

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Саратовской области «Калининский техникум агробизнеса»

Подготовка поваров по программе «Повар 3 разряда» на договорной основе

Преподаватель: Штепо Е.Н.

«Технология подготовки сырья и приготовления блюд и гарниров из круп, бобовых макаронных изделий, яиц, творога, теста.»

Консультации по телефону преподавателя ежедневно с 10.00-12.00 ч.

Эл. почта: yekaterinashtepo@yandex.ru

Урок 1-2

Тема урока: Товароведно-технологическая характеристика сырья.

Механическая кулинарная обработка круп, бобовых и макаронных изделий.

1. Товароведно-технологическая характеристика сырья. Для приготовления кулинарной продукции используют крупы: рисовую, гречневую, перловую (ячменную), манную, овсяную, пшеничную, в том числе пшеничную дробленую, пшено шлифованное, кукурузную, крупяные концентраты.

В последние годы получили распространение крупы повышенной биологической ценности, разновидностью которых являются формованные крупы. Это новые продукты, основной компонент которых – пшеничная мука с добавлением меланжа, пшеничных отрубей, витаминного препарата «Катамас» – источника каротина и токоферола. Из теста формуют зернышки риса, кубики, шарики. К крупам повышенной биологической ценности предъявляют более высокие требования, чем к обычным, так как их можно использовать в диетическом и детском питании.

Из бобовых для производства кулинарной продукции используют горох лущеный, колотый шелушенный, а также мелкую дробленую крупку из шелушеного гороха типа манной и необработанные семена бобовых культур (бобы, фасоль, чечевица, чина, нут).

Ассортимент макаронных изделий, используемых для приготовления блюд, очень разнообразен: трубчатые, нитеобразные (вермишель), лентообразные (лапша) и фигурные. Фигурные изделия выпускаются любой формы и размеров: ракушки, гребешки, бантики, суповые засыпки. Представляют интерес нетрадиционные виды макаронных изделий. К ним относятся:

- сырые, несущенные изделия влажностью не более 30% и кислотностью не более 6 град. Срок хранения таких изделий при температуре 4°C до 4 сут;
- быстрорастворяющиеся изделия и изделия, не требующие варки. Варка не более 3...5 мин или выдерживание в течение 3...5 мин в воде температурой не менее 80...85°C;
- изделия, приготовленные с использованием нетрадиционного сырья, например бесклейковинного крахмалсодержащего (БКС). К БКС относятся мука и крахмал злаковых (рис, кукуруза, ячмень, сорго, овес и др.), кроме пшеницы, клубневых (картофель) и бобовых (горох, люпин) культур. Добавление БКС к пшеничной муке при изготовлении макаронных изделий снижает относительную долю в ней основного структурообразующего компонента – клейковинного белка. В результате ухудшаются физические свойства макаронных изделий: снижаются прочность и пластичность, увеличиваются слипание и потери сухих веществ при варке, поэтому допустимое количество БКС в смеси с пшеничной мукой не должно превышать 10%.

Крупы должны отвечать требованиям действующих ГОСТов по основным показателям качества: цвет, запах, вкус, влажность (%), не более), содержание доброкачественного ядра (%), не менее); содержание нешелушенных зерен (%), не более); содержание сорной примеси (%), не более); содержание мучки (%), не более); содержание металломагнитной примеси на 1 кг крупы (мг, не более). При подготовке крупы к использованию важно знать состав возможных примесей, удаляемых в процессе переборки, просеивания, промывания. Это сорная примесь (минеральная, органическая, сорные семена, испорченные ядра), нешелушенные зерна, колотые ядра, мучка; для рисовой крупы – пожелтевшие и клейкие (глиутинозные) ядра.

Бобовые (фасоль, горох), поступающие на ПОП, не должны содержать такой минеральной примеси, как галька, шлак, руда, не допускается зараженность вредителями хлебных запасов, содержание зерновой примеси не более 0,2%. К зерновой примеси относят битые и изъеденные вредителями, проросшие, заплесневевшие, недоразвитые, давленные зерна.

Крупы, бобовые и макаронные изделия должны отвечать гигиеническим требованиям к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Согласно СанПиН 2.3.2.560-96 регламентируется допустимый уровень следующих показателей:

- токсические элементы (свинец, мышьяк, кадмий, ртуть, медь, цинк), микотоксины, пестициды, радионуклиды (цезий-137, стронций-90);
- не допускается загрязненность круп вредителями хлебных злаков (насекомые, клещи).

Основными технологическими свойствами круп, бобовых и макаронных изделий являются:

- водопоглотительная способность, которая определяется возможностью составляющих веществ (белков, крахмала, углеводов клеточных стенок) поглощать воду при промывании и варке;

- водосвязывающая способность, которая выражается в возможности гидроколлоидов связывать влагу и удерживать за счет определенного типа связи. Как следствие, при тепловой обработке круп, бобовых и макаронных изделий происходит массовый и объемный привар (увеличение массы и объема относительно начального уровня закладки);
 - способность к развариванию (коэффициент разваривания), который определяется нативностью зерен крупы и параметрами тепловой обработки;
 - слипаемость зерен, которая определяется наличием оклейстеризованного крахмала на поверхности зерен и проявляется в возможности использования вязких каш для получения широкого ассортимента продукции на их основе.
- Следует отметить, что именно технологические свойства круп, бобовых и макаронных изделий определяют параметры технологического процесса и ассортимент готовых блюд.

Механическая кулинарная обработка круп, бобовых и макаронных изделий.

Крупы. Механическая и гидромеханическая обработка круп включает следующие операции: просеивание, переборку, промывание. Просеивают, как правило, дробленые крупы, перебирают рис, пшено, перловую и гречневую крупы. При этом удаляют мучель, нешелушенные зерна и посторонние примеси.

Промывают крупу для удаления частиц оболочек, неполноценных щуплых зерен. Кроме того, на поверхности ядер крупы могут находиться продукты гидролиза и окисления собственных липидов, придающих каше горький привкус. Особенно часто такой привкус бывает у каш из крупы, содержащей относительно большое количество липидов, поэтому пшено, рис и перловую крупу промывают сначала теплой водой (30...40°C), а затем горячей (55...60°C). Не промывают манную, ячневую, мелкую «Полтавскую» и «Геркулес». Кратность промывания 2...3 раза. Для этой цели крупу заливают 3...4-кратным количеством воды, осторожно перемешивают и аккуратно сливают воду (декантируют). Количество воды, поглощенной крупами при промывании (в среднем 10...30%), следует учитывать при дозировании жидкости для варки каши. Для сокращения продолжительности варки перловой крупы ее рекомендуется после промывания замочить на 4 ч.

Продолжительность гидротермической обработки крупы можно также сократить путем промывания ее раствором поваренной соли с последующей кратковременной выдержкой перед варкой. С этой целью подготовленную крупу 3 раза промывают в растворе поваренной соли (3...4 л воды на 1 кг крупы, концентрация раствора соли – по Сборнику рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания) при температуре 20...25°C. Промытую крупу выдерживают 30...35 мин для равномерного распределения влаги. Затем крупу погружают в кипящую воду и варят до готовности. Продолжительность варки рисовой крупы сокращается на 33...37%, овсяной – на 10...13, перловой – на 12...16, пшена – на 20...24%. Органолептические показатели готовой продукции выше, чем у приготовленной обычным способом. Весьма эффективно замачивание

рисовой крупы в течение 1 ч. При последующем приготовлении рассыпчатой каши продолжительность варки сокращается с 25 до 5 мин, а последующее упревание – с 60 до 15 мин. Выход каши возрастает на 4...5%.

Гречневую и пшеничную крупы для получения рассыпчатой каши иногда поджаривают. Крупу насыпают на противень слоем не более 30 мм и обжаривают в жарочном шкафу при температуре 100...150°C до светло-коричневого цвета при периодическом перемешивании. Манную крупу для приготовления из нее рассыпчатой каши не поджаривают, а только подсушивают в жарочном шкафу. Чтобы получить более рассыпчатую кашу, в подсушенную крупу добавляют растопленный жир и тщательно перемешивают.

Бобовые. Механическая и гидромеханическая обработка бобовых включает следующие операции: переборку, промывание и замачивание. После удаления примесей и неполноценных семян бобовые 2...3 раза промывают холодной водой и замачивают в воде температурой не выше 15°C, гидромодульб 1 : 2,5...3. Замачивание можно считать законченным, когда масса бобовых увеличится вдвое. Продолжительность замачивания для гороха и фасоли 6...10 ч, чечевицы 5...6 ч, лущенный горох не замачивают.

Макаронные изделия. В процессе механической кулинарной обработки их просматривают, удаляют посторонние примеси, длинные трубчатые изделия перед варкой разламывают на куски длиной 10...12 см. Макароны «соломка», вермишель и лапшу, поступающие в виде «мотков» и «гнезд», разламывают на более мелкие части, небольшие «гнезда» варят целиком.

Урок 3-4

Тема урока: Тепловая кулинарная обработка круп, бобовых и макаронных изделий. Пути формирования ассортимента.

Тепловая кулинарная обработка круп, бобовых и макаронных изделий. Крупы варят на воде или бульоне, цельном или разбавленном водой молоке. Консистенция получаемой при этом каши может быть рассыпчатой (влажность 60...72%), вязкой (влажность 79...81%) или жидкой (влажность 83...87%). Возможность получения каши той или иной консистенции и необходимое для этого количество влаги определяется технологическими свойствами используемой крупы. Так, из перловой крупы не готовят жидких каш, так как форма и целостность зерен крупы сохраняются на протяжении всей варки и водорастворимые вещества не переходят в отвар в количестве, достаточном для формирования консистенции жидкой каши. В отличие от перловой из овсяной крупы не готовят рассыпчатую кашу, что можно объяснить содержанием в овсяной крупе слизистых веществ (1,8%) и липидов (9,2%), в том числе фосфолипидов (0,34%), которые способны образовывать комплексы с амилозой и тем самым затруднять (ингибировать) клейстеризацию крахмала, в результате чего крахмальный гель имеет слабую консистенцию. Крахмальные полисахариды и слизистые вещества, перешедшие в отвар, способствуют слипанию отдельных зерен крупы и образованию из них комков.

Каши обычно варят в два этапа. Вначале в кипящую жидкость всыпают подготовленную крупу и при равномерном кипении и помешивании варят 15...20 мин, за это время крупа прогревается до температуры варочной среды, интенсивно идет процесс поглощения влаги, вязкость каши повышается – она загустевает. Продолжительность этого этапа составляет 10...15% общего времени варки для рассыпчатых каш и около 20...25% для вязких и жидких каш.

Второй этап варки каши – упревание. Оно занимает значительно больше времени, чем сама варка. Для упревания загустевшие каши закрывают крышкой и помещают в жарочный шкаф с температурой 150°C, нижний нагрев шкафа при этом рекомендуется уменьшить. При варке в пароварочном аппарате гречневой рассыпчатой каши нагрев убавляют после набухания каши и продолжают варку еще 30 мин. Упревание каши происходит за счет аккумулированного тепла. Во время упревания кашу не перемешивают.

Продолжительность варки каш зависит от заданной консистенции готовых изделий, предварительной механической кулинарной обработки крупы, сортовых особенностей. Так, продолжительность приготовления рассыпчатых каш составляет 2...2,5 ч, вязких – 2,0, жидких – 1...1,5 ч. Манная каша любой консистенции доходит до готовности за 10...15 мин, каша из крупы «Геркулес» – за 20...30 мин. Расход жидкости, соли на 1 кг крупы выход каши и привар представлены в рекомендуемой нормативной литературе.

При тепловой обработке круп происходят изменения их физико-химических свойств, что приводит к размягчению, изменению консистенции и массы.

Вид жидкой среды существенно влияет на реализацию технологических свойств крупы при варке. Традиционно в качестве жидкой основы используют воду, смесь молока и воды или молоко. Использование молока приводит к увеличению срока варки за счет следующих факторов. Во-первых, молоко представляет собой эмульсионный продукт, что способствует ухудшению его диффузии в середину зерен. Во-вторых, наличие в молоке катионов Ca^{2+} приводит к смещению ионообменной реакции $\text{K}^+ (\text{Na}^+) \leftrightarrow \text{Ca}^{2+} (\text{Mg}^{2+})$ влево, следствием чего является медленная деструкция протопектина.

Характеристика каши

Жидкая

При установленном соотношении крупа : жидкая основа концентрация крахмала составляет 4...8%, что способствует получению жидкой консистенции за счет того, что не вся присутствующая в системе влага связывается

Вязкая

Концентрация крахмала составляет 8...10%. Такая система занимает промежуточное положение и характеризуется наличием связывающей среды, что формирует вязкую консистенцию

Рассыпчатая

Вся жидкость используется для набухания клеточных гидроколлоидов. Связывающая среда между отдельными зернами крупы отсутствует

Пути формирования ассортимента.

Анализ рецептурного состава и технологического процесса блюд из круп позволяет определить пути формирования ассортимента, среди которых основными является вид крупы, количество и вид жидкой основы, использование разных наполнителей в виде мясного, овощного и др. сырья, добавление соусов, жиросодержащих продуктов, использование термической обработки предварительно сваренных круп, в частности, жарки, запекания.

Урок 5-6

Тема урока: Блюда из круп. Блюда на основе каш.

Рассыпчатые каши варят на воде из всех видов круп, кроме манной, овсяной, гречневого продела и овсяных хлопьев «Геркулес». Для рассыпчатых каш характерны полностью проваренные и хорошо размягченные зерна крупы, в большинстве сохранившие форму и легко отделяющиеся одно от другого. Используют рассыпчатые каши в качестве самостоятельного блюда, гарнира к горячим мясным и рыбным блюдам, а также для приготовления фаршей. Рассыпчатой кашей можно нафаршировать овощи, рыбу, баранью грудинку; рассыпчатый рис широко используют для приготовления рыбных салатов и салатов с нерыбными продуктами морского промысла (кальмары, креветки и др.).

В горячем виде рассыпчатые каши отпускают с различными жирами, сметаной, в холодном – с молоком, сливками. В качестве самостоятельного блюда рассыпчатые каши можно готовить и отпускать с пассерованным луком, с яйцом, грибами; кукурузную рассыпчатую – с брынзой; рассыпчатый рис – с пассерованным луком и сыром (ризотто).

Существует способ приготовления рассыпчатой каши из пшена и рисовой крупы в большом количестве воды (5...6 л воды и 50 г соли на 1 кг крупы). Пшено варят 5...6 мин, после чего избыток воды сливают и доваривают кашу до готовности. Такой прием позволяет в значительной мере устранить неприятный привкус крупы, если он был ей присущ, и несколько сократить продолжительность варки. Рисовую крупу варят до готовности, откидывают на дуршлаг (откидной рис) и промывают горячей кипяченой водой. Подобным образом целесообразно варить рис

мучнистых, зерен готовой каши. Отвар в этом случае используют для приготовления супов и соусов. Рис, сваренный в небольшом

количестве мясного или куриного бульона (промытый рис должен быть только покрыт бульоном), называется «припущенный рис». Его используют в качестве гарнира к блюдам из баранины, телятины и птицы.

Пловы. Это блюда из риса, сваренного особым способом. Основа пловов – рассыпчатая рисовая каша. Готовят плов с жареной и вареной бараниной, домашней птицей, рыбой, мозгами, яйцами, с вареными и сушеными фруктами, орехами, овощами и грибами. Для приготовления большинства пловов рисовую крупу перед варкой промывают, замачивают в теплой воде на 1 ч для набухания, после чего откидывают на дуршлаг и варят. Для приготовления плова по-азербайджански рис предварительно замачивают на 2...3 ч в соленой воде (100 г соли на 1 кг крупы) для придания сваренному рису большей рассыпчатости. Обычно рис для плова варят двумя способами.

Первый способ. Промытый рис засыпают в подсоленную кипящую воду и варят, пока крупинки снаружи не станут мягкими, а внутри еще будут сохранять некоторую упругость. В этот момент рис откидывают на сито и для быстрого охлаждения поливают холодной водой. Затем в глубокой емкости растапливают часть жира, выкладывают туда отваренный рис, поливают остальным жиром, закрывают емкость крышкой и прогревают при температуре около 100°C 35...40 мин. Чтобы рис не пристал ко дну емкости (котла, кастрюли), на дно предварительно кладут шикую лепешку из пресного теста, приготовленного, как для лапши. Лепешку можно подать на стол вместе с пловом.

Второй способ. В кипящую подсоленную воду (соотношение воды и крупы 2:1) кладут часть масла или топленого сала, засыпают промытый рис и варят при тихом кипении, не перемешивая. Когда рис впитает в себя всю воду, его поливают остальным жиром, кастрюлю закрывают и нагревают (упревают) 30...40 мин.

Мировая практика насчитывает значительно больше способов приготовления и подачи плова: плов по-узбекски, плов по-казахски, чихиртма (плов из кур или баранины), плов гурийский с добавлением изюма и меда, плов с тыквой и фруктами и др. Для придания особого вкуса и аромата при приготовлении плова используют различные специи: анис, барбарис, шафран, корицу, лимонную кислоту.

Разновидностью плова является пилав – плов с моллюсками и мидиями. Рис для пилава варят вторым способом с добавлением в воду томатного пюре, сухого белого вина и специй.

Вязкие каши варят на воде или на молоке. Каша должна быть достаточно густой, чтобы при температуре 65...75°C она могла сохранять форму горки на тарелке или в баранчике. Вязкие каши используют в основном в качестве самостоятельных блюд: молочные со сливочным или топленым маслом, а каши, сваренные на воде, с любым пищевым жиром. Крупы с целыми зернами развариваются в молоке хуже и медленнее, чем в воде, поэтому их предварительно в течение 20...30 мин (пшено – не более 10 мин) проваривают в воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и доводят каши до готовности.

Вязкие каши в качестве горячего крупяного блюда можно готовить с луком, шпиком, копченостями, грибами, тыквой, морковью, творогом, сухофруктами. Из вязкой манной каши можно приготовить манник и манные клецки. Подают

клецки как самостоятельное блюдо в отварном или запеченном виде с маслом, сыром, молоком. Из вязкой гречневой каши можно приготовить сальник – блюдо русской народной кухни. Для этого вязкую гречневую кашу заправляют маслом, добавляют сваренные вкрутую рубленые яйца; дно и стенки небольшого глиняного горшка заполняют кашей, закрывают сальником и запекают в жарочном шкафу около 1 ч. Сальник можно заменить ломтиками шпика. Можно в кашу добавить жареную измельченную печень.

К густым вязким кашам с мясными наполнителями можно отнести кулеш. Кулеш готовят обычно из пшена (можно использовать и другие крупы). Свиное сало нарезают мелкими кубиками и обжаривают с рубленым репчатым луком. В кипящую воду или мясной бульон кладут промытое и хорошо перебранное пшено, соль, варят до готовности, добавляют сало с луком и прогревают еще 10...15 мин. Для приготовления кулеша с мясом вареное мясо из бульона нарезают кубиками, смешивают с обжаренным на сале луком и добавляют в кашу за 10...15 мин до окончания варки.

Жидкие каши варят из всех видов круп, кроме перловой, гречневой, ячневой и саго, преимущественно на молоке. Каши представляют собой достаточно однородную жидкообразную массу, состоящую из разварившихся и частично распавшихся зерен крупы. Используют каши в качестве самостоятельного блюда в горячем виде с маслом, сахаром, вареньем и др.

Блюда на основе каш. Котлеты и биточки готовят из вязких каш (манной, рисовой, пшенной, пшеничной, ячневой). Готовую кашу охлаждают до 50...60°C, добавляют в нее сырые яйца, тщательно перемешивают и разделяют (формуют) в теплом виде на котлеты или биточки, которые затем панируют в сухарях и жарят 10 мин. Биточки и котлеты, сформованные из остывшей каши, при варке крошатся. При отпуске котлеты и биточки поливают сметаной или соусами: абрикосовым, клюквенным, молочным, сметанным, грибным, а также подают с вареньем, джемом или повидлом.

Запеканки, крупеники и пудинги. Запеканки готовят из вязких и рассыпчатых каш. Для рисовой, манной, пшенной и пшеничной запеканок готовят вязкую кашу, охлаждают до 60...65°C, соединяют с сырыми яйцами, изюмом и маргарином и перемешивают. Затем массу перекладывают на смазанный маргарином и посыпанный сухарями противень, поверхность выравнивают, смазывают смесью яйца со сметаной и выпекают 30 мин при 260°C. Отпускают запеканку со сметаной, жиром, с абрикосовым или клюквенным соусом. Можно делать запеканки из рисовой каши с творогом или пшенной с тыквой.

Для крупеника варят рассыпчатую гречневую или пшеничную кашу, охлаждают до 60...65°C, добавляют протертый творог, сахар, маргарин, сырые яйца, перемешивают, выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, смазывают поверхность смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу. Подают с жиром или сметаной.

Для приготовления рисового, манного или пшеничного пудинга в охлажденную до 60...65°C вязкую кашу добавляют цукаты, растертые с сахаром яичные желтки, изюм, ванилин, масло и перемешивают. Полученную массу

осторожно соединяют со взбитыми белками, выкладывают в подготовленную форму и выпекают или варят на пару. Отпускают пудинги со сладким соусом или вареньем.

Урок 7-8

Тема урока: Блюда из бобовых.

Бобовые перед варкой замачивают, воду сливают, заливают свежей холодной водой и варят без соли в посуде с закрытой крышкой при слабом кипении до размягчения. За 10...15 мин до окончания варки добавляют соль, затем отвар сливают. Продолжительность варки несколько сокращается, если бобовые залить охлажденной кипяченой водой, так как жесткость кипяченой воды меньше, чем сырой. Для улучшения вкуса бобовых в процессе варки к ним можно добавить ароматические корни и овощи. Продолжительность варки бобовых колеблется в значительных пределах: для чечевицы большинства сортов – до 1 ч, гороха – 1,5, фасоли – 2 ч.

После размягчения бобовых варку прекращают, добавляют соль, выдерживают в отваре 15...20 мин, затем воду сливают и, если она не имеет неприятных цвета, вкуса и запаха, используют для приготовления супов. Выход готовых отварных бобовых колеблется от 210 до 250%. Отварные семена бобовых должны иметь мягкую консистенцию и сохранять форму.

Блюда из бобовых заправляют жиром, пассерованным луком, копченой грудинкой, тушеной капустой, а также соусами – красным, томатным, молочным. Отварные бобовые подают как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира к мясу, рыбе, колбасным изделиям; горох редко используют в качестве гарнира. Отварную фасоль кладут в салаты.

Пюре из бобовых готовят, пропуская в горячем состоянии вареные бобовые через протирочную машину. При отпуске заправляют жиром или добавляют вареную грудинку (корейку), нарезанную мелкими кубиками, либо заправляют пассерованным луком. Пюре из бобовых можно готовить с картофелем и морковью (соотношение бобовых и овощей 1 : 1). Из пюре бобовых в сочетании с другими продуктами готовят котлеты, биточки, запеканки, зразы, крокеты, оладьи. В качестве дополнительных продуктов для приготовления этих блюд используют манную крупу, яйцо, муку пшеничную, сухари, зелень и др.

Варка бобовых. Замоченные бобовые заливают холодной водой из расчета 2,5 л на 1 кг бобовых и варят в посуде с закрытой крышкой при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки колеблется в следующих пределах: чечевицы -- (45--60) мин, гороха -- (60--90), фасоли -- (1,5--2) ч.

При варке с кислыми продуктами бобовые развариваются медленнее, поэтому добавлять томатное пюре, соль, а также заправлять бобовые соусом следует только, когда зерна полностью сварятся.

Для улучшения вкуса бобовых иногда при варке добавляют петрушку, сельдерей и лук, нарезанные мелкими кубиками. С этой же целью используют зелень петрушки и сельдерея.

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль и оставляют их в отваре на (15--20) мин, затем отвар сливают через дуршлаг или сито.

Подают отварные бобовые: с маслом; с маслом и обжаренным луком; со шпиком и обжаренным луком; с копченой грудинкой, которую варят, нарезают мелкими кубиками, добавляют пассированный лук, соус основной красный или томатный, кипятят и смешивают с отварными бобовыми; с томатом и луком, для чего лук шинкуют, пассируют, добавляют томатную пасту и пассируют вместе;

Пюре из бобовых. Бобовые (обычно горох) варят, толкут или протирают, добавляют соль и растительное масло. пюре формируют на тарелке горкой, делают в ней углубление, в которое наливают растопленное сливочное масло или растительное с обжаренным луком.

Урок 9-10

Тема урока: Блюда из макаронных изделий. Требования к качеству блюд из круп, бобовых и макаронных изделий.

Качество блюд из макаронных изделий зависит от качества основного сырья – муки и воды. К дополнительному сырью относятся различные обогатительные и вкусовые добавки: яйцо, яичный порошок, сухое молоко, витамины, овощные пюре, соки, концентраты. Лучшим сырьем для производства традиционных видов макаронных изделий являются высшие сорта крупитчатых продуктов помола зерна твердой пшеницы, называемые по-русски «крупка». Макароны из крупки твердой пшеницы имеют в сухом виде янтарно-желтый цвет, высокую прочность и стекловидный излом. После длительной варки варочная вода остается прозрачной, изделия не теряют формы, не склеиваются между собой, имеют светло-желтый цвет, приятные аромат и вкус. Однако из-за дефицита твердой пшеницы, в частности у нас в стране, и ее высокой стоимости для расширения сырьевой базы при производстве макаронных изделий используют более низкие сорта твердой пшеницы, а также продукты помола высокостекловидной и мучнистой мягкой пшеницы. Это сказывается на качестве отварных макаронных изделий. Отвары получаются более плотными, клейкими, непрозрачными.

Макароны, лапшу, вермишель и другие макаронные изделия отваривают в кипящей подсоленной воде (6 л воды, 50 г соли на 1 кг сухих макаронных изделий). Макароны варятся 30...40 мин, лапша – 25...30 мин, вермишель – 12...15 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают на сито или дуршлаг, промывают, добавляют жир, чтобы макароны не слиплись, обычно в количестве 1/3...1/4 указанного в рецептуре. Отвар используют для приготовления супов и соусов, так как он содержит различные питательные

вещества: крахмал, сахара, минеральные и азотистые вещества. При варке макаронные изделия набухают, и их масса увеличивается в 2,5...3 раза.

Макароны отварные, заправленные жиром, отпускают в качестве самостоятельного блюда или гарнира к отварному и тушеному мясу, отварной рыбе. Отварные макароны в разных рецептурах могут быть соединены: с пассерованными овощами (морковь, лук репчатый), с отварной капустой брокколи или цветной, с предварительно сваренными и пассерованными грибами, творогом, сыром, брынзой, отварным пропущенным через мясорубку мясом (макароны по-флотски), томатом. Отварные лапша и вермишель хорошо сочетаются с нерыбными морскими продуктами (креветки). Отварные макароны могут быть использованы для приготовления салатов со свежими или консервированными овощами.

Для приготовления запеченных макарон отварные макароны заправляют жиром, смешивают с яично-молочной смесью или посыпают тертым сыром и запекают. Запекать макароны можно и с мясными продуктами, яблоками.

Для приготовления макаронника макароны отваривают в смеси воды и молока или в воде. Сваренные макароны охлаждают до 65°C, добавляют яйца, взбитые с сахаром, сливочное масло или маргарин и перемешивают. Массу выкладывают на противень слоем толщиной не более 4 см, посыпают сухарями и запекают. При отпуске поливают сливочным маслом, сладким соусом или вареньем.

Для лапшевника с творогом лапшу, макароны или вермишель варят с ограниченным количеством воды (2,2...3 л на 1 кг сухих макарон) и соединяют с протертым творогом, смешанным с сырыми яйцами, солью и сахаром. Массу выкладывают на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями, сверху смазывают сметаной, сбрызгивают жиром и запекают. Отпускают с жиром или сметаной.

Требования к качеству блюд из круп, бобовых и макаронных изделий. Показатели влажности каш установлены Сборниками рецептур с учетом каждого вида крупы и консистенции каши.

В готовой рассыпчатой каше зерна полностью набухшие, хорошо проварены, в основном сохранившие форму и легко отделяющиеся друг от друга.

В готовой вязкой каше зерна хорошо разварены. Каша представляет собой густую массу, которая при температуре 60...70°C держится на тарелке горкой, не расплываясь.

В готовой жидкой каше зерна должны быть полностью набухшими, хорошо разваренными, утратившими свою форму. Консистенция каши жидкая однородная; масса растекается по тарелке. Не допускаются привкус горечи, затхлый запах или подгоревшей каши, посторонние включения.

Изделия из каш имеют ровно окрашенную поверхность – золотисто-желтую или светло-коричневую; пористую консистенцию. Изделия полностью пропечены; зерна круп разварены. Вкус и запах – без дефектов.

Зерна **бобовых** должны быть мягкими, хорошо разваренными, но сохранившими форму, без горечи и затхлости.

Отварные макаронные изделия не должны быть переваренными, лопнувшими, ослизлыми.

Готовые блюда из круп, бобовых и макаронных изделий хранят на мармите при температуре 70...80°C. Вязкие каши, котлеты и биточки из них, блюда из бобовых, запеканки из круп реализуют в течение 3 ч после приготовления, блюда из макаронных изделий – 2, каши рассыпчатые – 6 ч.

Урок 11-12

Тема урока: Технология подготовки сырья и приготовления блюд из яиц.
Может и разбиться!

Может и свариться!

Если хочешь, в птицу может превратиться (ответ Яйцо)

Ответим на вопросы.

Вопрос 1. Какая еда хоть вари ее в пяти пудах соли, никогда не будет соленой?

Вопрос 2. Пробил я стенку - увидел серебро, пробил серебро - увидел золото.

Вопрос 3. Маленький, кругленький, беленький разобьется - никакой столяр не склеит.

Вопрос 4. Белая кибитка без окон, без дверей.

Вопрос 5. На столе - белое, упало со стола - желтое.

Вопрос 6. В белокаменный Дворец спрятан будущий Певец.

Сообщение 1 «Яйцо - чудо природы»

Древние называли яйцо самым совершенным продуктом. В правильности этого убеждаешься, ознакомившись с его химическим составом.

Особенно богат питательными веществами желток. В нем более 50 % сухих веществ, из которых около 16% - протеина, 33% жира, около 1% углеводов.

В белке содержится 12-13% сухих веществ, протеина-10%, жиров- следы. В яйце обнаружено 20 аминокислот, 10 витаминов, столько же ферментов, 8 минеральных веществ.

Подсчитано, что два яйца полностью удовлетворяют суточную потребность в витаминах. Энергетическая ценность 100 граммов яйца составляет 690 кДж.

Яйца способствуют нормализации обмена веществ, повышают устойчивость организма к инфекционным заболеваниям, укрепляют нервную систему, предохраняют детей от рахита. Особенно необходимы они выздоравливающему организму.

Яйцо - отличный диетический продукт. Несмотря на сложный химический состав, яйцо неоднократно пытались получить искусственным путем. Американцу Джонсону вручен патент на синтетическое яйцо. Состав его необычайно прост: желатин, подсолнечное масло, вода.

Искусственное яйцо можно варить, жарить, готовить из него яичницу и даже пить сырым.

Но каждый понимает, что особой биологической ценности это яйцо не имеет.

Сообщение 2 «Самый распространенный продукт в мире»

Самый распространенный продукт в мире - конечно же, яйца. Их можно встретить в любой кухне мира. Китайцы используют их для приготовления всем известной яичной лапши, австралийцы - во всевозможных десертах и выпечке. Финны добавляют сваренное вкрутую и мелко изрубленное яйцо в суп из крапивы, а чилийцы - в свое любимое мясное блюдо. К тому же, яйца стали одним из символов Пасхи - раскрашенные куриные, шоколадные.

В пищу употребляют множество сортов яиц: черепаши, страусиные, перепелиные. Последние, кстати, весьма дороги и считаются деликатесом. Чтобы приготовить их вкрутую, поместите их в холодную воду и варите три минуты, а затем остудите в холодной воде. Так будет легче очищать их от скорлупы - иначе при очистке яйцо может сильно деформироваться и выглядеть некрасиво.

Яйца чайки хороши в качестве закуски, сваренные вкрутую и нарезанные на ломтики - с сельдереем или майонезом. Утиные яйца обычно варят вкрутую. Яйца фазана и серой

куропатки готовят так же, как и перепелиные. Голубиные подают сваренными всмятку в бульоне из дичи.

Сообщение 3 «Яйцо - хорошее противоядие»

Яйцо не плохое противоядие. Два яичных белка, размешаны в стакане теплого молока (смесь выпивают), сохраняет вам жизнь при отравлении соединения мышьяка до приезда врача. Эта смесь действует аналогично при отравлении соединениями фтора и ртути. А вот подскорлупная оболочка свежего яйца применяется в народной медицине при ожогах. Ее накладывают внутренней стороной на поврежденный участок кожи, а после заживления ожога размачивают и удаляют. Полезные свойства оболочки объясняются ее бактерицидностью, а также способностью пропускать воздух и быть непроницаемой для микроорганизмов.

Сообщение 4 «Яйцо - атрибут церковного праздника Пасхи»

Яйцо - одно из основных атрибутов церковного праздника - Пасхи. И неудивительно, если вспомнить биологические познания человечества в прошлом. Яйцо на глазах первобытного верующего превращается в трепещущее живое существо. Разве не кроется здесь подтверждение волшебной способности живых существ перевоплощаться? И утвердилась вера в том, что таинственная сила, заключенная в яйце, может переходить на все, к чему прикасается.

Сообщение 5 «Самая оригинальная передача секретных сведений»

Куриное яйцо причастно к самой оригинальной передаче секретных сведений. Во время первой мировой войны немцы наносили на скорлупу специальными чернилами необходимые сведения, затем яйцо варили. Текст или рисунок со скорлупы исчезал, но переходил на белок. Так что читатель имеет возможность удивить гостей вареными яйцами с сюрпризом. Правда, сначала нужно раскрыть секрет чернил:

Сообщение 6 «Опыты с яйцами»

А вот детей можно удивить следующим опытом. В пол-литровую бутылку из под кефира напустить пар. (Бутылку можно подставить вверх дном под носик

кипящего чайника). После этого быстро положите на горлышко бутылки очищенное яйцо острым концом вниз. В результате разрежения яйцо станет втягиваться в бутылку. Эффект - впечатляющий. Достать яйцо можно, если его раздробить на мелкие кусочки удлинённым предметом.

Занимателен для малышей и ещё один опыт. Оказывается, сырое яйцо можно поставить острым концом (на стол, например), не вращая его и не надламывая скорлупы. Этот способ предлагался в книге фокусов, вышедшей более 100 лет назад. Способ прост: яйцо следует всего на всего сильно встряхнуть. Эффект возрастает, если ударить рукой по колену. Опыт можно проделать в двух вариантах: при встряхивании яйцо может "стоять" на тупом конце и остром. Устанавливается оно тем концом, который при встряхивании был обращён вниз. Для увеличения площади опоры яйцо ставится на стол покрытый скатертью. При встряхивании происходит смещение белка и желтка, что можно увидеть, сварив и разрезав яйцо после опыта.

Сообщение 7. «Как избежать сальмонеллеза?»

Что такое деревенские яйца? Как избежать сальмонеллеза?

На каждые 7000 яиц - 1 заражённое. Сальмонеллы поражают и белок. Следует избегать сырых яиц. Это относится к майонезу (приготовленному по традиционной технологии). К десертам - муссы. В промышленности для изготовления десертов используют пастеризованные яйца.

Сальмонеллы легко разрушаются в тепле, поэтому их лучше хранить в холодильнике. Где температура +5⁰С не даёт сальмонеллам проникнуть и размножиться внутри яйца. При приготовлении: яичница нагревается 3-4 минуты, яйца без скорлупы 5 минут, 7-10 минут при варке в скорлупе.

Осторожными в питании должны быть старики, дети, беременные женщины

Яйцо – ценный пищевой продукт, имеющий высокую пищевую ценность.

По виду птицы различают яйца: куриные, гусиные, утиные, индюшковые, наиболее ценными являются куриные яйца. Гусиные и утиные яйца на ПОП не поступают, так как могут быть источником болезней.

Яйцо состоит из скорлупы, белка и желтка. (*Зарисовать строение яйца*)

Строение яйца

Белок составляет 56% массы яйца, состоит из нескольких слоев и представляет собой прозрачную, почти бесцветную (или с зеленоватым оттенком) массу, которая при взбивании способна образовывать прочную пену.

Самый плотный белок расположен внутри яйца, самый прочный – градинки, удерживающие желток в центре яйца.

Желток составляет 32% массы яйца, покрыт тонкой оболочкой, представляет густую массу из светлого и темного слоев, чередующихся между собой. В верхней части находится зародышевый диск.

Химический состав и пищевая ценность яйца.

В яйце содержатся все питательные вещества, необходимые для жизнедеятельности человека. Яйца куриные содержат (в %): воды – 74. белков – 12,6, жиров – 11,5, углеводов – 0,6 - 0,7, минеральных веществ – 1, витамины А, Е, В₁, В₂, РР. К, Р, D К свежим яйцам относят хранившиеся при температуре от 1 до 2⁰С на более 30 суток после дня снесения.

В зависимости от сроков хранения и качества яйца куриные подразделяются на диетические (срок хранения 7 суток); столовые (от 8 до 25 суток); мытые не более 12 суток и яйца, хранившиеся в холодильниках не более 90 суток.

Яйца, произведенные на птицефабрике, подлежат обязательной маркировке.

Первый знак в маркировке означает допустимый срок хранения:

Буква "Д" обозначает диетическое яйцо, такие яйца реализуются в течение 7 дней.

Буква "С" обозначает столовое яйцо, которое реализуется в течение 25 дней.

Второй знак в маркировке означает категорию яйца в зависимости от его веса:

Третья категория (3) - от 35 до 44,9 г;

Вторая категория (2) - от 45 до 54,9 г;

Первая категория (1) - от 55 до 64,9 г;

Отборное яйцо (О) - от 65 до 74,9 г;

Высшая категория (В) - 75 г и более.

Таким образом, маркировка "СВ" указывается на столовых яйцах высшей категории, а "Д1" - на диетических яйцах первой категории.

Яйца хранят при температуре не ниже 0° и не выше 20°С при относительной влажности воздуха 85-88%.

Требование к качеству

Качество определяют просвечиванием на овоскопе. Яйца всех видов и категорий должны иметь чистую, целую и крепкую скорлупу, во второй категории столовых яиц допускается незначительная загрязненность в виде отдельных точек. Яйца, имеющие массу менее 43 г, выпускают под названием «мелкое», доброкачественные яйца с загрязненной скорлупой – под названием «загрязненное», они могут быть использованы в общественном питании.

Мастер производственного обучения предлагает учащимся по натуральным образцам яичных товаров, определить их качество и свежесть

(учащиеся делают попытки выполнить предложенное задание).

Ответы обучающихся, дополнения учителя:

1. Какие виды яиц бывают, учитывая то, кто производит их?
(По виду птицы различают яйца куриные, утиные, гусиные, перепелиные, индюшачьи, страусиные).
2. Какие питательные вещества содержатся в яйцах, их влияние на организм человека?
 - (В яйцах содержатся все питательные вещества, необходимые для жизнедеятельности человека: вода -74%, белки -12.5%, жиры - 12%, углеводы - 0.5%, минеральные вещества - 1%, витамины А, группы В,РР, Е и др. **(это«+»)**). Все питательные вещества яиц легко усваиваются организмом**(это«+»)**).
 - В желтке содержится значительное количество жироподобного вещества - лецитина, которое необходимо человеку для нормального состояния нервной системы **(это«+»)**). Однако при употреблении яиц в большом количестве

лецитин может оказать вредное действие и стать причиной заболевания диатезом (это«-»).

- Яйца полезны для кроветворения, укрепляют кости и суставы, стимулируют иммунную систему, повышают умственную работоспособность (это«+»).
- Наличие в яйцах холестерина (это«-»))

3.Какие яичные продукты поступают в продажу?

(По стандарту куриные яйца делятся на диетические (хранятся не более 7 суток после снесения) и столовые, которые можно хранить до 30 суток в сухом, чистом, прохладном помещении.

В целях сохранения питательных свойств яиц как можно дольше, используют яичные продукты:

- меланж - это замороженная масса из желтков и белков
- яичный порошок - высушенная смесь белков и желтков или отдельно белков и желтков).

Меланж и яичный порошок используют чаще всего на предприятиях общественного питания для приготовления самостоятельных блюд из яиц или вводят в состав теста.)

4.Какие блюда можно приготовить из яиц?

(Из яиц готовят как самостоятельные блюда, так и используют при приготовлении разнообразных блюд. Различные свойства яиц используются в кулинарии: белок обладает хорошими связующими свойствами, поэтому яйца добавляют в тесто, запеканки, котлеты; осветляющими свойствами - добавляют в бульон, желе, заливное; пенообразующими свойствами - используют для приготовления десертов: безе, креме, зефира.

Белок яйца находится в студнеобразном состоянии, при нагревании он свертывается (коагулируется), образуя плотное вещество белого цвета.

В зависимости от времени варки яйца могут быть сварены всмятку - жидкий белок и желток (2-3мин.), в «мешочек» - твердый белок и жидкий желток (4-5 мин.) и вкрутую - твердые белок и желток (8-10 мин.). Яйца используют для приготовления салатов, закусок, вторых блюд: омлеты, а также для украшения блюд).

Меланж

Меланж представляет собой смесь яичных белков и желтков, освобожденных от скорлупы, профильтрованных, тщательно перемешанных и замороженных. К продуктам переработки яиц относят мороженые яичные продукты и яичные порошки. Для их изготовления используют яйца всех категорий, в том числе и мелкие. Замороженная смесь яичных белков и желтков (без скорлупы) в естественном соотношении называется *меланжем*. Замораживание проводят при температуре от -18° до -20° С в жестяных банках, покрытых лаком, емкостью 10 кг и замораживают. Для замены одного яйца массой 50г берут 43г меланжа.

Хранят мороженые яичные продукты при температуре - 12° С до 8 месяцев, при - 18° С – до 15 месяцев. Размораживают его непосредственно перед использованием и в количестве.

Необходимом для приготовления данных блюд, при комнатной температуре или поставив банки в теплую воду (до 50°C). Размороженный меланж тщательно перемешивают и процеживают. Хранят при температуре 4-6°C.

Яичный порошок – это высушенная смесь белков и желтков яиц. Для замены одного яйца массой 50г берут 12г яичного порошка. Используют его для тех же блюд, что и меланж.

Яичный порошок должен иметь однородный светло-желтый цвет, порошкообразную структуру. Поступает яичный порошок на предприятия общественного питания в картонных пачках массой 100,200,250г, весовой продукт – в фанерных барабанах, в герметичных жестяных банках до 10 кг.

Хранят яичные сухие порошки при температуре от -2° до 10° С в герметичной таре 12 месяцев, в негерметичной – 8 .

Перед приготовлением блюда яичный порошок просеивают, соединяют с холодной или теплой водой или молоком в соотношении 1:3,5 и выдерживают до 30 мин для набухания, затем сразу же используют для тепловой обработки.

Качество яйца

Положение яйца

Яйцо свежее

Опустилось на дно стакана

Недостаточно свежее

Плавает чуть выше дна

Недоброкачественное

Находится на поверхности жидкости

«Меры предосторожности при работе с яйцами» (ОПРОС)

1.Хранить яйца отдельно от других пищевых продуктов (в холодильнике – в специальных лотках острым концом вниз, чтобы не было давления на воздушную камеру).

2.Мыть руки после того, как брали в руки сырые яйца.

3.Обработка яиц

4.Не употреблять в пищу яйца с треснутой скорлупой.

Должны знать, работая с яйцами:

1 ванна –замачивание яиц

2 ванна -Теплый 1 - 2% раствор кальцинированной соды

3 ванна-0,5% раствор хлорамина

4 ванна- Проточная холодная вода

А еще есть **правильный способ хранения яиц в холодильнике**

Яйца сохраняются лучше, если лежат тупым концом вверх.

При отсутствии холодильника яйца можно сохранить свежими, если смазать скорлупу тонким слоем сала или растительного масла, завернуть каждое яйцо в бумагу, уложить в корзинку и повесить ее в темном проветриваемом месте.

Урок 13-14

Тема урока: Блюда из яиц.

Блюда из яиц- Какие вкусные блюда можно приготовить из яиц?

- Яйца используются в кулинарии очень широко (для приготовления десертов, изделий из теста, в начинках, при украшении, в салатах и в сыром, жареном и вареном виде)

В кухне народов мира можно найти около 3 тысяч рецептов блюд из яиц.

- Посмотрите какие существуют приспособления для приготовления блюд из яиц (для варки и жарки, для нарезки, для употребления)

-Как же правильно варить яйца?

Перед тепловой обработкой куриные яйца проверяют на доброкачественность, просматривая их с помощью овоскопа на свет.

Чтобы скорлупа яйца не треснула, сильно охлажденные яйца выдерживают некоторое время при комнатной температуре.

Белок яйца при нагревании свертывается.

В отличие от белков мяса и рыбы белок яйца при нагревании не выделяет воду. Начинается процесс при температуре 50 °С и заканчивается при температуре 80...85°С. Белок яиц становится плотной загустевшей массой. Свертывание желтка и перемешанного яйца происходит при температуре 70 °С. При приготовлении омлетов, яичной каши, когда к яйцам добавляют молоко или воду, сахар, соль, температура, при которой свертывается масса, повышается и провариваемая масса остается неплотной, нежной, благодаря чему она легче усваивается, чем сильно уплотненный белок вареного яйца.

Рассмотрим способы варки яиц

Блюда из яиц.

Имеют большое значение в питании человека. Их пищевая ценность обуславливается прежде всего содержанием белков, жиров, витаминов А, Д, В₁, В₂, минеральных веществ.

По способу т/о блюда из яиц делят на:

- **отварные;**
- **жареные;**
- **запеченные.**

Для приготовления диетических блюд используют варку на пару.

Блюда из варёных яиц.

Яйца варят в скорлупе и без скорлупы. Для варки применяют яйцеварки, кастрюли, сотейники, котлы со специальными сетчатыми вкладышами. Для варки одного яйца берут 250-300мл воды.

В зависимости от времени варки получают яйцо разной консистенции:

-**всмятку;**

- **«в мешочек»;**

-**вкрутую.**

Яйца всмятку - обработанные яйца кладут в кипящую подсоленную воду (3 литра воды, 40-50г соли на 10 яиц) и варят 2,5-3мин с момента закипания. Готовые яйца вынимают шумовкой и промывают холодной водой.

Яйцо всмятку содержит полужидкий белок и жидкий желток.

Подают в горячем виде, по 1-2 штуке.

К яйцам можно подать хлеб и масло.

Яйца «в мешочек» (пашот) - варят также, но в течение 4,5-5,5мин. Яйцо «в мешочек» содержит плотный белок и полужидкий желток.

Подают также, кроме того, используют в качестве гарнира к некоторым блюдам (бульон с яйцом).

Яйца вкрутую - варят также, но 10-12мин.

Яйца вкрутую имеют плотный белок и желток.

Нельзя удлинять срок варки яиц, т.к. они становятся твёрдыми, упругими и значительно труднее усваиваются.

Подают также в скорлупе или используют в очищенном виде для салатов, холодных блюд, супов, соусов, фарширования.

Варка яиц без скорлупы.

В кастрюлю с водой добавляют соль и уксус (10гр соли, 50гр 3% уксуса на 1 литр воды) доводят до кипения, размешивают воду, чтобы в середине образовалась воронка, в которую выпускают освобождённое от скорлупы яйцо. Варят при слабом кипении 3-4мин. Вода должна кипеть еле заметно, так чтобы яйцо оставалось неподвижным и сохранило свою форму.

Вынимают шумовкой, подравнивают ножом расплывшийся по краям белок. Желток должен находиться внутри белка и иметь полужидкую консистенцию.

Используют яйца, сваренные без скорлупы, в холодном или горячем виде.

Подают на гренках из белого хлеба, под соусом или с горячими мясными блюдами.

Способ приготовления

Время приготовления, мин

Готовность

Всмятку

2

Белок свернулся наполовину, желток не свернулся

«В мешочек»

4 - 5

Белок свернулся, желток не свернулся

Вкрутую

7 - 10

Желток и белок свернулся

«Пашот»

3,5

Без скорлупы

Яйца с ветчиной на гренках.

На кусочки поджаренного хлеба кладут ломтик обжаренной ветчины, сверху укладывают горячие яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы. Соус красный или томатный подают отдельно.

При отпуске блюдо оформляют зеленью.

Яичная кашка (натуральная)

Яйца соединяют с молоком или водой, добавляют соль, размешивают, вводят кусочки сливочного масла и варят при непрерывном помешивании в

небольшой посуде до консистенции полужидкой каши (**не доводя до кипения**).

Готовую кашку хранят до отпуска на мармите при температуре 60⁰С не более 15мин.

Подают в порционной сковородке или на МСТ, выложив горкой, по краям укладывают гренки, на середину кашки кладут сыр тёртый или хлопья кукурузные или пшеничные.

Яичная кашка с мясными продуктами

Ветчину или окорок нарезают мелкими кубиками, колбасу, сосиски - ломтиками и поджаривают.

Яичную кашку готовят и отпускают, как описано выше. При подаче оформляют зеленью.

Яичная кашка с овощами или грибами

Нарезанную кусочками фасоль, цветную капусту или спаржу отваривают и заправляют маслом.

Горошек консервированный прогревают и заправляют маслом.

Кабачки, баклажаны, очищенные от кожицы или грибы нарезают ломтиками, помидоры дольками и поджаривают.

Яичную кашку готовят, как описано выше.

При подаче на середину готовой кашки кладут подготовленные овощи или грибы, оформляют зеленью.

Бракераж:

Варёные яйца не должны быть загрязнёнными, с трещинами и выливами. На поверхности варёного яйца не должно быть тёмного слоя.

Блюда из яиц хранению не подлежат. Готовят по мере спроса!

Яичница глазунья.

Яичницу глазунью приготавливают из одних яиц - *натуральную* или с добавлением каких-либо продуктов (мясных, овощных и др.), которые предварительно варят или жарят - это *яичница с гарниром*.

Она может быть натуральной или с гарниром.

Яичница глазунья (натуральная)

Готовят на порционных сковородках, можно использовать большие сковороды.

На хорошо разогретую сковороду со сливочным маслом или маргарином осторожно выпускают подготовленные яйца, так чтобы желток остался целым, посыпают солью (**белок**) и жарят до полного свёртывания белка и загустения желтка (**2-3мин**). Лучше использовать мелкую соль. Чтобы белок не вздувался и не разрывался, часть соли можно добавить в масло, на котором жарят яичницу. Желток посыпают молотым перцем.

ПОДАЧА: в порционной сковородке, которую ставят на МСТ, выстланную салфеткой или на МСТ, 2-3шт на порцию, поливают сливочным маслом, оформляют зеленью (1-3гр на порцию), $t_{\text{подачи}}=65^0\text{C}$.

Используют в качестве самостоятельного блюда или как горячую закуску или для дополнения мясных блюд (бифштекс с яйцом, антрекот с яйцом), а также для бутербродов.

Яичницы с гарниром

Яичница глазунья со шпиком

Шпик нарезают ломтиками или кубиками, поджаривают и выпускают на него яйца. Жарят также.

Подают также.

Яичница глазунья с луком

Лук репчатый пассеруют, затем выпускают на него яйца и жарят также.

Если приготавливают яичницу с зелёным луком её жарят, как натуральную, но перед окончанием жаренья посыпают мелко нарезанным зелёным луком.

Подают также.

Яичница глазунья с жареным картофелем

Сырой картофель поджаривают (тонкими кружочками), выпускают на него яйца и жарят также. Яичницу можно готовить с картофелем, жареным из предварительно сваренного.

Подают также.

Яичница глазунья с сыром

Подготовленные яйца выпускают на горячую порционную сковороду с жиром, посыпают тёртым сыром и жарят ≈4мин в жарочном шкафу.

Подают также.

Яичница глазунья с чёрным хлебом

Хлеб (без корок) нарезают тонкими ломтиками и поджаривают на порционной сковородке, затем выпускают яйца и жарят.

Подают также.

Яичница глазунья с мясными продуктами

Мясопродукты (варёная колбаса, ветчина, сосиски и др.) нарезают ломтиками, обжаривают, выпускают на них яйца и жарят также.

Подают также.

Бракераж:

внешний вид: желток сохранил форму, края яичницы не подсушены, нежелательны белые пятна на желтке;

цвет: белый, желтка - жёлтый;

вкус: в меру солёный;

запах: жареных яиц и входящих продуктов;

консистенция: белок плотный, желток загустевший.

Готовят по мере спроса!

Омлеты.

Омлеты отличаются от яичницы тем, что их приготавливают с добавлением жидкости - молока, воды или сливок.

По технологии приготовления омлеты делят на:

- натуральные;
- смешанные с гарниром;
- фаршированные гарниром.

По способу т/о делят на:

- жареные;
- запечённые.

Готовят порционным или массовым способом.

Для приготовления омлетов используют яйца, меланж или яичный порошок.

Приготовление омлетной массы: подготовленные яйца соединяют с молоком, солью (яйца-3шт, молоко-45гр, соль-1,5гр), хорошо вымешивают, слегка взбивая до появления на поверхности пены.

Омлет натуральный

Готовят омлетную массу.

Выливают на порционную сковородку с разогретым маргарином и, помешивая, жарят 5-7мин. Как только омлетная масса загустеет, края омлета загибают с двух сторон к середине, придавая ему форму продолговатого пирожка.

Когда нижняя сторона омлета поджарится, его перекадывают на подогретую тарелку швом вниз.

При подаче поливают растопленным маслом или маргарином, $t_{\text{подачи}}=65^{\circ}\text{C}$, оформляют зеленью.

При массовом приготовлении готовую омлетную массу выливают на противень смазанный размягченным маргарином, слоем 2,5-3см и ставят в жарочный шкаф ($t=180-200^{\circ}\text{C}$) на 8-10мин. Запекают до полного загустения массы и появления на поверхности слегка подрумяненной корочки.

ПОДАЧА: готовый омлет нарезают на порционные куски квадратной или треугольной формы по одному на порцию, кладут на МСТ, поливают маслом, оформляют зеленью.

Такой омлет можно использовать для бульона, для закрытых бутербродов.

Смешанный омлет - в сырую омлетную массу добавляют мелко нарезанные овощи, грибы, мясные продукты, сыр и т.д. и жарят, как натуральный.

Омлет со шпиком

Шпик, нарезанный кубиком, поджаривают, заливают омлетной смесью и жарят 5-7мин.

Подают также.

Омлет с луком

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют в порционной сковороде, заливают омлетной смесью и жарят или запекают, как омлет натуральный.

Зелёный лук мелко нарезают и добавляют в готовую омлетную смесь, перемешивают и жарят или запекают.

Подают также.

Омлет с сыром

Омлетную сырую смесь смешивают с тёртым сыром, жарят или запекают, как омлет натуральный.

Подают также.

Омлет, смешанный с мясными продуктами

Мясопродукты нарезают мелким кубиком или ломтиками, обжаривают на порционной сковородке, заливают омлетной смесью, перемешивают и жарят, как омлет натуральный.

Подают также.

Фаршированные омлеты

Приготавливают с мясными, овощными или сладкими гарнирами.

Омлет, фаршированный овощами или грибами

Для фарша: очищенные кабачки, баклажаны нарезают кубиками, поджаривают; фасоль или спаржу отваривают; зелёный консервированный горошек прогревают и сливают отвар. Или грибы поджаривают. Подготовленные продукты заправляют густым молочным соусом или сметаной.

Омлетную смесь выливают на порционную сковородку с разогретым маргарином и жарят. Когда масса слегка загустеет, на середину кладут фарш, закрывают с двух сторон загустевшей массой, придав омлету форму пирожка, и дожаривают.

ПОДАЧА: на МСТ, готовый омлет перекладывают на тарелку швом вниз, поливают растопленным маслом или маргарином, оформляют зеленью, $t_{\text{подачи}}=65^{\circ}\text{C}$.

Урок 15-16

Тема урока: Закрепление, обобщение нового материала Блюда из яиц.

1. Как делят яйца в зависимости от вида птицы?
2. Какие из этих яиц используют в кулинарии?
3. Почему нельзя использовать утиные яйца?
4. Назовите три основных части куриного яйца.
5. Благодаря какой части яйца желток удерживается в центре яйца?
6. Какова энергетическая ценность 100 г яиц?
7. Одинаков ли химический состав белка и желтка?
8. Перечислите минеральные вещества, входящие в белковую часть яйца?
9. Какие яйца называются диетическими?
10. Назовите самый большой вес яйца и самый маленький.
11. Как называется прибор, проверяющий свежесть яиц?
12. Что такое тумак?
13. Как называется классическая упаковка для яиц?
14. Какая оптимальная температура хранения куриных яиц?
15. Какая часть яйца препятствует проникновению бактерий внутрь яйца?
16. Какие вещества содержит скорлупа?
17. Какая часть яйца содержит больше витаминов?
18. Белки яйца полноценны?
19. Какие жироподобные вещества содержатся в желтке?
20. Благодаря какому из них ограничивают употребление яиц при заболеваниях печени?
21. Какие яйца называют столовыми?

22. А можно ли яйца хранить дольше?

Первичное закрепление изученного материала

Тест №1 «Проверь себя»

Вопросы

Ответы

1

Куриные яйца с признаком зародыша на предприятиях общественного питания употреблять нельзя

Известковые яйца

2

Столовые яйца, которые хранились в известковом растворе. Используют для приготовления хлебобулочных изделий.

Миражные яйца

3

Куриные яйца, поступающие для использования не позднее чем через 7 суток

Холодильниковые яйца

4

Куриные яйца, срок хранения которых при температуре от -2°C до 0°C составляет от 8 до 25 суток

Диетические яйца

5

Столовые яйца, которые хранят в холодильных камерах при температуре от -2°C до 0°C составляет не более 90 суток

Столовые яйца свежие

Тест №2 Согласны ли Вы со следующими утверждениями?

Утверждения

Да /нет

1

Яичный порошок представляет собой сушеную смесь желтков и белков

2

При хранении в известковом растворе вкусовые качества яиц остаются неизменными.

3

Яйца нельзя хранить с остропахнущими продуктами

4

Масса желтка в курином яйце составляет около 50%

5

Поваренная соль понижает температуру свертывания яичного белка

Задание 1

Укажите, какую массу должны иметь яйца различных категорий

Масса яиц

категория

1

55г.

2

35г

3

65г

4

45г

5

75 и более

Закрепление материала по вопросам темы.

1. Завтрак в ресторане гостиницы начинается в 8.00, когда можно начать готовить яичницу глазунью?
2. Почему жарить можно только тогда, когда поступит заказ?
3. Чем отличаются яйца диетические от яиц столовых?
4. На предприятие имеются в наличии яйца, которые хранятся 90 суток. Можно ли готовить омлет из этих яиц?
5. На предприятии в наличии имеется меланж, можно ли из него готовить омлет?
6. Почему САНПиНы запрещают готовить омлет из меланжа?.
7. На нашем предприятии нет отдельного помещения для хранения яиц, в этом случае можем ли мы получать яйца?
8. Если нет возможности отдельно хранить яйца и мы их не используем, в таком случае чем можно заменить их при приготовлении блюд?
9. Почему яйца хранят в отдельном помещении?
10. Как получают яйца со склада?
11. Почему нельзя заносить в производственное помещение яйца в ячейках?
14. Сколько минут варят яйца «вмятку», «в мешочек», «вкрутую»?
15. Чем отличается яичная кашка от омлета?
16. Что такое «Яйцо пашот»?
17. Как проводят санитарную обработку яиц?

Тестирование. Тест по теме "Яйца"

1) Сколько меланжа необходимо для приготовления порции омлета при замене яиц, если на порцию идет 2 яйца по 40 гр.

а) 20

б) 40

в) 80

2) Какими продуктами можно заменить свежие куриные яйца.

а) меланж

б) меланж + молоко

в) яичный порошок + молоко

3) Какие яйца чаще всего заражаются сальмонеллезом.

а) утиные

б) куриные

в) индюшиные

4) Сколько можно хранить диетические яйца.

а) 10 дней

б) 7 дней

в) 120 дней

5) Для чего необходима подскорлупная оболочка.

а) чтоб не смешивался белок и желток

б) чтобы не проникали микробы

в) чтоб белок не прилипал к скорлупе.

6) Где расположен зародышевый диск в яйце.

а) в белке

б) в воздушной камере

в) на желтке

7) Сколько весит грамм яйцо II категории.

а) 65

б) 45

в) 55

8) Температура хранения яиц

а) 0°C

б) 35°C

в) -5°C

9) Лезон - это:

а) смесь яиц и молока

б) взбитые яйца

в) смесь яиц и минеральной воды

10) От чего зависит высота воздушной камеры яйца.

а) ни от чего не зависит

б) от срока снесения яйца

в) от температуры

Технология приготовления блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, яиц, творога, теста

1. Яйцо в «мешочек» варят -

а) 2,5-3 мин; б) 4,5-5 мин;

в) 7 мин; г) 8 мин.

2. Процесс свертывания белка яйца начинается при температуре-

а) 80°C; б) 40°C;

в) 50°C; г) 60°C.

3. В какое блюдо из творога добавляют изюм, орехи?

а) сырники; б) пудинг;

в) запеканка; г) вареники ленивые.

4. Яйца, молоко, соль, кусочки сливочного масла – проварить.

Какое это блюдо?

а) яичная кашка; б) омлет;

в) драчена; г) яичница натуральная.

5. Продукты, необходимые для приготовления омлета -

а) яйца, мука, сметана, соль; б) яйца, молоко, соль, сливочное масло, мука;

в) молоко, яйца, соль, сливочное масло; г) яйца, вода, соль, сахар, мука.

6. Какой вид тепловой обработки используют при приготовлении блюда «Драчена» -

а) варка; б) жарка;

в) варка на пару; г) запекание.

7. Для приготовления яичницы - глазуньи используют яйца –

а) диетические; б) столовые;

в) холодильниковые; г) известковые.

8. Яйцо, содержащее полужидкий белок и жидкий желток -

а) всмятку; б) «в мешочек»;

в) «пашот»; г) вкрутую.

9. Для приготовления яичницы-глазуньи используют яйца -

а) диетические; б) столовые;

в) холодильниковые; г) известковые.

10. Для замены одного яйца берут яичного порошка –

а) 1:5; б) 1:1;

в) 1:0,28; г) 1:3.

11. Что такое меланж -

а) смесь яиц, молока и муки; б) смесь яиц и молока;

в) замороженная смесь белков и желтков; г) смесь молока и муки.

Тема: «Значение яиц в питании человека. Способы определения свежести яиц».

1. Такое яйцо реализуется в течение 7 дней.
2. Замороженная смесь яичных белков и желтков без скорлупы.
3. В белокаменный Дворец спрятан будущий Певец.
4. Она составляет 11% от общей массы яйца.
5. Такое яйцо реализуется в течение 25 дней.
6. Он стоит на всех яйцах, купленных в магазине.
7. Прибор для определения свежести яйца просвечиванием.
8. Он удерживает желток в яйце относительно в одном положении.
9. Наиболее важная часть яйца: богат белками, жирами, минеральными веществами, витаминами (А, В, Д, Е).

10. Он составляет около 60% содержимого яйца.

Тема урока: Технология подготовки сырья и приготовления блюд из теста.

Урок 17-18

Тема урока: Технология подготовки сырья и приготовления блюд из творога.

Характеристика темы.

Творог – один из древнейших продуктов питания, он полезен всем. Творожные блюда являются продуктами высокой питательной ценности, так как они содержат белки (16.5%), жиры (до 18%) (жирный творог), органические кислоты (молочные кислоты), минеральные вещества (кальций фосфор), витамины А, Е, группы В.

Белки творога содержат важнейшие незаменимые аминокислоты, который быстро и полно усваиваются организмом. Молочная кислота влияет на микрофлору желудочно-кишечного тракта.

Присутствие в твороге молочных белков и жира, незаменимых аминокислот и солей кальция и фосфора делает его продуктом, необходимым для нормального развития организма человека и обладающим лечебными свойствами.

«Пища, не знающая запретов», «совершенный продукт» - так характеризуют творожные блюда и рекомендуют использовать их в детском и диетическом питании, для подростков.

В зависимости от содержания жира поступает творог жирный – 18% жира, полужирный – 9% и обезжиренный – 0.6%. Он должен соответствовать стандартам.

Из творога и творожной массы промышленного производства готовят холодные блюда (творог с молоком, сметаной, сахаром, со сливками) и горячие (вареники, сырники, пудинги).

Творог жирный полужирный используют для подачи в натуральном виде, полужирный и нежирный – для приготовления горячих блюд. При приготовлении блюд творог просматривают, протирают через сито (в небольшом количестве) или пропускают через протирачную машину. Потери составляют 25% его массы.

Если творог содержит много влаги, то его завёртывают в чистую плотную ткань и отжимают под прессом для улучшения аромата, в творог можно добавить тёртую цедру, ванилин.

Для приготовления холодных блюд можно использовать только творог из пастеризованного молока.

По ввиду тепловой обработки блюда из творога делят на отварные, жареные и запеченные.

Характеристика сырья и способы первичной обработки.

Мука пшеничная – порошкообразный продукт, который получают путём размола зерна пшеницы.

Мука пшеничная высшего сорта очень мягкая, тонкого помола, цвет белый со слабым кремовым оттенком, вкус сладковатый.

Мука пшеничная 1 сорта – мягкая, но менее тонкого помола, чем мука высшего сорта, цвет её белый со слегка желтоватым оттенком.

Мука пшеничная 2 сорта – более грубого помола, чем мука 1 сорта. Цвет белый с заметно-желтоватым или сероватым оттенком.

Качество муки характеризуется её цветом, влажностью, помолом, запахом, вкусом, кислотностью, содержанием белковых веществ, углеводов, жира, ферментов, минеральных веществ, вредных и металлических примесей.

Химический состав муки зависит от состава пшеницы, сорта муки и режима помола.

Цвет муки низших сортов более тёмный и неоднородный. Он зависит от цвета и количества отрубей. Мука высшего сорта и 1 сортов белая с желтоватым оттенком. По цвету можно определить ориентировочно сорт муки.

Масло сливочное – вырабатывают из сливок, оно содержит до 82.5% жира, витамины А, D, Е. Масло должно быть без посторонних запахов и привкусов, с равномерной окраской (от белой до кремовой).

Сливочное масло повышает калорийность изделий, улучшает вкус, усиливает их аромат.

Хранить масло рекомендуется при температуре 2 – 4 С в тёмном помещении в тщательно закрытой посуде; под воздействием света и кислорода воздуха масло портится.

Яйца – это высококалорийный продукт, широко применяемый при изготовлении кондитерских изделий, содержит белки, жиры, минеральные и другие вещества. Яйца улучшают вкус изделий, придают им пористость.

Белок яйца обладает связующими свойствами, является хорошим пенообразователем, удерживает сахар.

Желток яйца богат белками, жиром и витаминами (А, D, Е, В, В2 и РР). Благодаря лецитину желток является хорошим эмульгатором.

В зависимости от массы и срока хранения яйца подразделяют на I и II категории и диетические.

Диетическим яйцо считается в течение 7 дней после снесения. При длительном хранении яиц оболочка желтка делается непрочной и легко разрывается.

Хранят яйца в чистом и прохладном помещении при относительной влажности 80% не более 6 суток. Масса одного яйца может колебаться от 40 до 60 грамм.

Сметана – вырабатывают из пастеризованных сливок путём сквашивания молочно-кислыми бактериями.

Приготовление полуфабрикатов.

Производство жирного и полужирного творога независимо от метода коагуляции белка на предприятиях осуществляется традиционным или раздельным способом выработки.

Производство творога традиционным способом. Технологический процесс выработки жирного и полужирного творога и кислотной или кислотно-сычужной коагуляцией белков при традиционном способе производства состоит из следующих операций:

Кислотный способ и Кислотно-сычужный способ.

На производство направляют доброкачественное молоко кислотностью не выше 20 Т, которое необходимо подготовить к заквашиванию. Для этого молоко нормализуют по содержанию жира, очищают от механических примесей, пастеризуют и охлаждают до температуры заквашивания.

Путём нормализации молока устанавливают необходимое соотношение между массовой долей жира и белка в перерабатываемой смеси, что обеспечивает получение стандартного по составу творога. Расчёты по нормализации молока ведут с учётом содержания в нём белка и проводят, как правило, путём смешивания. Нормализованное молоко очищают от механических примесей и направляют на пастеризацию.

Режим пастеризации молока влияет на плотность получаемого при сквашивании сгустка. С увеличением температуры пастеризации плотность сгустка удерживать влагу, что затрудняет удаление из него сыворотки.

Схема технологической линии производства творога традиционным способом:

1 – ёмкость для нормализованного молока; 2 – насос; 3 – уравнильный бак; 4 – пластинчатая пастеризационно-охладительная установка; 5 – сепаратор-нормализатор; 6 – творожная ванна; 7- пресс-тележка; 8 – охладитель творога; 9 – автомат для фасования и упаковывания творога.

При выработке творога молоко пастеризуют при температуре 78 ± 2 °С с выдержкой 15 – 20 с.

Этот режим считается достаточным для уничтожения микрофлоры в нормализованной смеси и получения сгустка, удобного для дальнейшей обработки.

При выработке творога кислотно-сычужным способом в охлаждённую до температуры заквашивания смесь вносят 1 – 5% закваски, приготовленной на чистых культурах мезофильного молочнокислого стрептококка.

Тщательно перемешанное молоко выдерживают в течение 2 – 3 ч до достижения в нём кислотности 32 – 35 Т. После этого в него вносят 40%-ный раствор хлористого кальция из расчёта 400 г безводной соли на 1 т молока. Сычужный фермент или пепсин вносят в виде 1%-ного раствора из расчёта 1 г фермента на 1 т молока. Раствор сычужного фермента приготавливают на кипячёной и охлаждённой до 35 °С воде. Раствор пепсина в целях повышения его активности готовят на кислой осветлённой сыворотке при температуре 36 ± 2 °С за 5 – 8 ч до применения.

Готовность сгустка определяют пробой на излом. Для этого в сгусток чуть наклонно водят конец шпателя и осторожно приподнимают его. Готовый сгусток при этом даёт ровный, с блестящими краями излом с выделением прозрачной светло-зелёного цвета сыворотки. Если сгусток ещё не готов, то излом будет иметь дряблый вид с выделением мутной сыворотки. Неправильное определение готовности сгустка влечёт за собой ухудшение качества творога и уменьшение его выхода. Наиболее точно готовность сгустка определяют по его кислотности, которая для жирного и полужирного творога должна составлять 58 – 60Т. образование сгустка происходит за 6 – 8 часов.

Чтобы полученный сгусток приобрёл консистенцию творога, из него необходимо удалить около 70% всей содержащейся в нём влаги. Из сгустка вода удаляется вместе с растворёнными в ней сухими веществами (лактозой, сывороточными белками и др.) в виде сыворотки. Для ускорения выделения сыворотки сгусток необходимо разрезать на небольшие части, что значительно увеличит его поверхность. Сгусток разрезают специальными проволочными ножами сначала на горизонтальные слои по длине ванны, а затем по длине и ширине на вертикальные. В результате получают кубики размером около 20 мм по ребру. Разрезанный сгусток оставляют в покое на 30 – 40 мин. За время выдержки из него интенсивно выделяется сыворотка, которую удаляют из ванн сифоном или через штуцер.

Технология приготовления блюд (технологические карты),ассортимент.

Воздушный творожник.

Ингредиенты:

- Ваниль (1/2 стручка ванили или 1/2 ч.ложки ванильного экстракта)
- Сахарная пудра — 30 г
- Творог — 750 г
- Яйцо (мелкое, если яйца крупные, достаточно 6 шт.) — 7 шт
- Масло сливочное (размягченное) — 185 г
- Сахар — 150 г
- Лимон — 1 шт
- Крупа манная (Семолина от "Мистраль") — 75 г

Приготовление:

Цедру лимона натрите на мелкой терке, выжмите из него сок (нам понадобятся лишь 2 столовые ложки сока). Когда натираете цедру, будьте внимательны, чтобы не захватить белую часть, она горчит. Сливочное масло достать из холодильника и пару часов подержать при комнатной температуре, чтобы оно стало совершенно мягким. 175 граммов размягченного сливочного масла взбивать на самой большой скорости, понемногу добавляя сахар, ваниль, цедру и лимонный сок (всего 2 столовые ложки), до получения гладкой однородной массы. Не прекращая взбивать, по одному добавив яйца (каждый раз очень тщательно взбивая). Уменьшить скорость и небольшими порциями ввести творог и манную крупу. Тщательно перемешать, чтобы не было комочков. Смазать оставшимся маслом форму для выпечки (d 22 см и с достаточно высокими бортиками), выложить в нее творожную массу и

разровнять. Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке около часа. Корочка должна стать румяной. Готовый творожник остудить, присыпать сахарной пудрой.

Чизкейк «Аляска».

Ингредиенты:

- Печенье — 450-500 г
- Масло сливочное — 150 г
- Творог — 500 г
- Желатин — 15-20 г
- Сахар — 1,5 стак.
- Сливки (жирные) — 300-400 мл
- Варенье (у меня черничное + свежая ежевика) — 1 бан.
- Белок яичный — 4 шт
- Крахмал картофельный — 1 ст. л.

Приготовление:

Печенье размельчить в крошку. Добавить размягченное сливочное масло и смешать с крошкой печенья. Форму в виде полусферы выстелить пищевой пленкой. Тонким слоем распределить тесто, оставить немного для нижнего коржа. Подготовить желатин согласно инструкции. Взбить творог с сахаром, добавить сливки и желатин, продолжая взбивать. Вмешать варенье. А также ягоды, если желаете. Выложить творожную начинку в форму. Оставшееся тесто раскатать в лепешечку и выложить сверху и накрыть пленкой. Убрать на ночь в холодильник. Перевернуть и вынуть из формы, снять пленку. Взбить белки с 50-75г сахара и 1 ст.л. крахмала в густую пену. Распределить сверху и быстро в духовку при 250г минуты на 4-5 - готово!

Способы оформления и подачи.

Творог с молоком, сливками, сметаной или сахаром. Для подачи в натуральном виде используют жирный или полужирный творог не протертый. Творог укладывается в тарелку или салатник небольшой горкой, заливают молоком или сливками, предварительно охлажденными. Отдельно можно подавать сахар-песок или рафинадную пудру (от 10 до 25 г на порцию).

Молоко или сливки иногда подают отдельно в молочнике или в стакане.

Отпуская творог со сметаной, сверху делают углубление и вливают сметану. Можно также посыпать творог сахарным песком или рафинадной пудрой либо подать их на розетке. Для отпуска со сметаной творог можно предварительно протереть, натуральный творог подают иногда только с сахаром.

Творожные массы состоят из протертого жирного или полужирного свежего творога, сахара или рафинадной пудры, размягченного сливочного масла, изюма, ванилина, меда, цукатов, сметаны, яиц, орехов, а также соли, тмина, томата, перца.

В соответствии с санитарными правилами приготовления творожной массы на предприятиях общественного питания запрещено. Поэтому предприятия используют творожную массу (сладкую или соленую), выпускаемую промышленностью, добавляя в нее соответствующие наполнители.

Отпускают ее на десертных тарелках или в салатниках, уложив в виде горки или выпустив массу из кондитерского мешка. При отпуске используют свежие или консервированные фрукты, варенье, листья салата.

Творожную массу применяют для приготовления бутербродов и подают как самостоятельное блюдо.

Творожная масса сладкая с изюмом или медом. Изюм без косточек перебирают, промывают и обсушивают, ванилин растворяют в горячей воде. Подготовленные продукты и мед соединяют с творожной массой сладкой и перемешивают. Отпускают, уложив на тарелку, придают форму прямоугольника, конуса, пирамидки; на порцию - 100...200г.

Творожная масса с орехами. Очищенный от скорлупы миндаль или грецкие орехи ошпаривают, очищают от кожицы и рубят, миндаль поджаривают до коричневого цвета.

Сладкую творожную массу укладывают в тарелку горкой, поливают сметаной, посыпают орехами, украшают апельсинами или мандаринами.

Творожная масса со сметаной. Творожную массу сладкую или соленую укладывают в посуду горкой, в углубление кладут сметану. В соленую массу добавить

тмин.

Требования к качеству и температура подачи.

Полуфабрикаты блюда «вареники с творогом» должны иметь форму полукруглых пирожков, с хорошо заделанными краями, не слипшимися, не деформированными. Толщина слоя теста – от 2 до 3 мм. Средняя масса вареника – 12 – 14 грамм. После варки вареники должны сохранять свою форму, иметь однородную консистенцию – мягкую и нежную. Цвет вареника – белый с кремовым оттенком. Поверхность – блестящая от масла. Не должно быть посторонних привкусов и запахов. Вкус вареника – в меру сладкий.

Полуфабрикаты блюда «вареника ленивого» должны иметь форму цилиндра, ромбиков, квадратиков или кружочков, без деформирования и слипания в комки; масса изделия 15 грамм.

Сырники должны быть правильной круглой формы; цвет – золотисто-жёлтый, без подгорелых мест; поверхность – ровная, без трещин; консистенция – мягкая; масса – однородная, без крупинки внутри; запах – творога; вкус – кисло-сладкий.

Запеканки из творога должны быть с гладкой поверхностью, без трещин, покрыты равномерной румяной корочкой; цвет на разрезе – белый или жёлтый; вкус – кисло-сладкий; в изделиях из творога не допустимы; горький привкус, затхлый запах, жидкая консистенция, ярко выраженная кислотность.

Полуфабрикаты и холодные изделия из творога хранятся при температуре 0 – 6 С. Вареники, сырники хранят не более 15 мин в тёплом месте до отпуски,

пудинги – 30 мин, а запеканки – 1 час. Творог и творожную массу хранят в неокисляющейся посуде в закрытом виде на холоде от 6 до 24 часов.

Урок

19-20

Тема урока: Технология подготовки сырья и приготовления блюд из теста.

Пресное тесто - тесто, приготовленное из муки, воды. Его роль - подчеркнуть вкусовые качества того продукта, которому оно как бы подчиняется.

Пресное тесто применяется при приготовлении лапши домашней, вареников, пельменей, чебуреков и др.

Пресное тесто должно быть замешено как можно круче.

Питательная ценность блюд из пресного теста:

- Являются источником питательных веществ (белков, жиров, углеводов, минералов, витаминов) - за счет продуктов, входящих в состав теста и начинок
- Высококалорийны
- Питательны

Мука - основной компонент теста

- Порошкообразный продукт, полученный при измельчении зерен злаковых культур
- Доброкачественность этого продукта можно определить органолептическим способом (по запаху, цвету, вкусу).
- В состав этого продукта входят белки, которые, набухая в воде, образуют клейковину.
- Мука может изготавливаться из таких сортов хлебных зерновых культур как пшеница, рожь, овёс, ячмень, просо, кукуруза и рис.

Технология приготовления пресного теста:

- Муку просеять через мелкое сито, насыпать горкой на стол.
- Сделать в вершине горки углубление и влить в него яйца.
- В некоторых рецептах в тесто добавляется щепотка соли.

Пельмени – (угро-финский: пельнянь – ухо из теста) - любимое блюдо уральцев и сибиряков.

В Сибири и на Урале лепить пельмени собирается вся семья, от мала до велика. Делают сразу несколько тысяч, замораживают частями, по мере готовности, и ссыпают в холщовые мешки. Хранят на морозе. Считается, что замороженные пельмени становятся только лучше.

Русская кухня содержит очень много рецептов разновидностей пельменей, имеющие отличия между собой как формой, так и начинкой. При приготовлении пельменей, начинку обычно делают из различных сортов мяса: говядины, свинины, экзотической оленины и тем более экзотической для

жителей средней полосы – медвежатины. Наиболее вкусными получаются пельмени с начинкой, приготовленной из мяса разных сортов. Вкусные получаются пельмени с начинкой из курицы, рыбы, грибов, овощей. Сибиряки при приготовлении пельменей в начинку добавляли молотый лёд, а затем их замораживали. Молотый лёд охлаждает фарш и он в результате становится более удобным для лепки, но самое главное, начинка готовых пельменей получается более сочной и нежной. Кстати, такую же технологию применяют мясокомбинаты для приготовления сосисок, в их рецептах также присутствует молотый лёд. Пельмени лепят, а затем укладывают на посыпанные мукой доски и отправляют на сибирский или уральский мороз. После их замерзания, пельмени складывают в полотняные мешки, чтобы затем хранить в уличных холодных условиях Сибири и Урала. Таким образом, приготовленный пельмень в результате приобретает загадочную морщинистость, что делает его немного похожим на ухо.

Приготовление теста

- Муку просеять через мелкое сито, насыпать горкой на стол.
- Сделать в вершине горки углубление и влить в него яйца.
- В некоторых рецептах в пельменное тесто добавляется щепотка соли.

Приготовление фарша

- Лук, говядину, баранину и свинину провернуть через мясорубку.
- Посолить, поперчить по вкусу и тщательно перемешать

Так уж повелось, что настоящие пельмени должны быть приготовленные вручную. Для приготовления пельменя необходимо раскатать из теста круглую лепёшечку и на неё в центр, при помощи чайной ложки выложить начинку. Затем тестяной кружочек складывается пополам и за счёт своей эластичности аккуратно обтягивает начинку. Слепив края, мы получаем пухленькие полумесяцы, вершины которых также соединяются и в результате мы получаем классический пельмень ручной лепки. И нет никаких обрезков! Некоторые хозяйки, для приготовления пельменей, раскатанный лист теста советуют разрезать на квадратики для экономии времени и избежать обрезков. Конечно, если внешний вид таких пельменей вас будет устраивать, то нож вам в руки. Но если вы хотите прослыть настоящим кулинаром, то вырезайте из раскатанного теста заготовки для будущих пельменей стаканом или другим подходящим предметом. Такой способ лепки пельменей практически будет классическим, а полученные обрезки можно использовать для приготовления домашней лапши. Когда начинка займёт место в тесте, готовые «ушки» пельменей можно отварить сразу, а можно заготовит впрок, положив доску с ними в домашнюю морозилку. После того как они замёрзнут их надо ссыпать в целлофановый пакет и хранить там же.

Готовят пельмени в подсоленной воде, туда же кладут лавровой лист и лук. Но самые лучшие пельмени по вкусу, получаются приготовленные в костном бульоне.

Технология приготовления на производстве

Для приготовления пельменей готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5—2 мм и шириной 5—6 см, край раскатанного пласта смазывают яйцом. Вдоль смазанной полосы на расстоянии 3—4 см один от другого кладут шарики фарша массой 7—8 г, затем накрывают их полоской теста и вырезают пельмени специальным приспособлением. В настоящее время на предприятиях используют формовочные полуавтоматы.

Варка пельменей

- Пельмени следует сразу же отварить или заморозить. А отваривают, бросая маленькими порциями в кипящую, слегка присоленную воду. Для пикантности в воду можно добавить 1-2 лавровых листа.
- Как только пельмени всплывут, их надо достать шумовкой, подавать к столу со сметаной, маслом или уксусом.

Требования к качеству:

изделия должны сохранять форму, неразваренными.

Вареники - (пельменообразное блюдо турецкой кухни - «дюшвара»)

Вареники, являются самым любимым и самым известным блюдом украинского народа. В Украине говорят: «Абы что, лишь бы вареники были». Обрядовым блюдом считаются вареники с творогом. Их готовили и готовят на такие праздники, как Сыропуст и Масленица. Сама технология приготовления вареников не сложная.

Вареники выглядят как полумесяцы или треугольники, приготовленные из теста с разнообразной начинкой.

Тесто готовят из гречневой, пшеничной муки. Добавляют яйца, соль, воду, кефир или сыворотку. При замешивании теста лучше использовать холодную или ледяную воду. Так оно во время приготовления меньше будет сохнуть, и хорошо будет склеиваться. Чтобы вареники не разваливались, мука должна быть не слишком сухой и тонкого помола. Чтобы удобнее было раскатывать пласты, тесто замешивают до средней густоты. На пласте с помощью стакана вырезают кружочки или разрезают пласт на небольшие квадратики. На каждую «формочку» в центр укладывают начинку, не больше одной чайной ложки. Края вареников должны быть не слишком толстыми, иначе они плохо проварятся и будут на вкус грубыми. Варить вареники рекомендуется в подсоленной воде, минут десять. Время варки зависит от начинки. Подается блюдо со сметаной, медом, жареным лучком, ягодным соусом или сиропом.

Лапша домашняя

Технология приготовления

Как приготовить тесто для лапши.

Из яиц, муки, масла и соли замесить очень крутое тесто. Положить тесто на 1 час в полиэтиленовый пакет для того, чтобы тесто стало более эластичным.

Разрезать тесто на 5-6 частей и каждую часть раскатать в очень тонкий пласт.

Раскатанные листы немного подсушить 10...30 минут (время зависит от влажности воздуха).

как приготовить домашнюю лапшу Лист слегка посыпать мукой, свернуть и нарезать на тонкие рулетики. Растребушить нарезанное и разложить тонким слоем сушиться.

суп куриный с домашней лапшой

Лапшу можно и сразу сварить, и тщательно высушив, использовать постепенно как макаронные изделия. Свежую лапшу отварить в бульоне. Достать шумовкой и залить свежим горячим бульоном, при желании можно посыпать зеленью или добавить перца.

Свеженарезанная лапша варится не более минуты после закипания.

Такой лапшой можно заменить любые макароны в любом макаронном супе. Ведь нарезать лапшу можно и тонко и толсто, можно сделать и коротенькие вермишельки.

Если раскатывать лапшу на машинке, в тесто не добавляется соль.

Домашняя лапша сушеная

Можно замесить тесто из 6 и более яиц (пропорционально увеличив количество и других ингредиентов), разложить приготовленную лапшу тонким слоем, тщательно высушить, убрать в герметичную тару и использовать по мере надобности. Высушеную лапшу надо варить дольше: 3-5 минут.

В кипящий бульон или воду кладут пассерованные морковь, лук и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

Требования к качеству изделий из теста. Условия и сроки хранения.

Пельмени и вареники должны сохранять форму, без разрывов оболочки, иметь нелипкую поверхность. Не допускаются непромес, обнажение начинки изделия.

Проверяется:

Состояние поверхности изделия (комочки, неровности, разрывы)

Запах

Вкус

Цвет(в том числе и на разрезе)

При реализации - температура горячих блюд должна быть не менее 75 °С.

Срок реализации блюд, находящихся на мармите, на горячей плите и в емкостях с подогревом для «шведского стола», должен быть не более трех часов с момента их изготовления и расфасовки.

Условия реализации продукции общественного питания через магазины (отделы) кулинарии, вне предприятия должны соответствовать требованиям действующих санитарно-эпидемиологических правил и/или технических документов на продукцию конкретных видов. Должны быть созданы условия для раздельного хранения и отпуска полуфабрикатов и готовой продукции.