

MUNKANAPLÓ

A 2015.07.30 – 2013.08.26 közötti

Portugália braga-i szakmai gyakorlatról

A tanuló neve: Hegedűs Nikoletta Gabriella

A szakképzés megnevezése: vendéglős

A szakmai gyakorlat helye: Casa de Pasto das carvalheiras

Címe: Braga Rua D.Afonso Henriques 8.

Fő tevékenysége: éttermi vendéglátás

A szakmai vezető(k) neve:

1.-2.hét: Rozgonyiné Cseh Andrea, Széplaki Péterné

3.-4.hét: Várszegi Bernadett, Ferencz Róbert

Szempontok a munkanapló vezetéséhez

- Milyen konkrét szakmai munkát végeztél?
- Milyen új szakkifejezést tanultál?
- Mi volt az újdonság számodra?
- Milyen munkaeszközöket használtál, kezeltél, ismertél meg?
- Milyen új szavakat ismertél meg?
- Milyen nehézségeid adódtak?
- Kértél-e, kaptál-e segítséget a feladatok végrehajtásához?

<u>Dátum</u>	<u>Elvégzett feladatok, megtanult új ismeretek</u>	<u>Megismert szavak, új kifejezések:</u>
2015.07.29 (szerda)	Délután fél négykor indultunk Salgótarjánból Budapestre. 19:20-kor indult a repülőgép Lisszabonba, ott átszálltunk a Portóba induló repülőre és Portóba várt minket egy busz és a szervezet igazgatója akivel eljöttünk Bragába. Éjjel három órakor érkezünk a szállásra. Mindenki beköltözött a szobába, és kipihentük az utazást.	Szia – Olá Igen – Sim Nem – Nao Jó reggelt – Bom dia Jó napot – Boa tarde
2015.07.30 (csütörtök)	Reggel után nyelvoktatáson vettünk részt. Délután a kísérő tanárainkkal és Philippel elmentünk várost nézni. Nagyon sok nevezetességet megmutatott nekünk, Braga legrégebbi templomát Sé de Braga. Az Igreja do Semiário de S.Paulo. Az Arco da Porta Nova kapu alatt közlekedünk támpontunk a szállásunkhoz. Itt Bragában kb.300 templom van. Izgalmas, tartalmas napunk volt. Még egy magas őrtorony tetejére is kivettek minket. A vacsora 3 fogásból állt. Nekem kifejezetten a leves ízlett a legjobban.	Hétfő – Segunda feira Kedd – Terça feira Szerda – Quarta feira Csütörtök – Quinta feira Péntek - Saxta
2015.07.31 (péntek)	Reggeli után szintén egy nyelvoktatáson vettünk részt, amelyen a portugál nyelvvel ismerkedtünk. Később elvittek minket kirándulni kisbusszal . A sofőrünk Carlos volt, aki nagyon közvetlen, barátságos és kedves. Voltunk a Bom Jesusban. Előtte a Parque S. Joao de Ponte tó partján sétáltunk át .Ami fenomenális élményt adott mindenkinek. Felvonóval is mentünk. Izgalmas volt. Következő úti cél Sameiro volt. A Santuário do Sameiro templomot néztük meg.	Szombat – Sábado Vasárnap – Domingo Hónap – Mes Év – Ano Nap – Dia
2015.08.01 (szombat)	Meglepetésünkre elvittek minket Lisszabonba egy lengyel csoporttal együtt utaztunk . Lisszabon gyönyörű volt, rengeteg ember mindenhol. A reggeli indulás 4:30kor volt a felkelés nehéz volt de megérte...5órás út várt ránk..Lisszabonban megnéztük Vasco de Gama emlékhelyét majd elmentünk a Monument to the discoveriesbe ahol láthattuk például Prince Pedro, Queen Filipa de Lencaster, Afonso V szobrát és még 33 ember szobrát.	Hét – Semana Hétfő – Fim de semana Ma – hose Tegnap – ontem Holnap – amanha
2015.08.02. (vasárnap)	Vasárnapi nap a pihenésről szólt. Elvittek minket egy közeli beachre, a hely neve Esposende. Rossz idő volt reggel, de szerencsénkre kisütött a nap úgy hogy vigyáznunk kellett a leégés miatt. Az óceán gyönyörű volt de a víz nagyon hideg, ennek ellenére nagyon jól éreztük magunkat..	azul marinho – vízkék beige – bézs sobramesa – desszert café – kávé associacoes – közösség

2015.08.03 (hétfő)	Reggelizés után szintén nyelvi felkészítőn vettünk részt ahol egy feladatot kaptunk. Ahol próbára tehetjük magunkat, hogy ki mennyire találja fel magát,és el tud tájékozódni a városban. Szerintem mindenki sikeresen megoldotta ezt a feladatot .Ez összehozta a Keris és Közgés diákokat is,jól összetudtunk dolgozni és segítettünk egymásnak. Új látványosságokat fedeztünk fel,különböző nevezetes iskolákhoz mentünk ilyen volt például a Esc. Sec.Carlos Amarante meg a Esc. Sec.Dona Maria II.	Június – junho Július – julho Augusztus – agosto Szeptember – setembro Október - outubro
2015.08.04. (kedd)	Reggeli után szintén a Portugál nyelvet próbáltuk elsajátítani. Nyelvtanárunk Juliene nagyon kedves szimpatikus tanár. Sok új szót tanultunk meg. Vettük a konyhai szavakat,hogy a munkahelyünkön majd helytálljunk. Ha esetleg eltévednénk a városban akkor se legyen gond megtanultuk az eligazodást is és az órát. Kaptunk egy kis ebédszünetet is. Este a vacsoránál kaptuk meg a következő nap napirendjét.	kés-faca hagyma-cabola szakács-cozinheiro fordulj balra-virar á esquerda Jó estét – boa noite
2015.08.05 (szerda)	Reggeli után nyelvórán vettünk részt. Sok új dolgot tanultunk. Délután mindenkit elvittek a munkahelyre szerződést aláírni, bemutatkozni. A bemutatkozás nagyon jól sikerült, az étteremben mindenki nagyon kedves barátságos és segítőkész. Első látásra nagyon megtetszett a Casa de Pasto das carvalheiras étterem .	Este – noite Reggel – manha Délután – tarde Napfelkelte – amanhecer Naplemente – anoitecer
2015.08.06. (csütörtök)	Reggeli után mindenki elindult a saját munkahelyére. Nagyon izgatottak voltunk,hogy itt hogyan is telik el egy nap,hasonlóan-e mint nálunk vagy sem. Rájöttünk teljesen másképp! Legalábbis a vendéglátás másabb, mint nálunk. A dolgozókon látjuk a boldogságot a szakmájuk iránti szeretet. Ami önmagában is csak pozitívum. Petivel kerültem párba. Az első napon már közös ebéddel, kávézással vártak minket. Mindenki laza és vicces. A chef úgy fogalmazott, hogy itt “mindenki örült”. Itt szieszta is van így 2 x 3 órát dolgozunk. Nem fáradtunk el estére. Izgatottan fekdüztünk le és vártuk a következő munkanapunkat.	Most – agora Ezelőtt – antes Ezután – depois Előre – frente Jobb – direita
2015.08.07. (péntek)	Újra munka,ahova örömmel indultunk el Petivel. Izgatottan vártuk, hogy megismerjük a többi szakácsot is. Bennük sem csalódtunk. Ebéddel,kávéval vártak minket. Majd munkába álltunk. Sok új dolgot tanultam ma: rák pucolás, polip tisztítás,tintahal karikázása. Sokat foglalkoznak velünk,mindent elmagyaráznak,hogy mi micsoda és itt,hogy szokás fogyasztani.	Bal – esquerda Hátra – trás Sárkány – dragau Tessék – aqui tem Fej – cabeça
2015.08.08. (szombat)	Reggeli után Portóba indultunk vonattal. A portói vonatállomáson nagyon szép képeket nézhettünk meg. Majd körbe vezettek a városban,ahol megnéztük a katedrális, városházát is. Délután hajókázni mentünk. Nagyon gyönyörű volt Portó. Majd ellátogattunk egy portói borházba, ahol bort kóstolhattunk és fado zenét hallgathattunk. Este a csoport karaoke-I versenyen vett részt.	Nyak – pescoco Váll – ombro Mellkas - peito Könyök – cotovelo Kar – braco

2015.08.09. (vasárnap)	Reggel jött értünk egy busz és elvitt Viannaba, ahol körülvettek minket. Megtekintettük a katedrálist ahonnan láthattuk a Lima folyót ami az Atlanti-óceánba torkollik. Majd ellátogattunk a Santa Lucia templomba, megnéztünk az apostolok szobrait. A délután folyamán elmentünk a tengerpartra. Nagyon Jó időnk volt. Jól éreztük magunkat. A víz hidegebb volt, mint az Esposende beachen de ez se vette el a kedvünket a fürdéstől. Este a közös vacsora után,közös filmnézés volt, amely összehozta megint a csapatot.	Has – barriga Csípő – cinta Kézfej – máus Ujjak – dedus Láb – perna
2015.08.10. (hétfő)	Reggeli után indultunk ismét a munkahelyre. Nagyon sok új dolgot tanultunk, pl.: szószok elkészítést. Már megengedték nekünk a sütést, tálalást is. Minden elmagyaráznak nekünk,hogy mi micsoda és hogy fogyasztják itt. Szieszta időben egy kicsit sportoltunk a munkatársammal, elmentünk futni. Jól esett,ezután jöhetett újra visszatértünk az étterembe.	Tej -leite só -sal zöldség -vegetais alma-maca gyümölcs -fruta
2015.08.11. (kedd)	Munkahelyünkön havonta változik az étlap kínálata, pont ezen a napon volt váltás. Nagyon örültük neki, mert így még több dolgot sajátíthatunk el a portugál konyhából. Különféle kis édességek előételek vannak. Egyszerűek, de mégis ízben isteni finomak. Feltűnt, hogy minden egyes étel ízei ütik egymást pl. édes a sóssal,csípős édes sós...stb variációk találhatók meg egytálételben, ami adja a különlegességét.	kolbász-enchidos eper -morango fokhagyma -alho tojás -ovos sütő.-forno
2015.08.12. (szerda)	Reggeli után,elindultunk a munkába. Előkészültünk a mai napra aztán megfőzték a napi ebédünket és közös ebédelésen vettünk részt. Majd megkávéztunk és indulhatott a munka. Rákok pucolása,tintahal tisztítása volt a feladatom. Később a chicken rolls nevű ételt készítettem. Nagyon sok mindenre megtanítanak minket és igyekeznek ,hogy minden itteni szokással megismertessenek bennünket.	Név – nome Életkor – idade Neme - sexo Zene – musica Film - filme
2015.08.13 (csütörtök)	A délelőtti műszak nagyon mozgalmas volt. Sok új dolgot tanítottak. Az ebéd megfőzését kaptam egy kis útmutatóval. Mangó krémet főzhettem az egyik ételhez. A saláták elkészítése volt az én feladatom a rendelésekből, zöldség salátát készítettem paradicsomból és salátából. Rengetegen voltak,előre le volt foglalva minden hely az étteremben estére.	szelet -fatia hús -refeicao cukor -acúra Sport – desperto Kereskedő – negócios
2015.08.14 (péntek)	Végre péntek!Kicsit fáradtan indultunk a munkahelyünkre kevés alvás miatt,de mindenki vicces és kedves ezért nem sokáig voltam fáradt megfellekedtem róla. Desszerteket,moussokat készítettem az egyik szakáccsal. Elmentünk boltba is alapanyagokat beszerezni. Egy kis bolt volt az ami pár utcával arrébb van. Meglepő volt,hogy onnan szerzik be a dolgokat. Hétfőre azt a feladatot kaptam,hogy magyaros sütit kell sütnöm nekik. Választásom a meggyes rétes volt, mindenkinek ízlett.	bolt-loja bolti ár- preco de venda én – eu te – tu segítség – ajuda

2015.08.15. (szombat)	Reggeli után, fél10kor volt indulás Valenciába és Vigoba, amely Spanyolországban található. Első úti célunk Valenca volt, amely egy erődítmény falai között található. Spanyolországtól Portugáliát természetes határ, folyó választotta el a Minho mint pl nálunk az Ipoly is ilyen. Következő állomás Spanyolország, Vigo volt. Nemzeti ünnep miatt minden zárva volt, az utcán alig ha voltak emberek, bár az idő is nagyon rossz volt sajnos így a strandolás elmaradt. Megnéztük a halászkikötőt ahol ott volt Jules Verne szobra a polippal. A rossz idő miatt így csak a Samil beach óceán partján sétáltunk egy kicsit. Gyönyörű volt a kilátás még így is. A teljes szabadság érzetet keltette bennem.	Ágy – coma Bőrönd – mala Asztal – mesa Szék – cadeira Lámpa – lampada
2015.08.16. (vasárnap)	A mai nap a lustálkodásról szólt, az első ilyen nap volt mióta itt vagyunk. De este 7órakor lehetőséget kaptunk, hogy elmehessünk egy helyi focimeccsre, ahol Braga-Madeira mérkőzését nézhetjük meg.	Ablak – janela Öngyújtó – isqueiro Légkondicionáló – arcondicionado Televízió – televisao Ajtó – porta
2015.08.17 (hétfő)	A mai napon csak egy szakács volt, így felkellett osztani ki melyik munkát végzi. Én kaptam a desszertes és előételes részt. Nagyon élveztem. Készítettem lazacos kapribogyós előételt és tonhalas krémet is. Burgonya pucolás és lereszelése volt még a feladatom. A munkatársak nagyon sokat segítenek és mindent elmagyaráznak részletesen.	Tükör – espelho Laptop – computador Üveg - vidro Pénz – denheiro Párna – almofada
2015.08.18 (kedd)	A mai napon nem sok vendég volt, így különféle desszerteket készítettünk. Mogyorós parfét, oreos kekszes maracujás süteményt, csoki szalámit. Önállóan készíthettük el Petivel. A végeredmény nagyon jó lett, és meg is dicsérték minket, hogy az eddigi legjobb süti ez lett.	Cipő – sapatos Csésze – caneca Szekrény – armário Törölköző – toalha Alma – maca
2015.08.19 (szerda)	Reggeli után újra munkába indultunk. Rákok pucolása tintahal tisztítsa és karikázása volt az első feladatom. Majd különféle szósok elkészítését tanították meg nekünk pl: paradicsomszósok, kapros-mézes, Cézár öntet stb...	Sál – cachecol Farmer – calcas Po lo – camisole Cukor – acucar Víz – água
2015.08.20 (csütörtök)	20. ez itt nem ünnep úgyhogy munkanap volt ez is számunkra, de este kimentünk Braga főterére és elénekeltük a Magyar Himnuszot. Az aznapi szakács kedveskedett nekünk egy különleges vacsorával és megköszönte, hogy segítettünk nekik. Nagyon jólesett nekünk. Igazán jó embereket ismerhettünk meg itt.	tenger-mar paprika - pimenta óceán-oceano olaj – oleo serpenyő – panela

2015.08.21 (péntek)	A mai napon Petivel odaadtuk az ajándékokat a munkahelyen. Nagyon örültek neki. Jó érzéssel töltött el minket, hogy a kis apróságoknak mennyire örültek, és nagy érdeklődést mutattak az országunk, kultúránk iránt. A rendelésekből én készítettem az előételeket a menühöz. Általában dél fél körül ebédeltünk a munkahelyen ahol a pultosok szakácsok egyaránt ott voltak. Nagyon jó, hogy ez nem csak egy munkahely hanem egy összetartó csapat akik nagyon jó barátok is.	Kávés – café Bors – papel Toll – caneta Sajt – queijo Tojás – ovo
2015.08.22 (szombat)	A mai napot pihenéssel tölthetjük, és a suvenirok megvásárlására kaptunk lehetőséget. Az 1 hónap alatt az első nap volt amikor bármeddig aludhattunk. Nagyon jó volt végre pihenni. Én találkozhattam unokatestvéremmel aki már több éve él Portugáliában. Este elvittek vacsorázni és megnéztem a várost. Nagyon megszerettem a tengergyümölcsseit. Kedvencem a rák, tintahal lett. Hiányozni fog ez a konyha számomra.	rák-caranguejor paradicsom – tomate kolbász – salsicha krumpli – batata csirke - galinha
2015.08.23 (vasárnap)	Vasárnap elindultunk Gerésbe a nemzeti parkba. Nagyon szeretem a hegyeket a természetet, mert a szabadságot a végtelenséget sugározza. Kaptunk egy kis szabad programot így elmentünk teázni, kávézni, édességet enni a többiekkel. Délután lementünk a Cavado folyóba fürödni ahol volt egy vízi extrém partrész. Kilehetett próbálni különféle vízi sportokat. Mi a flyfishre ültünk fel hatan, de nagyon nagy élmény volt. Felejthetetlen lett számomra ez is.	Papucs – chinelos Cigarette – tobacco Csokoládé – chocolate Tea – chá Színház – teatro
2015.08.24 (hétfő)	.Az utolsó munkanapunkat megkezdjük. Nem valami jó hangulatban, mivel szomorúak voltunk, hogy haza kell, hogy jöjjünk. Nagyon megkedveltünk mindenkit. A vacsora megfőzése a mi feladatunk volt. Csirke paprikást készítettünk nekik, ami annyira ízlett, hogy az étlapra is majd ráteszik a mi nevünkkel.	Hagyma – cebola Desszert - sobremesa ital-bebida bor – vinho kuka – caixote do lixo
2015.08.25 (kedd)	Ma a munkahelyen értékelték a munkánkat, az elmúlt időszakot. Megbeszéltük a tapasztalatokat, élményeket. Áadtuk az ajándékokat amelyeknek nagyon örültek. Megköszöntük a segítséget a sok új dolgot, a tanulási lehetőséget, a sok türelmüket is. Délután megkaptuk az Europassokat ünnepélyes keretek között. A szervezők is elköszöntek tőlünk.	búcsúzás-despedida szeretlek – eu tea mo minden jót - Os melhores cumprimentos vigyázz magadra - tome cuidado viszontlátásra-até á vista
2015.08.26 (szerda)	Búcsút vett mindenki reggel a szobájától, a szállodától, a barátaitól, Bragától. Nagyon szomorú voltam, hogy haza kell jönni. Teljesen más világ. Az emberek boldogok, nyugodtak, élvezik az életet. Ami Magyarországból nagyon hiányzik nekem. Ha elvégeztem az iskolát tervezek kimenni külföldre dolgozni, mert annyira megtetszett.	vidám – alegre boldog – feliz fiatal – novo táska – sal cipő -sapatos

Receptek

Francesinha:

a szendvicshez:

8 szelet szendvicskenyér
4 vékony szelet sertés- vagy marhahús
néhány vékony szelet kolbász
4 db baromfi virsli
4 vékony szelet gépsonka
8 vékony szelet sajt (pl. Trappista)
vaj vagy majonéz
só, bors
4 db tojás
hasábburgonya (plusz olaj a kisütéshez)

a szószhoz

1/2 ü világos sör
300 ml paradicsomszósz
2 db babérlevél
2 dl húslevesalaplé
2 ek étkezési keményítő
2 ek vaj
1 dl tej
chili

Elkészítés

1. A szószhoz oldjuk fel a keményítőt a tejben, adjuk hozzá az összes hozzávalót, botmixerrel keverjük simára és tegyük fel egy lábasban főni, amíg be nem sűrűsödik. Kifejezetten csipősnek kell lennie. Tartsuk melegen.
2. A szendvicshez sózzuk, borsozzuk a húst, olívaolajon süssük ki. A virslit hosszában vágjuk ketté, süssük át egy kissé a gépsonkával és a kolbással együtt olívaolajon. Érdemes wokban készíteni, a minimális zsiradék használata miatt. Tegyük félre.
3. Süssük ki a hasábburgonyát.
4. Készítsünk pirítóst a szendvicskenyerekből, tegyünk egy-egy vékonyan vajjal vagy majonézzel megkent szeletet mélytányérokba, erre a gépsonka,sajt, kolbász,virslí és a hússzelet kerül. A másik szelet pirítóst tegyük a szendvics tetejére, majd egy-egy tükörtojást és végül még egy szelet sajtot.
5. Bőven locsoljuk meg a chilis szósszal és tegyük egy percre a mikróba, hogy a sajt a tetejére olvadjon.
6. Tálaljuk a sült hasábburgonyával

Pastel de nata (sütemény)

- 30 dkg leveles tészta

krémhez

- 4 tojássárga
- 4 dl tej
- 12 dkg cukor
- 3 dkg liszt
- 1 tk vaj
- csipet só

elkészítés

1. A sütőt a legmagasabb fokozatra kapcsoljuk (220-250 fok).
2. A leveles tésztát téglalap alakúra nyújtjuk, 30 x 20 cm-esre, és a hosszanti oldalánál fogva szorosan feltekerjük. Folpackba csomagolva hűtőbe tesszük.
3. 3,5 dl tejet, a cukorral, sóval és a vajjal forrásig melegítjük.
4. A lisztet a maradék (0,5 dl) tejjel csomómentesre keverjük, majd hozzáöntjük, több részletben, folyamatosan keverve a forró cukros tejet. Kevergetve lehűtjük.
5. Mikor langyos a krém, egyesével hozzáadjuk a tojássárgákat. Kikeverjük.
6. A muffinsütő mélyedéseit alaposan kivajazzuk.
7. A hűtőből kivett tésztahengert 12 egyforma darabra vágjuk, és az így kapott szeleteket lapogatjuk, kihúzzuk és kosárcákat formálunk. Belesimítjuk a mélyedésekbe.
8. Mindegyiket 2/3-ig töltjük a krémmel.
9. A forró sütőbe dugjuk kb. 12 percre, ennyi idő alatt a tészta is átsül.
10. Végül grillfunkcióra váltunk és 2 perc alatt hagyjuk, hogy aranyszínűre süljön a tetejük. Nem baj, ha itt-ott fekete foltok is képződnek rajta, sőt!
11. Tálaláskor porcukorral meghintjük.

Pikata

A csirkemellet elősütjük. Tepsit zsírozunk, ráfektetjük a csirkemellet. Megkenjük a tetejét paradicsomsűrítménnyel, egy szelet sajtot helyezünk minden szelet mellre majd a sütőbe helyezzük. Serpenyőben egy tejszínes, sörös mártást készítünk amivel meglocsolva tálaljuk. Rizzsel és salátával kínáljuk.

Salátaöntet: olívaolajat, sót, borsot, balzsamecetet összekeverünk, majd bőségesen meglocsoljuk a salátát.

Tavaszi tekercs

Tésztát nyújtunk, három szelet camanbert sajtot teszünk bele, félbevágott koktélpáradicsom, frissen aprított petrezselyemzölddel meghintjük, majd mézet csorgatunk rá. A tésztát feltekerjük és a sütőbe helyezzük

Spagetti - Spaghettiltonno e origano:

Hozzávalók:

- spagetti
- paradicsompüré
- tonhal (olajos)
- fokhagyma
- oregánó
- peperoncino paprika
- extra szűz olíva olaj

Egy lábasban rakjunk fel vizet forni. Amikor a víz forr, tegyük bele só, majd rakjuk bele a spagettit. Tegyük a tonhalat az olajjal egy serpenyőbe és pirítsuk meg egy fokhagymával és egy kis paprikával együtt. Tegyük hozzá a paradicsomot és egy kevés só. Tegyük még hozzá egy kis maroknyi oregánót és keverjük össze.

Szűrjük le a tésztát és keverjük össze a szósszal.

Reszelt parmezánnal, melegen tálaljuk.