeden z najważniejszych egzaminów w życiu. Maturzyści mają różne podejścia do jej przygotowania: jedni uczą się pilnie i skrupulatnie do niej przygotowują, natomiast inni liczą na lut szczęścia i wierzą w przesądy mające zapewnić powodzenie na tym ważnym egzaminie. Wszystkim naszym maturzystom przedstawiamy te najbardziej popularne. W sumie nigdy nic nie wiadomo… spróbować można.

Po pierwsze:
Nie wolno uczyć się do matury przed studniówką, gdyż cała wiedza ulatuje w czasie studniówkowego balu. W razie zaległości na mature założyć polecamy wkładać książkę pod poduszkę (podobno wiedza najlepiej się wtedy przyswaja).

Po drugie:
Po studniówce ABSOLUTNIE nie wolno obcinać włosów. Każdy obcięty centymetr włosów to strata mądrości. Najbardziej zaangażowani maturzyści nie obcinają włosów już od września!

Po trzecie: Bardzo ważna jest bielizna. Czerwona bielizna to podstawowy ubiór każdego maturzysty zarówno na maturze, jak i na studniówce. Dziewczyny powinny mieć również czerwone podwiązki.

Po czwarte: Panowie koniecznie powinni

Tuż, Tuż Matura

Po piąte:
Pamiętaj, że w dniu matury wstając z łóżka prawa stopa koniecznie pierwsza musi dotknąć podłogi. Nią też jako pierwszą należy przekroczyć próg szkoły. Prawą trzeba też wejść na egzamin. W razie upadku arkusza egzaminacyjnego przydepnąć go należy także prawą kończyną. Aby było łatwej i żeby mieć pewność, że uniknie się pomyłki, maturzysta powinien prawą nogą robić wszystkie czynności już na tydzień przed egzaminem, tak, jakby lewa noga nie istniała.

Po szóste: W drodze na maturę trzeba unikać: drabin, czarnych kotów i zakonnic. Warto za to rozglądać się uważnie i szukać wzrokiem kominiarzy a także żegnać przy każdym mijanym kościele. Dobrze więc odpowiednio wcześnie wyjść z domu. Spóźnienie się na maturę nie jest wskazane.

który razem z pożyczonym przedmiotem przekazuje na obdarowywanego część

Po ósme:
Szczęście może także przynieść kopniak na szczęście , tuż przed wyjściem z domu i najlepiej od kogoś bliskiego.

Po dziewiąte:
W dniu egzaminu NIE WOLNO maturzyście życzyć szczęścia, powodzenia i sukcesu. Maturzyście należy życzyć skręcenia karku, połamania nóg i długopisu.No i nawet najlepiej wychowany maturzysta w przypadku otrzymania życzeń nie może też za nie dziękować.

Tak więc maturzyści życzymy wam skręcenia karku, połamania nóg i wszystkich długopisów, również tych zapasowych. !

Fotorelacja z Dni Otwartych szkoły dnia 12.04.2014r

Specjalny pokaz barmanistyczny prowadzony przez uczniów zseu

Pokaz meldowania gościa przy recpcji przygotowany przez hotelarzy

Pokaz kulinarny prowadzony przez kucharzy

Hotelarze z naszej szkoły ZSEU

Rada młodzieżowa naszej szkoły

Gastromaniak Szkoła okrywców talentów

Szkoła Odkrywców Talentów

26 lutego 2014 roku Zespół Szkół Ekonomiczno-Usługowych w Rybniku uzyskał tytuł „Szkoły Odkrywców Talentów".

Otrzymanie tego prestiżowego wyróżnienia świadczy o tym, że szkoła przyczynia się do odkrywania, promocji i wspierania uzdolnień dzieci i młodzieży.

Gratulujemy i dziękujemy !