

Департамент образования и науки Костромской области
ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

МДК 01.01. Технология обработки сырья и приготовления блюд из овощей и грибов



16675 «Повар» (для лиц с нарушением интеллекта,
не имеющих основного общего образования)

Кострома, 2022 г.

Рассмотрен и одобрен на
заседании ЦМК
Механико-технологических
дисциплин

Протокол № ____ от « ____ »
_____ 2022 г.

Председатель ЦМК

/_____/

Рекомендован к применению
Заседание методического
совета

Протокол № ____ от « ____ »
_____ 2022 г.

Председатель МС _____

/_____/

Рабочая тетрадь по МДК 01.01. Технология обработки сырья и приготовления блюд из овощей и грибов, разработана по профессии 16675 Повар (для лиц с нарушением интеллекта, не имеющих основного общего образования)

Организация-разработчик:

ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Эксперт от работодателя:

Веричева-Бенедик Анна Владимировна – управляющая кафе
«Избушка» города Костромы

Разработчик:

Тюляндина Оксана Васильевна, преподаватель высшей категории
по дисциплинам профессионального цикла

СОДЕРЖАНИЕ:

Аннотация	5	Урок 9.	Виды и особенности обработки капустных овощей. Формы нарезки и их кулинарное использование	44	
Раздел 1. Ведение технологического процесса первичной обработки сырья и приготовление полуфабрикатов		Урок 10.	Виды и особенности обработки луковых овощей. Формы нарезки и их кулинарное использование	46	
Тема 1.1. Товароведная характеристика овощей и грибов	6	Урок 11.	Виды и особенности обработки салатно - шпинатных овощей и пряной зелени. Формы нарезки и их кулинарное использование	49	
Урок 1.	Значение овощей и грибов в питании и их технологические свойства	6	Урок 12.	Виды и особенности обработки десертных овощей. Кулинарное использование десертных овощей	54
Тема 1.2. Организация работы овощного цеха		Урок 13.	Механическая кулинарная обработка плодовых овощей и их кулинарное использование	59	
Урок 2.	Организация работы овощного цеха	11	Урок 14.	Подготовка овощей к фаршированию	66
Урок 3.	Организация рабочего места и техническое оснащение технологического процесса механической кулинарной обработки овощей и грибов	13	Урок 15.	Обработка соленых, квашеных, мороженых и сушеных овощей. Использование переработанных овощей	67
Урок 4.	Подготовка механического оборудования к работе в овощном цехе, правила эксплуатации и техники безопасности	18	Урок 16.	Виды грибов. Обработка грибов и кулинарное использование	70
Тема 1.3. Механическая кулинарная обработка овощей и грибов.		Урок 17.	Практическая работа №1. Работа со сборником рецептур. Решение ситуационных задач	72	
Урок 5.	Технологический процесс механической обработки овощей. Виды и особенности обработки клубнеплодов	27	Урок 18.	Лабораторное занятие № 1 «Первичная обработка овощей и приготовление полуфабрикатов из них»	77
Урок 6.	Простые и сложные формы нарезки картофеля, техника нарезки	30	Раздел 2. Ведение технологического процесса приготовления и оформления блюд из овощей и грибов.		
Урок 7.	Кулинарное использование картофеля	35			
Урок 8.	Виды и особенности обработки корнеплодов. Формы нарезки корнеплодов и их кулинарное использование	37			

Тема 2.1.	Приготовление и оформление основных и простых блюд и гарниров из овощей и грибов.	82	Урок 28.	Блюда и гарниры из тушеных овощей и грибов. Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых тушеных блюд из овощей	119
Урок 19.	Характеристика горячего цеха, организация рабочего места повара в горячем цехе	82	Урок 29.	Блюда и гарниры из запеченных овощей и грибов. Приготовление и отпуск блюд. Требования к качеству готовых запеченных блюд из овощей и грибов	122
Урок 20.	Характеристика теплового технологического оборудования горячего цеха	85	Урок 30-31.	Лабораторное занятие №2. «Приготовление блюд и гарниров из овощей и грибов»	131
Урок 21.	Правила безопасной подготовки теплового технологического оборудования к работе в горячем цехе	88	Урок 32.	Дифференцированный зачет	136
Урок 22.	Способы тепловой обработки. Современные подходы к тепловой обработке продуктов	91		Литература	141
Урок 23.	Классификация овощных блюд и гарниров по способу тепловой обработки. Правила и условия хранения приготовленных горячих блюд из овощей и грибов	94			
Урок 24.	Блюда и гарниры из отварных овощей. Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых отварных блюд из овощей	98			
Урок 25.	Блюда и гарниры из припущенных овощей. Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых припущенных блюд из овощей	104			
Урок 26.	Способы и правила жарки при приготовлении блюд из овощей и грибов	107			
Урок 27.	Блюда и гарниры из жареных овощей. Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых жареных блюд из овощей	110			

Аннотация

Рабочая тетрадь профессионального модуля является частью УМК по программе профессионального обучения по профессии 16675 Повар в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД): **приготовления блюд их овощей и грибов** и соответствующих профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1. Производить первичную обработку, нарезку и формовку традиционных видов овощей и плодов, подготовку пряностей и приправ.

ПК 1.2. Готовить и оформлять основные и простые блюда и гарниры из традиционных видов овощей и грибов.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими компетенциями обучающиеся в ходе освоения профессионального модуля должны:

иметь практический опыт:

– обработки, нарезки и приготовления блюд из овощей и грибов.

уметь:

– проверять органолептическим способом годность овощей и грибов;

– выбирать производственный инвентарь и оборудование для обработки и приготовления блюд из овощей и грибов;

– обрабатывать различными методами овощи и грибы;

– нарезать и формовать традиционные виды овощей и грибов;

– охлаждать и замораживать нарезанные овощи и грибы.

знать:

– ассортимент, товароведную характеристику и требования к качеству различных видов овощей и грибов;

– характеристику основных видов пряностей, приправ, пищевых добавок, применяемых при приготовлении блюд из овощей и грибов;

– технику обработки овощей, грибов, пряностей; способы минимизации отходов при нарезке и обработке овощей и грибов;

- температурный режим и правила приготовления простых блюд и гарниров из овощей и грибов;
- правила проведения бракеража;
- способы сервировки и варианты оформления и подачи простых блюд и гарниров, температуру подачи;
- правила хранения овощей и грибов;
- виды технологического оборудования и производственного инвентаря, используемых при обработке овощей, грибов, пряностей;
- правила их безопасного использования.

Используемые сокращения:

УМК – учебно-методический комплекс;

ВПД – вид профессиональной деятельности;

ПК – профессиональные компетенции;

ОК – общие компетенции.

Раздел 1. ВЕДЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПЕРВИЧНОЙ ОБРАБОТКИ СЫРЬЯ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ

Тема 1.1. Товароведная характеристика овощей и грибов

Урок 1. Значение овощей и грибов в питании и их технологические свойства

Овощи содержат необходимые для организма углеводы, минеральные вещества, органические кислоты, они являются источником разнообразных витаминов и других биологически активных веществ, регулирующих процессы обмена веществ.

Овощи содержат также вкусовые ароматические и пряные вещества, благодаря которым пища становится _____ и _____, что имеет немаловажное значение в ее усвояемости и приносимой пользе.

Таблица 1.1 Пищевая ценность овощей

	Овощи	Содержание питательных веществ
1.	Картофель	Крахмал
2.	Чеснок и лук репчатый	Фитонциды
3.	Морковь, сладкий перец, томаты, шпинат, зеленый лук и другие листовые овощи	Каротин
4.	Белокочанная капуста, красный сладкий перец, шпинат.	Витамин С

5.	Шпинат, щавель, петрушка, укроп, помидоры, цветная капуста.	Железо
6.	Шпинат, баклажаны, зеленый горошек, помидоры, брюква.	Медь
7.	Капуста, картофель, морковь, свекла, салат зеленый.	Марганец
8.	Тыква, редис, салат зеленый, морковь, помидоры, огурцы, капуста.	Йод
9.	Луковые, капустные, тыквенные культуры.	Фтор

Технологические свойства овощей

Виды овощей различаются по своему составу и свойствам. Особенности химического состава овощей и грибов предопределяет их кулинарное назначение.

1.1 Картофель

Технологические свойства картофеля определяются: формой клубней, количеством и глубиной глазков, степенью потемнения мякоти сырого и вареного картофеля, сохранением формы при тепловой обработке, консистенцией вареного картофеля, а также вкусовыми качествами.

Наилучшим для выработки полуфабрикатов являются клубни картофеля с рассыпчатой мякотью белого или кремового цвета, которые используют для приготовления пюре, изделий из картофельной протертой массы, супов-пюре. Клубни с плотной или водянистой мякотью используют для заправочных супов, гарниров из отварного картофеля и для жарки.

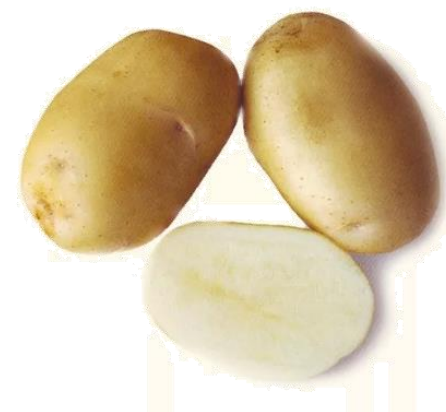


Рисунок 1.1 Картофель

1.2 Морковь

Лучшими технологическими свойствами характеризуются сорта моркови с ярко-оранжевой мякотью, небольшой сердцевинкой и ровной гладкой поверхностью.



Рисунок 1.2 Морковь

1.3 Свекла

Свеклу для кулинарного использования лучше брать с темноокрашенной мякотью, без ярко выраженных светлых колец.



Рисунок 1.3 Свекла

1.4 Капуста

Кулинарное использование белокочанной капусты зависит от степени ее зрелости, размеров и плотности кочанов.

Раннюю **белокочанную капусту** целесообразно использовать в сыром виде для салатов, для припускания крупными дольками, а также для приготовления супов. Из плотных кочанов средне- или позднеспелой капусты готовят салаты, супы, капустный фарш, капустную котлетную массу; из рыхлых – голубцы и шницели.



Рисунок 1.4 Капуста белокочанная плотная



Рисунок 1.5 Капуста белокочанная рыхлая

Краснокочанную капусту используют в основном для салатов и тушения.



Рисунок 1.6 Капуста краснокочанная

Брюссельскую капусту – для приготовления супов, отваривания и запекания.



Рисунок 1.7 Капуста брюссельская

Из **кольраби** готовят салаты, ее припускают тушат.



Рисунок 1.8 Капуста кольраби

1.5 Лук репчатый

Использование репчатого лука зависит от остроты его вкуса. Лук острых сортов в пассерованном виде – приправа к супам, мясным и рыбным жареным блюдам; лук слабоострых и сладких сортов добавляют в салаты и винегреты в свежем виде.



Рисунок 1.9 Лук репчатый

1.6 Грибы

Свежие грибы содержат много _____ веществ. Благодаря этому грибные отвары обладают хорошим вкусом и ароматом, их широко применяют при приготовлении супов и соусов.



Рисунок 1.10 Грибы

Грибы содержат витамины группы A, C, D, PP и группы B.

Сушеные грибы по пищевой ценности несколько уступают свежим, так как при сушке в них снижается содержание экстрактивных веществ.



Задания для самостоятельного решения:

1. Напишите, какую роль играют овощи в питании человека?

2. Укажите, в каких овощах содержится железо (правильный ответ подчеркните):

- картофель, морковь, свекла, зеленый салат
- помидоры, укроп, петрушка, шпинат, щавель, цветная капуста
- морковь, помидоры, тыква, редис, огурцы, капуста.

3. Укажите в каких овощах содержатся бактерицидные вещества - фитонциды, уничтожающие болезнетворные микробы (правильный ответ подчеркните):

- свекла, морковь
- чеснок, лук
- картофель, капуста, морковь

4. Укажите, какое вещество характеризует цвет моркови (правильный ответ подчеркните):

- хлорофил
- каротин
- агар

5. Перечислите виды капусты: _____

Домашнее задание:

Напишите и презентуйте доклад, используя средства интернет и программу PowerPoint или Word на тему «Значение и роль овощей в питании» по индивидуальному заданию преподавателя по следующему плану:

1. Характеристика овощей.
2. Виды овощей.
3. Пищевая ценность овощей.
4. Выводы.

Доклад оформляется в программе WORD объемом – 2-3 страницы или в программе PowerPoint объемом – 5-6 слайдов.

Тема 1. 2. Организация работы овощного цеха

Урок 2. Организация работы овощного цеха

Овощной цех относится к группе заготовочных цехов и предназначен для обработки овощей и грибов.

Цех располагают так, чтобы он имел удобную связь со складскими помещениями, где хранятся овощи, и с доготовочными цехами (горячим и холодным), куда доставляются обработанные и подготовленные к использованию овощи, плоды и грибы.



Овощной цех предназначен для механической очистки овощей и изготовления полуфабрикатов.

Все технологические операции по обработке овощей, кроме приемки, доочистки, могут быть механизированы. Степень механизации процесса зависит от типа предприятия и производственной программы цеха.



Рисунок 2.1 Овощной цех

Оборудование в овощном цехе располагается по ходу технологического процесса (рисунок 2.2).



Рисунок 2.2 Техническое оснащение овощного цеха

1 — картофелечистка; 2 — подтоварники; 3 — ванны моечные; 4 — столы для доочистки картофеля и корнеплодов; 5 — стеллаж передвижной; 6 — овощерезательная машина; 7 — столы производственные; 8 — стол-шкаф с вытяжным устройством для очистки репчатого лука

Согласно технологическому процессу в овощном цехе выделяют несколько линий обработки овощей:

- линию обработки картофеля и корнеплодов;
- линия обработки свежей капусты и зелени;
- линия обработки луковых овощей.

На линиях устанавливают соответствующее оборудование.

ЛИНИЯ ОБРАБОТКИ КАРТОФЕЛЯ И КОРНЕПЛОДОВ



На линии обработки картофеля и корнеплодов устанавливают моечную ванну и овощемоечную машину.



ЛИНИЯ ОБРАБОТКИ КАПУСТЫ И ЗЕЛЕНИ



На линии обработки капусты и зелени устанавливают производственные столы, овощемоечную машину и моечную ванну.



ЛИНИЯ ОБРАБОТКИ ЛУКА РЕПЧАТОГО И ЧЕСНОКА



Для очистки репчатого лука и чеснока используют специальный стол с вытяжным устройством



- стол с вытяжным устройством;
- стол с моечной ванной;
- стол производственный.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите технологические линии, которые выделяют в овощном цехе:

2. Установите соответствие между изображением немеханического оборудования овощного цеха и его наименованием: (правильный ответ подчеркните)

3. Перечислите какое оборудование устанавливают на линии обработки картофеля и корнеплодов:

4. Укажите для чего предназначен овощной цех:

5. Напишите от чего зависит степень механизации технологического процесса обработки овощей:

Урок 3. Организация рабочего места и техническое оснащение технологического процесса механической кулинарной обработки овощей и грибов

Рабочим местом повара называется часть производственной площади, где работник выполняет отдельные операции, используя при этом соответствующее оборудование, посуду, инвентарь, инструменты. Рабочие места в овощном цехе располагаются по ходу технологического процесса.

Каждое рабочее место овощного цеха должно быть обеспечено достаточным количеством инструментов, инвентаря и посуды: ножи, в том числе нож для очистки, желобковый нож, нож «овощечистка-экономка».

Посмотрите на рисунок 3.1. и пропишите инструмент и инвентарь, который должен быть на рабочем месте в овощном цехе:

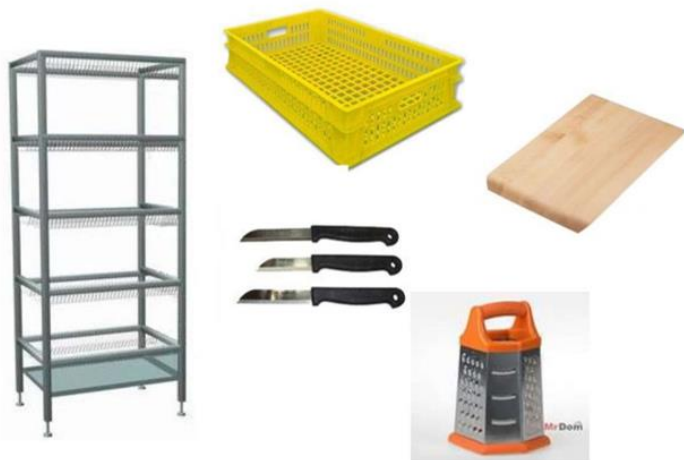


Рисунок 3.1 Инструменты и инвентарь рабочего места

Посмотрите на рисунок 3.2 и пропишите названия режущего инструмента:



Рисунок 3.2 Режущий инструмент

Оборудование овощного цеха

Оборудование овощного цеха позволяет приготавливать полуфабрикаты из овощей. Современное техническое оснащение повышает производительность труда. При выборе оборудования учитывают его надежность и возможность санитарной обработки.

Основным оборудованием овощного цеха является механическое оборудование: картофелечистки различной мощности и производительности (рисунок 3.3), универсальные овощерезательные машины (рисунок 3.4).



Рисунок 3.3 Картофелеочистительная машина



Рисунок 3.4 Овощерезательная машина

К немеханическому оборудованию относят производственные столы с полками (рисунок 3.5), производственные столы с отверстием в центре для удаления пищевых отходов (рисунок 3.6), моечные ванны передвижные (рисунок 3.7), столы для доочистки картофеля, подтоварники для овощей, стеллажи, раковина для рук.



Рисунок 3.5 Производственный стол



Рисунок 3.6 Производственный стол с отверстием



Рисунок 3.7 Моечная ванна передвижная

Прочитайте и запомните правила безопасной организации работы в овощном цехе

Перед началом работы повар обязан:

- вымыть руки с мылом;
- надеть чистую санитарную одежду, подбрав волосы под колпак (косынку) или надеть специальную сеточку для волос;
- застегнуть надетую санитарную одежду на все пуговицы (завязать завязки), не допуская свисания концов одежды, не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые и бьющиеся предметы.

В процессе работы повар обязан:

- менять санитарную одежду по мере загрязнения;
- после посещения туалета мыть руки с мылом;
- стоять прямо, не сутулясь, так как неправильное положение корпуса приводит к быстрой утомляемости;
- выполнять только ту работу, по которой прошел обучение и инструктаж по охране труда и к которой допущен лицом, ответственным за безопасное выполнение работ;
- использовать разделочные доски строго в соответствии с маркировкой или по цветовой гамме;
- не принимать пищу на рабочем месте.

При работе с ножом повар должен (рисунок 3.8)

- соблюдать осторожность, беречь руки от порезов;
- правильно держать руки и нож при обработке сырья;
- хранить нож в специальном чехле, помнить, что нельзя хранить нож, закладывая его за пояс фартука;
- не оставлять нож во время перерыва в работе в обрабатываемом сырье или на столе без футляра;
- не проверять остроту лезвия ножа рукой.



Рисунок 3.8 Техника работы с ножом



Задания для самостоятельного решения:

1. Выберите правильный ответ: «Овощной цех является _____ цехом _____ предприятия»
(доготовочным, заготовочным).
2. Перечислите, какое оборудование устанавливают на линии обработки капусты и зелени:

_____.
3. Укажите, какое оборудование является основным в овощном цехе _____

4. Подберите оборудование и инвентарь для обработки картофеля:

	Овощерезательная машина
	Котлы пищевые
	Протирочная машина
	Картофелеочистительная машина
	Куттер
	Привод универсальный

5. Подберите оборудование для обработки лука репчатого:

	Моечная ванна
	Горн
	Вытяжной шкаф
	Картофелеочистительная машина
	Производственный стол

6. Укажите, какие действия повар обязан выполнять перед началом работы и дополните таблицу:

Мыть руки с мылом
Не держать в карманах одежды острые и бьющиеся предметы

7. Укажите, какие действия повар обязан выполнять в процессе работы и дополните таблицу:

После посещения туалета мыть руки с мылом
Не принимать пищу на рабочем месте

8. Укажите, какие правила должен соблюдать повар при работе с ножом и дополни таблицу:

Правильно держать руки и нож при обработке сырья
Не оставлять нож во время перерыва в работе на столе без футляра

Отгадай загадку:

Он орудует так быстро:
Аккуратно, тонко, чисто.
Режет, режет все подряд:
Фрукты, овощи, салат.
На пилу чуть-чуть похож.
Осторожно, острый _____.

Урок 4. Подготовка механического оборудования к работе в овощном цехе, правила эксплуатации и техники безопасности оборудования

4.1 Картофелеочистительные машины

На предприятиях общественного питания используют картофелеочистительные машины.

Все они различаются объемом рабочего бункера, производительностью, мощностью и размерами. Чем больше объем рабочего бункера, тем больше производительность машины.

Производительность картофелеочистительных машин — от 90 до 600 кг/ч.

Продолжительность очистки одной загрузочной порции в среднем занимает от 3 до 5 мин. Картофелеочистительные машины, как правило, имеют кнопочное управление.

Таблица 4.1 Сравнительная характеристика
картофелеочистительных машин

	Название	Характеристика
1.	<p>МОК-150М</p> 	<p>Загрузка продукта – 7 кг Производительность – 150 кг/час</p>
2.	<p>МОК - 400</p> 	<p>Загрузка продукта - 14 кг Производительность - 400 кг/час</p>

3.	<p>МКК - 300</p> 	<p>Загрузка продукта – 17 кг Производительность – 300 кг/ч</p>
----	---	--

Сравните картофелеочистительные машины в таблице 4.1 и напишите по каким признакам они отличаются:

Принцип действия картофелеочистительных машин

Овощи при загрузке через воронку, падая на вращающийся конусный диск с абразивным покрытием, получают вращательное движение и под действием центробежной силы прижимаются к стенкам машины. За счет трения об абразивные поверхности происходит снятие кожуры с овощей.

Правила эксплуатации картофелеочистительных машин

Перед началом работы:

- производят внешний осмотр машины;
- проверяют наличие заземления и санитарное состояние.

После этого машину **включают и проверяют работу рабочего органа на холостом ходу** — он должен вращаться против часовой стрелки. Перед началом работы обращают внимание на состояние форсунок для подачи воды в рабочую камеру — они должны быть прочищены, а струи воды должны быть направлены вниз в рабочую камеру. **Если машина исправна, приступают к работе на ней.**

Загружать картофель и овощи в рабочую камеру следует только после пуска машины и при подаче в камеру воды; картофель должен быть откалиброванным и промытым. Немытые овощи загрязняют конечный продукт и приводят к быстрому износу абразивных сегментов камеры. Масса загружаемого картофеля должна соответствовать массе, рекомендуемой в техническом описании машины, и быть оптимальной величиной, равной 2/3 вместимости рабочей камеры машины.

При перегрузке машины ухудшается качество очистки, ускоряется износ электродвигателя. Значительный недогруз машины приводит к нарушению внешнего слоя клубней, увеличивает количество отходов и расход электроэнергии.



После окончания очистки, не выключая электродвигатель, открывают дверцу и овощи выбрасываются в подставленную тару. Затем загружают следующую порцию картофеля. После окончания работы машину промывают на холостом ходу, а корпус протирают чистой тканью. **Застывшие клубни извлекают только после остановки машины специальным крючком.**

Во время работы картофелеочистительной машины категорически запрещается опускать руки в рабочую камеру, так как это может привести к травме.

Техника безопасности при работе на картофелеочистительной машине

При внешнем осмотре проверяют:

- отсутствие свисающих и оголенных концов электропроводки;
- надежность закрытия всех токоведущих и пусковых устройств оборудования;
- наличие заземления, санитарно-техническое состояние и работу на холостом ходу;
- целостность абразивов и наличие загрузочной воронки;
- отсутствие посторонних предметов в рабочей камере и вблизи машины, которые могут мешать ее нормальной работе;
- исправность резиновой уплотняющей прокладки на дверце разгрузочного люка и запирающего устройства.

Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщают своему

непосредственному руководителю и приступают к работе только после их устранения.



4.2 Овощерезательные машины

Для механизации процесса нарезания овощей используют **овощерезательные машины**. В небольших ресторанах или кафе применяют компактные настольные овощерезательные машины.

Принцип работы овощерезательных машин. Через загрузочный бункер сырые овощи поступают к вращающемуся ножевому диску, увлекаются им вниз, заклиниваются между стенкой улиткообразного бункера и диском и нарезаются ножами диска. Отрезанные частицы овощей проходят через щель между ножами и диском и собираются в подставленную тару.

Форма нарезки зависит от выбранного ножевого диска: можно нарезать овощи соломкой, брусочками толщиной 5 или 10 мм, или кружочками.

Примеры видов нарезки овощей представлены на рисунках 4.1, 4.2, 4.3, 4.4.



Рисунок 4.1 Дискковый нож (соломка)



Рисунок 4.2 Дискковый нож (брусочки)



Рисунок 4.3 Дискový нож (брусочки)



Рисунок 4.4 Дискový нож (кружочки и для шинкования капусты)

На примере овощерезательной машины CL50 (Robot coupe) рассмотрите последовательность ее работы, которая включает в себя следующее:



Рисунок 4.5 Расположение машины на рабочем месте



Рисунок 4.6 Установка диска-сбрасывателя



Рисунок 4.7 Проверка правильности установки диска-сбрасывателя (поворот по часовой стрелке)



Рисунок 4.9 Установка улиткообразного загрузочного бункера



Рисунок 4.8 Установка ножевого диска



Рисунок 4.10 Включение машины и закладка нарезаемых овощей в загрузочный бункер



Рисунок 4.11 Прижимание толкателем нарезаемых овощей к ножевому диску

Правила эксплуатации овощерезательных машин

1. Приступать к работе на машине можно только в сухой и специальной одежде.
2. Необходимо проверить санитарно-техническое состояние, правильность сборки, надежность крепления ножей, ножевых блоков и решеток, а также прочность крепления бункера.
3. Следует проверить исправность работы машины на холостом ходу.
4. Предварительно подготовленные овощи можно загружать в рабочую камеру только после включения электродвигателя; овощи должны поступать равномерно и в достаточном количестве, в противном случае качество нарезки ухудшается.

5. Запрещается поправлять продукты, находящиеся в бункере, руками, а также убирать крошки и застрявшие ломтики, проталкивать овощи нужно толкателем.
6. При снятии диска с ножами с горизонтального вала обязательно нужно использовать специальный крючок.
7. Замену дисков и ножей допускается производить только после полной остановки электродвигателя.
8. Во время работы запрещается открывать предохранительные крышки машин.
9. После окончания работы машину необходимо отключить, разобрать, тщательно промыть все рабочие части, протереть и просушить (корпус протереть влажной, затем сухой тканью). Во избежание появления ржавчины рабочий вал и ножи смазать пищевым несоленым жиром.
10. Запрещается во время работы отвлекаться и покидать рабочее место по обслуживанию машины.

Техника безопасности при работе с овощерезательной машиной

К работе допускается специально обученный персонал.

Перед началом работы на овощерезательной машине проверяют:

- исправность заземления;
- исправность электропроводки;
- надежность крепления машины (механизма) к производственному столу, надежность крепления ножа, крышки и ножевой рамки;
- правильность сборки.

При эксплуатации овощерезательных машин нельзя устанавливать или снимать рабочие органы при включенной машине или механизме, направлять и проталкивать застрявший продукт руками, опускать руки в рабочую камеру.

Овощи должны поступать равномерно и в достаточном количестве, в противном случае качество нарезки ухудшается. **Запрещается проталкивать измельченные овощи руками**, для этой цели следует пользоваться толкачом. При работе на машине работники должны иметь сухую и специальную форму одежды, категорически запрещается во время работы отвлекаться и покидать рабочее место до окончания работы с машиной. После работы машину разбирают, промывают и просушивают. Санитарную обработку проводят после отключения и остановки машины.

4.3 Слайсер

Для очень тонкого нарезания овощей используют **слайсер**. Нарезка осуществляется с помощью очень острого дискового ножа, который закрыт безопасным кожухом.

Принцип действия машины

При включении машины вращается дисковый нож, продукт по лотку надвигается на нож, который совершает возвратно-поступательное движение. Нарезанные ломтики продуктов проходят между ножом и опорным столиком и поступают в приемный лоток (рис. 3.15). По окончании нарезания продукта слайсер автоматически выключается. После остановки слайсера нарезанный продукт складывают в приемный лоток (гастроёмкость).



Рисунок 4.12 Установка регулятором толщины нарезки



Рисунок 4.13 Нарезанный продукт в гастроёмкости

Правила безопасной работы на слайсере

1. Лицам моложе 18 лет запрещено работать на слайсере.
2. Перед началом работы следует проверять санитарно-техническое состояние, надежность крепления ножей, исправность заземления.
3. Запрещается проверять заточку лезвия ножа рукой, для этого использовать полоску газетной бумаги.
4. Перед загрузкой необходимо проверять машину на холостом ходу, регулятор толщины следует поставить на «ноль».
5. Регулятор толщины следует установить на нужное деление.
6. Продукт нужно закрепить в лотке. Загрузку продуктов в лоток можно производить только при выключенном двигателе и полной остановке машины.
7. Необходимо включить слайсер и нарезать продукт, совершая плавные поступательно-возвратные движения лотком с продуктом.
8. Во время работы слайсера запрещается загружать продукт в лоток и проталкивать его руками.
9. После окончания слайсер следует выключить. После полной остановки дискового ножа и отключения слайсера от электросети нужно произвести его неполную разборку и санитарную обработку, потом тщательно промыть все детали теплой водой и насухо протереть чистой тканью, а нож смазать специальным пищевым жиром.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите название изображенного приспособления, используемого при работе в овощном цехе: (правильный ответ подчеркните)



- протирочная машина для приготовления картофельного пюре;
- овощерезательная машина для нарезки овощей различной формы;
- картофелеочистительная машины для очистки картофеля и некоторых корнеплодов.

2. Выберите правильные утверждения, соответствующие требованиям безопасной эксплуатации электромеханического оборудования в овощном цехе: (правильный ответ подчеркните)

- не разрешается касаться внутренних деталей руками и посторонними предметами во время работы;
- разрешается осуществлять подачу овощей руками к рабочим органам машины;
- не разрешается допускать перегрузки машины.

3. Напишите какое оборудование используется в овощном цехе: _____

4. Укажите, от чего зависит форма нарезки овощей на овощерезательной машине: _____

5. Укажите верно ли утверждение: «Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщают своему непосредственному руководителю и приступают к работе только после их устранения».
(правильный ответ подчеркните)

- нет;
- да.

Отгадай загадку:

Этот чудо-аппарат
Овощам и фруктам рад.
Их прокрутит, измельчит
Нарезкой вкусной угостит.

_____.

Тема 1.3. Механическая кулинарная обработка овощей и грибов

Урок 5. Технологический процесс механической обработки овощей. Виды и особенности обработки клубнеплодов

Технологический процесс механической обработки овощей состоит из следующих операций:

1. Приемка, кратковременное хранение;
2. Сортировка;
3. Мойка;
4. Очистка и промывание;
5. нарезка.

1. При **приемке** проверяют массу партии и соответствие овощей требованиям стандартов. Для этого овощи взвешивают и полученные результаты сверяют с данными, указанными в сопроводительных документах.

Доброкачественность овощей определяют органолептически: по цвету, _____, _____.

От качества овощей зависят качество и безопасность готовой продукции, количество отходов, способ обработки.

2. При **сортировке** удаляют загнившие, побитые или проросшие экземпляры, посторонние примеси, а также распределяют овощи по размерам, степени зрелости и пригодности их для приготовления определенных блюд и кулинарных изделий. Сортируют большинство овощей вручную.

3. Цель **мойки** - _____.

4. При **очистке** овощей удаляют части с пониженной пищевой ценностью (кожуру, плодоножки, грубые семена и др.) в овощечистительных машинах или вручную. Очищенные овощи моют и нарезают.

5. Цель **нарезки** – придание овощам необходимых _____ и _____.

Все овощи подразделяются на группы:

Клубне плоды	Корне плоды	Капу стные	Луко вые	Томат ные
Бобовы е	Пряны е	Зерно вые	Десе ртные	Тыкв енные

Виды и особенности обработки клубнеплодов

К клубнеплодам относят: картофель, батат и топинамбур.

5.1 Картофель

Картофель занимает важное место в питании благодаря своим пищевым и кулинарным качествам.

Меры защиты обработанного картофеля от потемнения заключаются в следующем: нельзя хранить очищенный картофель на открытом воздухе, так как он темнеет.



Рисунок 5.1 Картофель

Для предотвращения потемнения очищенный картофель:

- **хранят в воде** (кратковременное хранение в течение не более 2ч);
- **сульфитируют** – производят обработку раствором бисульфата натрия (этот способ в настоящее время используется редко);
- **подвергают шоковой заморозке** в аппаратах шоковой заморозки;
- **бланшируют** – производят кратковременную обработку кипятком или паром.

Условия и сроки хранения очищенного картофеля

Очищенный картофель хранят в воде (не более 2 ч) до момента тепловой обработки.

Сульфитированный картофель хранят при температуре 2—6 °С в течение 48 ч, картофель, обработанный пенным раствором метилцеллюлозы, — при температуре 2—6 °С в течение не более 72 ч.

Сульфитированный картофель перед использованием тщательно промывают в проточной воде (допускается остаточное содержание сернистого ангидрида — не более 0,0002 %).

Отходы, полученные в результате обработки картофеля, используют для получения крахмала.

Нормы отходов при механической кулинарной обработке картофеля по сезонам, %

До 1 сентября	20
С 1 сентября по 1 ноября	25
С 1 ноября по 1 января	30
С 1 января по 1 марта	35
С 1 марта	40

Требования к качеству обработанного картофеля

Внешний вид: клубни картофеля целые, чистые, невялые, несморщенные, без остатков глазков, гнили и участков поврежденных сельскохозяйственными вредителями и болезнями, без темных пятен и остатков кожуры.

Цвет: от белого до кремового, свойственный свежеччищенному картофелю.

Консистенция: свойственная свежеччищенному картофелю, плотная, сочная.

Запах и вкус (после варки): свойственные отваренному картофелю, без посторонних привкусов и запахов.

5.2 Батат (сладкий картофель)

Клубнеплоды батата промывают, очищают от кожицы, как правило, вручную с помощью ножа для очистки овощей или ножа-«экономки».



Рисунок 5. 2 Батат

После очистки клубни батата еще раз промывают и кладут в холодную воду.

Кулинарное назначение клубней батата такое же, как и у картофеля: можно запекать, варить, готовить из них пюре; они имеют сладкий вкус.

5.3 Топинамбур (земляная груша)

Мякоть топинамбура может быть белой или кремовой с желтоватым оттенком. Клубни покрыты несъедобной коричневой кожицей. Клубни топинамбура промывают, очищают от кожицы вручную с помощью ножа для очистки овощей или ножа-«экономки».



Рисунок 5.3 Топинамбур

Клубни топинамбура употребляются в сыром виде или подвергаются термообработке. Жареный топинамбур на вкус напоминает сладкий жареный картофель. В отличие от картофеля, выкопанные корневища топинамбура долго не хранятся.



Задания для самостоятельного решения:

Напишите, назначение технологических операций по механической кулинарной обработке овощей

Сортировка _____

Очистка _____

Нарезка _____

1. Перечислите способы предотвращения картофеля от потемнения: _____

2. Укажите, какие овощи относят к клубнеплодам _____

3. По каким органолептическим показателям определяют доброкачественность овощей? Ответ напишите _____

4. Укажите использование отходов при механической кулинарной обработке картофеля _____

Отгадай загадку:

Ты все лето зеленеешь,
Спрятав ягоды в земле,
Ближе к осени созреешь-
Сразу праздник на столе!
Суп и щи, пюре, окрошка,
Нам везде нужна _____.

Урок 6. Простые и сложные формы нарезки картофеля, техника нарезки

Нарезка картофеля производится механическим способом с использованием овощерезательной машины или вручную большим ножом поварской тройки с маркировкой «ОС».

Соблюдение формы и размеров кусочков при нарезке овощей способствует:

- сокращению продолжительности тепловой обработки клубнеплодов;
- равномерному доведению до готовности всех частей продуктов;
- сохранению формы нарезки при тепловой обработке;
- приданию блюду эстетичного внешнего вида.

Существуют простые и сложные формы нарезки.



Выбор формы нарезки зависит от формы и размеров других продуктов, входящих в состав блюда. Например, если готовят суп с макаронными изделиями удлиненной формы, то картофель

нарезают брусочками или дольками, если с рисом или горохом — кубиками.

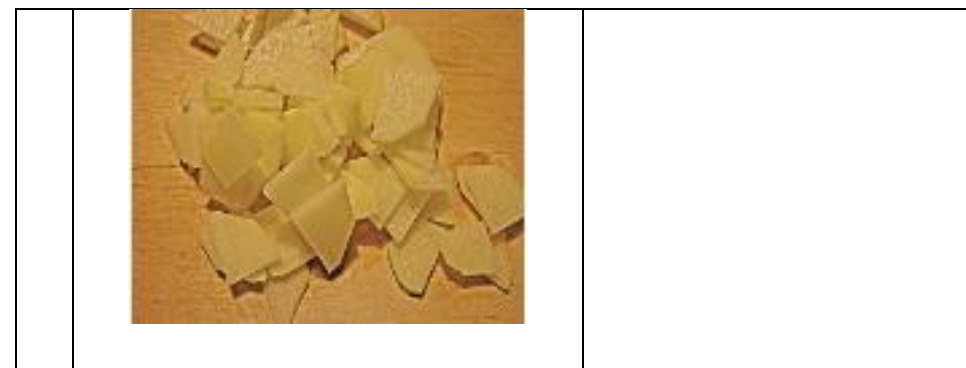
К простым, наиболее распространенным формам нарезки относятся: соломка, брусочки, кубики, дольки, ломтики (таблица 6.1).

Таблица 6.1 Простые формы нарезки картофеля

	Простая форма нарезки	Техника нарезки
1.	<p>Соломка</p> 	<p>Сначала у среднего или крупного клубня с одной стороны срезают небольшую часть, чтобы продукт устойчиво лежал на доске, затем нарезают его тонкими пластинами толщиной 0,2–0,3 см; пластины вытягивают веером на доске и затем шинкуют продукт соломкой длиной 4–5 см</p>
2.	<p>Брусочки</p>	<p>Клубень нарезают пластинами толщиной 0,7–1 см, а затем — поперек брусочками длиной 3–4 см</p>

		
3.	<p>Кубики</p> 	<p>Крупный и средний клубни нарезают пластинами толщиной 0,3–0,5 см (мелкий кубик), 1,5 см (средний кубик), 2–2,5 см (крупный кубик), а затем поперек на брусочки такой же толщины. Брусочки нарезают поперек на кубики.</p>



<p>4. <i>Дольки</i></p>		<p>Мелкие и средние по размерам клубни нарезают пополам, кладут округлой стороной вверх, а затем каждую половинку нарезают на дольки по направлению от поверхности к центру. Длина дольки определяется размером клубня и в среднем должна быть не более 4 см.</p>
<p>5. <i>Ломтики</i></p>		<p>Мелкие и средние по размерам клубни нарезают пополам, кладут округлой стороной вверх, а затем каждую половинку нарезают еще пополам, после чего дольки нарезают поперек ломтиками толщиной 0,2–0,3 см.</p>



Сложные формы нарезают вручную либо самым маленьким ножом из поварской тройки, наиболее подходящим для обтачивания (бочоночки, груши, чесночные дольки, стружка), либо специальными нуазетными выемками («парижская ложка») — шарики или орешки разного размера, либо специальными ножами для получения спирали или стружки (таблица 6.3).

Таблица 6.3 Специальные ножи и инструменты

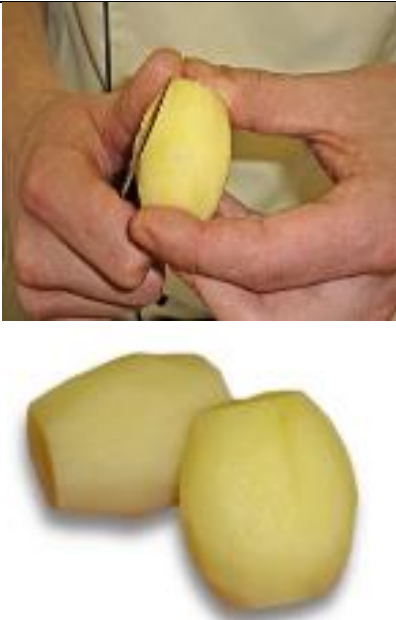

	Краткая характеристика	Изображение инструментов
1.	<i>Нож для рубки зелени</i> с двумя черенками и округлым лезвием	

2.	Ножи для карбования — нанесение бороздок на поверхность продукта	
3.	Турнировочный нож — маленький нож как для очистки овощей, но с вогнутым лезвием — для фигурной нарезки и обтачивания овощей	
4.	Нож для нарезки стружкой и спиралью	
5.	Нуазетная выемка — нож для вырезания шариками или в виде орешков (в международной практике его называют «парижская ложка»)	

К сложным (фигурным) формам относятся: шарики, бочонки, грибочки, стружка, спираль (таблица 6.4).

Таблица 6.4 Сложные формы нарезки картофеля

	Сложная форма нарезки	Техника нарезки
1.	<p>Шарики</p> 	Из клубней сырого картофеля с помощью специальных выемок («парижская ложка» — нуазетная выемка) вырезают шарики или орешки различного диаметра или применяют прием обтачивания клубней мелкого размера
2.	Бочонки	Клубни картофеля средних размеров обрезают с двух противоположных сторон, затем обтачивают, придают форму бочонка

		
3.	<p>Грибочки</p> 	<p>Вырезают грибочки из средних или мелких клубней картофеля. Если используют молодой картофель, то его можно предварительно от кожицы не очищать. Прорезают клубень в центральной части ножом на глубину около 0,5 см — половинка картофеля будет служить шляпкой грибка. Затем от одного края клубня</p>

		<p>к разрезу срезают часть мякоти клубня, формируя ножку грибка</p>
4.	<p>Стружка</p> 	<p>Клубни сырого картофеля срезают с двух противоположных сторон так, чтобы получился цилиндр высотой 2–3 см, обтачивают его по окружности, срезают ленту толщиной 2–2,5 мм и длиной 25–30 см. Сворачивают</p>
5.	<p>Спираль</p>	<p>Пользуясь специальным инструментом, картофель нарезают спиралью. Для это-</p>



го винтовую часть ножа погружают в клубень, поворачивая по часовой стрелке. Когда нож погрузится в клубень настолько, что начнет срезаться мякоть, продолжают медленно вращать нож, надавливая с одинаковым усилием, чтобы толщина витков спирали была одинаковой

Нарезка клубней батата и топинамбура может производиться так же, как и клубней картофеля.

Урок 7. Кулинарное использование картофеля

Очищенные клубни картофеля используют для тепловой обработки целыми или предварительно нарезанными.

Картофель с низким содержанием влаги и высоким содержанием крахмала лучше всего запекать, использовать для приготовления картофельного пюре и изделий из картофельной массы (запеканок, котлет, биточков), так как такой картофель

после тепловой обработки приобретает рассыпчатую консистенцию. Кроме этого, клубни такого картофеля хорошо использовать для жарки, так как низкое содержание в нем влаги препятствует разбрызгиванию жиров.

Молодой картофель имеет высокое содержание влаги и низкое содержание крахмала используют для приготовления винегретов, салатов, гарниров из картофеля отварного.

Допишите в таблице 7.1 кулинарное использование картофеля.

Таблица 7.1 Кулинарное использование простых форм нарезки картофеля

	Форма нарезки, см	Кулинарное использование
1.	Соломка: толщина 0,2×0,2 длина 4–5. Используют крупные, средние клубни	Жарка во фритюре
2.	Брусочки: толщина в сечении 0,7×0,7 или 1×1 длина 3–5. Используют крупные, средние клубни	Варка, жарка основным способом и во фритюре, тушение
3.	Дольки: длина по размерам клубня 3–4, не более. Используют средние, мелкие клубни	
4.	Ломтики: толщина — 0,2–0,3 высота — 2–2,5.	

	Используют средние, мелкие клубни	
5.	Кружочки: толщина 1,5–2. Используют средние, мелкие клубни	
6.	Кубики: мелкие 3×3 (брюнуаз) или 5×5 (маседуан) средние 1×1 или 1,5×1,5 крупные 2×2 или 2,5×2,5	

- крупные			
- средние			
- мелкие			
Кружочки			
Ломтики			
Дольки			



Задания для самостоятельного решения:

1. Заполните таблицу, указав размеры и кулинарное использование овощей простой формы нарезки картофеля

Форма нарезки	Размеры	Способ тепловой обработки	Кулинарное использование
Соломка			
Брусочки			
Кубики:			

2. Решите тест: (правильные ответы занесите в таблицу ниже)

1.	Группы овощей: (найди лишнее)	а) корнеплоды, клубнеплоды; б) капустные, луковые; в) морковные, артишоковые; г) десертные, томатные.
2.	Картофель обрабатывают в следующем порядке:	а) сортируют, моют, очищают, дочищают, моют, нарезают; б) моют, сортируют, очищают, дочищают, моют, нарезают; в) сортируют, очищают, моют, нарезают.

3.	Какие виды нарезки картофеля не существуют:	а) брусочки, ломтики; б) дольки, соломка; в) кружочки, чесночки; г) колечки, звенья.
----	---	---

Ответ:

1	2	3

Урок 8. Виды и особенности обработки корнеплодов. Формы нарезки корнеплодов и их кулинарное использование

К группе корнеплодов относятся:

- морковь;
- свекла;
- брюква;
- редис;
- хрен;
- белые корни – петрушка, сельдерей, пастернак.

Корнеплоды обрабатывают механическим способом или вручную в зависимости от количества обрабатываемого сырья, размера и формы корнеплодов.

Стебли петрушки и сельдерея используют для «букета гарни», который добавляют в супы, бульоны, соусы.

Свеклу, репу, редьку, короткую морковь очищают в картофелеочистительной машине, а длинную морковь и пастернак вручную.

Если корни хрена вялые, то перед обработкой их замачивают в холодной воде.

Схемы обработки корнеплодов

Схема 8.1 Обработка моркови, свеклы, репы, брюквы, редьки



Схема 8.2 Обработка петрушки, сельдерея, пастернака



Схема 8.3 Обработка редиса и хрена

Из отходов свеклы можно приготовить свекольную краску, которая используется для подкрашивания борща, а из ботвы молодой свеклы — свекольник.


Для остальных корнеплодов количество отходов по сезонам не меняется и зависит только от кондиции овощей.

Таблица 8.1 Нормы отходов корнеплодов по сезонам

Морковь	С 1 сентября по 31 декабря	20%
Морковь	С 1 января	25%
Свекла	С 1 сентября по 31 декабря	20%
Свекла	С 1 января	25%

Для приготовления блюд корнеплоды нарезают. В таблице 8.2 приведены простые формы нарезки.

Таблица 8.2 Кулинарное использование простых форм нарезки корнеплодов

	Простые формы нарезки, см	Кулинарное использование корнеплодов
1.	<p>Соломка сечение 0,2×0,2; длина 4–5</p> 	<p>Морковь: в пассерованном виде для супов, соусов. Свекла: для борщей, вареная — в салаты.</p>
2.	<p>Брусочки сечение 0,5×0,5 или 0,7×0,7; длина 3,5–4</p>	<p>Морковь: в отварном и припущенном виде</p>

		
3.	<p>Дольки сечение 0,5×0,5 или 0,7×0,7; длина 3–4</p> 	<p>Морковь: в отварном и припущенном виде, для тушения</p>
4.	<p>Ломтики толщина 0,2; высота 2–2,5</p> 	<p>Морковь: отварная — в салаты и винегреты; сырая — в пассерованном виде в супы Свекла: отварная — для винегретов; сырая — для некоторых борщей</p>
5.	<p>Кружочки диаметр не более 3</p>	<p>Морковь: отварная — для оформления холодных блюд и закусок; сырая — для варки</p>

		
6.	<p>Кубики крупные 1×1; мелкие 0,3×0,3 или 0,5×0,5</p> 	<p>Морковь: отварная — гарнир для холодных блюд и закусок, для блюда «Окрошка овощная»; сырая — в пассерованном виде для супов, для припускания и тушения/ Свекла: вареная — к холодным блюдам</p>

В таблице 8.3 приведены сложные формы нарезки.

Таблица 8.3 Сложные формы нарезки

	Сложные формы нарезки	Техника нарезки
1.	Звездочки, шестерёнки	Морковь карбуют специальным карбовочным или обычным ножом, нанося бороздки, затем нарезают кружочками.

		
2.	<p>Шарики (нуазет, паризьен)</p> 	Используют специальную выемку. Нуазетные выемки бывают разных размеров. Выемку погружают в корнеплод, проворачивают вокруг своей оси и вынимают. Специальной выемкой можно получать «орешки» с бороздками на поверхности, используя «парижскую ложку».
3.	<p>Стружка из моркови</p> 	Морковь нарезают тонкими пластинами, срезая их с целого корнеплода с помощью ножа-«экономки». Затем кладут в холодную воду, где морковь закручивается стружкой. Также нарезают и дайкон.

Сложные формы нарезки моркови используются для украшения холодных блюд и закусок, банкетных блюд.



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите овощи, входящие в группу корнеплодов:

2. Продолжите технологическую последовательность обработки следующих корнеплодов:

Морковь: сортировка → отрезание ботвы →

Белый редис: отрезание зелени и корешков → промывание →

3. Заполните таблицу, указав по видам и формам нарезки, кулинарное использование корнеплодов:

4.

Простая форма нарезки	Вид овощей	Кулинарное использование
Соломка	Морковь	
	Свекла	

Кружочки	Морковь	
Ломтики	Морковь	
	Свекла	
Кубики	Морковь	
	Свекла	

5. Укажите для каких целей используются сложные формы нарезки моркови _____

6. Напишите процент отходов свеклы до 1 января:

Отгадай загадку:

Я оранжева, сочна,

Я полезна и вкусна.

Огородников любовь –

Урожайная _____

Урок 9. Виды и особенности обработки капустных овощей. Формы нарезки и их кулинарное использование

Капустные овощи подразделяют на:

- **кочанные** – белокочанная, краснокочанная, савойская, брюссельская;
- **цветочные** – цветная, брокколи, романеско;
- **стеблеплодные** – кольраби.

Схемы обработки капустных овощей

Схема 9.1 Обработка белокочанной, краснокочанной и савойской капусты



Схема 9.2 Обработка цветной капусты, брокколи, романеско

Цветная капуста



Брокколи



Романеско



Схема 9.3 Обработка кольраби




Схема 9.4 Обработка брюссельской капусты





Если при обработке капусты обнаружены гусеницы или улитки, то обработанную капусту кладут в холодную подсоленную воду (50-60г. соли на 1 литр воды) на 15-20 минут. После этого капусту вновь промывают.

Обработанную капусту нарезают вручную или на овощерезательной машине. Виды нарезки капустных овощей представлены в таблице 9.1.

Таблица 9.1 Кулинарное использование разных форм нарезки капустных овощей

	Форма нарезки	Кулинарное использование
1.	<p>Соломка</p> 	Супы (щи, борщи), салаты, капуста тушенная, котлеты капустные
2.	<p>Шапки</p> 	Рагу овощное, щи из свежей капусты, суп овощной, борщ флотский и сибирский

3.	<p style="text-align: center;">Дольки</p> 	<p>Варка, жарка после предварительного отваривания, припускание (из ранней капусты)</p>
4.	<p style="text-align: center;">Крошка</p> 	<p>Мелкая рубка для капустных фаршей, из квашеной капусты — для щей</p>

Требования к качеству и хранению обработанных капустных овощей

Обработанные капустные овощи хранят при температуре 0 - 4 °С.

Внешний вид: кочаны свежие, вполне сформировавшиеся, целые, без признаков заболевания, непроросшие, чистые, без темных пятен, без кроющихся зеленых, желтых, увядших, загнивших,

подмороженных, поврежденных сельскохозяйственными вредителями и болезнями листьев, с удаленной наружной частью кочерыжки.

Цвет: от белого до кремового с зеленоватым оттенком, на изломе слегка серебристый, свойственный данному ботаническому сорту.

Консистенция: сочная, хрустящая. Кочаны упругие, различной степени плотности, но не рыхлые.




Запах: свойственный свежесчищенной капусте, без посторонних запахов.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите вид капустных овощей, изображенный на рисунке:

	<input type="radio"/>	Романеско
	<input type="radio"/>	Брюссельская капуста
	<input type="radio"/>	Савойская капуста
	<input type="radio"/>	Кольраби

	<input type="radio"/>	Романеско
	<input type="radio"/>	Брюссельская капуста
	<input type="radio"/>	Савойская капуста
	<input type="radio"/>	Кольраби
	<input type="radio"/>	Романеско
	<input type="radio"/>	Брюссельская капуста
	<input type="radio"/>	Савойская капуста
	<input type="radio"/>	Кольраби
	<input type="radio"/>	Романеско
	<input type="radio"/>	Брюссельская капуста
	<input type="radio"/>	Савойская капуста
	<input type="radio"/>	Кольраби

2. Составьте алгоритм обработки белокочанной капусты:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____

3. Напишите, почему капусту кладут в подсоленную воду:

_____.

4. Перечислите какие виды капусты относят к кочанным капустным _____.

5. Укажите при какой температуре хранят обработанные капустные овощи _____.

Отгадай загадку:

С королевой овощей
 Подружитесь поскорей!
 На столе не будет пусто,
 Если вырастишь _____.

Урок 10. Виды и особенности обработки луковых овощей.

Формы нарезки и их кулинарное использование

Эфирные масла луковых овощей придают пище остроту, специфический вкус и аромат, возбуждающий аппетит и вызывающий обильное сокоотделение, что способствует лучшему усвоению пищи.

Лук ценят за содержание в нем сахара, эфирных масел, фитонцидов.

Особые вещества – фитонциды, содержащиеся в луковых овощах, обладают бактерицидными свойствами, т.е. способностью уничтожать микробы, что имеет большое значение.

Луковые овощи подразделяют на луковичные и зеленые луки.

Схемы обработки луковых овощей:

Схема 10.1 Обработка лука репчатого



Схема 10.2 Обработка лука зеленого и лука-порея



Схема 10.3 Обработка чеснока



Лук нарезают непосредственно перед тепловой обработкой, так как он быстро вянет, и из него улетучиваются эфирные масла.

Формы нарезки луковых овощей представлены в таблице 10.1.

Таблица 10.1 Виды нарезки и кулинарное использование луковых овощей

	Форма нарезки	Кулинарное использование
1.	<p><i>Полукольца (соломка)</i></p> 	<p>Толщина соломки зависит от толщины чешуек лука</p> <p>Щи, борщи, рассольники, супы с макаронными изделиями, солянки, капуста тушеная, сельдь с гарниром, маринад овощной, плов</p>
2.	<p><i>Кольца</i></p> 	<p>толщина кольца зависит от толщины чешуек лука; используют мелкие и средние луковицы</p> <p>Сельдь с гарниром, украшения блюд из сельди, лук фри</p>

3.	<p><i>Дольки</i></p> 	<p>используют мелкие или средние луковицы, донце не срезают</p> <p>Щи из свежей капусты, рагу овощное, рагу из баранины, баранина отварная с овощами (айриш-тью)</p>
4.	<p><i>Крошка или мелкий кубик</i></p> 	<p>Щи из квашеной капусты, супы с крупами, фарши, соусы</p>

При нарезке лука-порея стебель разрезают вдоль по оси на две половинки, кладут разрезом вниз и шинкуют толщиной 1-2мм:



Рисунок 10.1 Нарезка лука - порея

Требования к качеству и хранение обработанных луковых овощей

Обработанные овощи хранят при температуре 0—4 °С. Лук зеленый обработанный хранят не более 18 ч, лук репчатый очищенный — не более 24 ч.

Внешний вид: луковицы созревшие, здоровые, целые, сухие, непроросшие, без остатков чешуи, шейки и донца без темных пятен, гнили и участков, поврежденных сельскохозяйственными вредителями или болезнями.

Для лука весенне-летней реализации (с 1 апреля по 1 августа) допускаются незначительно проросшие луковицы с пером длиной не более 2 см.

Цвет: белый, фиолетовый.

Консистенция: сочная, упругая, хрустящая, свойственная свежему репчатому луку.

Запах: свойственный свежезачищенному или свежечищенному репчатому луку, без посторонних запахов.



Задания для самостоятельного решения:

1. Допишите предложение: «Луковые овощи ценят за

2. Составьте алгоритм обработки лука репчатого:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____
- 5) _____
- 6) _____

3. Продолжите технологическую последовательность обработки чеснока:

Отрезание верхушки и донца → _____

4. Продолжите технологическую последовательность обработки лука порея:

Срезание корешков → _____

5. Заполните таблицу, указав вид нарезки и кулинарное использование луковых овощей:

Вид нарезки	Кулинарное использование
Крошка	
	Сельдь с гарниром, лук фри, украшения блюд из сельди

Отгадай загадку:

Есть на каждом огороде,
 Ведь любимец он в народе!
 Всех избавит от недуг,
 Чуть поплачешь.
 Это _____.

Урок 11. Виды и особенности обработки салатно - шпинатных овощей и пряной зелени. Формы нарезки и их кулинарное использование

Салатно-шпинатные овощи и пряная зелень содержат большое количество витамина С, витамины группы В, каротин и минеральные вещества.

Их широко используют в сыром виде для приготовления холодных закусок, салатов, при подаче супов, вторых блюд.

Салатно-шпинатные овощи

Схема 11.1 Обработки салатно - шпинатных овощей



Кулинарная характеристика некоторых салатов и их подготовка к использованию

Фриллис имеет сочные хрустящие листья с чуть заметной горчинкой, хорошо сочетается с другими салатами и различными продуктами (рыба, креветки, птица, сыр) и соусами. Содержит большое количество витамина С.



Рисунок 11.1 Фриллис

Фриссе (фризе) — вид салата, известен своей ярко выраженной горчинкой. Его еще называют курчавый эндивий, или фризе (фр. — кудрявый). Фриссе использовали еще во времена Римской империи, где он очень ценился за свои вкусовые качества и лечебные свойства. При первом употреблении фриссе кажется горьковатым. Горечь фриссе придают такие полезные вещества, как интибин и инулин, положительно сказывающиеся

на работе пищеварительного тракта и кровообращения, нормализующие обмен веществ, повышающие уровень гемоглобина в крови, снижающие отложение солей, способствующие регулированию водного обмена и стимулирующие выведение холестерина из организма, а также помогающие при ожирении и диабете. Горечь фриссе оттеняет вкус других продуктов.



Рисунок 11.2 Фриссе (фризе)

Айсберг (его еще называют «Криспхед», или «Ледяная гора») представляет собой плотный округлый кочан массой около 1 кг и больше. Крупные, волнистые, хрустящие листья зеленовато-белого цвета с мелкозубчатыми краями очень сочные и сладкие. Этот салат не очень питателен и не имеет ярко выраженного вкуса, но его сочные и хрустящие листья сочетаются с любыми соусами и блюдами. Его можно использовать как основу для лю-

бого салата, в качестве гарнира, добавлять к закускам и сэндвичам. Можно употреблять айсберг и отдельно, заправив его маслом или майонезом.



Рисунок 11.3 Айсберг

Руккола популярен с древних времен благодаря своему пряному вкусу и тонизирующему воздействию на организм. Кисло-терпкий вкус и ни с чем не сравнимый аромат его ярких, зеленых листьев хорошо сочетаются с другими листовыми овощами, например шпинатом. Руккола используется в основном в салатах и тушеных овощных гарнирах, его также добавляют в сливочные соусы для блюд из лапши, в соус песто, пиццу и ризотто. Этот салат можно употреблять и отдельно, заправив бальзамическим уксусом и посыпав пармезаном.



Рисунок 11.4 Руккола

Романо (еще его называют «ромэн», или римский салат, ведь он ведет свою историю со времен Древнего Рима). Постепенно романо стал одним из самых популярных салатов во всем мире. Он представляет собой кочанный салат с сочными и хрустящими листьями, яркими снаружи и нежно-зелеными в середине кочана. Листья крупные, плотные, имеют терпкий, пряный вкус и тонкий аромат. Одна из разновидностей римского салата — бибб-латук, небольшие листья которого напоминают обычный кочанный салат. Романо хорош сам по себе и в сочетании с другими салатами, придавая разным блюдам сочность и аромат. Подходит к самым разнообразным соусам на основе уксуса, масла, горчицы, но лучше всего с ним сочетаются острые йогуртовые соусы с чесноком или зеленью. Этот салат велико-

лепен с анчоусами, ароматными сырами, ломтиками бекона. Входит в классическую рецептуру одного из самых известных салатов — «Цезарь».



11.5 Романо

Хранение обработанных салатно-шпинатных овощей

Обсушенный салат и зелень выкладывают в функциональные емкости с перфорированным дном, но не слишком плотно и хранят в холодильнике, накрыв влажным полотенцем, что позволяет дольше сохранять свежесть зелени.

Пряная зелень

Схема 11.2 Обработка пряной зелени



Хранение обработанной пряной зелени

Нельзя зелень хранить под пленкой. Функциональные емкости с перфорированным дном необходимы, чтобы влага не скапливалась и овощи не загнивали.



Задания для самостоятельного решения:

1. Продолжите технологическую последовательность обработки следующих салатных и шпинатных овощей:

Салат, шпинат:

Перебирают → _____

Щавель:

Перебирают → _____

2. Укажите почему для хранения пряной зелени используют емкости с перфорированным дном:

3. Напишите кулинарное использование салатно-шпинатных овощей _____

4. Перечислите виды салатов _____

5. Укажите верно ли утверждение: «Зелень нельзя хранить под пленкой»:

- нет; - да.

Отгадай загадку:

Что за зелень в огороде
Уважается в народе -
Пряный вкус еде даёт
Своим запахом влечёт?
Листья пышные, резные
Витамины в них живые.
Ей с Укропом – старшим братом,
Украшаются салаты.
Кстати, это не Лаврушка...
Как зовут её? _____.

Урок 12. Виды и особенности обработки десертных овощей.
Кулинарное использование десертных овощей

К десертным овощам относят спаржу, артишоки и ревень.

12.1 Артишоки

Артишоки представляют собой крупные соцветия с мясистым цветоложем.

Обработка артишоков



Рисунок 12.1 Удаление наружных листьев



Рисунок 12.2 Отрезание (или отламывание) стеблей



Рисунок 12.3 Срезание верхней части листьев



Рисунок 12.4 Удаление волокнистой части



Рисунок 12.5 Перевязывание шпагатом

Хранят подготовленные артишоки не больше 1 ч на холоде. Артишоки лучше хранить в пластиковом пакете, сбрызнув водой. Очищенные сердцевинки артишоков хранят в подкисленной воде, чтобы не темнели.

Кулинарное использование артишоков

Мелкие молодые артишоки обычно употребляют в сыром виде в салатах, предварительно охлаждая их в течение 3 мин в ледяной воде. Кроме того, их варят, запекают, жарят. Артишоки средних размеров варят, обжаривают, готовят на пару. Перед обжариванием артишоки панируют в смеси муки, горячей воды и лимонного сока. Крупные артишоки используют вареными как самостоятельное блюдо.

12.2 Спаржа

В кулинарной практике используют различные виды **спаржи**: белую и зеленую.

У спаржи используют молодые побеги. Их осторожно очищают от кожицы, стараясь не отломать головку. Белую спаржу используют для приготовления соусов, супов-пюре, отварных блюд с соусами, а зеленую – в основном для гарниров

Схема 12. 1 Обработка спаржи



Подготовка спаржи к тепловой обработке



Рисунок 12.7 Очистка от кожицы



Рисунок 12.8 Перевязывание пучка



Рисунок 12.9 Подрезание стеблей в пучке

Кулинарное использование спаржи

Зеленую спаржу отваривают и используют на гарнир, белую спаржу отваривают и используют как самостоятельное блюдо.



Рисунок 12.10 Отваривание спаржи и отпуск спаржи отварной

12.3 Ревень

В пищу используют сочные, молодые листовые черешки прикорневых листьев ревеня, которые имеют розовый цвет. Старые черешки в пищу не используют, так как в них накапливается большое количество щавелевой кислоты.

Схема 12.2 Обработка ревеня



Кулинарное использование ревеня

Ревень используют для приготовления десертов, киселей, компотов, соусов, начинок для пирогов.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, почему перед тепловой обработкой спаржу связывают в пучки, а артишоки перевязывают шпагатом? Ответ пропишите ниже:

2. Продолжите технологическую последовательность обработки следующих салатных и шпинатных овощей:

Спаржа:

Промывают → _____

Артишоки:

Обрезают стебель → _____

3. Укажите, почему до тепловой обработки подготовленные артишоки хранят не более 1 ч в подкисленной воде: _____

4. Напишите для каких блюд используют зеленую спаржу _____

5. Напишите, что используют в пищу у ревеня _____

Отгадай загадку:

Что за овощ в огороде,
Внешне на Лопух похожий,
Помогает при простуде,
Эффективно лечит кожу.
Корень, листья не съедобны,
Но изъяснам вопреки,
Идут в пищу молодые,
Листовые черешки.
Он десертный, не Женьшень
Как зовут его? _____

Урок 13. Механическая кулинарная обработка плодовых овощей и их кулинарное использование

При обработке плодовых овощей обращают внимание на степень зрелости сырья и выбирают способ обработки и кулинарное использование в зависимости от степени зрелости и размеров, что позволяет рационально использовать сырье и минимизировать отходы.

Таблица 13.1 Виды плодовых овощей

Томатные овощи	томаты, баклажаны, перцы
Тыквенные овощи	тыквы, огурцы, кабачки, патиссоны,
Бобовые	горох, фасоль, бобы
Зерновые	кукуруза

13.1 Тыквенные овощи

К *тыквенным овощам* относят: тыкву, кабачки, патиссоны, огурцы.

Тыквенные овощи богаты витамином С, каротином, содержат витамины группы В, микроэлементы.

Тыква

Отличается крупными размерами, способны дозревать при хранении. Различают тыквы обыкновенные, крупноплодные и мускатные. Последние обладают более сладким вкусом и приятным ароматом.

Схема 13. 1 Обработка тыквы



Используют тыкву для припускания, варки, тушения и запекания.

Тыкву **нарезают** кубиками разных размеров, ломтиками, дольками, брусочками, соломкой, крошкой, можно обтачивать в виде лодочек, вырезать из плода с помощью нуазетной выемки шарики.

Для нарезания кубиками тыкву пластуют (толщина пластов зависит от размеров кубиков). Пласты нарезают на брусочки, из которых, разрезая поперек, получают кубики.

Кулинарное использование тыквы

Тыквенные овощи довольно широко используются в питании. Их тушат, запекают, жарят, едят сырыми, добавляют в салаты, маринуют и солят и даже делают икру и пюре. Тыква и кабачок нашли широкое применение в детском и диетическом питании.

Кабачки и патиссоны

Для приготовления блюд из кабачков и патиссонов наиболее пригодны зеленцы – молодая завязь кабачков 7-12 дневного возраста, массой 300-700г, длиной по 25 см и диаметром до 10см.

Схема 13.2 Обработка кабачков и патиссонов



Кулинарное использование кабачков и патиссонов

Кабачки можно использовать для приготовления икры, фарширования, тушения и жарки, маринования. Патиссоны используют в отварном, жареном или маринованном виде.

Огурцы

Один из самых распространенных видов овощей.

В пищу используют огурцы в недозрелом виде (в стадии зеленца), с нежной, плотной мякотью, зеленой кожицей и некожистыми семенами.

При созревании кожица мякоть грубеют, а семенные камеры становятся водянистыми, кислыми на вкус.

Короткоплодные огурцы, в свою очередь, подразделяют на мелкие (длина 7-9см), средние (длина 9-12см) и крупные (длина 12-14см).

У крупных огурцов кожицу очищают, корнишоны и некрупные зеленцы не очищают, а срезают верхушки и основание плодов.

Нарезают огурцы кружочками, ломтиками, мелкими кубиками, соломкой.

Кулинарное использование огурцов

Огурцы имеют низкую калорийность, благодаря вкусовым достоинствам широко применяются в свежем виде для приготовления салатов, холодных супов., для соления и маринования.

13.2 Томатные овощи

К **томатным овощам** относят: помидоры, баклажаны, перец стручковый. Популярность томатных овощей обусловлена их высокой питательной ценностью и превосходными вкусовыми качествами.

Томаты

Сочные оранжево-красные плоды, которые называют помидорами. Обладают приятным вкусом, содержат сахара, каротин, витамины, минеральные вещества.

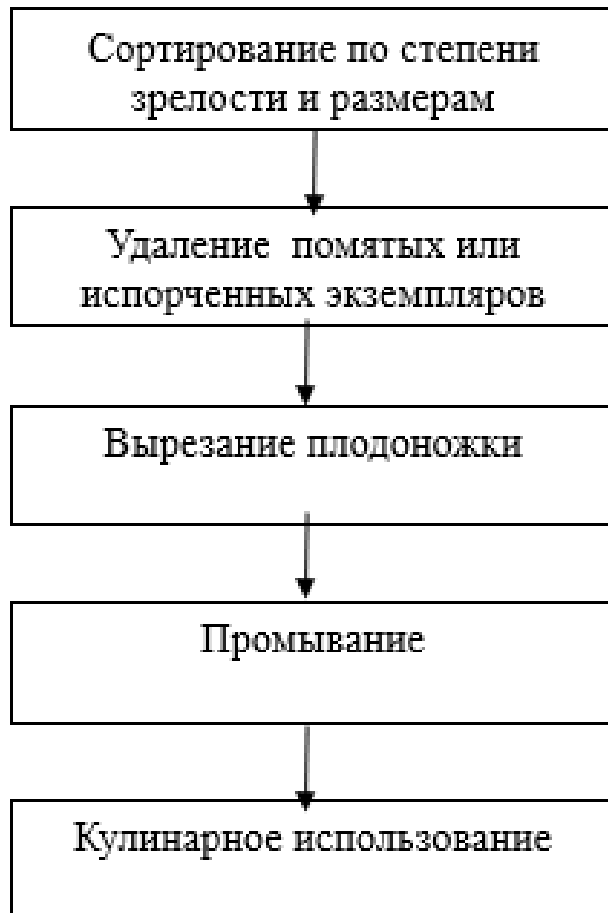
Схема 13.3 Обработка огурцов
Огурцы



Схема 13.4 Обработка помидоров (томатов)



Помидоры (томаты)



Кулинарное использование томатов

Томаты используют как в свежем виде (для салатов), так и в переработанном виде (маринованные, соленые, консервированные).

Томаты – составная часть большого числа горячих блюд: супов, соусов, гарниров и овощных блюд. Используют в жареном, тушеном и запеченном виде.

Баклажаны

Окраска кожицы баклажанов от светло-лиловой до темно-фиолетовой, форма плодов круглая, грушевидная.

Старые экземпляры баклажанов ошпаривают и очищают.

Схема 13.5 Обработка баклажанов



Баклажаны



Кулинарное использование баклажанов

Баклажаны в сыром виде практически не используют из-за горечи, которая усиливается по мере их созревания. Горечь плодам придает содержащееся в них вещество соланин. Баклажаны жарят и запекают (фаршированными).

Стручковый сладкий перец

Кожистый, малосочный, многосемянный стручок.

Схема 13.6 Обработка стручкового перца



Кулинарное использование стручкового сладкого перца

Стручковый сладкий перец используют в кулинарии в свежем (салаты, закуски), консервированном (закуски, лечо), тушеном, жареном, запечённом на гриле виде.

13.3 Бобовые овощи

Бобовые овощи - зеленый горошек, фасоль, бобы.

Схема 13.7 Обработка бобовых овощей



Кулинарное использование бобовых овощей

Бобовые овощи употребляют в пищу в свежем (молодые бобы, семена, проростки), консервированном, сушеном виде, и после термической обработки.

13.4 Зерновые овощи

Початки кукурузы молочно-восковой спелости очищают непосредственно перед варкой, чтобы не изменился цвет.

Схема 13.8 Обработка кукурузы



Требования к качеству обработанных плодовых овощей

Очищенные овощи (тыквенные, томатные) должны отвечать требованиям стандартов и действующих технических условий (ТУ).

Внешний вид: поверхность сухая, ровная, без повреждений, форма, свойственная виду овощей, без загнивших частей, без плодоножек и семян.

Консистенция овощей: плотная, упругая.

Вкус и запах: свойственные данной группе овощей, без посторонних привкуса и запаха.



Задания для самостоятельного решения:

1. Продолжите технологическую последовательность обработки следующих салатных и шпинатных овощей:

Стручковый сладкий перец:

Промывают → _____

_____.

2. Напишите почему баклажаны не используют в свежем виде
_____.

3. Укажите чем богаты тыквенные овощи

_____.

4. Перечислите какие овощи относятся к томатным

_____.

5. Укажите почему початки кукурузы очищают непосредственно перед варкой _____

_____.

6. Перечислите какие овощи относятся к бобовым

_____.

6. Опишите по внешнему виду баклажаны

_____.

7. Укажите размер мелких короткоплодных огурцов:

_____.

8. Продолжите предложение, подчеркнув правильный ответ:

К плодовым овощам относят следующие овощи: **томаты, баклажаны, огурцы, свекла, кабачки, кольраби, топинамбур.**

9. Заполните таблицу:

Вид овощей	Кулинарное использование
Томаты	

Баклажаны	
Перец стручковый	
Огурцы	
Кабачки патиссоны	
Тыква	
Стручки фасоли	

Отгадай загадку:

Наш лиловый господин

Среди овощей один

Он французский граф Де Жан

А по-русски _____.

Урок 14. Подготовка овощей к фаршированию

Для фарширования используют следующие овощи: кабачки, перец, патиссоны, баклажаны, помидоры, капусту и картофель.

Для фарширования овощи обрабатывают, предварительно обжаривают (голубцы) или бланшируют (перец и кабачки).

Подготовка кабачков к фаршированию

Кабачки фаршируют целиком, разделив на половинки (мелкие), или порционными кусками. Для этого кабачок нарезают поперек на цилиндры высотой 4–5 см).

Столовой или нуазетной ложкой вынимают семена с частью мякоти, кладут в кипящую подсоленную воду и бланшируют до полуготовности в течение 3–5 мин. Кабачки можно готовить, прогревая их в пароконвектомате.



Рисунок 14.1 Подготовка кабачка к фаршированию

Подготовка баклажанов к фаршированию

Обработанные некрупные и средние баклажаны разрезают вдоль плода на две половинки, удаляют часть мякоти с семенами, присаливают и кладут в функциональную емкость дном вверх, затем промывают и фаршируют.

Присаливают баклажаны для удаления излишней горечи.



Рисунок 14.2 Подготовка баклажана к фаршированию

Крупные плоды разрезают поперек цилиндрами, удаляют часть мякоти с семенами и подготавливают для фарширования.



Рисунок 14.3 Подготовка баклажана крупного размера

Подготовка перца к фаршированию

Некрупные и средние по размерам плоды перца промывают, удаляют плодоножку вместе с прикрепленной к ней семенной коробкой, промывают еще раз или надрезают мякоть вокруг плодоножки, удаляют ее вместе с семенами и промывают. Далее перец бланшируют в горячей воде в течение 1–2 мин, вынимают и охлаждают.



Рисунок 14.4 Подготовка перца к фаршированию



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите какие овощи используют для фарширования _____.
2. Перечислите овощи, с которыми перед фаршированием предварительно проводят тепловую обработку _____.
3. Укажите для чего баклажаны присаливают _____.

Отгадай загадку:

Этот важный господин
В огороде не один.
Он в зеленом пиджаке
Отдыхает в уголке.
С виду всем такой знакомый,
И не раз был у нас дома.
Вовсе он не толстячок
А солидный _____.

Урок 15. Обработка соленых, квашеных, мороженых и сушеных овощей. Использование переработанных овощей

Наиболее распространенными способами переработки овощей являются: сушка, консервирование высокими температурами в герметично упакованной таре, квашение и соление, маринование, замораживание.

15.1 Подготовка квашеной капусты

Капусту отжимают от рассола, перебирают, удаляя посторонние примеси, отделяют крупно нарезанные части, измельчают их и соединяют с остальной капустой.



Рисунок 15.1 Квашеная капуста

Если капуста нарезана соломкой и для блюда требуется такая форма нарезки, то дополнительно ее не измельчают. Если требуется такая форма нарезки, как крошка, то капусту рубят. Очень кислую капусту промывают в холодной воде и отжимают.

15.2 Подготовка соленых (маринованных) огурцов

Соленые (маринованные) огурцы промывают холодной водой. У мелких соленых или маринованных огурцов отрезают место прикрепления плодоножки.



Рисунок 15.2 Соленые огурцы

Используют их целиком или нарезают. У крупных огурцов очищают кожицу, разрезают вдоль на четыре части и удаляют семена. Нарезают огурцы ломтиками, ромбиками, соломкой, мелкими кубиками, крошкой, дольками.

15.3 Подготовка свежемороженых овощей

Свежемороженые овощи (зеленый горошек, фасоль стручковая, томаты, кабачки, перец, кукуруза, картофель, свекла, цветная капуста, зелень и др.) без предварительного размораживания сразу подвергают тепловой обработке: припусканию, варке в воде или на пару, обжариванию.



Рисунок 15.3 Свежемороженые овощи

15.4 Подготовка сушеных овощей

В сушеном виде поступают: картофель, свекла, морковь, лук, зелень петрушки и укропа.



Рисунок 15.4 Сушеные овощи

Перед использованием сушеные овощи замачивают - полностью заливают водой для сохранения витамина С и цвета.

Сушеную зелень петрушки и укропа используют без предварительной обработки. Сушеный лук сбрызгивают водой, чтобы он набух, затем используют для пассерования. Сушеную морковь, свеклу и картофель перебирают, ошпаривают, заливают холодной водой и оставляют для набухания на 1–3 ч. Подготовленные овощи варят в той же воде, в которой замачивали, чтобы сохранить питательные водорастворимые вещества.

Задание для самостоятельного решения:

1. Перечислите распространенные способы переработки овощей _____.
2. Укажите что делают с квашеной капустой, если требуется виде нарезки «крошка» _____.
3. Перечислите формы нарезки соленых огурцов: _____.
4. Укажите верно ли утверждение, что свежемороженые овощи сразу подвергают тепловой обработке (правильный ответ подчеркните):
- да; -нет.

5. Продолжите предложение: «Перед использованием сушеные овощи заливают полностью водой для _____»

Отгадай загадку:

Как закуску ее любят,
 Режут в осень или рубят,
 Сверху «гнетом» сильно жмут,
 Соком вся исходит – ждут...
 И, морковкой приукрашенная,
 На столе – капуста _____.

Урок 16. Виды грибов. Обработка грибов и кулинарное использование

На предприятия общественного питания грибы поступают свежими, сушеными, солеными, маринованными, консервированными.

Виды грибов классифицируются по разным признакам.

Таблица 16.1 Классификация грибов

В зависимости от строения грибов			
		Характеристика	Пример грибов
1.	Губчатые	Споры образуются в трубочках, находящихся на нижней части шляпки.	Белый гриб, подосиновик, подберезовик, маслёнок.

2.	Пластинчатые	Споры образуются в пластинках.	Рыжики, грузди, шампиньоны, опята, лисички, сыроежки.
3.	Сумчатые	Споры образуются в особых камерах-сумках.	Сморчки, строчки, трюфели.

Таблица 16.2 Классификация грибов по категориям

В зависимости от пищевой и товарной ценности	
Категория	Название грибов
Первая	Белый гриб, рыжики, грузди.
Вторая	Маслята, опята, подосиновик, шампиньоны, трюфели.
Третья	Сыроежки, лисички, сморчки



Белый гриб



Подберезовик



Рыжик



Опенок



Шампиньон



Груздь

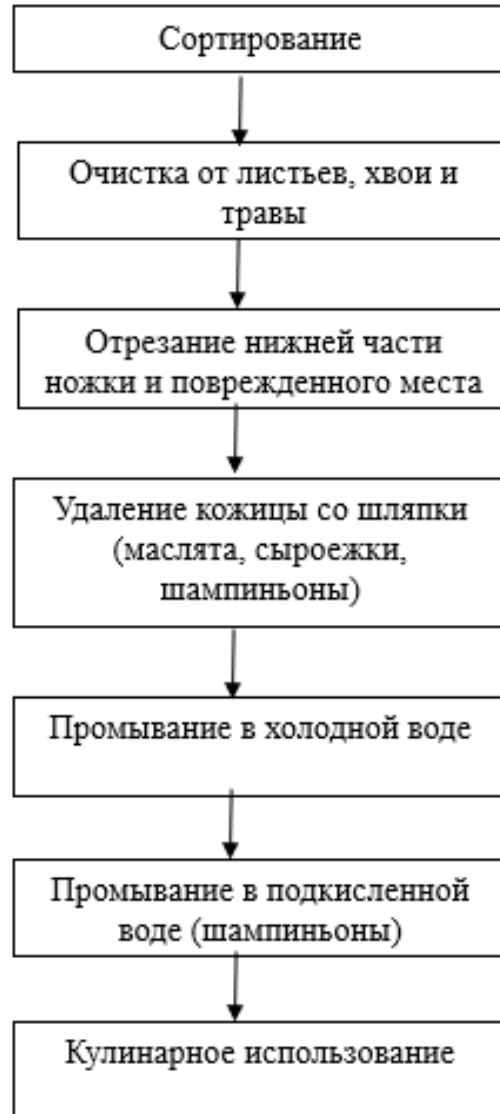
Рисунок 16.1 Виды грибов

16.1 Свежие грибы

Свежие грибы сразу подвергают обработке, так как они быстро портятся.

Схема 16.1 Обработка свежих грибов

Свежие грибы



16.2 Сушеные грибы

Лучшими считаются сушеные грибы, имеющие светлую нижнюю сторону шляпки, короткую ножку без повреждений.

Схема 16.2 Обработка сушеных грибов

Сушеные грибы



16.3 Соленые, маринованные, консервированные грибы

Для того, чтобы сохранить хорошее качество соленых и маринованных грибов, нужно следить за тем, чтобы до обработки грибы были полностью покрыты рассолом или маринадом.

Схема 16.3 Обработка соленых, маринованных и консервированных грибов

Соленые,
маринованные,
консервированные
грибы



Грибы используют в отварном, жареном и запеченном виде.



Задания для самостоятельного решения:

1. Продолжите технологическую последовательность обработки шампиньонов:

Сортирование → _____

2. Дополните предложение:

При механической обработке грибов удаляют кожицу со шляпок у сыроежек, _____
 _____.

3. Пропишите для чего нужно следить, чтобы маринованные грибы были покрыты рассолом или маринадом _____.

4. Укажите правильную последовательность обработки свежих грибов:

Технологическая операция	Номер последовательности обработки
Промывание в холодной воде	
Очистка от хвои, листьев, травы	
Сортирование	
Отрезание нижней части ножки и поврежденного места	
Кулинарное использование	

Удаление кожицы со шляпки	
Промывание в подкисленной воде	

5. Посмотрите на фото и определите какие грибы поступают на предприятия общественного питания и пропишите их ниже:



А - _____ Б - _____
 В - _____ Г - _____

Отгадай загадку:

Кто сидит на крепкой ножке
 В бурых листьях у дорожки?
 Встала шляпка из травы –
 Нет под шапкой головы _____.

Урок 17. Практическая работа №1. Работа со сборником рецептов. Решение ситуационных задач по теме

1. Ознакомление со Сборником рецептов и кулинарных изделий.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий составлен из рецептов блюд, применяемых на предприятиях общественного питания из традиционного сырья с включением блюд массового приготовления национальных кухонь народов России.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий является технологическим документом. В нем даются рецепты блюд, холодных закусок, мучных изделий, напитков и т. д. Рецепты в Сборнике представлены в **трех вариантах** по набору сырья и выходу готовой продукции.

Первый вариант предусматривает более широкий ассортимент используемого сырья при приготовлении блюда и больше нормы вложения сырья. Рецепты первого варианта применяются главным образом в ресторанах, кафе, барах высших наценочных категорий.

Второй вариант включает менее широкий ассортимент сырья и предусматривает меньшие нормы вложения сырья. Он применяется в основном в столовых, закусочных и кафе второй категории.

Третий вариант - для предприятий общественного питания при промышленных предприятиях и в учебных заведениях.

В каждом из вариантов рецептов присутствуют понятия:

а) **массы брутто и массы нетто.** В графе «Брутто» указывают массу необработанного сырья (мясо и отходы: кости, сухожилия и пленки; неочищенные картофель и корнеплоды и т.д.). В графе «Нетто» дают массу обработанных продуктов (мясо, разделанное на крупно- или мелкокусковые полуфабрикаты, овощи очищенные и т.д.).

б) **полуфабрикат** – пищевой продукт или сочетание продуктов, прошедшие одну или несколько стадий кулинарной обработки без доведения до готовности. **в графе «Масса полуфабриката»** указывают общую массу основных и дополнительных продуктов, израсходованных на его приготовление (панированные печень, рыба, мясо, фарш для изготовления котлет и биточков).

в) для ряда продуктов, прошедших тепловую обработку, **в отдельной строке указывают выход** (масса отварного мяса, отварного очищенного картофеля, жареной рыбы и т.д.).

Некоторые продукты (растительное масло, покупной майонез, сливочное масло, маргарин и т.д.) не подвергают механической обработке, поэтому **масса брутто и масса нетто в рецептурах совпадают.**

В каждой рецептуре Сборника даны нормы вложения сырья по массе брутто и нетто в граммах и нормы выхода готовых изделий с указанием массы готовых компонентов (фарша, полуфабриката, гарнира и т.д.) и массы (в граммах) всего блюда в целом.

Расход соли, специй, а в ряде случаев зелени (измельченные стебли петрушки, укропа и др.) не указывается в рецептуре, что оставляет для повара возможность для проявления

индивидуального вкуса. Однако следует учитывать, что **общее количество соли в целом должно составлять около 1 % от массы готовых изделий.**

В общественном питании отходы при механической обработке и потери при тепловой нормируются. **Ряд продуктов имеет непостоянные нормы отходов при механической обработке: для картофеля, моркови и свеклы они зависят от периода года,** для мяса – от категории упитанности и т.д.

Картофель, овощи, грибы на предприятия общественного питания поступают в необработанном виде (свежими).

Нормы вложения овощей массой брутто в рецептурах Сборника рассчитаны следующим образом:

- для картофеля приняты нормы отходов, рассчитанные на сезон по 31 октября (с номами отходов – 25%);

- для моркови и свеклы – до 1 января (с нормами отходов – 20%).

Для решения ситуационных задач на определение массы отходов, массы сырья нетто и брутто требуется найти установленный процент отходов для данного вида овощей с учетом сезона и вида обработки. При обработке овощей получают отходы, количество которых зависит от качества поступивших овощей, способа обработки и времени года и для этого может быть использована Таблица «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий».

2. Решение ситуационных задач по теме

2.1 Определение количества отходов

При определении количества отходов и потерь (1) необходимо пользоваться таблицей №24 (стр. 558) сборника рецептур 1996г.

Заданная масса брутто принимается за 100%, по таблице находим % отходов и потерь.

Пример решения ситуационной задачи 1:

Задача 1. Какое количество отходов получается при обработке 500 кг картофеля в сентябре?

$$500 \text{ кг} - 100\% \quad X = \frac{500 \cdot 25}{100} = 125 \text{ кг}$$

$$X \quad - \quad 25\%$$

Ответ: из 500кг картофеля получится 125 кг отходов.

Из отходов картофеля вырабатывается крахмал.

Из следующего расчета определяют количество крахмала следующим образом:

- крахмал-сырец – 10%;

- крахмал сухой – 5%

$$125 \text{ кг} - 100\%$$

$$X \quad - \quad 10\% \quad \frac{125 \cdot 10}{100} = 12,5 \text{ кг}$$

Ответ: из 125 кг отходов получится 12,5 кг крахмала-сырца.

2.2 Определение количества массы нетто.

При определении массы нетто (2) пользуются таблицей №24 (стр.558) Сборника рецептур 1996г.

Заданная масса брутто принимается за 100%, по таблице №24 находим % отходов (100-? %)

Пример решения ситуационной задачи 2:

Задача 2. Сколько очищенного картофеля получится, если вес брутто 100 кг (сезон с 1 марта)?

$$\frac{100\text{кг}-100\%}{X-(100-40\%)} \quad X = \frac{100 \times 60}{100} = 60\text{кг}$$

Ответ: из 100кг получится 60кг очищенного.

2.3 Определение количества массы брутто.

Решение ситуационных задач по определению массы брутто (3) производится по схеме, обратной определению массы нетто.

Масса нетто определяется по таблицам или рецептурам, а масса брутто принимается за 100%.

Пример решения ситуационной задачи 3:

Задача 3. Какое количество картофеля массой брутто следует взять в сентябре месяце, чтобы получить 40кг очищенного?

$$\frac{X-100\%}{40-(100\%-25\%)}$$

$$X = \frac{40 \times 100}{75} = 53,3 \text{ кг}$$

Ответ: **нужно** взять **53,3** кг, чтобы получить **40** кг очищенного.



Задания для самостоятельного решения:

С помощью теоретической поддержки урока 17 решите самостоятельно карточку с ситуационными задачами:

Карточка № 1.

1. Определите количество отходов 25 кг моркови в марте месяце.
2. Определите массу очищенного картофеля из 30 кг картофеля весом брутто в феврале месяце.
3. Определите какое количество свеклы весом брутто следует взять в ноябре, чтобы получить 40 кг очищенной?

Карточка № 2.

1. Определите какое количество отходов получится при обработке 45 кг свеклы в ноябре?
2. Найдите вес нетто молодого картофеля 60 кг весом брутто.
3. Определите сколько моркови весом брутто надо взять, чтобы получить 30 кг очищенной в январе месяце?

Карточка № 3.

1. Определите разницу в количестве отходов при обработке 45 кг картофеля в августе и марте.
2. Определите вес нетто моркови, если вес брутто 12 кг?
3. Определите сколько свеклы весом брутто надо взять в феврале, чтобы получить 30 кг очищенной?

Карточка № 4.

1. Определите количество отходов при обработке 40 кг картофеля в феврале.
2. Определите массу нетто моркови в ноябре, если масса брутто 35 кг.
3. Определите массу свеклы брутто, чтобы получить 25 кг очищенной.

Карточка № 5.

1. Определите количество отходов 45 кг картофеля в октябре месяце.
2. Определите массу очищенной моркови из 25 кг весом брутто в феврале месяце.
3. Определите какое количество свеклы весом брутто следует взять в сентябре, чтобы получить 85 кг очищенной?

Урок 18. Лабораторное занятие № 1 «Первичная обработка овощей и приготовление полуфабрикатов из них»

Цель лабораторного занятия: отработать умения и навыки механической обработки и нарезки овощей согласно технологической последовательности с применением инструментов.

Задачи:

1. Получить практический опыт обработки и нарезки овощей.
2. Оценить органолептические показатели качества полуфабрикатов из овощей.
3. Сравнить количество отходов, полученных при очистке овощей с нормами, установленными Сборником рецептур.

Посуда, инструменты и инвентарь:

- ножи: средний поварской, карбовочный, желобковый, коренчатый и «экономка»;
- доски разделочные с маркировкой «ОС» или зеленая;
- миски разного объема;
- тарелки.

Последовательность выполнения лабораторного занятия

Задание 1. Получить практический опыт обработки и нарезки овощей (картофель, морковь, капуста, репчатый лук)

а) подготовить рабочее место для обработки овощей (ножи, разделочные доски, миски, тарелки).

б) провести обработку овощей по следующему технологическому процессу.

1.1. Обработка картофеля

- картофель рассортировать по массе клубней. Данные по массе записать в таблицу (в граммах):

Крупный (свыше 125гр)	Средний (до 125гр)	Мелкий (до 75гр)
..... гр гр гр

- при сортировке удалить испорченные экземпляры и посторонние примеси.
- картофель вымыть, удаляя загрязнения.
- очистить коренчатым, желобковым ножом или ножом «экономка», удаляя глазки, впадины и темные пятна.
- обработанный картофель промыть в холодной воде и хранить в холодной воде.

Таблица 18.1 Нарезка картофеля

	Форма нарезки	Техника выполнения нарезки
1.	Соломка	Выбрать клубень диаметром 4-5 см и нарезать его на пластинки толщиной 1,5-2мм, которые в свою очередь нарезать на соломку такой же ширины.

2.	Брусочки	Клубни средней величины (диаметром 3-4 см) нарезать на пластинки толщиной около 5-7 мм, а пластинки – на брусочки такой же ширины.
3.	Крупные кубики	Крупные клуби нарезать на пластинки толщиной 15-20 мм, пластины – на брусочки с поперечным сечением 15-20 мм ² , а брусочки в свою очередь – на кубики.
4.	Дольки	Мелкие клубни разрезать пополам, а затем каждую половину – на три-четыре части в зависимости от величины клубня.
5.	Ломтики	Клубни средней величины разрезать пополам вдоль и, положив каждую половинку на доску разрезом вниз, нарезать поперек на ломтики толщиной не менее 3 мм.

1.2 Обработка корнеплодов (морковь)

- морковь рассортировать по размеру и качеству, удаляя загнившие экземпляры.

- взвесить морковь и записать данные _____ гр:

-очистить с помощью коренчатого, желобкового ножа или ножа «экономки» и промыть.

Таблица 18.2 Нарезка моркови

	Форма нарезки	Техника выполнения нарезки
1.	Соломка, кубики (мелкие)	У утолщенной части корнеплоды сделать долевой срез для того, чтобы, будучи положенной на срез, морковь имела при нарезке устойчивое положение. Затем нарезать корень, начиная с тонкой части, вдоль на пластинки толщиной от 1 мм (для соломки) до 3 мм (мелкие кубики), а их в свою очередь на тонкие брусочки – соломку. Если брусочки нарезать поперек, получаются мелкие кубики.
2.	Ломтики	Разрезать морковь вдоль по радиусу на две или четыре части (в зависимости от толщины). Каждую часть нарезать поперек на ломтики толщиной 1.5-2 мм.
3.	Дольки, брусочки, кубики (средние)	Разрезать морковь поперек на столбики длиной 2-3 см. Для получения долек столбики разрезать вдоль пополам, а затем каждую половинку – также вдоль (по радиусу) на три-четыре и более долек. Для получения брусочков столбики разрезать на пластинки толщиной 5-7 мм, а последние – на брусочки с поперечным сечением 5-7мм ² . Если брусочки нарезать поперек, получатся кубики средней величины (длина ребра 5-7 мм).

1.3 Обработка капустных овощей

С кочанов белокочанной капусты удалить пожелтевшие и загрязненные листья. Для этого подрезать листья у основания (кочерыжки) и снять. С частично поврежденных листьев срезать загнившие места.

Зачищенный кочан капусты разрезать вдоль кочерыжки на четыре равные части. С полученных долек срезать остатки кочерыжки.

Таблица 18.3 Нарезка капусты

	Форма нарезки	Техника выполнения нарезки
1.	Соломка	Одну дольку нарезать поперек листьев толщиной 1-3 мм.
2.	Шашки (квадратики)	Вторую дольку вдоль на полосы шириной 2-2.5 см, а затем поперек так, чтобы получились квадратики

1.4 Обработка репчатого лука

У репчатого лука срезать верхнюю (шейку) и нижнюю (донце) части и снять сухие чешуйку (рубашку).

Таблица 18.4 Нарезка репчатого лука

	Форма нарезки	Техника выполнения нарезки
1.	Соломка	Луковицу разрезать пополам вдоль или на четыре части, положить срезом на доску и нарезать поперек на ломтики толщиной 1-2 мм. При таком способе нарезки форма кусочков лука близка к соломке.

2.	Мелкие кубики	Кусочки, полученные при нарезке соломкой, нарезать поперек на мелкие кубики.
3.	Кольца	Луковицу нарезать поперек на кружки толщиной 1-2 мм. Кружки разделить на отдельные кольца.
4.	Дольки	Луковицу разрезать вдоль пополам, положить срезом на доску и, начиная с верхней части, нарезать на дольки толщиной 8-12 мм.
5.	Ломтики	Луковицу разрезать вдоль пополам, положить на срез, разрезать вдоль на полосы толщиной примерно 8 мм, а затем поперек на ломтики такой же ширины.

Задание 2. Сравнить количество отходов, полученных при очистке овощей с нормами, установленными Сборником рецептов.

Таблица 18.5 Нормы отходов, установленные сборником рецептов

Вид овощей	Норма отходов, %
Картофель молодой до 1 сентября	20
Картофель с 1 сентября до 1 ноября	25
Картофель с 1 ноября до 1 января	30
Картофель с 1 января до 1 марта	35
Картофель с 1 марта	40
Морковь до 1 января	20
Морковь с 1 января	25
Лук репчатый	16
Капуста белокочанная свежая	20+5 (кочерыга)

Полученные результаты оформите в виде таблицы:

Вид овощей	Картофель	Морковь	Лук репчатый	Капуста белокочанная
Масса овощей, кг				
Масса отходов, кг				
Процент отхода, %				
Процент отхода по сборнику рецептов, %				
Разница полученных результатов				

Из полученных данных таблицы сделайте выводы:

Задание 3. Сравнить показатели качества по внешнему виду очищенных овощей с нормативными данными.

Требования к качеству очищенных овощей:

1. Поверхность клубней **картофеля** - слегка подсохшая, но не сухая или заветревшаяся. Цвет клубней от белого до кремового, свойственный свежеччищенному картофелю. Запах, свойственный свежеччищенным клубням, без примеси посторонних запахов.

2. **Морковь** сырая очищенная - представляет собой корнеплоды, очищенные от кожицы, должны быть цельные, чистые, здоровые, однородные по окраске, свойственной данному сорту; остатки кожицы и загнившие места должны быть удалены.

3. **Капуста белокочанная** зачищенная - представляет собой кочаны свежие, цельные, вполне сформировавшиеся, плотные или менее плотные, не загрязненные, без зеленых, желтых, загнивших, подмороженных и поврежденных листьев, с удалением наружной части кочерыжки.

4. **Репчатый лук** сырой очищенный - представляет собой луковицы цельные, здоровые, очищенные от сухих чешуек с удалением шейки и донца, по форме и окраске свойственные данному сорту.

Заполните таблицу, указав показатели качества овощей, сравните и сделайте выводы о соответствии результатов своей работы с нормативными требованиями.

Овощи	Показатели качества			
	Внешний вид	Запах	Цвет	Поверхность
Картофель				
Морковь				
Лук репчатый				
Капуста белокочанная				

Из полученных данных таблицы сделайте выводы:

Раздел 2. **ВЕДЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ОФОРМЛЕНИЯ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ**

Тема 2.1. **Приготовление и оформление основных и простых блюд и гарниров из овощей и грибов**

Урок 19. Характеристика горячего цеха, организация рабочего места повара в горячем цехе

В горячем цехе завершается технологический процесс приготовления горячих блюд. Горячий цех является основным и размещается рядом с залом. К нему примыкают заготовочный цех, холодный цех, моечная кухонной посуды.

Обработанные овощи, грибы и полуфабрикаты из них поступают из овощного цеха в горячий цех для приготовления горячих овощных блюд и гарниров.

Горячий цех имеет в своем составе два отделения: суповое и соусное. В суповом отделении готовят бульоны и супы. В соусном отделении готовят горячие блюда из рыбы, мяса, птицы, овощей, грибов, круп, бобовых и макаронных изделий, а также горячие соусы.

В соусном отделении организуют три рабочих места:

- для жарки и пассерования продуктов;
- варки, тушения, припускания и запекания продуктов и полуфабрикатов;
- приготовления гарниров и каш.

Основным оборудованием горячего цеха служит следующее оборудование: кухонные плиты, жарочные шкафы,

электросковороды для жарки продуктов основным способом и во фритюре, электрофритюрницы, универсальный привод со сменным механизмом для протирания овощей.

При расстановке теплового оборудования электрическую плиту располагают в центре горячего цеха, чтобы обеспечить свободный доступ к ней со всех сторон.



Рисунок 19.1 Организация горячего цеха

Эффективность работы в горячем цехе зависит от правильной организации рабочих мест, достаточной оснащенности их соответствующим оборудованием.

Организация рабочего места повара в горячем цехе

Рабочее место повара — часть производственной площади в цехе, предназначенная для выполнения отдельной операции, оснащенная соответствующим оборудованием, посудой, инвентарем и инструментами.

Рабочие места в цехе располагаются по ходу технологического процесса, а площадь рабочего места должна отвечать выполняемой операции и обеспечивать рациональное размещение оборудования, инвентаря, инструментов для их безопасной эксплуатации в процессе выполнения работ.



Рисунок 19.2 Технологическая линия для приготовления вторых блюд

Посуда, инструменты и инвентарь

Важен правильный подбор посуды по объему и назначению. Посуда должна изготавливаться из не окисляющегося металла,

иметь ровное дно, гладкие стенки, прочно прикрепленные ручки, маркировку с указанием емкости.

В горячем цехе наиболее часто используют **наплитную посуду** (рис.19.3) различной вместимости (2...15 л), сотейники (2...10 л), сковороды чугунные (диаметром 140...500 мм), сковороды для жарки яиц в ячейках, сковороды с прессом для жарки цыпленка табака, сковороды с ручкой стальные, сковороды чугунные для жарки блинов, противни для жарки заказных изделий. Небольшое количество изделий жарят на плите в наплитной посуде.



Рисунок 19.3 Наплитная посуда

Производственные столы должны быть оснащены стеллажами, полками, встроенными ваннами, может быть предусмотрена передвижная ванна для промывки круп. Размещение оборудования в горячем цехе обеспечивает наиболее удобные условия для работы поваров.

На рабочем месте повара должен находиться **инвентарь:** сита, грохот металлический, дуршлаг металлический вместимостью 7 л, шумовка, ковши-сачки, черпак, цеделки, лопатка поварская со сбрасывателем, вилка поварская (рисунок 19.5).



Рисунок 19.5 Кухонный инвентарь горячего цеха

Сырье или полуфабрикаты, подлежащие обработке, располагают слева, инструменты — справа.

Инструменты, посуду, инвентарь хранят на полках ответственных для этой цели шкафов и стеллажей или используют решетчатые полки под производственными столами.



Рисунок 19.4 Инструменты рабочего места горячего цеха

На рабочем месте для приготовления жареных блюд и гарниров устанавливают фритюрницу, сковороду, плиту, стол-шкаф с охлаждением, в котором хранят жир, полуфабрикаты.

При жарке во фритюре продукты закладывают в сетку-вкладыш и опускают ее в разогретый во фритюрнице жир (жира должно быть в 4—5 раз больше, чем продукта). С помощью сетки-вкладыша готовый продукт вынимают из фритюрницы.

При жарке продуктов основным способом сковороду разогревают, кладут в нее жир (доводят его до кипения), а затем изделия из мяса, рыбы, овощей или других продуктов. Для переворачивания их используют лопатки, для помешивания — веселки.

Для сбора пищевых отходов цех должен быть снабжен бочками с плотно закрытыми крышками.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, каким образом располагаются рабочие места в горячем цехе: (правильный ответ подчеркните)

- во всех удобных для этого местах;
- по ходу технологического процесса;
- независимо от технологического процесса.

2. Укажите какое оборудование необходимо размещать в горячем цехе: (правильный ответ подчеркните)

- жарочный шкаф;
- электроплита;
- фритюрница;
- универсальный привод;
- просеиватели.

3. Закончите предложение: «Горячий цех предназначен для ...»: (правильный ответ подчеркните)

- для приготовления бульонов;
- для приготовления бульонов, вторых блюд, гарниров и соусов;
- для приготовления гарниров и соусов;
- для приготовления вторых блюд.

4. Укажите, какие отделения организуют в горячем цехе: (правильный ответ подчеркните)

- отделение по проведению первичной обработки продуктов;
- соусное отделение;
- гарнирное отделение;
- суповое отделение.

5. Дайте определение термину «Рабочее место»

Урок 20. Характеристика теплового технологического оборудования горячего цеха

Горячий цех должен быть оснащен современным оборудованием: тепловым, холодильным, механическим и немеханическим (плитами, жарочными шкафами, электросковородами, электрофритюрницами).

20.1 Пароконвектомат

Пароконвектомат (комбинированная печь) — гибрид пароварки и конвекционной печи. Осуществляет различные виды тепловой обработки — от варки на пару, припускания до жарки с конвекцией или без конвекции, запекания.

Пароконвектомат позволяет производить до 70 % всех возможных операций по приготовлению пищи, в том числе ее разогрев и хранение, что дает возможность оптимизировать процесс

приготовления пищи, не устанавливать на малых площадях лишнее оборудование.



Рисунок 20.1 Пароконвектомат

Пароконвектомат способен по своим функциям заменить плиту, жарочный шкаф, варочный котел, конвекционную печь. Единственный способ тепловой обработки, который нельзя выполнять в конвектомате – это жарка во фритюре. Считается, что пароконвектоматы сокращают срок приготовления пищи на 20–40 %.

Главное достоинство пароконвектоматов — скорость приготовления и универсальность, а также минимизация потерь при тепловой обработке продуктов.

20.2 Электрические плиты

Электрические плиты относятся к универсальному тепловому оборудованию с непосредственным обогревом и могут использоваться для приготовления горячих блюд из овощей (отварных, припущенных, жареных, тушеных) в наплитной посуде, а также запеченных блюд из овощей в жарочном шкафу. Все плиты имеют общие конструктивные элементы, такие как жарочные поверхности и жарочные шкафы, а конструктивные отличия их зависят от вида энергоносителя. В индустрии питания используются электрические плиты, которые различаются габаритными размерами, мощностью, числом конфорок и их формой, наличием или отсутствием жарочного шкафа.



Рисунок 20.2 Плита электрическая

20.3 Жарочные шкафы

Жарочные шкафы используют для доведения до готовности овощей или изделий из овощных масс, жаренных основным способом в наплитной посуде или во фритюре, а также для приготовления запеченных блюд из овощей и грибов.



Рисунок 20.3 Жарочный шкаф трехсекционный

20.4 Электросковорода

В **электросковородах** тепловая обработка продуктов производится непосредственно на жарочной поверхности преимущественно основным способом. По способу обогрева жарочной поверхности и виду энергоносителей различают сковороды с непосредственным и косвенным обогревом, электрические и газовые.



Рисунок 20.4 Электросковорода

20.5 Фритюрница

Фритюрницы используют для приготовления блюд и гарниров из овощей, жаренных в большом количестве жира (во фритюре). Это специализированные жарочные аппараты, предназначенные для жаренья кулинарных изделий в большом количестве жира, нагретого до температуры 160—180 °С.



Рисунок 20.6 Фритюрница



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите способы тепловой обработки, которые осуществляет пароконвектомат _____

2. Укажите для чего предназначены электрические сковороды: (правильный ответ подчеркните)

- для запекания овощей;
- для жарки овощей;
- для варки овощей.

3. Выберите правильный ответ назначения фритюрницы: (правильный ответ подчеркните)

- для пассерования овощей;
- для тушения овощей;
- для жарки во фритюре.

4. Перечислите по каким характеристикам различаются электрические плиты _____

5. Укажите для каких целей используют жарочный шкаф _____

Урок 21. Правила безопасной подготовки теплового технологического оборудования к работе в горячем цехе

Для безопасной подготовки теплового технологического оборудования, используемого на предприятиях общественного питания, необходимо неукоснительно соблюдать следующие правила:

1. Перед включением **электроплиты** проверяют наличие поддона под блоком конфорок и подового листа в камере жарочного шкафа, закрывающего ТЭНы, состояние жарочной поверхности. Проверяют, чтобы переключатели конфорок и жарочного шкафа находились в нулевом положении (выключены).

2. Перед началом эксплуатации **электросковороды, электрофритюрницы и другого электрожарочного оборудования:**

- проверяют удобство и легкость открывания откидной крышки сковороды, а также ее фиксацию в любом положении, у опрокидывающейся сковороды — механизм опрокидывания;

- проверяют соответствие теплоносителя масляной рубашки аппарата с косвенным обогревом (сковороды, фритюрницы и др.) типу, указанному в паспорте;

- при заполнении масляной рубашки аппарата теплоносителем следят, чтобы в нее не попала влага. Перед заполнением рубашки теплоноситель прогревают в течение 5 мин при температуре 250 °С для удаления влаги.

3. Проверяют исправность другого применяемого оборудования.

4. О всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщают своему

непосредственному руководителю и приступают к работе только после их устранения.

Техника безопасности при работе в горячем цехе

Техника безопасности является одной из основных задач охраны труда, которая включает в себя комплекс технических и организационных мероприятий, направленных на создание и внедрение безопасной техники, безопасных производственных процессов, средств автоматической связи и сигналов защиты, оградительных и предохранительных приспособлений, а также средств индивидуальной защиты, предотвращающих производственный травматизм.

По принятию на работу все работники предприятия должны быть проинструктированы и ознакомлены с правилами работы предприятия и техникой безопасности при работе. Из техники безопасности можно выделить две основные части:

1. техника безопасности при работе с оборудованием;

2. техника безопасности на рабочем месте (личная гигиена повара и т.д.).

Повар перед началом работы обязан привести в порядок свое рабочее место для безопасной работы и проверить:

- исправность и холостой ход оборудования;

- наличие и исправность заземления;

- исправность и работу вытяжки, воздушного душирования;

- правильность сборки сменных механизмов.

Во время работы необходимо своевременно удалять и перерабатывать отходы, следить за санитарным состоянием рабочего места, после окончания работы тщательно промывать и протирать все машины.

Санитарные требования к организации работы горячего цеха

Основными требованиями являются:

1. соблюдение правил личной гигиены повара;
2. технологии приготовления;
3. поддержание общей гигиенической обстановки в норме.

Важными мерами являются ежедневные влажные уборки и личная гигиена работников предприятия.

На предприятии должны соблюдаться все правила санитарии и осуществляться полный контроль за ситуацией.

Большое гигиеническое значение имеет **личная гигиена повара**. Особенно стоит выделить содержание в чистоте рук повара. С невымытых рук в пищу могут попасть болезнетворные бактерии. Ногти следует коротко стричь, разрешено наличие гигиенического маникюра.

Перед работой нужно тщательно вымыть руки до локтей и снять всевозможные украшения (кольца, браслеты, часы). Заражение пищевых продуктов возможно и через полость рта, поэтому следует ежедневно чистить зубы.

Необходимо ежедневно принимать душ и не менее 2 раз в неделю с мочалкой и моющим средством.

Нельзя закалывать одежду булавками и хранить в карманах посторонние предметы.

Пуговицы на спецодежде должны быть крепко пришиты. Меняется санитарная одежда по мере загрязнения. Обувь по форме и размерам должна соответствовать стопе, быть достаточно вентилируемой, мягкой, эластичной, с каблуком не более 2 см.

Все поступающие на работу на предприятие общественного питания **обязаны пройти медицинский осмотр** и иметь **личную санитарную книжку**. Работающие на предприятии общественного питания проходят медицинский осмотр через каждые шесть месяцев.



Задания для самостоятельного решения:

1. Выберите утверждения, соответствующие требованиям безопасной эксплуатации электромеханического оборудования (правильные ответы подчеркните):

- не разрешается допускать перегрузки машины;
- разрешается осуществлять подачу овощей руками к рабочим органам машины;
- не разрешается касаться внутренних деталей машины руками и посторонними предметами во время работы.

2. Укажите, что необходимо проверить перед включением электроплиты (правильные ответы подчеркните):

- наличие инструкции по эксплуатации;
- «нулевое» положение переключателей конфорок;
- состояние жарочной поверхности (она должна быть ровной, без трещин и чистой);

- наличие поддона под блоком конфорок.

3. Укажите верные утверждения, соответствующие требованиям безопасности при работе с фритюрницей (правильные ответы подчеркните):

- для приготовления необходимо использовать обсушенные или панированные продукты (ил полуфабрикаты);
- жир необходимо наливать в соответствии с нормой, указанной производителем;
- рядом с аппаратом можно работать с жидкостями или распаковывать замороженные продукты.

4. Укажите, что обязан повар перед началом работы привести в порядок и проверить (правильный ответ подчеркните):

- наличие и исправность заземления;
- правильность сборки сменных механизмов;
- свое рабочее место.

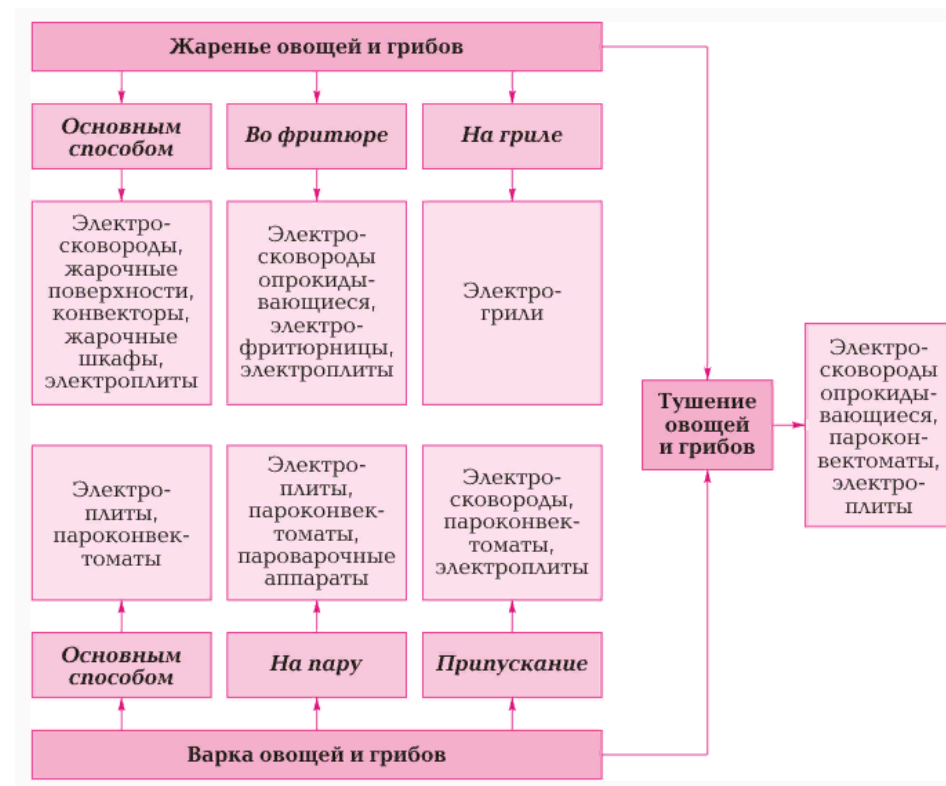


Рисунок 22.1 Применение оборудования при тепловой обработке

Урок 22. Способы тепловой обработки. Современные подходы к тепловой обработке продуктов

В процессе тепловой обработки кулинарная продукция обеззараживается и повышается ее усвояемость.

Применение оборудования при способах тепловой обработки для приготовления блюд и гарниров из овощей и грибов показана на рисунке 22.1.

Способы тепловой обработки

Все способы тепловой кулинарной обработки делятся на основные и вспомогательные.

1. Основные способы тепловой обработки

Основные способы, с помощью которых продукт доводится до готовности, в свою очередь делятся на варку и жарку.

а) варка – это тепловая кулинарная обработка продуктов в водной среде или атмосфере водяного пара.

Различают варку:

- с полным погружением в жидкость (основной способ);
- с частичным погружением в жидкость (припускание);
- паром.

б) жарка – это тепловая кулинарная обработка продуктов с целью доведения до кулинарной готовности при температуре, обеспечивающей образование на их поверхности специфической корочки.

Различают жарку:

- на нагретых поверхностях с жиром и без него (основной способ);
- в жире (во фритюре) – в большом количестве жира;
- в жарочных шкафах (в замкнутом пространстве);
- на открытом огне.

2. Комбинированные способы тепловой обработки

Варку и жарку часто комбинируют друг с другом – **комбинированные способы** тепловой обработки:

- а) **тушение** – это жарка + припускание;
- б) **запекание** – это варка или припускание + жарка в замкнутом пространстве;
- в) **брезирование** – это припускание + жарка.

3. Вспомогательные способы тепловой обработки

Вспомогательные способы тепловой обработки не позволяют довести продукт до готовности, но облегчают его дальнейшую обработку.

а) ошпаривание (бланширование) – это кратковременное (1...5 мин) воздействие на продукты кипящей воды или пара. Прием ошпаривания используют для облегчения последующей механической очистки продуктов:

- очистка рыбы с костным скелетом от чешуи;
- удаление боковых и брюшных жучек у рыб осетровых пород и др.);
- удаления горечи (капуста белокочанная, репа).

б) пассерование – это процесс нагревания продукта с жиром или без него при температуре 120°C для экстрагирования ароматических и красящих веществ. Прием пассерования применяют при обжаривании следующих ингредиентов:

- лука;
- моркови;
- белых кореньев;
- томатного пюре;
- муки.

Пассеруют овощи в небольшом количестве жира (15...20% массы продукта) **без образования поджаристой корочки**. При этом часть эфирных масел, красящих веществ переходит из продуктов в жир, придает ему цвет и запах, улучшает вкусовые свойства блюд.

При **пассеровании муки** (с жиром или без него) разрушается содержащийся в ней крахмал, белки теряют способность набухать и заправленные пассерованной мукой супы и соусы получаются неклеякими.

в) термостатирование — это поддержание заданной температуры блюд на раздаче или при доставке к месту потребления.

Для этого используют мармиты, тепловые раздаточные стойки и другое оборудование. Для транспортировки готовой пищи в горячем состоянии применяют термосы и изотермический транспорт.

Современные подходы к тепловой обработке

В современной технологии вносятся существенные изменения в широко распространенные способы тепловой обработки. Например, все чаще встречается выражение: **аль денте** — варка или жарка овощей до полуготовности с небольшим ощущением хруста.

Новые тенденции коснулись и такого теплового способа обработки, как **тушение**.

В современной технологии общественного питания **тушение подразделяют:**

а) **на коричневое** — продукт изначально обжаривают до румяной корочки, а затем припускают;

б) **белое** — продукт изначально обжаривают, не допуская образования румяной корочки, или вообще продукты не обжаривают, а закладывают в холодную воду и доводят до кипения, затем продукт промывают холодной водой и тушат в белом соусе.

Фламбирование — это поджигание кулинарного изделия, в состав рецептуры которого входит алкогольный компонент, например коньяк или ром.

Фламбирование выступает конечным результатом приготовления блюда или его производят в присутствии гостя непосредственно в зале для создания ароматического и вкусового букета.



Рисунок 22.2 Фламбирование



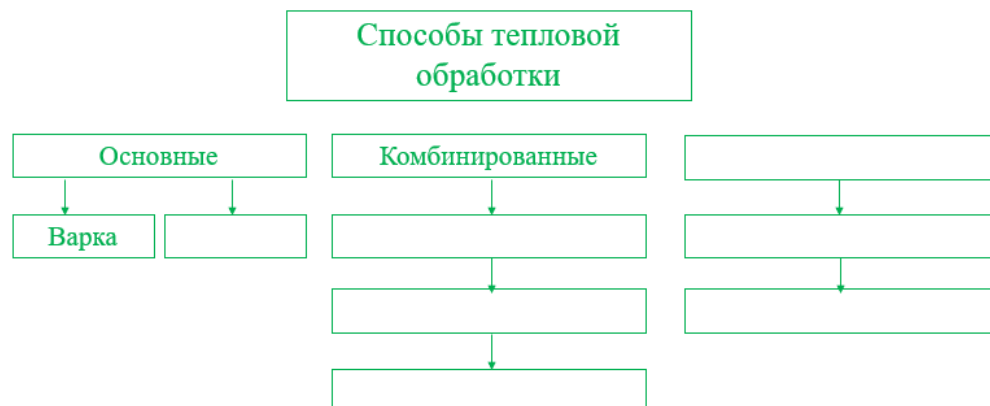
Задания для самостоятельного решения:

1. Дайте определение следующих терминов:

варка - _____;
_____;

жарка - _____.
_____.

2. Дополните схему классификации способов тепловой обработки продуктов:



3. Перечислите в каких случаях применяют прием ошпаривания:

- а) _____;
- б) _____;
- в) _____.

4. Укажите как в современной технологии подразделяют тушение _____.

5. Дайте характеристику термину «аль-денте»:

_____.

Урок 23. Классификация овощных блюд и гарниров по способу тепловой обработки. Правила и условия хранения приготовленных горячих блюд из овощей и грибов

В зависимости от вида тепловой обработки различают отварные, припущенные, жареные, тушеные, запеченные овощные блюда.

Применение способов тепловой обработки и технологических режимов для групп блюд и гарниров из овощей и грибов представлено в таблицах 23.1, 23.2, 23.3.

Таблица 22.1 Основные приемы тепловой обработки

	Наименование группы блюд	Способы тепловой обработки (греющая среда)	Технологический режим
1.	Овощи отварные (картофель, морковь, свекла, капуста, фасоль и др.)	Варка основным способом; нагрев поверхностный (вода, смесь молока и воды, отвар, бульон)	Варка при температуре 95—100 °С. Продолжительность варки зависит от степени устойчивости протопектина овощей и формы нарезки

2.	Овощи припущенные, овощи, припущенные с соусом	Припускание, нагрев поверхностный (вода, пар)	1/3 продукта варится в воде (95—100 °С), 2/3 — на пару (100 °С). Продолжительность припускания зависит от степени устойчивости протопектина овощей и формы нарезки
3.	Овощи, сваренные на пару	Варка на пару; нагрев поверхностный (пар)	Продолжительность варки зависит от вида овощей и формы (размера кусочков) нарезки
4.	Овощи, жаренные основным способом	Жарка основным способом; нагрев поверхностный	150—160 °С
		Жарка в замкнутом пространстве	150—200 °С
5.	Овощи, жаренные во фритюре	Жаренье во фритюре (жаренье в большом количестве жира);	170—175 °С

		нагрев поверхностный (жир (соотношение продукта и жира — 1:4)	
--	--	---	--

Таблица 22.2 Комбинированные способы тепловой обработки

	Наименование группы блюд	Способы тепловой обработки (греющая среда)	Технологический режим
1.	Овощи тушеные	Тушение (жаренье и варка); нагрев поверхностный (бульон, отвар, соус)	95 °С
2.	Овощи запеченные	Запекание (жарка или варка и жарка в жарочном шкафу), нагрев поверхностный (соус, жир, горячий воздух)	250—280 °С

Таблица 22.3 Вспомогательные способы тепловой обработки

	Наименование группы блюд	Способы тепловой обработки (греющая среда)	Технологический режим

1.	Бланшированные овощи	Бланширование; нагрев поверхностный (вода)	100°С
2.	Пассерованные овощи	Пассерование; нагрев поверхностный (жир (5–10 % массы продукта))	110—120 °С

Из овощей готовят **блюда для самостоятельной подачи** в рационе завтрака, обеда или ужина и **гарниры** к мясным и рыбным блюдам.

Гарниры из овощей могут быть **простыми и сложными**. **Простые гарниры** состоят из одного вида овощей, а **сложные** — из нескольких.

Для сложных гарниров подбирают овощи так, чтобы они хорошо сочетались по вкусу и цветовой гамме. С помощью гарнира можно сбалансировать пищевую ценность блюда в целом, регулировать его массу и объем.

К мясным блюдам обычно подают гарниры из любых овощей.

а) **к блюдам из нежирного мяса** больше подходят гарниры, обладающие нежным вкусом: картофель отварной, картофельное пюре, овощи в молочном соусе;

б) **к блюдам из жирного мяса и птицы** лучше подать более острые гарниры: тушеную капусту, овощи тушеные с томатным соусом;

в) **к отварному мясу** в качестве гарнира подают зеленый горошек, отварной картофель, картофельное пюре; к жареному мясу — жареный картофель, сложные гарниры;

г) **к отварной и припущенной рыбе** — картофель отварной, картофельное пюре. Гарниры из капусты, брюквы, репы к рыбным блюдам обычно не подают.

Правила и условия хранения приготовленных горячих блюд из овощей и грибов

К качеству и оформлению приготовленных овощных блюд предъявляются **следующие требования**:

а) **по внешнему виду** отварные и припущенные овощи должны быть хорошо очищены, с ровной поверхностью, без глазков, темных мест и остатков кожицы;

б) **нарезка** — правильной формы;

в) не допускаются **запах и вкус** пригорелых овощей, посторонний запах и привкус, нарушение рецептов (неполный набор овощей, не политые маслом или соусом овощи);

г) овощи должны быть не деформированы и хорошо сварены;

д) **консистенция** — характерные для данного блюда.

При бракераже блюд проверяют:

1. Из жареных овощей:

- правильность нарезки овощей;
- готовность блюда;
- его вкус;
- цвет;

- соответствие рецептуре по массе.

Недопустимые дефекты блюд из жареных овощей:

- поверхность овощей обуглилась;
- овощи недожарены, сырые, пересолены;
- ощущается привкус прогорклого или осаленного жира;
- несоблюдение рецептов (нет гарнира, сметаны, масла и т.д.);
- недостаточно выраженный вкус и запах (слабый аромат овощей, масла, жира, овощи слегка недосолены и т.д.).

Консистенция основного продукта должна быть характерной, но слабо выраженной.

Не должно быть недостатков у **внешнего вида и цвета**:

- неравномерная нарезка овощей;
- недостаточно окрашенная или темная корочка;
- незначительная деформация кусков овощей, котлет, рулета, неаккуратно положен гарнир (огурцы, салат, зелень и др.).

2. Тушеные овощи должны сохранять форму нарезки, должны быть не помяты, не переварены, цвет — в соответствии с видом овощей, иногда слегка побуревший.

Не допускается запах пригорелых овощей.

3. Запеченные овощи должны иметь:

- равномерную золотистую корочку на поверхности;
- равномерно распределенный фарш по всему изделию или в отдельных экземплярах, без трещин;

- при запекании с соусом — определенное количество соуса соответствующей консистенции.



Задания для самостоятельного решения:

1. Пропишите классификацию овощных блюд по способу тепловой обработки: _____

2. Дайте определение следующим терминам:

Простой гарнир - _____

Сложный гарнир - _____

3. Укажите, какова роль гарнира в составе блюда

4. Подберите варианты гарниров к следующим блюдам:

Из нежирного мяса _____;

Из жирного мяса и птицы _____;

Отварное мясо _____;

Жареное мясо _____;

Отварная и припущенная рыба _____.

5. Перечислите что проверяют при бракераже жареных блюд из овощей _____

Урок 24. Блюда и гарниры из отварных овощей.

Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых отварных блюд из овощей

Овощи **варят** в жидкости (воде, бульоне, отваре, молоке) или на пару.

Правила варки овощей основным способом

а) подготовленные овощи закладывают **в кипящую подсоленную** (10 г соли на 1 л воды) воду, так как в кипящей воде кислород разрушается, а именно он способствует разрушению витамина С. **Морковь, свеклу, зеленый горошек варят без соли**, так как она ухудшает вкус этих овощей и замедляет процесс их варки;

б) **воды берут такое количество, чтобы овощи были полностью покрыты водой**, но не более чем на 2 см (0,6–0,7 л на 1 кг овощей) для уменьшения потерь водорастворимых веществ, в том числе и водорастворимых витаминов и минеральных веществ. **Зеленые овощи варят в большом количестве воды** (3–4 л на 1 кг овощей), так как красящее вещество зеленых овощей — хлорофилл — меняет свой цвет на бурый от воздействия органических кислот, накапливающихся в овощном отваре;

в) **овощи быстро доводят до кипения, после чего снижают нагрев**. Варят при слабом кипении, так как бурное кипение приводит к тому, что овощи теряют свою форму (особенно картофель). Зеленые овощи варят при бурном кипении с открытой крышкой, чтобы органические кислоты улетучивались вместе с парами влаги;

г) **продолжительность варки зависит от вида овощей**, сортовых особенностей, степени зрелости и жесткости воды;

д) в случае варки овощей в молоке сначала овощи варят в воде или бульоне до полуготовности, затем воду сливают, добавляют горячее молоко и доводят до готовности. Не рекомендуется варить овощи сразу в молоке, так как имеющийся в молоке кальций препятствует их размягчению. Сразу варить в молоке можно только овощи, имеющие неустойчивый протопектин, например тыкву.

Правила варки на пару

а) для приготовления овощей на пару подготовленные (очищенные и нарезанные) овощи выкладывают в гастроемкости или на противни с высокими бортами, слегка подсаливают и ставят в пароконвектомат или пароварочный шкаф и варят на режиме варки на пару;

б) можно небольшие порции овощей варить в настольных пароварках;

в) продолжительность варки на пару немного больше, чем в воде, но, как и для варки в воде, она зависит от вида овощей (овощи с более устойчивым протопектином — морковь и свекла — варятся дольше, а с менее устойчивым — кабачки, помидоры и некоторые другие — меньше), степени зрелости, сорта и др.

Достоинства варки овощей на пару:

а) небольшие потери водорастворимых веществ, а значит, и витамина С (у картофеля — в 2,5 раза, у моркови — в 3,5, у свеклы — в 2 раза по сравнению с другими способами варки);

б) сохранение выраженных вкуса, аромата и цвета приготовляемых овощей и блюд;

в) сохранение заданной формы нарезки.

Приготовление и отпуск блюд и гарниров из отварных овощей

24.1 Картофель отварной

Для варки лучше использовать картофель с большим или умеренным содержанием влаги и крахмала. Варят целыми клубнями (молодой и некрупный картофель) или нарезанными на части.

1. Подготовленный картофель помещают в котел слоем толщиной не более 50 см, чтобы сохранить форму клубней.

2. Варят в кипящей подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды) при слабом кипении и закрытой крышке котла (кастрюли). Готовность определяют, прокалывая клубни ножом.

3. Отвар сливают, котел накрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают в течение 2–3 мин. Влага со дна котла испаряется и частично поглощается крахмалом, содержащимся в картофеле.

Отпуск блюда «Картофель отварной». Обсушенный картофель заправляют маслом и посыпают рубленой зеленью петрушки и укропа; отдельно подают сметану в фарфоровом соуснике или поливают ею картофель. Отпускают на порционной тарелке.

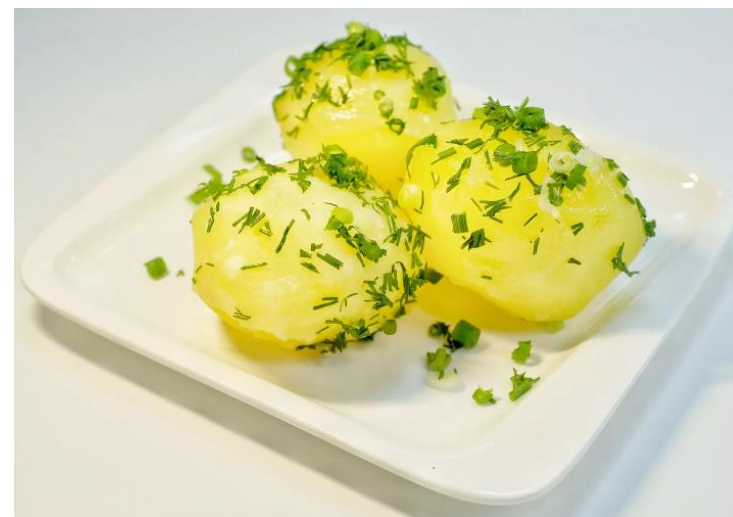


Рисунок 24.1 Картофель отварной

24.2 Капуста отварная

Для варки используют белокочанную, цветную капусту и брокколи.

1. Капусту белокочанную раннюю нарезают дольками, поздние сорта отваривают целым кочаном после удаления кочерыжки, разбирают на листья.

2. У листьев отбивают утолщенную часть или срезают ее, кладут каждый лист на влажное полотенце, края листа подворачивают к центру и с помощью полотенца скручивают, уплотняют, отделяя лишнюю влагу, придают форму шарика — маленького кочанчика, поэтому нельзя при формировании шариков из капусты пользоваться пищевой пленкой.

3. Брокколи разбирают на соцветия. Соцветия брокколи или дольки капусты кладут в кипящую подсоленную воду или

бульон с помощью шумовки или щипцов и варят при слабом кипении.

4. Варят капусту по мере спроса, так как при длительном хранении в бульоне или отваре качество блюда ухудшается: белокочанная капуста приобретает темный оттенок.

5. Шарики из капусты прогревают в бульоне с маслом в наплитной посуде или в конвектомате, в последнем случае необходимо поливать кочанчики бульоном и маслом. Хранят готовую капусту до отпуска в бульоне. Прогревают небольшими партиями по мере спроса.

Отпуск блюда «Капуста отварная». Подготовленные кочанчики перекладывают в порционную тарелку или в баранчик и поливают сухарным соусом. Дольки капусты отварной или соцветия брокколи перекладывают в тарелку и поливают соусом (соус можно подливать или подавать отдельно). Подают с соусом сухарным, бешамель, сливочным, сметанным, «Голландским» и др.



Рисунок 24.2 Капуста отварная

24.3 Овощи отварные — ассорти или сложный гарнир

Овощи варят, учитывая особенности варки различных овощей. Перед отпуском овощи хранят на мармите на раздаче при температуре 80—85 °С

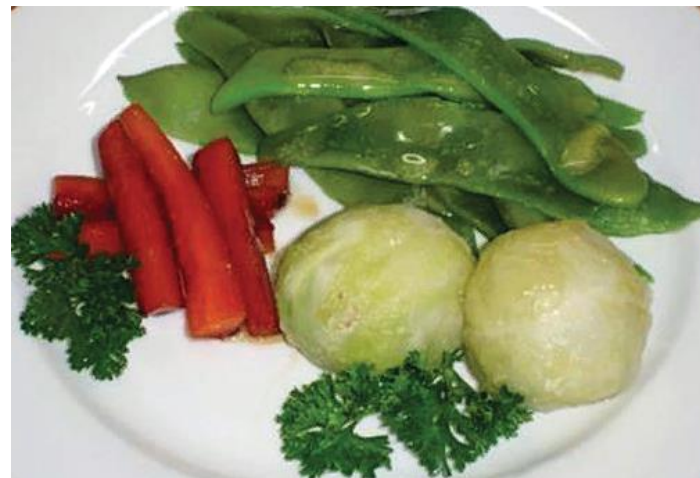


Рисунок 24.3 Овощи отварные (ассорти)

24.4 Картофель в молоке «Метрдотель»

1. Картофель нарезают кубиками с ребром 1,7–2 см, кладут в кипящую подсоленную воду и варят сначала в небольшом количестве воды до полуготовности в течение около 10 мин, так как в молоке картофель плохо разваривается: кальций молока препятствует переходу протопектина в пектин.

2. Воду сливают, картофель заливают горячим молоком, солят и варят при очень слабом кипении до готовности.

3. Добавляют сливочное масло (50 % нормы) и доводят до кипения.

Отпуск блюда «Картофель в молоке». Отпускают с маслом, посыпав зеленью, в тарелке или баранчике. Картофель в молоке используют и как гарнир, например, к антрекоту (антрекот «Метрдотель»).



Рисунок 24.4 Картофель в молоке (метрдотель)

24.5 Картофельное пюре

Для пюре используют сорта картофеля с высоким содержанием крахмала и небольшим количеством воды

1. Картофель кладут в кипящую подсоленную воду. Чтобы картофель одновременно дошел до готовности и клубни не разварились, выбирают клубни одних размеров или крупные клубни нарезают на части.

2. Готовый картофель сливают, обсушивают под крышкой при слабом нагреве и протирают в горячем состоянии (температура не ниже 80 °С), через сито.

3. При протирании добавляют горячее молоко и горячее растопленное масло (часть сливочного масла оставляют для добавления его при отпуске), чтобы не охладить картофель в процессе протирания.

4. Картофель прогревают и хранят на мармите при температуре не ниже 80—85 °С.

5. Картофельное пюре используют как гарнир к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы или птицы, к блюдам из отварного, тушеного, запеченного или жареного мяса и др. В этом случае пюре кладут на блюдо гарнирной ложкой, смоченной в растопленном масле, и наносят рисунок.

Отпуск блюда «Картофельное пюре». Пюре можно выкладывать на блюдо с помощью формовочного кольца, в этом случае пюре выкладывают в кольцо (можно использовать несколько видов пюре и выкладывать их слоями) и разравнивают, после чего кольцо снимают и рядом выкладывают основное блюдо. Гарнир можно выкладывать в форму (например, в конусовидную) и затем на блюдо.



Рисунок 24.5 Картофельное пюре

24.6 Свекольное пюре

1. Овощи нарезают и припускают в небольшом количестве воды и масла.

2. Протирают, добавляют масло, соус бешамель или сметанный (можно без соуса) и прогревают.

Отпуск блюда «Свекольное пюре». Отпускают со сливочным маслом или сметаной и посыпают рубленой зеленью.



Рисунок 24.6 Свекольное пюре

24.7 Пудинг паровой из тыквы

Пудинг можно готовить из различных овощей, таких как морковь, тыква, картофель, брокколи, зеленый горошек и др.

1. Для пудинга тыкву натирают на терке и припускают с молоком до готовности. Добавляют немного сливочного масла.

2. Когда жидкость частично выкипит, а тыква станет мягкой, в овощную массу добавляют немного соли и сахара, всыпают манную крупу и заваривают; проваривают полученную массу в течение 15 мин, затем массу охлаждают до 50 °С.

3. Вводят в нее желтки яиц и перемешивают. Белки яиц взбивают до густой пены и вводят в массу в несколько приемов, аккуратно перемешивая в направлении сверху вниз.

4. Поверхность выравнивают смоченной деревянной или силиконовой лопаткой. Пудинг ставят вариться на пару в пароконвектомат и варят течение 40 мин. Готовность определяют по уплотнению массы.

Отпуск блюда «Пудинг паровой из тыквы». Пудинг перекладывают на блюда с помощью лопатки, кольцо или форму снимают. Для отпуска можно приготовить соус из тыквы, для этого тыкву припускают, соединяют со сливками, доводят до вкуса и измельчают массу до однородной консистенции с помощью блендера. Соус выливают вокруг пудинга, можно это сделать до снятия кольца. На соус наносят доведенные до кипения сливки и с помощью шпатель наносят рисунок. Украшают пудинг листочками мяты или рукколы.



Рисунок 24.7 Пудинг паровой из тыквы

Требования к качеству отварных блюд и гарниров из овощей

1. Форма нарезки овощей сохранена, клубни картофеля однородные по величине, могут быть слегка разварившиеся.

2. Цвет, свойственный натуральному цвету овощей:

- у картофеля — от белого до желтоватого, без глазков и темных пятен;
- у капусты белокочанной отварной — от белого до кремового, ранних сортов и савойской — от светло-зеленого до светло-кремового, брюссельской — ярко-зеленый;
- моркови — оранжевого.

3. Вкус, свойственный виду овощей, слегка соленый, без посторонних привкуса и запаха. Не допускается для капусты привкус пареной капусты. Консистенция овощей мягкая, нежная. Допускается в отдельных случаях консистенция с легким хрустом (аль денте).

4. Картофельное пюре аккуратно выложено на тарелке, на поверхности нанесен узор, полито маслом.

Консистенция густая, пышная, однородная, без кусочков непротертого картофеля.

Цвет: от кремового до белого, без темных включений.

Вкус и запах слегка соленый, с привкусом и ароматом молока, без постороннего привкуса и запаха.



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите блюда из отварных овощей:

2. Укажите правильную последовательность приготовления блюда «Картофельное пюре» (технологические операции отметьте последовательно цифрами)

Картофель закладывают в кипящую подсоленную воду	
Протирают горячим при температуре 80*С	
Варят до готовности, отвар сливают, картофель обсушивают	
Непрерывно помешивая, вливают горячее молоко	
Добавляют растопленное сливочное масло, прогревают	
Взбивают	
Отпуск	

3. Напишите какие соусы рекомендуются к отварным овощным блюдам? _____

4. Укажите к каким блюдам рекомендуется подавать картофельное пюре?

5. Продолжите технологическую последовательность приготовления блюда «Картофель в молоке»:

Нарезают картофель → _____

Урок 25. Блюда и гарниры из припущенных овощей. Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых припущенных блюд из овощей

Правила припускания овощей

1. Для припускания овощей жидкости берут меньше, чем для варки, из расчета 0,2–0,3 л на 1 кг овощей. Припущенные овощи становятся более насыщенными по вкусу и более ароматными.

2. Для припускания овощи нарезают и выкладывают в соевый слой толщиной 10–15 см, не более, добавляют горячую воду или бульон, или овощной отвар, часть сливочного масла, положенного по рецептуре, быстро доводят до кипения, затем уменьшают нагрев и доводят до готовности.

3. Помидоры, тыкву, кабачки и патиссоны, легко отдающие влагу, припускают в собственном соку при закрытой крышке.

4. Жидкость от припускания овощей используют при отпуске блюд, поливая ею овощи. Припущенные овощи используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.

25.1 Картофель, овощи и грибы припущенные

Припускают и тушат отдельные виды овощей или их смеси.

1. Для припускания очищенные овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками.

2. Кабачки, тыкву, помидоры и другие овощи, припускают в собственном соку, при слабом кипении в закрытой посуде.

3. Овощи, которые не обладают этими свойствами (свекла, капуста, морковь), припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2...0,3 л воды или бульона и 20...30 г жира).

4. Картофель, морковь, лук и некоторые другие овощи, а также грибы перед тушением слегка обжаривают, добавляют ароматические коренья, лавровый лист, перец по вкусу.

Отпуск блюда «Овощи, припущенные в молочном соусе».

Овощи можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа (2...3 г на 1 порцию).

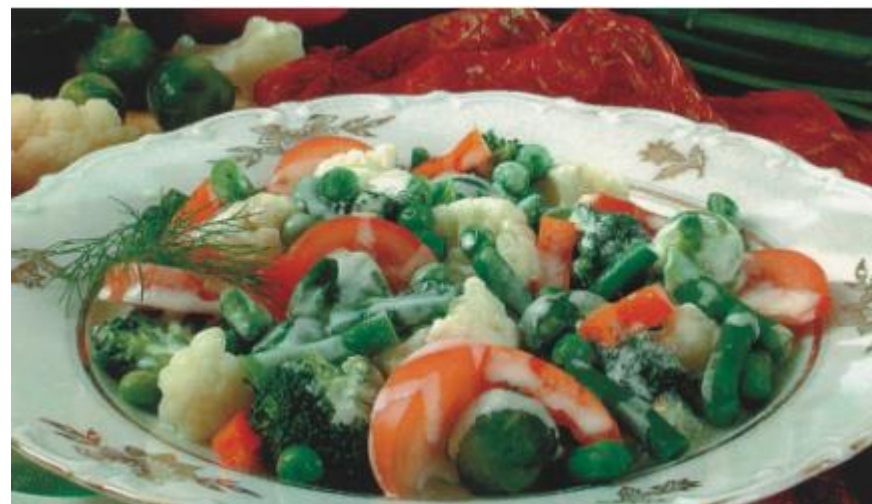


Рисунок 25.1 Овощи, припущенные в молочном соусе

25.2 Морковь, припущенная в молочном соусе

1. Морковь нарезают дольками или брусочками и припускают сначала в небольшом количестве воды или бульона.

2. Вливают молоко и доводят до готовности в молоке.

3. Добавляют по вкусу соль.

4. Добавляют молочный соус и прогревают с соусом.

Отпуск блюда «Морковь, припущенная в молочном соусе».

Выкладывают на подогретое блюдо и украшают зеленью.



Рисунок 24.8 Морковь, припущенная в молочном соусе

25.3 Морковь с овощной фасолью в молочном соусе

Морковь припускают, овощную фасоль отваривают отдельно, соединяют, доводят до вкуса и заправляют молочным соусом.

Отпуск блюда «Морковь с фасолью в молочном соусе».
Выкладывают на подогретое блюдо.

Требования к качеству готовых отварных и припущенных блюд из овощей

Для овощей, припущенных в молочном соусе, не допускается привкус и аромат подгорелого молока.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите какой вид тепловой обработки вы посоветуете выбрать из предложенных ниже для сохранения питательных веществ, вкуса и формы овощей: (один из предложенных ответов подчеркните)

- варка основным способом;
- припускание;
- варка на пару.

2. Перечислите овощи, используемые для припускания:

_____.

3. Укажите ингредиенты и технологическую последовательность приготовления моркови, припущенной в молочном соусе:

а) ингредиенты: _____

б) технологическая последовательность приготовления:

нарезают подготовленную морковь → _____

_____.

4. Укажите какие овощи можно припускать без добавления воды. Ответ обоснуйте.

_____.

5. Заполните таблицу: «Блюда и гарниры из отварных и припущенных овощей»:

Название блюда	Форма нарезки	Тепловая обработка	Отпуск блюда
Картофель отварной			
Картофельное пюре			
Картофель в молоке			
Пюре из свеклы			
Капуста отварная с маслом или соусом			
Морковь, припущенная в молочном соусе			

Урок 26. Способы и правила жарки при приготовлении блюд из овощей и грибов

1. Для жарки овощей основным способом следует использовать жиры, практически не содержащие влаги: масло топленое, масло растительное рафинированное и дезодорированное, топленые животные жиры.

Правила жарки основным способом

1. Картофель и другие овощи нарезают так, чтобы все кусочки имели одинаковую форму и размеры, что обеспечивает равномерное прожаривание и эстетичный внешний вид блюда.

2. Затем овощи слегка обсушивают для снижения разбрызгивания жира. Картофель, кроме того, промывают после нарезания для удаления с поверхности крахмала, что облегчает процесс жарки и уменьшает прилипание картофеля к поверхности сковороды или противня в процессе жаренья.

3. Овощи, содержащие много влаги, например кабачки или изделия из овощных масс, жарят только в панированном виде.

3. Жир (5–10 % от массы полуфабриката) в наплитной посуде с толстым дном нагревают до 150—160 °С.

4. Подготовленные картофель, овощи и изделия из них кладут на противень или сковороду (с гладкой или рифленой поверхностью) с нагретым жиром в направлении от себя руками или используя щипцы.

5. Овощи обжаривают с обеих сторон до образования румяной поджаристой корочки.

6. При необходимости после обжаривания овощи и изделия из них доводят до готовности в жарочном шкафу или в конвектомате.

2. Для жарки в большом количестве жира (фритюре) можно использовать растительные масла рафинированные и дезодорированные. Лучшим вариантом считается использование смеси рафинированного растительного масла с кулинарным жиром в соотношении 1:2 или кулинарный жир (фритюрный).

При таком количестве жира продукты в процессе жарки не соприкасаются с дном и стенками посуды, а буквально плавают в масле.

Правила жарки во фритюре.

1. Жир наливают в наплитную посуду для жаренья или в электрофритюрницу до указанной в инструкции метки и нагревают до температуры 175—180 °С.

2. Подготовленные овощи обсушивают или панируют в двойной панировке, или смачивают в тесте кляр или темпуре.

3. Овощи кладут во фритюр с помощью шумовки, щипцов, поварской иглы или погружают во фритюрницу в специальных сетках (соотношение продукта и жира — 1:4). Крупные части овощей или овощи в кляре в процессе жаренья можно переворачивать.

4. Жарят овощи до образования румяной корочки золотистого цвета, вынимают шумовкой и перекладывают на сито, установ-

ленное в поддон. Если жарят в электрофритюрнице с двумя емкостями, то сетку с готовыми овощами помещают во вторую емкость, чтобы лишний жир стек.

5. Непанированные овощи, например картофель, солят сразу после жаренья.

6. Овощи из фритюрницы перекладывают в гостроемкость из коррозионно-стойкой стали или на противень, сковороду и доводят до готовности в жарочном шкафу или пароконвектомате в режиме жаренья.

7. Перед отпуском овощи иногда выкладывают на бумажное полотенце для удаления излишков жира.

3. Жарка овощей методом сотирования — это способ быстрого приготовления овощей в небольшом количестве жира. Слово «сотé» (от фр. sauter — прыгать или подбрасывать) ассоциируется с тем, как пища «подпрыгивает» на горячей сковороде при встряхивании.

Для приготовления блюд способом сотирования овощи тонко нарезают. Такие овощи, как кабачки, баклажаны, сладкий перец, помидоры, лук, шпинат и руккола, а также грибы можно подвергать сотированию в сыром виде. Другие овощи подвергают сотированию после предварительной тепловой обработки — варки и припускания. В этом случае сотирование является технологической операцией, предназначенной для «отделки» блюда, придания ему особого привкуса, аромата и «блеска».

Правила жарки методом сотирования

1. Подготовленные нарезанные овощи обсушивают для уменьшения разбрызгивания жира. Иногда рекомендуется слегка присыпать подготовленные овощи равномерным слоем муки (излишки муки нужно стряхнуть).

2. Разогревают сотейник до требуемой температуры (для овощей не более 160 °С) и добавляют жир. Жиром смазывают только дно сотейника или вока. Если сотейник с антипригарным покрытием, а овощи с достаточно влажной текстурой, то можно вообще жир не использовать. Топленое сливочное масло, добавленное в хорошо нагретую посуду, быстро набирает температуру и позволяет сотировать без дыма.

3. Для придания особого вкуса и аромата в жир в процессе прогревания добавляют специи и пряности, позволяющие улучшить вкусовые качества готового блюда. Часто соте из овощей готовят на чесночном масле. Для этого чеснок очищают, раздавливают, вынимают росток и сначала прогревают его в масле, а затем вынимают, а масло используют для жаренья.

4. В нагретый жир кладут подготовленные овощи. Если готовят соте из разных овощей, то закладывают их поочередно, сначала овощи, которые требуют более длительной тепловой обработки.

5. Обжаривают овощи со всех сторон, встряхивая сотейник так, чтобы кусочки овощей, ударяясь о стенки сотейника, подпрыгивали и переворачивались в воздухе. При приготовлении в воке овощи постоянно и быстро перемешивают веселкой.

6. Доводят блюдо до вкуса, добавляя соль, пряности, вино, соки, мед и другие ингредиенты в зависимости от вида овощей и до требуемой кулинарной готовности.

4. Жарка овощей и грибов на гриле

Помимо того, что в овощах, приготовленных на гриле, сохраняется максимум витаминов, полезных для организма, процесс готовки занимает минимум времени, а в результате получаются невероятно аппетитные, вкусные и полезные блюда.

Правила жарки на гриле

При жаренье овощей на гриле выполняют следующие действия.

1. Кусочки овощей смазывают смесью оливкового масла, специй, солят. Дают стечь излишкам масла.

2. Укладывают овощи наиболее привлекательной стороной вниз на горячие прутья решетки.

3. Жарят до образования румяной корочки (в процессе жаренья овощи можно поворачивать на 90° для получения отпечатков в виде решетки).

4. Переворачивают овощи с помощью щипцов на другую сторону и доводят до готовности.

При обслуживании банкетов для увеличения производительности гриля можно комбинировать два способа обработки: сначала овощи обжаривают на гриле для получения корочки и следов от решетки на поверхности продукта, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу или пароконвектомате.

5. Последовательность приготовления **жареных овощей на мангале** такая же, как и при жарке овощей на гриле.

Правила жарки на мангале

1. Подготовленные овощи перед жаркой на мангале смазывают растительным маслом, посыпают специями и приправами, выкладывают на разогретую и смазанную маслом решетку или нанизывают на шампуры или шпажки.

2. Решетку или шампуры помещают над углями и постепенно поворачивают в процессе жаренья по мере образования поджаристой корочки на поверхности.



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите способы жарки овощей

_____.

2. Укажите с какой целью нарезанный картофель промывают перед жаркой _____.

3. Укажите соотношение продукта и жира при жарке во фритюре: _____.

4. Перечислите овощи, которые можно сотировать в сыром виде _____.

5. Дайте определение термину:

Сотирование – это _____.

Урок 27. Блюда и гарниры из жареных овощей.

Приготовление и отпуск блюд и гарниров. Требования к качеству готовых жареных блюд из овощей

27.1 Картофель, жаренный из сырого на растительном масле

1. Картофель нарезают дольками и брусочками, промывают в холодной воде и обсушивают, откинув на дуршлаг или сито. Если картофель жарят небольшими порциями, то его обсушивают, выложив на бумажное полотенце.

2. Картофель кладут на противень слоем толщиной 4–5 см, не более, жарят, периодически помешивая, до образования румяной корочки, солят и продолжают жарить до готовности.

3. Если при жарке на плите картофель полностью не прожарился, то его доводят до готовности в жарочном шкафу или пароконвектомате.

Отпуск блюда «Картофель жареный из сырого». Отпускают жареный картофель в баранчике или на порционной тарелке, при отпуске посыпают рубленой зеленью, украшают дольками овощей. Чаще используют в качестве гарнира, но если используют как самостоятельное блюдо, то дополнительно можно подать в салатнике соленые огурцы, квашеную капусту, свежие помидоры и огурцы.



Рисунок 27.1 Картофель жареный из сырого

27.2 Картофель, жаренный из вареного

1. Картофель, сваренный в кожице, охлаждают, очищают, нарезают кружочками или ломтиками.

2. Кладут ровным слоем на противень с хорошо прогретым жиром, посыпают солью и жарят, периодически встряхивая, до образования румяной корочки.

3. Вареный картофель поглощает больше жира, чем сырой, поэтому, чтобы картофель сохранил форму и хорошо подрумянился, жира для жарки берут немного, поливают растопленным маслом по мере необходимости при жарке.

Отпуск блюда «Картофель жареный из вареного». При отпуске жареный картофель можно комбинировать с другими овощами, прошедшими тепловую обработку, или свежие помидоры и огурцы, или соленые овощи подать отдельно в салатнике.



Рисунок 27.2 Картофель жареный из вареного

27.3 Рулетики из баклажанов

Баклажаны также жарят тонкими пластинами на сковороде, в том числе с поверхностью гриль с двух сторон, смазывают их чесночным соусом и сворачивают рулетиками.

Отпуск блюда «Рулетики из баклажанов». Готовые рулетики из баклажанов подают в горячем или в холодном виде. Рулетики выкладывают на блюдо и украшают его зеленью и гренками из ржаного хлеба.



Рисунок 27.3 Рулетики из баклажанов

27.4 Лапша из кабачков

1. Овощи обрабатывают и нарезают длинной соломкой, перемешивают, посыпают солью, перцем.

2. Масло нагревают в сотейнике, добавляют лук-шалот и жарят до появления аромата.

3. Кладут овощи и жарят до готовности при довольно сильном нагреве.

4. Доводят до вкуса солью, специями, добавляют рубленую зелень. Овощи вынимают, дают лишнему жиру стечь.

Отпускают блюдо «Лапша из кабачков» как самостоятельное блюдо или в качестве компонента сложного гарнира. В этом случае лапшу можно выкладывать как «подушку» под основной продукт.



Рисунок 27.4 Лапша из кабачков

27.5 Шницель из капусты

Для шницеля капустного лучше использовать молодую капусту.

1. Кочерыжку удаляют из целого кочана, кочан варят в подсоленной воде целиком до полуготовности, охлаждают и разбирают на листья.

2. У листьев отбивают или срезают утолщенные части.

3. Листья складывают по два и формируют в виде овала, подвернув края листьев к центру.

4. Если шницель готовят с использованием молочного соуса, то первый подготовленный лист смазывают соусом молочным средней густоты и накрывают вторым листом, слегка прижимают, края подворачивают к центру или обравнивают, придавая блюду овальную форму. Можно использовать не молочный, а сливочный соус и в него добавлять небольшое количество

яичных желтков. Добавление соуса в рецептуру блюда делает его более сочным, улучшает вкусовые качества.

5. Сформованный шницель панируют в муке, смачивают в льезоне и панируют в сухарях. Лучше использовать крошку от пшеничного черствого хлеба.

6. Жарят шницель основным способом на сковороде с двух сторон до золотистой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Отпуск блюда «Шницель из капусты». Отпускают шницель на овальном металлическом блюде или на порционной тарелке с соусом сухарным или со сметаной. Сметану подают отдельно в фарфоровом соуснике или подливают сбоку, соус сухарный подают отдельно в металлическом соуснике на подстановочной тарелке.



Рисунок 27.5 Шницель из капусты

27.6 Брокколи в чесночном соусе

1. Брокколи бланшируют в кипящей подсоленной воде в течение 1–2 мин. Если брокколи готовят впрок, то после бланширования ее охлаждают и обсушивают. Хранят до момента использования в холодильнике.

2. В прогретое растительное масло добавляют имбирь, дольки чеснока, зеленый лук и прогревают в течение 1 мин до появления аромата. Добавляют мелко нарезанный красный перец и прогревают еще в течение 1 мин.

3. Затем вводят брокколи и жарят до размягчения, добавляют херес, рисовый и соевый соус, сахар и бульон, заваривают крахмалом, предварительно разведя его холодным бульоном, и доводят до вкуса.

Отпуск блюда «Брокколи в чесночном соусе». Подают вместе с соусом, который образовался в процессе приготовления.



Рисунок 27.6 Брокколи в чесночном соусе

27.7 Котлеты морковные

1. Морковь нарезают тонкой соломкой или пропускают через овощерезку и припускают с жиром в воде, в молоке или смеси воды с молоком.

2. Перед окончанием припускания всыпают стружкой манную крупу, хорошо перемешивают и варят, в течение 10-15 мин до полного размягчения моркови и набухания крупы.

3. Полученную массу охлаждают до 40-50°C, добавляют яйца (можно ввести протертый творог), перемешивают.

4. Формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в муке или сухарях и обжаривают с двух сторон.

Отпуск «Котлеты морковные». Подают с маслом, маргарином или соусами: сметанным или молочным, которые подливают сбоку. Можно отпускать со сметаной.



Рисунок 27.7 Котлеты морковные

27.8 Котлеты свекольные

1. Сваренную в кожуре свеклу очищают, протирают или пропускают через протирочную машину и прогревают с жиром.

2. Затем всыпают манную крупу и варят до набухания крупы.

3. В охлажденную массу добавляют яйца (можно добавить протертый творог), соль, перемешивают, формуют котлеты. Жарят и отпускают так же, как морковные.



Рисунок 27.8 Котлеты свекольные

27.9 Котлеты капустные

1. Нашинкованную капусту припускают с жиром в молоке или молоке с добавлением бульона или в воде до полуготовности.

2. После этого всыпают тонкой стружкой манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10—15 мин.
3. Массу охлаждают, вводят в нее яйца и перемешивают. Можно добавить в подготовленную массу припущенные яблоки.
4. Жарят и отпускают котлеты так же, как морковные.



Рисунок 27.9 Котлеты капустные

27.10 Котлеты картофельные

1. Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают в горячем виде, охлаждают до 40—50°C, добавляют яйца и хорошо перемешивают.

2. Из этой массы формируют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке, обжаривают с обеих сторон.

Отпуск «Котлеты картофельные». При отпуске поливают растопленным маслом, маргарином или сбоку подливают соус: грибной, сметанный, сметанный с луком, сметанный с томатом.



Рисунок 27.10 Котлеты картофельные

27.11 Зразы картофельные

1. Из картофельной массы, приготовленной как для котлет, формируют лепешки, на середину их кладут фарш и соединяют края так, чтобы фарш был внутри изделия.

2. Затем изделие панируют в сухарях или муке, придавая ему форму кирпичика с овальными краями, и жарят с обеих сторон.

3. Для фарша лук репчатый нарезают соломкой пассеруют; грибы мелко режут и обжаривают; морковь, нарезанную соломкой, припускают с жиром. Пассерованный лук смешивают с жареными грибами, или вареными мелко нарубленными яйцами, или припущенной морковью, солят и добавляют молотый перец.

Отпуск «Зразы картофельные». При отпуске зразы (по 2 шт. на порцию) поливают жиром. Сметану или соусы (грибной, томатный, сметанный) подают отдельно или подливают на блюдо.



Рисунок 27.11 Зразы картофельные

27.12 Крокеты картофельные

1. Горячий вареный картофель протирают, добавляют 1/3 муки, положенной по рецептуре, желтки яиц и перемешивают.

2. Полученную картофельную массу разделяют в виде шариков, груш, цилиндров (по 3—4 шт. на порцию), панируют их в оставшейся муке, затем опускают в белки, панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира.

3. В массу можно добавить поджаренные грибы и лук.

Отпуск «Крокетов картофельных». Отпускают крокеты с соусом красным с луком и огурцами, томатным, грибным. Соус

лучше подать отдельно. Можно часть соуса подлить, а часть подать в соуснике. Крокеты можно использовать в качестве гарнира, в этом случае их делают меньшего размера.



Рисунок 27.12 Крокеты картофельные

Приготовление и отпуск жареных блюд из грибов

Для приготовления жареных блюд используют грибы свежие, сушеные и маринованные.

Подготовка грибов к тепловой обработке:

1. **Свежие белые грибы, подосиновики, подберезовики** предварительно ошпаривают.

2. **Сморчки** обязательно варят 8...10 мин, отвар сливают, затем промывают грибы горячей водой.

3. **Шампиньоны** припускают. Для этого в посуду кладут шампиньоны слоем не более 20 см, наливают немного воды, добавляют лимонную кислоту или уксус, чтобы грибы не потемнели, закрывают крышкой и припускают при сильном нагреве 8...10 мин, затем охлаждают и хранят в этом отваре.

4. **Сушеные грибы** хорошо промывают, затем замачивают в холодной воде 3...4 ч, промывают, варят в той же воде, в которой замачивали, и снова промывают.

5. **Маринованные грибы** отделяют от маринада, соленые — от рассола и промывают.

27.13 Сморчки, жаренные в масле

1. Обработанные и хорошо промытые сморчки отварить в течение 7...10 мин.

2. Откинуть на сито, отжать и нарезать ломтиками.

3. Грибы тщательно поджарить на масле, заправить солью, перцем и сбрызнуть лимонным соком.

4. Грибы можно готовить с соусом красным, сметанным и др.

При отпуске блюда «Сморчки, жареные в масле» посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.



Рисунок 27.13 Сморчки жареные в масле на гренке

Требования к качеству готовых жареных блюд из овощей

По внешнему виду кусочки жареных овощей одинаковых формы и размеров, форма нарезки сохранена, овощи равномерно обжарены со всех сторон, консистенция мягкая.

Цвет жареного картофеля желтый, отдельные кусочки могут быть обжарены до коричневого цвета. Цвет остальных овощей на поверхности светло-коричневый, на изломе — свойственный натуральному цвету овощей. Изделия из овощной массы —

котлеты, зразы, шницель — должны быть правильной формы, без трещин, на поверхности румяная поджаристая корочка.

Консистенция корочки хрустящая, внутри изделий пышная, нетягучая, сочная.

Цвет изделий из картофеля на разрезе белый или кремовый, консистенция пышная, нетягучая, без комков непротертого картофеля.

Цвет морковных котлет на разрезе светло-оранжевый. Вкус слегка сладковатый. Консистенция рыхлая, однородная, без крупных кусочков моркови и комочков манной крупы.

Цвет изделий из капусты светло-кремовый.



Задания для самостоятельного решения:

1. Продолжите технологическую последовательность приготовления картофеля, жареного во фритюре:

Нарезают картофель → _____

2. Укажите ингредиенты и технологическую последовательность приготовления шницеля из капусты:

а) ингредиенты: _____

б) технологическая последовательность приготовления:

3. Восстановите технологическую последовательность приготовления картофеля, жаренного из сырого и варёного картофеля, используя номера технологических операций:

Технологические операции	Картофель, жаренный из сырого	Картофель, жаренный из вареного картофеля
1.Варят в кожице		
2.Кладут слоем на разогретую с жиром сковороду		
3.Очищают от кожицы		
4.Посыпают солью		
5.Отпускают		
6.Промывают в холодной воде		
7.Жарят		
8.Нарезают		
9.Обсушивают		
10.Доводят до готовности в жарочном шкафу		

4. Опишите технологический процесс приготовления картофельной массы _____

5. Посоветуйте с чем можно подать котлеты морковные _____

Урок 28. Блюда и гарниры из тушеных овощей и грибов.

Приготовление и отпуск блюд и гарниров.

Требования к качеству готовых тушеных блюд из овощей

В старину тушеные овощи называли «духовыми» и готовились они в глиняных горшочках в русских печах. Для приготовления тушеных блюд овощи нарезают дольками, кубиками, соломкой, слегка обжаривают, добавляют соус, специи и тушат, закрыв посуду крышкой. Перед тушением не обжаривают только капусту и свеклу.

Правила тушения овощей

1. Обработанные и нарезанные овощи (капуста белокочанная, морковь, кабачки, баклажаны, картофель, брокколи, свекла, перец сладкий) обжаривают (картофель, морковь, кабачки, баклажаны, перец) или припускают (капуста белокочанная, брокколи, морковь), или варят (свекла), грибы обжаривают или варят.

2. В сотейник или котел кладут жир, овощи, прошедшие предварительную обработку, и заливают бульоном или отваром (водой) в количестве 20–30 % от массы овощей и тушат при слабом кипении при закрытой крышке.

3. При тушении могут добавляться пассерованные морковь, лук репчатый, белые корни, пассерованное томатное пюре.

4. Тушеные блюда для загущения консистенции можно заправлять мучной пассеровкой (капуста тушеная) или соусом (отвар сливают и соус готовят на нем).

5. Овощи заливают соусом и тушат еще в течение 15–20 мин.

28.1 Капуста тушеная

1. Белокочанную капусту шинкуют соломкой, кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют бульон или воду (20–30 % от массы капусты), жир и тушат до полуготовности, периодически помешивая.

2. Затем добавляют пассерованное томатное пюре, нарезанные соломкой пассерованные морковь и лук и тушат до готовности.

3. За 5–10 мин до окончания тушения вводят перец горошком и лавровый лист.

4. Готовят мучную пассеровку: муку пассеруют без жира до светло-коричневого цвета, охлаждают, разводят теплым бульоном, процеживают.

5. Капусту заправляют мучной пассеровкой, вливая ее при помешивании, и добавляют по вкусу соль, сахар и уксус.

Отпуск блюда «Капуста тушеная». Отпускают капусту тушеную в баранчике или на блюде, выкладывая горочкой. При отпуске на блюде можно уложить капусту с помощью формовочного кольца. Часто капуста тушеная используется как гарнир. При отпуске посыпают рубленой зеленью.



Рисунок 28.1 Капуста тушеная

28.2 Рагу из овощей

Набор продуктов для традиционного овощного рагу зимнего сезона: картофель, морковь, кабачки, репчатый лук, нарезанные дольками или кубиками, белокочанная капуста, нарезанная шашками, и цветная капуста — соцветиями. В летнее время набор может меняться, в рагу можно вводить баклажаны, помидоры.

1. Картофель обжаривают до золотистой корочки, морковь и лук пассеруют, капусту отваривают.
2. Готовят томатный или красный, или сметанный соус.
3. В готовый соус кладут пассерованную морковь, тушат в течение 15 мин, добавляют обжаренный картофель, отваренную капусту, пассерованный лук, тушат.
4. В конце тушения добавляют кабачки или консервированный зеленый горошек.
5. Добавляют по вкусу соль, специи, при отпуске — растертый чеснок (по желанию посетителя).

Отпускают блюдо «Рагу из овощей» в баранчике или на блюде, выкладывают горочкой, сверху посыпают рубленой зеленью.



Рисунок 28.2 Рагу из овощей

28.3 Картофель тушеный с грибами

1. Картофель нарезают дольками и обжаривают.
2. Лук нарезают дольками и пассеруют.
3. Шампиньоны нарезают ломтиками или дольками и жарят.

4. Готовят сметанный соус: муку пассеруют (жировая пассировка), заваривают сметаной и доводят до вкуса солью.

5. Если рагу готовят в горшочке, то в него подливают сметанный соус, кладут подготовленные картофель, лук и грибы. В горшочек с овощами сверху вливают соус, закрывают горшочек крышкой, ставят его в жарочный шкаф и тушат картофель в течение 15–20 мин. Можно тушить не в жарочном шкафу, а в кастрюле на плите.

Отпускают блюдо «Картофель тушеный с грибами» на подстановочной тарелке или на блюде горочкой. Сверху посыпают рубленой зеленью.



Рисунок 28.3 Картофель тушеный с грибами

Требования к качеству готовых тушеных блюд из овощей

Кусочки овощей одинаковые по форме и размерам, форма сохранена.

Консистенция мягкая, сочная, у капусты допускается упругая, консистенция картофеля мягкая, форма слегка разварившаяся.

Вкус овощей, из которых приготовлено блюдо, для тушеной капусты — в меру соленый с кисло-сладким привкусом.

Цвет: от светло- до темно-коричневого, для тушеной свеклы — темно-вишневый.



Задания для самостоятельного решения:

1. Укажите, как называли в старину тушеные овощи. Ответ обоснуйте _____

_____.

2. Продолжите технологическую последовательность приготовления тушеной капусты:

Шинкуют капусту → _____

_____.

3. Заполните таблицу формы нарезки и предварительной тепловой обработки овощей для блюда «Рагу из овощей»:

	Овощи	Форма нарезки	Предварительная тепловая обработка
1.	Картофель	Дольки, кубики	Жарка
2.	Капуста свежая белокочанная	Шашки	Припускание
3.			

4. Перечислите какие соусы можно использовать для приготовления рагу из овощей

_____.

5. Укажите, чем посыпают при отпуске блюдо «Капуста тушеная» _____.

Урок 29. Блюда и гарниры из запеченных овощей и грибов. Приготовление и отпуск блюд. Требования к качеству готовых запеченных блюд из овощей и грибов

Для запекания овощи предварительно:

- варят;
- припускают;
- тушат;
- жарят, а иногда используют сырые.

Овощи раскладывают на противнях или порционных сковородах, которые смазывают маслом и посыпают сухарями.

Запекают овощи в жарочном шкафу при температуре 250-280*С до образования на поверхности блюда поджаристой корочки и прогревания внутренних слоев до 80°С.

По способу приготовления запеченные блюда подразделяют:

- на овощи, запеченные в соусе;
- запеканки;
- пудинги;
- фаршированные овощи.

Алгоритм действий при запекании овощей

1. Посуду для запекания (противни или формы — тефлоновые, силиконовые, керамические или порционные сковороды) смазывают маслом, присыпают сухарями или наливают в них небольшое количество соуса.

2. Выкладывают подготовленные овощи или овощные массы, поверхность выравнивают.

3. Поливают овощи сверху соусом и присыпают сыром или сухарями.

4. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С до образования корочки.

Примечание. Если запекают блюда из картофельной массы, то поверхность выравнивают, сбрызгивают маслом и запекают.

5. Проверяют готовность по уплотнению (если запекают овощные массы для пудинга и запеканок) и мягкости овощей. Если до готовности блюдо еще не доведено, но уже образовалась поджаристая корочка, можно продолжить запекание в жарочном шкафу, прикрыв блюдо фольгой или смоченным в воде пергаментом.

	капуста белокочанная или цветная	варка	сметанный , грибной, молочный, масло сливочное
	тыква	варка	
Фаршированные овощи	капуста белокочанная	варка листьев	Соус сметанный или сметанный с томатом
	перец	бланшируют	
	кабачки	варка	
	репа	варка	
	баклажаны	-	
	помидоры	-	

Таблица 29.1 Краткая характеристика запеченных блюд из овощей

Блюда из запеченных овощей	Овощи, используемые для запекания	Тепловая обработка полуфабриката перед запеканием	Отпуск
Овощи, запеченные в соусе	картофель	варка или жарка	Сливочное масло
	кабачки	жарка	
	цветная капуста	варка	
Запеканки, пудинги	картофель	варка	Сметана, соус
	морковь	варка	

29.1 Рататуй

Можно готовить как способом тушения, так и способом запекания.

1. Подготовленные и нарезанные кубиками или кружочками кабачки, баклажаны, перец обжаривают.

2. Лук нарезают кольцами или полукольцами и пассеруют.

3. Томаты очищают от кожицы и нарезают кубиком.

4. Грибы (белые или шампиньоны) нарезают ломтиками и обжаривают.

5. Подготовленные и обжаренные овощи выкладывают на противень с высокими бортами или в форму слоями, поливают сверху каждый слой томатным соусом (готовят без муки, упаривая протертые томаты или пассеруя их с оливковым маслом,

добавляют измельченный чеснок, оливковое масло, зелень и специи) и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Отпуск блюда «Рататуй». На порционную тарелку кладут рататуй, поливают соусом, в котором запекали. Украшают веточкой базилика.



Рисунок 29.1 Рататуй

29.2 Картофель запеченный фаршированный

1. У запеченного клубня срезают верхушку, часть мякоти аккуратно вынимают, измельчают и соединяют с дюксемем (фаршем из обжаренных грибов и пассированного лука).

2. Фаршируют этим фаршем клубни, сбрызгивают их растительным маслом и прогревают в жарочном шкафу.

При отпуске украшают веточками зелени и грибами.



Рисунок 29.2 Картофель запеченный фаршированный

29.3 Запеканка картофельная

1. Картофель отваривают, обсушивают, протирают горячим и перемешивают.

2. На противень, смазанный маслом и присыпанный сухарями, выкладывают половину картофельной массы, разравнивают влажной лопаткой, выкладывают слой мясного фарша, покрывают оставшимся картофелем, поверхность выравнивают, смазывают ее сметаной, присыпают сухарями и сбрызгивают растопленным маслом.

3. Запекают, слегка охлаждают, нарезают на порции.

Отпуск блюда «Запеканка картофельная». Отпускают запеканку на овальном металлическом блюде или на порци-

онной тарелке. При подаче на металлическом блюде соус томатный, сметанный, сметанный с томатом или грибной подают отдельно в соуснике, при подаче в порционной тарелке — подливают сбоку.



Рисунок 29.3 Запеканка картофельная

29.4 Запеканка морковная

1. Морковь, нарезанную тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до готовности, в конце припускания всыпают манную крупу, соль, перемешивают, проваривают 15 минут. Можно готовить с творогом или без него.

2. Массу охлаждают до 40-50°C, перемешивают, выкладывают в противни, смазанные маслом и посыпанные сухарями, ровным слоем 3-4см, поверхность разравнивают,

смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования легкой румяной корочки на поверхности изделия в течение 20мин.

Отпуск блюда «Запеканка морковная». Отпускают со сметаной, растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.



Рисунок 29.4 Запеканка морковная

29.5 Пудинг морковный запеченный

1. Морковь, нарезанную тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до готовности, в конце припускания всыпают манную крупу, соль, перемешивают, проваривают 15 минут. Можно готовить с творогом или без него.

2. В подготовленную массу добавляют при размешивании яичные желтки, затем взбитые яичные белки и выкладывают в

формы или на противень, смазанные жиром и посыпанные сухарями.

3. Поверхность пудинга смазывают сметаной, наносят узор и запекают в жарочном шкафу.

Отпуск блюда «Пудинг морковный запеченный». Отпускают со сметаной, растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.



Рисунок 29.5 Пудинг морковный

29.6 Суфле морковное

1. Припущенную морковь с жиром протирают и охлаждают до 40-50'.

2. Подготовленную морковную массу соединяют с протретым творогом, сахаром, яичными желтками и взбитыми белками.

3. Полученную массу выкладывают в смазанные жиром формы или порционные сковороды и запекают в жарочном шкафу.



Рисунок 29.6 Суфле из моркови

29.7 Перец фаршированный

1. Перец подготавливают к фаршированию, удалив плодоножку с семенной коробкой, бланшируют и охлаждают.

2. Заполняют подготовленным фаршем (мясным или овощным).

3. Фаршированные плоды перца обжаривают или запекают в жарочном шкафу до полуготовности, затем сверху поливают соусом (консистенция соуса — средней густоты) сметанным (сметанным с томатом или томатным) и запекают до полной готовности.

4. Если готовят порционно, то форму или противень смазывают растительным маслом, наливают соус, выкладывают подготовленный перец, поливают его соусом и запекают при температуре 250—280 °С.

Отпускают фаршированный перец в той посуде, в которой запекали (порционная сковорода) или на порционной тарелке. На тарелку перекладывают перец и поливают соусом, в котором запекали, посыпают рубленой зеленью.

Виды фарша для перца фаршированного:

Фарш мясной (для голубцов с мясом и рисом). Рис варят откидным способом, добавляют сырой нарезанный мелким кубиком или пассерованный репчатый лук, мясной фарш, соль, перец и перемешивают.

Фарш овощной. Рис варят откидным способом, морковь и лук нарезают соломкой или крошкой и пассеруют, добавляют свежие помидоры или пассированное томатное пюре и прогревают. Соединяют овощи и рис, доводят до вкуса солью, специями.



Рисунок 29.7 Перец фаршированный

29.8 Голубцы овощные фаршированные

1. Кочаны сваренной до полуготовности капусты охлаждают, разбирают на листья, отбивают утолщенные части, на середину кладут фарш и сворачивают листья конвертом.

2. Сформованные голубцы обжаривают с обеих сторон в порционной сковороде, выкладывая затем на противень, или на противне, заливают сверху соусом сметанным, сметанным с томатом или томатным.

3. Если голубцы готовят порционно, то на дно порционной сковородки или керамической формы наливают часть соуса, выкладывают в посуду обжаренные голубцы и поливают их сверху частью соуса.

4. Присыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280 °С.

Отпуск блюда «Голубцы овощные фаршированные». Подают овощные голубцы на порционной сковородке, в которой их запекали, сверху присыпают рубленой зеленью. Если запекали на противне, то 1–2 голубца на 1 порцию кладут в порционную тарелку и поливают сверху соусом, в котором их запекали. Посыпают рубленой зеленью.



Рисунок 29.8 Голубцы овощные фаршированные

29.9 Кабачки, фаршированные овощами

1. Кабачки нарезают поперек кружочками, толщиной 2–3 см; если кабачки молодые и некрупные, то кружочки делают чуть толще. Часть мякоти, а у зрелых кабачков и семена удаляют, кабачки бланшируют в кипящей воде до полуготовности и охлаждают.

2. Заполняют подготовленные кабачки внутри фаршем, кладут на порционную сковородку или противень, предварительно налив на дно, смазанное маслом, соус (сметанный, сметанный с томатом или томатный), и поливают сверху соусом.

3. Соус должен иметь достаточно густую консистенцию, чтобы не стекать в процессе запекания.

4. Посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и запекают при температуре 250—280 °С до образования румяной корочки.

Отпускают кабачки, фаршированные овощами, при порционном приготовлении в той посуде, в которой их запекали. Подстановочную тарелку покрывают салфеткой, на нее устанавливают порционную сковородку с голубцами и посыпают рубленой зеленью.

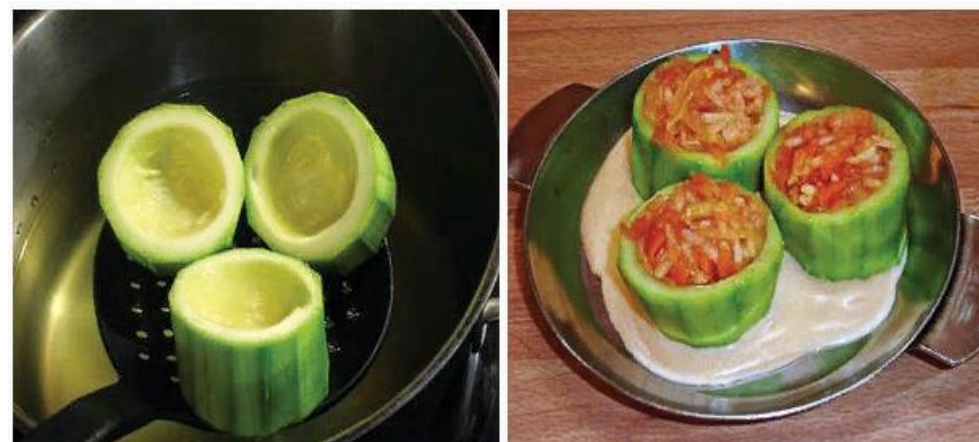


Рисунок 29.9 Кабачки фаршированные

29.10 Грибы в сметанном соусе запеченные

1. Обработанные свежие грибы нарезают дольками и обжаривают 10...12 мин, шампиньоны припускают, а сушеные белые грибы и сморчки предварительно отваривают.

2. Подготовленные грибы соединяют со сметанным соусом, доводят до кипения и раскладывают на порционные сковороды, смазанные маргарином, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают до образования легкой поджаристой корочки.

3. Если грибы используют как горячую закуску, то их нарезают тонкими ломтиками, запекают и подают в специальной посуде — кокотнице.

При *отпуске* блюда «Грибы в сметанном соусе запеченные» кокотницу ставят на тарелку, рядом помещают маленькую ложку или специальную закусочную вилку.



Рисунок 29.10 Грибы в сметанном соусе запеченные

29.11 Грибы фаршированные запеченные

1. Шампиньоны подготавливают для фарширования, удаляя ножку и очистив шляпки от кожицы, и варят в подсоленной воде. Откидывают на дуршлаг и дают отвару стечь.

2. Готовят фарш: грибы (ножки и целые грибы) мелко рубят, на сковороде пассеруют мелко нарезанный лук, добавляют рубленые грибы и все вместе пассеруют, заправляют сметанным соусом или сметаной, доводят до вкуса.

3. Подготовленные шляпки грибов выкладывают на противень, смазанный маслом, или в порционную посуду для запекания — керамические лотки, порционные сковородки.

4. Заполняют грибы фаршем, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С до появления корочки.

Отпускают грибы фаршированные запеченные в той посуде, в которой запекали, украсив зеленью (при порционном запекании), или перекладывают на порционную тарелку, украшают зеленью.



Рисунок 29.11 Грибы фаршированные запеченные

Требования к качеству готовых запеченных блюд из овощей и грибов

Внешний вид у овощных запеканок форма ровная, поверхность без трещин, с румяной корочкой, на разрезе толщина верхнего и нижнего слоев одинаковая, фарш распределен равномерно.

Цвет и вкус — свойственные овощам, из которых приготовлены запеченные блюда. Овощи, запеченные под соусом, должны быть полностью залиты ровным слоем соуса, на поверхности — румяная корочка.

Консистенция - мягкая, сочная.



Задания для самостоятельного решения:

1. Перечислите группы запеченных овощей в зависимости от технологии приготовления:

2. Укажите какие фарши используют для приготовления фаршированных овощей:

3. Укажите температуру запекания овощных блюд:

4. Напишите, как можно добиться образования румяной корочки на поверхности запеканок:

5. Укажите ингредиенты и технологическую последовательность приготовления овощных голубцов:

а) ингредиенты: _____;

_____;

б) технологическая последовательность приготовления:

на противень укладывают полуфабрикат →

6. Заполните таблицу, указав наличие или отсутствие технологических операций, при приготовлении перечисленных в ней блюд:

Блюдо	Тепловая обработка п/ф перед запеканием	Запекание (в соусе +, без соуса -)	Отпуск (вместе с соусом +, полив соусом -)
Голубцы овощные			
Перец фаршированный			
Баклажаны фаршированные			
Помидоры фаршированные			
Кабачки фаршированные			

Урок 30-31. Лабораторное занятие №2. «Приготовление блюд и гарниров из овощей и грибов»

Цель лабораторного занятия:

Отработать практические навыки приготовления блюд из жареных, тушеных, запеченных овощей и изделий из овощной котлетной массы, в соответствии с технологией их приготовления.

Задачи:

- научиться применять на практике различные виды тепловой кулинарной обработки овощей;
- получить практический опыт приготовления овощных блюд: **капуста тушеная, зразы картофельные, котлеты морковные, голубцы овощные;**
- научиться применять на практике правила подачи готовых блюд из овощей;
- сравнить полученный результат с требованиями качества, предъявляемыми нормативными документами;
- определить изменение массы полуфабрикатов с готовыми изделиями.

Оборудование: плита индукционная, пароконвектомат.

Посуда и инвентарь:

- доска разделочная зеленая;
- ножи (поварская тройка);
- весы настольные;

- миски объемом 0,5-1 литр;
- кастрюли объемом 1, 2, 3 литра;
- сковороды с тефлоновым покрытием;
- лопатки силиконовые;
- сито для протираания;
- тарелки столовые;
- сковородка порционная;
- столовые ложки;
- веселки.

Последовательность выполнения работы

1. Проведение инструктажа по технике безопасности на рабочем месте.
2. Выполнение лабораторного занятия:
 - обработка овощей и приготовление полуфабрикатов из овощей, необходимых для приготовления блюда;
 - проведение тепловой обработки полуфабрикатов согласно рецептуре блюда;
 - оформление приготовленного блюда и его подача;
 - проведение бракеража приготовленного блюда с оценением качества;
 - уборка рабочего места.
3. Подведение итогов лабораторного занятия.

Требования к качеству готовых блюд

1. Капуста тушеная:

- а) **внешний вид** – овощи нарезаны соломкой, мягкие сочные;

- б) **цвет** – светло-коричневый, морковь-оранжевая;
- в) **вкус** – кисло-сладкий, не слишком острый;
- г) **консистенция** – мягкая, но допускается слегка упругая, сочная.

2. Котлеты морковные:

- а) **внешний вид** - форма овально-заостренная; на поверхности поджаристая корочка, изделия без трещин, рядом подлита сметана;
- б) **цвет** - светло-оранжевый; поверхность темно-золотистого цвета.
- в) **вкус** - слегка сладковатый.
- г) **консистенция** – рыхлая, однородная, без крупных кусочков моркови и комочком манной крупы.

3. Голубцы овощные:

- а) **внешний вид** - голубцы целые, не развернутые, политы соусом, в котором запекались. Капуста мягкая, фарш сочный.
- б) **цвет** - поверхность снизу и сверху равномерно обжаренная, с боков белая. Соус розовый.
- в) **вкус и запах** - свойственный запеченной капусте и фаршу.
- г) **консистенция** – мягкая, сочная.

4. Зразы картофельные:

- а) **внешний вид:** форма кирпичиков, на поверхности поджаристая корочка, внутри фарш, изделия без трещин.
- б) **цвет** – на поверхности коричневый, на изломе светло-желтый.

в) **вкус** – свойственный картофелю и фаршу с острым луковым привкусом.

г) **запах** – картофеля.

Технологическая карта № 1

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 210 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г.

Наименование блюда Капуста тушеная

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Капуста свежая	325	260
Уксус 3%-ный	8	8
Кулинарный жир	11	11
Томатное пюре	20	20
Морковь	13	10
Петрушка (корень)	7	5
Лук репчатый	18	15
Лавровый лист	0,02	0,02
Перец	0,05	0,05
Мука пшеничная	3	3
Сахар	8	8
Выход на 1 порцию	-	250
Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск		

1. Нарезанную соломкой капусту кладут в сотейник, добавляют воду, уксус, жир, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

2. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности.

3. За пять минут до готовности капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Отпуск: на подогретую тарелку укладывают горкой тушеную капусту. Оформляют мелко нарезанной зеленью.

Температура подачи – 60-65°С.

Технологическая карта № 2

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 222 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г.

Наименование блюда Котлеты морковные со сметаной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Морковь	156	125
Маргарин столовый	5	5
Молоко	15	15
Бульон	15	15
Крупа манная	15	15
Яйца	1/10шт	4
Творог	31	30

Сухари пшеничные или мука пшеничная	12	12
Масса полуфабриката	-	180
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных котлет	-	150
Сметана	25	25
Выход на 1 порцию	-	175/25

Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск

1. Морковь нарезают тонкой соломкой, припускают с жиром в молоке с добавлением бульона.

2. Перед окончанием припускания всыпают тонкой струйкой манную крупу, хорошо размешивая, и варят до готовности.

3. Полученную массу охлаждают до 40-50 °С, добавляют соль, яйца, протертый творог, перемешивают, формируют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке и жарят с обеих сторон.

Отпуск: на подогретую тарелку выкладывают котлеты, сбоку подливают сметану.

Температура подачи – 60-65°С.

Технологическая карта № 3

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 246 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г.

Наименование блюда **Голубцы овощные**

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Капуста белокочанная	190	152
Масса вареной капусты	-	140
Для фарша:		
Шампиньоны свежие	66/50	20
Морковь	28/22	15
Лук репчатый	36/30	15
Крупа рисовая	11	30
Зелень петрушки	3	2
Маргарин столовый	15	15
Масса фарша	-	80
Масса полуфабриката	-	220
Соус сметанный №553	-	100
Сметана	50	50
Мука пшеничная	5	5
Бульон	50	50
Масса белого соуса	-	50
Выход на 1 порцию	-	250
Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск		

1. Кочан капусты (с удаленной кочерыгой) отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части листьев слегка отбивают.

2. На подготовленные листья капусты кладут фарш, завертывают в виде конверта. Голубцы обжаривают, укладывают на порционную сковороду, заливают соусом сметанным и запекают.

3. Для фарша: мелко нарезанные овощи пассеруют, добавляют зелень петрушки, а грибы жарят и соединяют с вареным рассыпчатым рисом, перемешивают.

Отпуск: на подстановочную тарелку ставят порционную сковороду.

Температура подачи – 60-65°С.

Технологическая карта № 4

Наименование организации ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

Номер рецептуры 218 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996 г.

Наименование блюда Зразы картофельные со сметаной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или п/ф, г
Картофель	241	181
Яйца	1/10шт	4
Масса картофельная	-	180

Лук репчатый	48	40
Маргарин столовый	5	5
Яйца	1/2шт	20
Масса фарша	-	40
Сухари или мука пшеничная	12	12
Масса полуфабриката	-	225
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных зраз	-	200
Сметана	20	20
Выход на 1 порцию	-	220

Технологический процесс приготовления, оформление и отпуск

1. Очищенный картофель заливают горячей водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают и протирают.

2. Из картофельной массы, приготовленной, как для котлет, формуют лепешки по 2шт. на порцию. На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в сухарях или муке, придавая форму кирпичика с овальными краями, и жарят с обеих сторон.

3. Для фарша: лук репчатый нарезают соломкой и пассеруют, смешивают с нарубленными яйцами, солят и добавляют молотый перец.

Отпуск: на подогретую тарелку укладывают зразы, сбоку поливают сметану.

Температура подачи – 60-65°С.



Задания для самостоятельного решения:

1. Определите изменение массы полуфабриката с готовыми изделиями (котлета морковная, голубцы овощные, зразы картофельные). Результаты запишите в таблицу:

Наименование изделия	Масса полуфабриката	Масса готового изделия
Котлета морковная		
Голубцы овощные		
Зразы картофельные		

2. Заполните таблицу, указав показатели качества приготовленных блюд в соответствии с требованиями:

Показатели качества	Капуста тушеная	Котлеты морковные	Голубцы овощные	Зразы картофельные
Внешний вид				
Вкус				
Запах				
Цвет				

Консистенция				
--------------	--	--	--	--

3. Напишите выводы о результатах своей работы:

Выводы: _____

Урок 32. Дифференцированный зачет

1. В группу корнеплодов не входит:

- а) морковь
- б) картофель
- в) свекла
- г) редис

2. Красящие вещества моркови:

- а) антоцианы
- б) каротиноиды
- в) хлорофилл
- г) флавоны

3. Какие овощи перед фаршированием бланшируют?

- а) помидоры, баклажаны
- б). перец, кабачки, огурцы
- в) перец, кабачки, капусту для голубцов
- г) картофель, помидоры, огурцы

4. Для приготовления блюда «Картофель в молоке» картофель нарезают:

- а) мелкими кубиками
- б) крупными кубиками
- в) средними кубиками
- г) брусочками

5. Картофельная масса состоит из следующих компонентов:

- а) протертого картофеля и яиц
- б) протертого картофеля, молока и яиц
- в) протертого картофеля, муки и сметаны
- г) протертого картофеля и масла сливочного

6. Овощи, содержащие бактерицидные вещества(фитонциды):

- а) артишоки, спаржа, ревень
- б) стручковый перец, баклажаны, томаты
- в) чеснок, лук, хрен, редька
- г) морковь, свекла, сельдерей

7. Картофель обрабатывают в следующем порядке:

- а) сортируют, калибруют, моют, очищают, дочищают, промывают
- б) калибруют, сортируют, очищают, дочищают, промывают
- в) сортируют, очищают, моют
- г) очищают, моют, нарезают

8. Овощные блюда запекают при температуре:

- а) 200-220°C
- б) 170-180°C
- в) 150-160°C
- г) 250-280°C

9. Фаршированные овощи:

- а) варят
- б) запекают
- в) жарят
- г) тушат

10. При приготовлении морковных и свекольных котлет в массу добавляют:

- а) манную крупу
- б) муку
- в) крахмал
- г) сметану

11. Шампиньоны промывают в воде с добавлением уксуса для:

- а) предохранения от потемнения
- б) удаления песка, грязи
- в) удаления горького привкуса
- г) набухания

12. Для приготовления картофельной запеканки используют:

- а) картофельную массу
- б) картофельное пюре
- в) картофель жареный
- г) картофель отварной

13. Как нарезают капусту белокочанную для приготовления блюда «Рагу овощное»?

- а) дольками
- б) соломкой
- в) крошкой
- г) шашками

14. В какую воду кладут быстрозамороженные овощи, не размораживая:

- а) в кипящую
- б) в холодную
- в) в теплую
- г) в горячую

15. Для приготовления морковных котлет морковь нарезают:

- а) соломкой
- б) дольками
- в) ломтиками
- г) брусочками

16. Для предохранения от потемнения очищенный картофель обрабатывают:

- а) раствором пищевой соды
- б) перманганатом калия
- в) бисульфитом натрия
- г) раствором лимонной кислоты

17. Не существует нарезки картофеля:

- а) брусочками, ломтиками
- б) дольками, соломкой
- в) кружочками, чесночками
- г) гребешками звездочками

18. Пай – картофель, жаренный во фритюре, нарезанный:

- а) соломкой
- б) брусочками
- в) стружкой
- г) дольками

19. Температура подачи горячих овощных блюд:

- а) не ниже 55°C
- б) не ниже 65°C
- в) не ниже 75°C
- г) не ниже 80°C

20. Картофельные зразы:

- а) жарят во фритюре
- б) жарят основным способом
- в) запекают
- г) тушат

21. Брокколи – овощ

- а) плодовой
- б) капустный
- в) десертный
- г) луковый

22. Помидоры, баклажаны, перец относятся к группе овощей:

- а) клубнеплоды;
- б) корнеплоды;
- в) плодовые;
- г) пряные.

23. Ревень — это:

- а) тыквенные овощи;
- б) плодовые овощи;
- в) десертные овощи в виде плоских листьев с черешками;
- г) десертные овощи в виде побегов.

24. Сульфитирование картофеля — это:

- а) обработка кислотой;
- б) обработка щёлочью;
- в) обработка паром;
- г) обработка бисульфитом натрия.

25. Норма отходов при обработке картофеля молодого до 1 сентября составляет

- а) 45 %;
- б) 25 %;
- в) 20 %.
- г) 35 %.

26. Какие грибы необходимо замачивать 3-4 часа?

- а) свежие;
- б) маринованные;
- в) солёные;
- г) сушеные.

27. Последовательность операций при механической обработке клубне- и корнеплодов:

- а) сортировка, мытьё, очистка, мытьё, нарезка;
- б) сортировка, калибровка, мытьё, очистка, дочистка, мытьё, нарезка
- в) мытьё, очистка, дочистка, нарезка;
- г) мытьё, очистка, нарезка, сортировка.

28. Существуют следующие формы нарезки капусты:

- а) брусочки, дольки;
- б) крошка, кубики;
- в) соломка, шашки;
- г) дольки, кубики.

29. Какие овощи перед фаршированием бланшируют?

- а) помидоры, баклажаны;
- б) перец, кабачки, огурцы;
- в) перец, кабачки, капуста для голубцов;
- г) картофель, помидоры, огурцы.

30. Форма нарезки картофеля для блюда «Картофель в молоке»

- а) соломка;
- б) крупные кубики
- в) мелкие кубики;
- г) брусочки.

31. Укажите нарушения технологического процесса приготовления картофельного пюре, если оно получилось клейким, тягучим:

- а) не доварили картофель, добавили горячее кипяченое молоко;
- б) протирали картофель остывшим, добавили горячее кипяченое молоко;
- в) протирали картофель горячим, добавили горячее кипяченое молоко;
- г) не обсушили картофель, добавили горячее кипяченое молоко.

32. Какие овощи используют для фарширования:

- а) капуста, репа, свекла;
- б) перец, помидоры, кабачки, баклажаны;
- в) патиссоны, перец, морковь;
- г) огурцы, помидоры, свекла.

33. Зеленые овощи варят:

- а) в подсоленной кипящей воде при закрытой крышке;
- б) в большом количестве бурно кипящей воды при открытой крышке;
- в) заливают холодной водой и варят на малом огне;
- г) на пару.

34. Для приготовления картофельного пюре картофель протирают:

- а) горячим
- б) теплым
- в) остывшим
- г) сырым

35. Зразы картофельные отличаются от котлет картофельных:

- а) формой
- б) формой и наличием фарша
- в) только наличием фарша
- г) цветом

Литература:

Печатные издания:

1. ГОСТ 31985-2013 Услуги общественного питания. Термины и определения.
2. ГОСТ 30389 - 2013 Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования.
3. ГОСТ 31986-2012 Услуги общественного питания. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания.
4. ГОСТ 31988-2012 Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания.
5. Сборник технологических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука. Издательство «Хлебпродинформ», 1996г. I часть, 615с.
6. Анфимова Н.А. Кулинария: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.А. Анфимова. - — 13-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. — 400 с.
7. Богущева Е.И. Технология приготовления пищи: учебно-методическая литература для студ. учреждений сред. проф. образования/Е.И. Богущева. - М.: Издательство «Феникс», 2018, 374 с.
8. Васюкова А.Т. Оборудование пищевых предприятий: учебник / Васюкова А.Т. — Москва: КноРус, 2019. — 284 с.

9. Качурина Т.А. Кулинария: рабочая тетрадь для нач. проф. образования/ Т.А. Качурина. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 160с.

10. Лутошкина Г.Г. Техническое оснащение и организация рабочего места: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Г.Г. Лутошкина, Ж.С. Анохина. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2018. — 240 с.

11. Матюхина З.П. Товароведение пищевых продуктов: учебник для нач. проф. образования / З.П. Матюхина. - М.: Академия, 2014. – 336 с.

12. Радченко С.Н. Организация производства на предприятиях общественного питания: учебник для нач. проф. образования / С.Н. Радченко. - «Феникс», 2013 – 373 с.

13. Семичева, Г. П. Приготовление и подготовка к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий разнообразного ассортимента: учебник / Г. П. Семичева. – Москва: Академия, 2019. – 356 с.

14. Соколова Е.И. Приготовление блюд из овощей и грибов: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Е.И. Соколова. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 288с. {16}с цв. ил.

15. Шильман Л.З. Технология кулинарной продукции: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ Л.З. Шильман. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 176с.

Электронные издания (электронные ресурсы):

1. Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК)
«Организация и ведение процессов приготовления и подготовки к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий сложного ассортимента».

2. Электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК)
«Приготовление блюд из овощей и грибов».