

2023. ÁPRILIS-JÚNIUS

MESTERKÉPZÉSEK



KEDVES VENDÉGEINK!

A tavasz és a nyár, a természet ébredése friss, változatos alapanyagokat, az ízek és színek gazdagságát hozza el a konyhára. Élünk is velük! Ezúttal főleg ezekre a szezonális alapanyagokra építenek tapasztalt és sikeres séfjeink, oktatóink, amikor a gasztronómia új és új területeire viszik a konyhai előképzettséggel rendelkező érdeklődőket. Ahogy szottuk, a legújabb trendek és fogások mellett klasszikus, hagyományos, tájjellegű ételek elkészítését is bemutatjuk. A lényeg a profizmus és a kreativitás!

Üdvözlattel:
A METRO Gasztroakadémia csapata



ÁDÁM CSABA

Több mint 25 éves szakmai pályafutás áll Csaba mögött a vendéglátásban, szűkebben értelmelve a konyhában. Ennek legutóbbi állomása az Olimpia étterem volt, melyet 8 és fél évig üzemeltetett. Jelenlegi szakmai célkitűzései között szerepel a húsmentes konyha/étkezés finomítása és népszerűsítése.



CSIDEI TAMÁS

Csidei Tamás mesterszakács, szakoktató 25 éve dolgozik konyhán. 15 évig hazai és osztrák éttermek, valamint elismert magyarországi szállodaláncok konyháit vezette, miközben szakmai lapokban publikált. Jelenleg saját cégében új konyhatechnológiákat oktat, valamint éttermeket indít be és segít át a koncepcióváltás nehézségein. A megújuló magyar gasztronómia és a monarchiabeli konyha megszállottja. Több mint 10 éve csatlakozott a METRO Gasztroakadémia oktatói csapatához, ahol a sous vide és az egyéb új ételkészítési technológiákat tanítja.



GALGÓCZI GÁBOR

A pesti gasztronómia egyik kiemelkedő alakja. Szakmai fejlődését kétségtelenül az Onyx étteremben eltöltött 6 év határozta meg, majd tudását a Cafe Pierrot-ban, a Libertében majd a La Perle Noire-ban bővítette. A korábbi években a Bocuse d'Or hazai válogatójának döntőse volt, és részt vett számos hazai és nemzetközi gasztronómiai versenyen. Képzéseinek modern konyhai főzőtechnikákat, valamint többértékű, kreatív alapanyagfelhasználást tanulhatnak a résztvevők.



GÁLICZ ISTVÁN

A konyhai gazdálkodást és irányítást Sous Chefként gyakorolta a Polo étteremben 2000-től. Később óceánjáró hajókon szerzett tapasztalatot (Sapphire Princess, Tahitian Princess, Grand Princess, Dawn Princess) a nemzetközi konyhaművészetben. Utjai során István több nemzet tradicionális konyhaművészetével is közelebbről megismerkedett, mint például a mexikói, az indiai és a thai gasztronómiával. Visszatérve Magyarországra több mint hat évig a Trattoria Pomo D'Oro étterem Sous Chefjeként dolgozott, ahol a tradicionális és a modern olasz konyha is képviselteti magát. 2012 óta a METRO Gasztroakadémia séfje.



HARASZTI ZSOLT

A Béke szálló éttermében kezdte pályafutását több mint két évtizede. Hamarosan már egy pesti étterem séfjeként folytatta. Sokféle stílus mellett, saját bevallása szerint, igazi erőssége az emelt színű magyar bisztrókonyha. Megszállottja a jó minőségű magyar alapanyagok felkutatásának és kreatív felhasználásának. Zsolt szakmai pályafutását végigkísérték a versenyek és az azokon elért eredmények: Czifray versenysorozat ezüst fokozat; 2018 Bocuse d'Or 4.; 2020 Bocuse d'Or 3. helyezett, plusz legjobb csapatmunka és legjobb hústál; 2022 Luxemburgi Kulináris Világajnokságon 4.hely.



KOVACSICS „KOKSZA” ISTVÁN

Kovacsics „Koksza” István a győri Révész BBQ Saloon és Bisztró séfje. Munkássága alatt mindig törekedett arra, hogy tapasztalataiból minél többet tudjon átadni fejlődni vágyó kollégái számára. Igazi vadhús rajongó, aki a vadászatot sem veti meg. A kreatív tálalás szerelmese. 2020 óta folyamatosan lép egyre előbbre csapatával a Dining Guide TOP100 Étteremkalauz ranglistáján.



KÖRMENDI IMRE

Alkalmazott fotós, hobbiszakács. Az elmúlt több mint 10 évben az ételfotózás vált a fő területévé: magazinokat és szakácskönyveket illusztrál, valamint csomagolás- és reklámfotókat készít. A fotózások során szereti bevonni magát az ételkészítés folyamatába is, hogy az elkészült kép jobban tükrözze az adott séf szemléletét, hozzáállását. Kíváncsi természetű, a profi konyhán szerzett tapasztalatait otthon is kamatoztatja családja és barátai örömeire. 2016 óta tart ételfotós képzéseket a METRO Gasztroakadémián.



MÁK TAMÁS

Igazi fanatikus, aki 20 éve foglalkozik pizzával, de ezt már inkább szenvedélynek tekinthetjük. A nápolyi stílusú pizzakészítés, a canotto igazi specialistája, a gluténháló rabja. Kitűnően bánik természetesen a fatüzeléses kemencével is, hiszen nem csak a személyében égő tűz fontos a tökéletes eredményhez.



NÉMETH TAMÁS

Németh Tamás jelenleg Balatonbogláron vezet éttermet, amire saját gyermekeként tekint, mivel a konyhatervezéstől kísérte végig a projektet. Bár már itt is kicsit kilépett a konyhai munkakörből. Az elmúlt 20 évben séfként nagy szállodák-éttermek konyhát vezetett. Stílusa az átgondolt magyaros jellegű ételek. Emellett 2015 környékétől aktívan használ barbecue-t és grillezik. Szereti az ételeket az ő szemszögéből új köntösbe öltöztetni, nem szokványos párosításokat létrehozni, de nem meghökkenteni akar, csak merészebb felfogásban alkotni.



PALLAG DÁVID

Pallag Dávid hosszú útkeresés után találta meg helyét a magyar gasztronómia világában: útjának mérföldkövei között szerepelt például a MÁK Bisztró, a Tanti, Saint Tropez étteremvilága és a Liskay Borkúria is. A fiatal séf 2020 decemberében nyitotta meg feleségével közös éttermét, a Rutin Gasztrolubickolót. A magyar konyha korszerűbb értelmezését célkitűzésül választó budaörsi bisztró tulajdonosai egy igazi gasztroparadicsomot építettek fel.



RESZKETŐ TAMÁS

Tamást kiskorától érdekli a főzés, grillezés. Munka mellett szakácsnak tanult, és tudását egyre jobban csiszolgatta, főleg külföldön szerzett tapasztalatok alapján. A Bécsben, Prágában, Írországból töltött huzamosabb idő után tért vissza hazánkba. Az alapanyagok kiemelt tisztelete szellemében arra törekszik, hogy a grillezés, füstölés ne nyomja el azok saját, jellegzetes ízét.



VARJU VIKTOR

Varju Viktor – vagy ahogy a szakmában ismerik: Varju Vili – a fővárosi Bock Bisztró Executive Chefjeként kezdte pályafutását. Munkásságát a Bock Bisztró és a Vendéglő a KisBíróhoz fémjelzik, jelenleg a Négyházmajor séfként tevékenykedik. Hitvallása: letisztult koncepció, maximalizmusra való törekvés, a magyar konyha hagyományainak őrzése. Véleménye szerint a konyha egy hihetetlenül bonyolult rendszer, melynek alappillére a folyamatos állandóság fenntartása és annak egyengetése.



VIDÁK ZOLTÁN

Gyermekeként sokat segített a nagymamájának a konyhában, és ez meghatározó élményt adott számára. Később a szakmában kitarító munkával az Andrassy úton található Premierben helyezkedett el konyhafőnökként, legutóbb pedig az Etyeken található Rókuszalvy Fogadó séfként végezte munkáját. A „vendégül látás” mellett a modern magyar konyha szívügye, így nem meglepő, hogy a konyhában szívesen kísérletezik bisztróételekkel is. Életének fontos állomása volt, hogy hosszú éveken át a Konyhafőnök c. műsor kreatív séfként tevékenykedett, továbbá a METRO Gasztroakadémia csapatát is rendszeresen erősíti.



VOLENTER ISTVÁN

1999 óta dolgozik a vendéglátásban. Móról, az Öreg Présből indult a pályafutása, ahol 21 évesen már a konyhát vezette. Vidéken és Budapesten is több étteremben dolgozott séfként, sokáig a 67 Étterem & Bisztró séfje volt, de az Albatros partiszervíz fő séfként is dolgozott. Többször indult a magyar Bocuse d'Or versenyen, mindig dobogós helyet ért el. 2020-ban visszatért Móra és immár önállóan vezeti az Öreg Prés Éttermet.



ZSOLNAY GERGELY

Jelenleg a budapesti The Planteen és az Andrassy úti Flow Specialty Coffee Bar & Bistro Executive Chefje és utóbbi üzletvezetője. Mintegy 20 éve foglalkozik az egészséges életmóddal, tudatos táplálkozással és ezek integrálásával a vendéglátásba. Tanulmányokat folytatott környezetvédelem, mezőgazdaság (MATE-Kertészmérnök), vendéglátás (szakács) illetve táplálkozástudomány területén (SOTE-MSc). Életének meghatározó része a tanítás, minél több emberhez eljuttatni a megszerzett ismeretek összefűzött esszenciáját. Egyik fő célja a magas minőségű, hazai alapanyagokra építő, növényi alapú, kompromisszummentes gasztronómia megvalósítása Magyarországon, az ősi alapanyagok újraélesztésével.



ÁPRILIS

ÁPRILIS 03.	VARJU VIKTOR Vendégház falatok/ magyar Tapas a büféasztalon
ÁPRILIS 04.	NÉMETH TAMÁS BBQ sertéshúsok
ÁPRILIS 05.	VIDÁK ZOLTÁN Főzelékek és feltétek
ÁPRILIS 12.	KOVACSICS ISTVÁN Újhullámos éttermi desszertek 1.
ÁPRILIS 13.	GALGÓCZI GÁBOR Fine dining a mindennapokban
ÁPRILIS 18.	HARASZTI ZSOLT Tavaszi a bisztrókonyhában
ÁPRILIS 18.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista alapképzés
ÁPRILIS 19.	GÁLICZ ISTVÁN Steaksütés
ÁPRILIS 19.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista Latte Art képzés
ÁPRILIS 25.	RESZKETŐ TAMÁS Street food
ÁPRILIS 26.	VIDÁK ZOLTÁN Spárga ételek határok nélkül

JELMAGYARÁZAT:

-  konyhai képzés
-  bár/barista képzés
-  konyhai és bár/barista képzés
-  elméleti képzés

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MÁJUS

MÁJUS 03.	KOVACSICS ISTVÁN Újhullámos éttermi desszertek 2.
MÁJUS 04.	ÁDÁM CSABA Vega menü 3 fogásban
MÁJUS 08.	VOLENTER ISTVÁN Édesvízi halak
MÁJUS 08-12.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista tanfolyam, 5 napos
MÁJUS 10.	ZSOLNAY GERGELY Szállodai vegán reggeli
MÁJUS 11.	VIDÁK ZOLTÁN Savanyítás-fermentálás
MÁJUS 17.	CSIDEI TAMÁS Tavaszi zsengek
MÁJUS 17.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista alapképzés
MÁJUS 18.	PALLAG DÁVID Bisztrókonyha egy ifjú séf szemével
MÁJUS 24-25.	MÁK TAMÁS Pizza nápolyi stílusban- kétnapos képzés

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	31			

JÚNIUS

JÚNIUS 06.	KÖRMENDI IMRE ÉS GÁLICZ ISTVÁN Ételfotózás
JÚNIUS 07.	ZSOLNAY GERGELY Vegán saláták
JÚNIUS 12.	GÁLICZ ISTVÁN Olasz tészták
JÚNIUS 13.	NÉMETH TAMÁS BBQ szárnyasok
JÚNIUS 13.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista alapképzés
JÚNIUS 14.	SENKÁRIUK ANDRÁS Barista Latte Art képzés
JÚNIUS 22.	HARASZTI ZSOLT Nyár a bisztrókonyhában
JÚNIUS 27.	VARJU VIKTOR Borjűhúsok
JÚNIUS 28.	RESZKETŐ TAMÁS A füst íze a bisztróban
JÚNIUS 29.	GALGÓCZI GÁBOR Kenyérsütés az étteremben

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



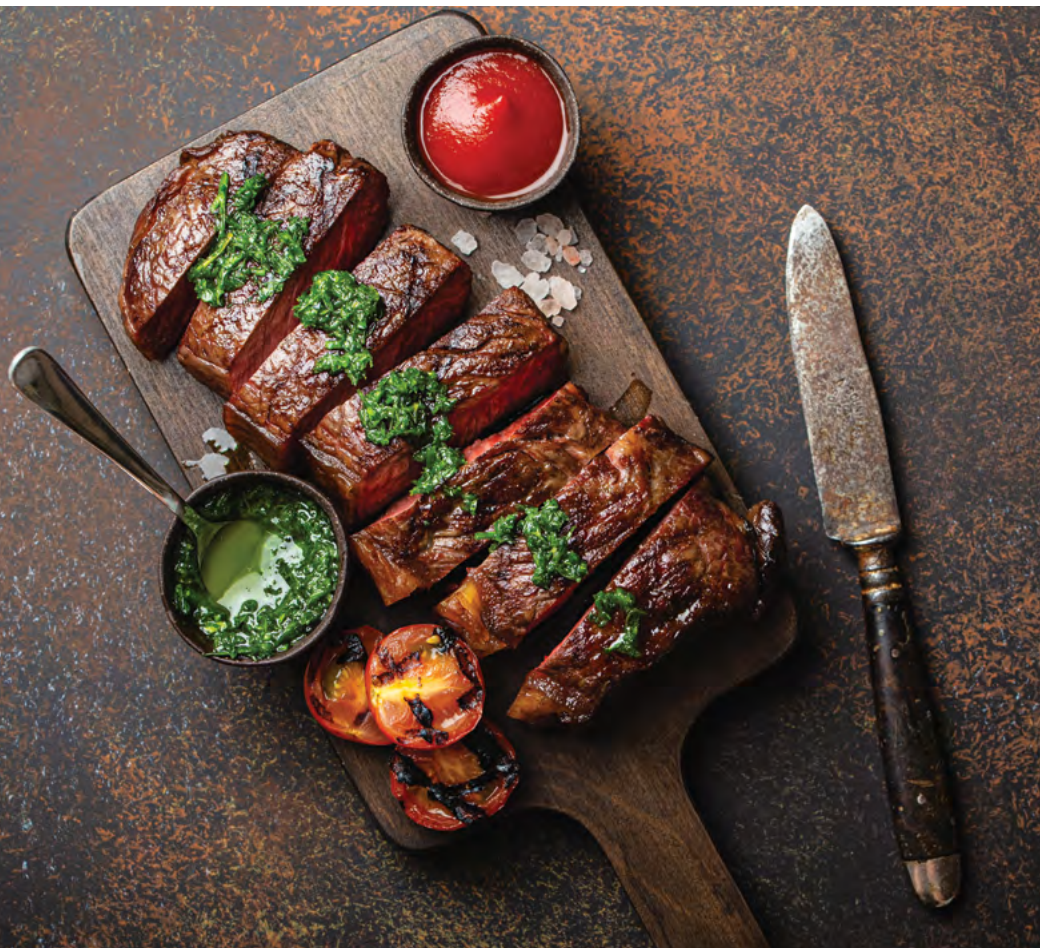
ÁPRILIS

VARJU VIKTOR

VENDÉGVÁRÓ FALATOK/ MAGYAR TAPAS A BÜFÉASZTALON

Manapság egyre elterjedtebb, hogy egy esemény során vendégeink minden fogást szeretnének megkóstolni, és elvárják, hogy színes választékkal kínáljuk őket. Lehetnek ezek falatnyi, vagy akár kistányérnyi ételek, amelyeket bátran építhetünk a magyar konyha klasszikusaira. Hosszú évek során szerzett kitűnő rutinjait osztja meg a résztvevőkkel az oktató a képzés során.

A kurzus során elkészített ételek sora legyen meglepetés!



NÉMETH TAMÁS

BBQ SERTÉSHÚSOK

A sertéshús kellemes zsírossága miatt a zaftos barbecue, és grill ételek egyik fő alapanyaga. De amíg grillezésnél rövid ideig közvetlen és magas hőnek tesszük ki a húst, addig BBQ esetében hosszú ideig tartó, alacsonyabb hőfokon, indirekt módon történő hőkezelés folytatunk, jelentős füst mellett. Hihetnénk a szmókeres BBQ-zást modernebb technológiának, de ezt a tradicionális hőkezelést már az ősidők embere is használta lombbal letakart gödörben. Egy szép oldalas vagy karaj már csak a jól bevált fűszerekért, pácokért és szószokért kiált.

Pork belly burnt ends, azaz malaccsászár

Sertéstarja "Czigány"

Sertésszűz "Colbert"

Kiegészítők, köretek: Dödölle, tabbouleh, gyömbéres uborka



VIDÁK ZOLTÁN

FŐZELÉKEK ÉS FELTÉTEK

A magyar konyha hagyományaira építve, de a mai trendeknek megfelelő technológiákkal készülnek ételeink a képzés során. Könnyen és változatosan, a mindennapi működésben jól használható ötletekkel, receptekkel gazdagodnak a résztvevők. Éttermi menüben is megállják a helyüket a főzelékek, amennyiben megfelelő módon és minőségi feltétekkel kínáljuk azokat.

A kurzus során elkészített ételek sora legyen meglepetés



KOVACSICS ISTVÁN

ÚJHULLÁMOS ÉTTERMI DESSZERTÉK 1.

Séfünk sokszor tapasztalta egy menüsor végigkóstolása után, hogy minden finom volt és szép, csak a desszertre fogyott el az energia. Ezért gondolta, hogy kurzusán megmutatja, hogyan lehet elérni, hogy a kissé elunt éttermi desszertek napjaink fine világát tükrözzék, hogy újragondolt magyar desszertek kerülhessenek a fine és bisztró közönség elé. Régi ízek kerülnek most új köntösbe, felvonulnak tányér és büfédesszertek.

Mousse-ok
Töltelékek
Textúrák díszeknek
Szilikon formák használata



GALGÓCZI GÁBOR

FINE DINING A MINDENNAPOKBAN

Ha szeretnénk igazán nagy élményt nyújtani ételleinkkel, érdemes ellesni a fine dining konyhák különleges összetevőkből megkomponált műveit. Ebbe a világba enged betekintést egy válogatott menüsorral Gábor, aki Bocuse d'Or hazai válogatójának döntőseként és a Michelin-csillagos Onyx étterem egykori szakácsaként hitelesen, első kézből adhatja át ezt a tudást az érdeklődőknek.

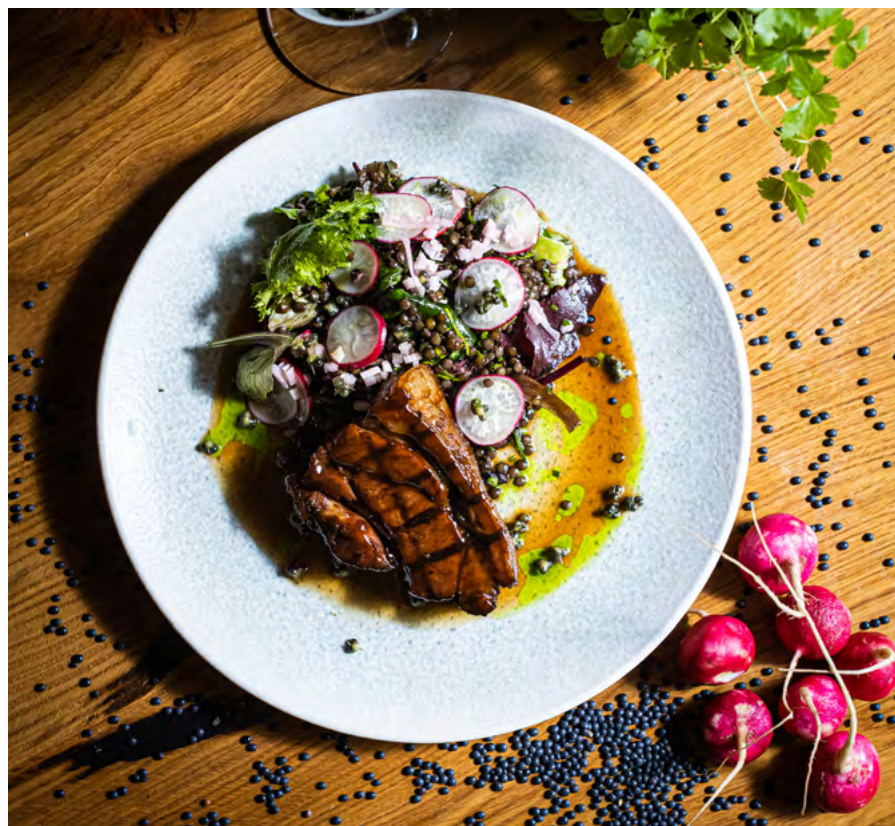
Vitello tonnato kapri dresszinggel
Homár tengeri spárgás zöldborsóval, törökmogyoróval
Faszénen sült steak angolszalonnás zöld spárgával, rántott,
füstölt zellerrel és barnavajas burgonyapürével



HARASZTI ZSOLT TAVASZ A BISZTRÓKONYHÁBAN

Tavasszal már nem kell a mélyhűtőbe nyúlnunk a zöldségekért, végre a frissen termett, szezonális zöldségekre helyezhetjük a hangsúlyt. Mindig érdemes az éppen legfrissebbeket használni, hiszen így folyamatosan tudunk változatos és vitamindús ételeket szervírozni. És hogy értékes tápanyagtartalmuk ne vesszen el és primőr ízeiket is a legjobban kiemelve finom ételek készüljenek, ez áll kurzusunk középpontjában.

3 fogás a legfrissebb szezonális alapanyagokból



GÁLICZ ISTVÁN STEAKSÜTÉS

A steak minden éttermi ajánló igazi sztárja. Íme most minden egyben, amit a steaksütésről tudni kell. A húsok elkészítése előtt feltétlenül szükségünk van kiváló alapanyagokra. István pedig részletesen bemutatja, milyen húsrészt kell felhasználni, milyen módon kell előkészíteni, elkészíteni, és minden olyan konyhatechnológiai praktikával megismerteti a résztvevőket, mely a tökéletes steak elkészítéséhez szükséges.

Rib eye, hátszín, bélszín
mártások, köretek, kiegészítők



RESZKETŐ TAMÁS

STREET FOOD

A street food világszerte nagy népszerűségnek örvend. A sokféle összetevőből készülő színes, fűszeres ételek között mifelénk meghatározó szerepet töltenek be a hamburgerek és szendvicsek. A kurzuson résztvevőket Tamás kalauzolja végig a főbb alkotóelemek elkészítésén: szaftos húspogácsák, illetve a hozzájuk tartozó szószok és köretek is sorra kerülnek, de az elkészítendő ételek között izgalmas, egzotikus fogások is lesznek.

Grillezett ördögghal taco, ananász salsa, marinált hagyma
Érlelt marha steak, házi paradicsomos tagliatelle, chimichurri
Házi készítésű falafel, tabbouleh, harissza, füstölt padlizsán, saját pita



VIDÁK ZOLTÁN

SPÁRGA ÉTELEK HATÁROK NÉLKÜL

Igazi szezonális sztárétel a spárga. Pár hétig tart csak a szezonja, ezért érdemes ekkor a legtöbbet kihozni belőle. Szerencsére világszerte használják leveshez, főételként, köretnek, párolva, grillezve így változatosan készíthetjük, tálalhatjuk vendégeinknek. Ismerd meg a spárgakészítés csínját-bínját a nagyvilágból.

Zöld spárga saláta, citrom kaviár, sabayon dresszing
Vaníliával infúzionált spárga sous vide, papírban sült suprême jércemell
Formázott grill zöld spárga spicc, mangalica, burgonyatorta
Narancsos-spárgás túrós rétes kehely
Maradékok felhasználása:
KréMLEVES, brassói, tésztaétel



KOVACSICS ISTVÁN

ÚJHULLÁMOS ÉTTERMI DESSZERTÉK 2.

MÁJUS

Séfünk sokszor tapasztalta egy menüsor végigkóstolása után, hogy minden finom volt és szép, csak a desszertre fogyott el az energia. Ezért gondolta, hogy kurzusán megmutatja, hogyan lehet elérni, hogy a kissé elunt éttermi desszertek napjaink fine világát tükrözzék, hogy újragondolt magyar desszertek kerülhessenek a fine és bisztró közönség elé. Régi ízek kerülnek most új köntösbe, felvonulnak tányér és büfédesszertek.

Morzsák,
ropogósok,
tükörglazúr
kakaóvaj,
csokoládé



ÁDÁM CSABA

VEGA MENÜ 3 FOGÁSBAN

Olyan vegetáriánus menü kerül terítékre, amely színekben és ízekben is rendkívül változatos. A 3 fogás a sötét és földízű gombapástétomtól az élénk színű sütőtökön és céklán át, a kirobbanó ízű tormafagyit tart. Ez a menüsor ízelítőt ad abból, hogy kellő hozzáértéssel és kreativitással hogyan varázsolhatunk kápráztató ételeket vegán vendégeink elé.

Vargánya pástétom , füstölt alma, süllőgyma
Vegán túrógombóc, vegán parmezán , sütőtök, ördögcsékérgomba
Céklatorta, tormafagyi, kömény ropogós



VOLENTER ISTVÁN

ÉDESVÍZI HALAK

Édesvízi halaink közül a konyhákban leginkább a ponty, keszeg, az amur, sügér, fogas, pisztráng, valamint a csuka és a harcsa fordulnak elő. Legtöbbjük ma már tenyésztett, de a horgászfogások révén akár még angolnával és menyhallal is lehet dolgozni. Ezúttal édesvízi halainkból emel ki séfünk néhányat, hogy izgalmas, újszerű fogásokat mutathasson be.

Süllő torma, túró nudli
Harcsa „Hortobágyi”
Füstölt sügérkroket, „majonézes burgonya”



ZSOLNAY GERGELY

SZÁLLODAI VEGÁN REGGELI

Hogyan készítsünk fenntartható és egészséges reggeliket úgy, hogy közben ne legyenek unalmasak, megszokottak? Ezúttal ismert ételeket készítünk újragondolva, olykor ismeretlen alapanyagokból. A rántott gombán és vegán majonézen túlra kalandozunk ezúttal. Könnyű és laktató ételek kerülnek terítékre, egyedi és fenntartható módon.

Exkluzív reggelik elemei: zöldség- és gabonapástétomok
Újragondolt ismert ételek (császármorzsa, tejbegríz - szállodai színvonalon)



VIDÁK ZOLTÁN

SAVANYÍTÁS-FERMENTÁLÁS

A kovászosítást, savanyítást, fermentálást már dédanyaink is előszeretettel használták a nyári hőségben az alapanyagok tartósítására. Manapság már ételeink, salátáink részeként is szívesen használjuk. A képzés során végigvesszük a különböző technológiákat és néhány salátadressinget a mai modern konyhának megfelelően.

Kovászott retek - répafőzelék
Kojival érlelt zöldségek
Savanyított gomba - uborkasaláta feltét
Lassan sült császár



CSIDEI TAMÁS

TAVASZI ZSENGÉK

A Tamás által megalkotott fogásokban mindig a sous vide technológia a meghatározó. A képzés során a technológia mindennapi éttermi használatához kapnak a résztvevők sok-sok segítséget. Hogy minden részlet érthető legyen, séfünk egy vegetáriánus, egy szárnyas és egy borjúételen keresztül is szemlélteti a sous vide technika csínját-bínját. Ráadásul a receptek a szezonális köreteknek köszönhetően már készíthetők, tálalhatóak is.

Medvehagyma tökéletes tojással
Kacsamell, eper, rétes
Borjúsűz zsályás gombákkal, spárgával



PALLAG DÁVID

BISZTRÓKONYHA EGY IFJÚ SÉF SZEMÉVEL

A klasszikus magyar ételeket már édesanyáink is kisebb-nagyobb eltéréssel készítették. Manapság pedig már egyre több formában és ízárnyalatban találkozhatunk velük. A képzés során mindenki új ötleteket szerezhethet, mikor egy friss, egyéni szemlélettel bíró ifjú séf mellett elsajátítja a klasszikus fogások új változatait.

A Séf a bisztrókonyha szellemében a szezonnak megfelelő legfrissebb alapanyagokból alkot 3 fogást.



MÁK TAMÁS

PIZZA NÁPOLYI STÍLUSBAN- KÉTNAPOS KÉPZÉS

A képzés során az alapoktól, azaz a lisztektől kezdve egészen a sütésig végigveszik a résztvevők a nápolyi stílusú pizzakészítés, a Canotto stílus csínját-bínját. Elsajátíthatják a magas hidratációval és a hosszú fermentációval, magas hőfokon, agresszív sütéssel készülő pizzák fortélyait. Természetesen a nyújtás és gyakorlati rész sem maradhat el.

A kétnapos konyhai képzés ára:

39.900 FT + ÁFA/fő



JÚNIUS

KÖRMENDI IMRE ÉS GÁLICZ ISTVÁN ÉTELFOTÓZÁS

Szép ételfotókkal vonzóbban bemutathatjuk éttermünk kínálatát, akár a napi menüt is. A képzés során ehhez szeretnénk segítséget nyújtani. A konyhában előkészített, elkészített fogásokat a résztvevők saját maguk is megtálalhatják, ízlésük szerint. Imre segítségével pedig elsajátíthatják, hogy fényképezőgéppel vagy telefonnal miként tudják a lehető legszebb képet elkészíteni róla.

Fontos, hogy a képzésre mindenki hozzon magával fényképezős okostelefont vagy fényképezőgépet, hiszen ez egy igazán interaktív alkalom lesz!



ZSOLNAY GERGELY

VEGÁN SALÁTÁK

Ahhoz, hogy az egészséges saláták táplálóak legyenek, fehérjét is tartalmazzanak tojással, hússal, hallal szoktuk tálalni, nem is beszélve a majonézről. Ezúttal úgy készítünk izgalmas salátákat, hogy egészséges, tartalmas és teljesen növényi alapúak legyenek. Ezek az újhullámos ételek garantáltan wow élményt nyújtanak vegán vendégeinknek is.

A mikrozöldekben rejlő lehetőségek: fehérjében gazdag salátafeltétek mikrozöldekkel
Távol-keleti és hazai saláták izgalmas növényi elemekből
Egy klasszikus olasz: Caprese saláta vegán változata



GÁLICZ ISTVÁN

OLASZ TÉSZTÁK

A tészta a világ minden konyhájában népszerű, de mind közül az olasz tésztaételek talán a leghíresebbek. Formában és ízben végtelen kombinációjuk ismert. A raguk közül léteznek pár perc alatt és hosszú ideig lassú tűzön elkészíthetőek is. Mindegyiket megtanulni szinte lehetetlen, de ez alkalommal néhányat a legismertebbek közül átveszünk a résztvevőkkel.

Carbonara, Tagliatelle alla Bolognese, kacsaragu,
Spaghetti alle vongole, sütőtökös gnocchi gorgonzola szósszal,
variációk paradicsomszószra, vargányaragu



NÉMETH TAMÁS

BBQ SZÁRNYASOK

Mivel a szárnyasok mára már alapélelmiszerek, érdemes újragondolni elkészítésüket, hogy ne mindig ugyanazok a fogások készüljenek belőlük. Tamás legfőbb feladatának pont azt tekinti, hogy régi ételeinket új köntösbe öltöztetve átfogalmazza őket. Ugyanakkor elmélyedt a grillezés technikájában is az utóbbi években, ezért ezúttal a szárnyasokat a grillácson varázsolja a kurzus résztvevői előtt izgalmas fogásokká.

Füstben sült kacsacomb káposztás cvekedlivel
Csirkecomb ""dobverő"" fordított lecsóval
Hortobágyi palacsinta ""klasszik"", kamadóban



HARASZTI ZSOLT

NYÁR A BISZTRÓKONYHÁBAN

Vétek lenne, ha konyhánk kínálatát nyáron nem a frissen termett, változatos zöldségekre építenénk. Mivel a hónapok folyamán egymás után bújnak elő a földből, élhetünk mindig a legfrissebbel. Ezek tápanyagtartalma, vitamintartalma amúgy is megfelel annak, amire szervezetünknek éppen szükség van. Hogy hogyan készítsük el őket, hogy értékes tápanyagaik ne vesszenek el és primőr ízeiket is a legjobban kiemeljük áll kurzusunk középpontjában.

3 fogás a legfrissebb szezonális alapanyagokból



VARJU VIKTOR

BORJÚHÚSOK

A fiatal borjú húsa kellemes ízű és illatú, nagy víz-, fehérje-, és B-vitamin tartalommal. Jóval több vizet tartalmaz, mint a marhahús, finom izomrostjai így könnyebben emészthetők. Ezúttal a borjú különböző részeinek a szokásostól kissé eltérő elkészítési módjaiba avatjuk be a résztvevőket.

Töltött „velőscsont”

Borjú nudli „pékne”

Mono wellington borjú szűz, szezonális zöldség variációk



RESZKETŐ TAMÁS

A FÜST ÍZE A BISZTRÓBAN

A természetes, kellemes füstaroma mindig ínycsiklandóan hat érzékszerveinkre. Egyre több módszerrel adhatjuk meg a jóleső, füstös ízt étteleinknek. Szerencsére a mai eszközök egy része akár zárt térben is jól használható. A bisztrókonyha szellemiségében alkalmazva az így elkészített fogások bármelyik étteremben megállják a helyüket.

Füstölt pisztráng rillette, tormás krémsajt, menta-eper salsa, baguette
Grillezett hasaalja, zellerkrém, sült cékla, kelbimbó
Érlelt Rib eye steak, gremolata, konfitált burgonya, sóágyon sült zöldségek



GALGÓCZI GÁBOR

KENYÉRSÜTÉS AZ ÉTTEREMBEN

Kenyérsütés az étteremben vagy otthon, de hogyan? Hogy tud a kenyerünk mindennap ugyanolyan jó lenni? Mi a különbség a lisztek között? Mi a kovász? Mi az anyatészta? Hogyan lesz jó lassú és gyors érleléssel a tésztánk? Ezekre a kérdésekre kapunk választ kurzusunkon a kenyerek színes világából.

Kovászok, anya tészták, hibrid technológiák
briós, rozsos csiga, toast kenyér
party zsömle, sörös magvas vekni
baguette, foccacia



BARISTA KÉPZÉS



KEDVES ÉRDEKLŐDŐ!

A METRO Gasztroakadémia teljesen megújította a barista szakmai terület képzését, a Barista Hungary szakmai csapatával szorosabbra fűztük együttműködésünket, és a Barista Hungary oktatóbázisa a teljes technológiai felszereltségével a METRO Gasztroakadémia külteremébe költözött.

A METRO Gasztroakadémia szervezésében már nemcsak egynapos kávé alapoktatást, de kiscsoportos latte art képzést és ötnapos intenzív barista tanfolyamot is kínálunk az érdeklődők számára. A Barista Hungary ügyvezetőjeként és szakoktatójaként én és a cég gyakorlott barista trénerai garantáljuk a képzések szakmai minőségét.

2003 óta foglalkozunk kávé képzésekkel, 2006 óta rendszeresen szervezünk egész hetes barista tanfolyamokat. Az elmúlt 15 évben több ezer tanulót segítettünk elindulni a kávé szakmában. Végzett baristáink igen nagy számban helyezkedtek el sikerrel a világ több

pontján, és természetesen a hazai kávé iparágban is. Rendszeresen tartunk képzéseket kávéforgalmazók és kávézóláncok számára, de a hazai harmadik hullámos kávézók egy jó részét is tanulóink alapították, illetve ők dolgoznak ott baristaként.

2023-ban Téged is várunk a METRO Gasztroakadémia kávé képzésein, legyél Te is része a hazai kávé megújulásnak!

Üdvözlettel,
Senkáriuk András



ÁPRILIS 18., KEDD
MÁJUS 17., SZERDA
JÚNIUS 13., KEDD

BARISTA ALAPKÉPZÉS

Milyen a minőségi kávé? Most választ kaphatsz kérdéseidre! Ismerd meg a kávékészítés fortélyait, és sajátítsd el a tudást a szakszerű kávéitalok elkészítéséhez: az eszpresszótól kezdve egészen a lattéig, illetve próbáld ki a gyakorlatban a latte art alapjait is!

ALAPANYAG-ISMERETEK

- Mi különbözteti meg a jó kávékeveréket a jó eszpresszókeveréktől?
- Az ár mennyiben nyújt segítséget a választásnál?
- Mire következtethetünk a pörkölt kávé színéből?
- Miért csak a profi csomagolás biztosítja a friss és krémes kávé?

TECHNOLÓGIAI ISMERETEK

Az eszpresszó-munkaterület szakszerű kialakítása, berendezése, vízkezelés. Az őrlő működése, kalibrálása, adagolás. Kávégép és barista együttműködése, szükséges kiegészítő eszközrendszer.

TUDÁS A GYAKORLATBAN

A résztvevők elsajátítják az igazi olasz kávébár italainak szakszerű készítését: eszpresszó, cappuccino, caffè latte, latte macchiato, americano. Rétegezés és díszítéstechnikák, a latte art alapjai a gyakorlatban.



Ára: **19.900 FT + ÁFA/fő**

BARISTA LATTE ART



A Latte Art oktatás célja: a képzésen részt vevő összes hallgató a nap végére képes legyen önállóan tejhabokat készíteni, és ebből latte art motívumot önteni.

OLYAN JELENTKEZŐKET VÁRUNK:

- Akik biztos tudást szeretnének elsajátítani ebben a témakörben trénernek felügyelete mellett.
- Akik szívesen részt vesznek egy aktív, koncentrált gyakorlati oktatáson, kisebb létszámú csoportban egy konkrét cél elérésének érdekében.

A tréningen való részvétel feltétele a barista alapképzés elvégzése.

Ára: **23.900 FT + ÁFA/fő**

BARISTA TANFOLYAM

5 NAPOS



Új szakmai képzést indítottunk el a 2019-es évtől, mely egy koncentrált, 5 napos intenzív tanfolyam a Gasztroakadémián. Azokat a jelentkezőket várjuk, akik tényleg komolyan gondolják a kávékészítést, és céljuk, hogy kávéismereteiket rendszerezzék, a barista szakma nemzetközileg elvárt tudásanyagát elsajátítsák.

A BARISTA TANFOLYAM MENETE:

1. nap: A kávékészítés rendszere, eszpresszó és brewing technológiai kör, espresso és V60 készítés.
2. nap: Tejhabosítás: tejhabos italok és latte art elmélet, gyakorlat.
3. nap: Brewingeszközök megismerése, szakszerű használata és latte art gyakorlás, szívforma öntése.
4. nap: Őrlőállítást, adagolás, eszpresszótechnológia és latte art öntéstechnika különböző méretű csészékbe és poharakba.
5. nap: Kávékülönlegességek, klasszikus receptek, jeges változatok, modern kávéválaszték és latte art gyakorlás.

Ára: **107.000 FT + ÁFA/fő**

JELENTKEZZ MÉG MA!



Töltsd ki a www.metro.hu/gasztroakademia oldalon található jelentkezési lapot!

Válaszként visszaigazolást küldünk, amelyben feltüntetjük a fizetés módját is.

Az egynapos Mesterképzéseink ára: **19.900 Ft + ÁFA/fő**

A kétnapos Mesterképzéseink ára: **39.900 Ft + ÁFA/fő**

Egyéb képzéseink ára ettől eltérő, a képzéseknél megjelölt árakon látogathatók.

KÉPZÉSEINK HELYSZÍNE:

METRO Gasztroakadémia, **2040 Budaörs, Keleti utca 3.**

Kérdés esetén telefonon és email-en is állunk a rendelkezésedre:

06 (23) 508 265 / gasztroakademia@metro.co.hu



GOURMETKÉPZÉSEK

A METRO Gasztroakadémia a professzionális Mesterképzések mellett Gourmet (hobbiséf) képzésekkel is várja mindazokat az inspirálódni vágyókat, akik otthoni környezetben is szeretnének ínycsiklenségeket készíteni.

Gourmetképzéseink ára: **bruttó 24.990 Ft**
Aktuális képzéseinket megtalálod a weboldalon!

JELENTKEZZ ONLINE!

METRO.HU/GASTROAKADEMIA





2023. ÁPRILIS-JÚNIUS