Міністерство освіти і науки України
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

Ю.В.Гвоздецька, І.А.Філімонова

Виробниче навчання

Навчально-методичний посібник
для виконання самостійної роботи студентів
напряму підготовки 6.010104 «Професійна освіта.
Харчові технології»

Умань 2016 р.

УДК664 (075.8)
ББК 36я731
В 52

Рецензенти:

А.Г.Грітченко доктор пед. наук,
професор кафедри професійної освіти
та технологій за профілями

С.І.Ткачук доктор пед. наук,
професор кафедри професійної освіти
та технологій за профілями

Гвоздецька Ю.В., Філімонова І.А.

Виробниче навчання: Навч.-мет.посібник для самостійної роботи студентів / Ю.В.Гвоздецька, І.А.Філімонова // – Умань: видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2016. – 261 с.

Затверджено на засіданні Вченої ради факультету професійної та технологічної освіти, протокол № 1 від 28 серпня 2015 р.

У посібнику подано навчальний матеріал дисципліни «Виробниче навчання», передбачений робочим навчальним планом для засвоєння студентами в процесі практичної підготовки. Рекомендовано студентам напряму підготовки «Професійна освіта. Харчові технології» денної та заочної форми навчання.

©Філімонова І.А., 2016
©Гвоздецька Ю.В., 2016

ЗМІСТ

Передмова……..…….……4
Структура залікового кредиту дисципліни……..……...6
Програма навчального курсу «Виробниче навчання» …….....7
Курс лекцій:
1. Організація прийому продукції. Запаси продуктів, їх значення для ритмічної роботи підприємства …….....14
2. Значення овочів у харчуванні людини. Класифікація овочів. Обробка бульбоплодів та коренеплодів……..22
3. Обробка лускатої риби на підприємствах харчової промисловості…….30
4. Напівфабрикати з м'яса. Особливості технології приготуванням м'ясних напівфабрикатів. ……36
5. Значення соусів у харчуванні людини……41
6. Особливості виробництва сиру. Класифікація сиру……..45
7. Значення круп, бобових і макаронних виробів у харчуванні людини……..……53
8. Значення перших страв у харчуванні людини……59
9. Харчова цінність молока та молочних продуктів……...65
10. Будова, хімічний склад і харчова цінність яєць……..70
Лабораторно-практичні роботи
1. Прості форми нарізки…….…74
2. Складні форми нарізки овочів. Складання композицій…….……..76
3. Способи розбирання риби і приготування напівфабрикатів ..…….79
4. Приготування котлетної маси з м'яса та напівфабрикатів з неї……..83
5. Приготування рибних напівфабрикатів…….……86
6. Приготування овочевої, бурякової і борошняної пасеровок……..90
7. Знімання філе з птиці і приготування напівфабрикатів з нього……..…94
8. Приготування заправних перших страв……..……..…..97
9. Приготування перших страв……108
10. Приготування соусів……121
11. Приготування основних соусів……132
12. Страви з круп, бобових, макаронних виробів……142
13. Страви з овочів……149
14. Приготування страв з риби способом відварювання та смаження……161
15. Приготування страв з риби способом запікання та тушкування……168
16. Приготування страв з м'яса……180
17. Страви з яєць, сиру. Холодні закуски……191
18. Приготування холодних страв і закусок……200
19. Солодкі страви. Вироби з тіста……..……209
20. Приготування солодких страв……..……..……221
21. Приготування виробів з тіста…….…231
Проекти виробів…….…216
1. Проект страви піцца «QuattroStagione»…….……...…..244
2. Проект страви «Деруни в горшечку»…….…….…..…..248
3. Проект страви «Круасан з джемом»…….…..253
Питання для самоконтролю ……257
Література…….……..259

Передмова

Практична підготовка студентів є невід'ємним та обов'язковим компонентом освітньо-професійної програми підготовки майбутніх фахівців харчового профілю, який сприяє закріпленню та поглибленню професійних знань, умінь та навичок, набутих під час теоретичного навчання.

Метою практичної підготовки є закріплення набутих теоретичних і практичних знань, освоєння нових технологій, формування професійних умінь і навичок для прийняття самостійних рішень, виховання потреби у систематичному оновленні своїх знань для їх практичного застосування.

Завданням практичної підготовки є:

- підготовка фахівців, які спроможні вирішувати виробничі завдання в сучасних ринкових умовах і володіти прийомами і методами, що є складовими новітніх технологій;
- набуття професійних навичок;
- змога прийняття самостійних рішень, виходячи із конкретної виробничої ситуації;
- впровадження у виробництво прогресивних технологій та результатів наукових досліджень;
- співпраці з трудовим колективом і вміння адаптуватися;
- набуття відповідної робітничої професії.

В навчальних планах підготовки бакалаврів напряму підготовки 6.010104 «Професійна освіта. Харчові технології» провідне місце у забезпеченні фахової практичної підготовки займає дисципліна «Виробниче навчання», яка складає 18 кредитів. Завдання курсу «Виробниче навчання» полягають в тому, щоб забезпечити вивчення студентами класифікації продуктів харчування, особливостей обробки продуктів рослинного і тваринного походження, технології приготування перших страв, гарнірів, страв з м'яса, риби, овочів, круп та бобових, приготування напівфабрикатів, оформлення та відпуску страв. Крім того передбачається ознайомлення

студентів з хімічним складом та енергетичною цінністю продуктів харчування, організацією технологічного процесу приготування страв, організацією приймання та зберігання продуктів харчування і напівфабрикатів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти повинні:

- **знати:** класифікацію продуктів харчування, особливості обробки продуктів рослинного і тваринного походження, технологію приготування перших, других та солодких страв, гарнірів та страв з риби, м'яса, овочів, макаронних виробів, круп, бобових;
- **вміти:** приготувати перші, другі та солодкі страви, соуси та напої, а також оформляти готові страви, розробляти технологічні схеми та інструкційні картки приготування страв, розраховувати калькуляцію страв.

Практична підготовка студентів з дисципліни «Виробниче навчання» забезпечується системою навчально-методичних засобів, передбачених для вивчення цієї навчальної дисципліни: підручники, навчальні та методичні посібники та запропонована інструктивно-методична збірка.

Методичні матеріали, надані у збірці, передбачають можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендується відповідна фахова література.

При організації практичної роботи студентів передбачається можливість отримання необхідної консультації або допомоги з боку викладача за заздалегідь складеним графіком консультацій з викладачем.

Структура залікового кредиту дисципліни

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень</td><td colspan="2">Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td><td>заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Кількість кредитів 18</td><td>Галузь знань
0101 Педагогічна освіта</td><td colspan="2" rowspan="2">Нормативна</td></tr>
<tr><td>Напрям підготовки
6.010104 Професійна освіта. Харчові технології</td></tr>
<tr><td>Модулів – 2</td><td rowspan="5"></td><td colspan="2">Рік підготовки</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 14</td><td>1,2,3-й</td><td>1,2,3-й</td></tr>
<tr><td>Індивідуальне науково-дослідне завдання реферат</td><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Загальна кількість годин – 686</td><td>1,2,4,5,6-й</td><td>1,2,3,4,5,6 - й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекції</td></tr>
<tr><td rowspan="11">Тижневих годин для денної форми навчання:
1 семестр 16,
2 семестр – 18,
3 семестр – 16,
4 семестр – 14,
5 семестр – 12,
6 семестр - 13
аудиторних – 4</td><td rowspan="11">Освітньо-кваліфікаційний рівень:
бакалавр</td><td>16 год.</td><td>8 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні</td></tr>
<tr><td>332 год.</td><td>12 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">Самостійна робота</td></tr>
<tr><td>338 год.</td><td>115 год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Індивідуальні завдання:</td></tr>
<tr><td colspan="2">год.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Вид контролю:</td></tr>
<tr><td>Зал., екз.</td><td>Зал., екз.</td></tr>
</table>

Програма курсу

МОДУЛЬ 1.
ХІМІЧНИЙ СКЛАД І ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ. ОСНОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ ВИРОБНИЦТВА КУЛІНАРНОЇ ПРОДУКЦІЇ. ОБРОБКА ПРОДУКТІВ РОСЛИННОГО І ТВАРИННОГО ПОХОДЖЕННЯ

Змістовий модуль І. Основи організації виробництва кулінарної продукції. Хімічний склад і енергетична цінність продуктів рослинного походження

Тема 1. Організація прийому продукції.

Тема 2. Калькуляція страв. Технологічні схеми. Інструкційні картки.

Тема 3. Значення овочів у харчуванні людини. Класифікація овочів. Обробка бульбоплодів та коренеплодів.

Тема 4. Значення круп, бобових і макаронних виробів у харчуванні людини.

Змістовий модуль ІІ. Хімічний склад і енергетична цінність продуктів тваринного походження. Обробка м'яса і риби.

Тема 1. Напівфабрикати з м'яса. Особливості технології приготування.

Тема 2. Морфологічний та хімічний склад свинини, яловичини. Приготування напівфабрикатів.

Тема 3. Морфологічний та хімічний склад м'яса птиці. Приготування напівфабрикатів з м'яса птиці та дичини.

Тема 4. Напівфабрикати з січеної котлетної маси.

Тема 5. Значення риби та морепродуктів для харчування людини.

Тема 6. Процес обробки риби в заготівельних підприємствах.

Змістовий модуль ІІІ. Хімічний склад молока, молокопродуктів та яєць.

Тема 1. Хімічний склад та енергетична цінність молока та молочних продуктів.

Тема 2. Хімічний склад та енергетична цінність сиру та кисломолочних продуктів.

Тема 3. Будова, хімічний склад та класифікація яєць.

МОДУЛЬ 2.
ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СТРАВ

Змістовий модуль ІV. Технологія приготування перших страв

Тема 1. Значення перших страв у харчуванні людини. Класифікація страв.

Тема 2. Технологія приготування заправних перших страв.

Тема 3. Технологія приготування прозорих бульйонів.

Тема 4. Технологія приготування молочних, холодних та солодких супів.

Змістовий модуль V. Технологія приготування страв з овочів

Тема 1. Способи нарізки овочів та грибів. Салати.

Тема 2. Страви з овочів та грибів, приготовлені способом запікання, смаження, тушкування.

Змістовий модуль VI. Технологія приготування страв з риби.

Тема 1. Технологічна послідовність обробки лускатої риби. Напівфабрикати з риби та січеної маси.

Тема 2. Приготування страв з риби способом запікання, смаження, тушкування.

Тема 3. Приготування страв з морепродуктів. Вимоги до страв.

Змістовий модуль VII. Технологія приготування страв з м'яса.

Тема 1. Технологічна послідовність приготування напівфабрикатів зі свинини та яловичини.

Тема 2. Приготування страв з м'яса способом смаження, тушкування, запікання.

Тема 3. Технологічна послідовність приготування напівфабрикатів з натуральної котлетної маси. Приготування страв з натуральної котлетної маси.

Змістовий модуль VIII. Технологія приготування страв з птиці.

Тема 1. Технологічна послідовність розробки курячої тушки.

Тема 2. Приготування страв з м'яса птиці способом смаження, тушкування, запікання.

Тема 3. Приготування страв з субпродуктів.

Змістовий модуль IX. Технологія приготування холодних закусок.

Тема 1. Приготування закусок.

Тема 2. Приготування канапе, бутербродів, тарталеток, профітролів.

Змістовий модуль X. Технологія приготування страв з макаронних виробів, круп та бобових.

Тема 1. Приготування страв з макаронних виробів.

Тема 2. Приготування страв з круп.

Тема 3. Приготування страв з бобових.

Змістовий модуль XI. Технологія приготування страв з тіста.

Тема 1. Приготування страв з прісного тіста.

Тема 2. Приготування страв з дріжджового тіста.

Тема 3. Приготування страв з рідкого тіста.

Тема 4. Приготування страв з листкового прісного тіста.

Змістовий модуль XII. Технологія приготування страв з сиру та яєць.

Тема 1. Приготування страв з сиру способом запікання, смаження.

Тема 2. Приготування страв з яєць способом варіння, смаження.

Змістовий модуль XIII. Технологія приготування соусів.

Тема 1. Технологія приготування соусів на основі борошна.

Тема 2. Приготування класичних соусів.

Змістовий модуль XIV. Технологія приготування солодких страв.

Тема 1. Приготування солодких напоїв: компотів, узварів та киселів.

Тема 2. Приготування страв на основі желе.

Тема 3. Технологія приготування здобних виробів.

Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с. р.		л	п	лаб	інд	с. р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1. Хімічний склад і енергетична цінність продуктів харчування. Основи організації виробництва кулінарної продукції. Обробка продуктів рослинного і тваринного походження												
Змістовий модуль 1. Тема 1.	10	1				8	7	1	2			4
Тема 2.	18		8			8	5	1				4
Тема 3.	8	1	2			8	5	1				4
Тема 4.	10		2			8	5	1				4
Всього	**46**	**2**	**12**			**32**	**22**	**4**	**2**			**16**
Змістовий модуль II. Тема 1.	17	1	8			8	7	1				6
Тема 2.	17	1	8			8	7	1				6
Тема 3.	10	1	2			10	9	1				8
Тема 4.	16		8			8	4					4
Тема 5.	10	1	2			8	5	1				4
Тема 6.	10		2			10	6					6
Всього	80	**4**	**24**			**52**	**40**	**4**				**34**
Змістовий модуль III. Тема 1.	14	1	4			10	**8**					8
Тема 2.	14	1	4			10	8					8
Тема 3.	**14**		4			8	**8**					8
Всього	**42**	**2**	**12**			**28**	**24**					**24**
Модуль 2. Технологія приготування страв												
Змістовий модуль IV. Тема 1.	10	1				10	10					10
Тема 2.	24		16			10	12		2			10
Тема 3.	18	1	8			8	10					10
Тема 4.	18		8			8	6					6
Всього	62	**2**	**24**			**36**	**38**		**2**			**36**
Змістовий модуль V. Тема 1.	30	2	16			12	10		2			8
Тема 2.	26		16			10	10		2			8
Всього	**52**	**2**	**28**			**22**	**20**		**4**			**16**
Змістовий модуль VI. Тема 1.	16		8			8	12		2			10
Тема 2.	38	2	20			16	12		2			10
Тема 3.	18		8			10	10					10
Всього	**64**	**2**	**28**			**34**	**34**		**4**			**30**
Змістовий модуль VII. Тема 1..	**12**	2	4			8	6		2			4
Тема 2.	**30**		20			8	6					6
Тема 3.	**18**		8			10	4					4

Всього	**52**	**2**	**24**			**26**	**16**		**2**			**14**
Змістовий модуль VIII. Тема 1.	**22**		12			10	10					10
Тема 2.	**30**		20			10	12		2			10
Тема 3.	**18**		8			10	10					10
Всього	**70**		**40**			**30**	**32**		**2**			**30**
Змістовий модуль IX. Тема 1.	**16**		12			4	12		2			10
Тема 2.	**28**		14			4	10					10
Всього	**34**		**26**			**8**	**22**		**2**			**20**
Змістовий модуль X. Тема 1.	**18**		8			10	**10**					10
Тема 2.	**30**		20			10	**10**					10
Тема 3.	**18**		8			10	**4**					4
Всього	**66**		**36**			**30**	**24**					**24**
Змістовий модуль XI. Тема 1.	**18**		8			10	**6**					6
Тема 2.	**14**		4			10	**10**					10
Тема 3.	**14**		4			10	**6**					6
Тема 4.	**18**		8			10	4					4
Всього	**64**		**24**			**40**	**30**					**30**
Змістовий модуль XII. Тема 1.	18		8			10	4					4
Тема 2.	8		4			4	4					4
Всього	**26**		**12**			**14**	**8**					**8**
Змістовий модуль XIII.. Тема 1.	14		4			10	6					6
Тема 2.	14		4			10	6					6
Всього	**28**		**8**			**20**	12					**12**
Змістовий модуль XIV. Тема 1.	8		4			4	4					4
Тема 2.	8		4			4	4					4
Тема 3.	18		8			10	4					4
Всього	**36**		**16**			**18**	**12**					**12**
Всього по курсу	**702**	**16**	**332**			**354**	**338**	**8**		**28**		**302**

Теми лабораторних занять

№	Тема	Годин
1.	Калькуляція страв. Технологічні схеми. Інструкційні картки	8
2.	Напівфабрикати з м’яса. Особливості технології приготування.	8
3.	Морфологічний та хімічний склад свинини, яловичини.	8
4.	Напівфабрикати з січеної котлетної маси.	8
5.	Хімічний склад та енергетична цінність молока та молочних продуктів.	4
6.	Хімічний склад та енергетична цінність сиру та кисломолочних продуктів.	4
7.	Будова, хімічний склад та класифікація яєць.	4
8.	Технологія приготування заправних перших страв.	16

9.	Технологія приготування прозорих бульйонів.	8
10	Технологія приготування молочних, холодних та солодких супів.	8
11	Способи нарізки овочів та грибів. Салати.	16
12	Страви з овочів та грибів, приготовлені способом запікання, смаження, тушкування	16
13	Технологічна послідовність обробки лускатої риби. Напівфабрикати з риби та січеної маси.	8
14	Приготування страв з риби способом запікання, смаження, тушкування. Вимоги до страв з риби.	20
15	Приготування страв з морепродуктів. Вимоги до страв.	8
16	Технологічна послідовність приготування напівфабрикатів зі свинини та яловичини.	4
17	Приготування страв з м'яса способом смаження, тушкування, запікання.	20
18	Технологічна послідовність приготування напівфабрикатів з натуральної котлетної маси. Приготування страв з натуральної котлетної маси.	8
19	Технологічна послідовність розробки курячої тушки.	12
20	Приготування страв з м'яса птиці способом смаження, тушкування, запікання.	20
21	Приготування страв з субпродуктів.	8
22	Приготування закусок.	12
23	Приготування канапе, бутербродів, тарталеток, профітролів.	14
24	Приготування страв з макаронних виробів.	8
25	Приготування страв з круп.	20
26	Приготування страв з бобових.	8
27	Приготування страв з прісного тіста.	8
28	Приготування страв з дріжджового тіста.	4
29	Приготування страв з рідкого тіста.	4
30	Приготування страв з листкового прісного тіста.	8
31	Приготування страв з сиру способом запікання, смаження.	8
32	Приготування страв з яєць способом варіння, смаження.	4
33	Технологія приготування соусів на основі борошна.	4
34	Приготування класичних соусів.	4
35	Приготування солодких напоїв: компотів, узварів та киселів.	4
36	Приготування страв на основі желе.	4
37	Технологія приготування здобних виробів.	8
	Всього	**332**

Самостійна робота

№ п/п	Тема	Годин
1	Основи організації виробництва кулінарної продукції. Хімічний склад і енергетична цінність продуктів рослинного походження.	8
2	Калькуляція страв. Технологічні схеми. Інструкційні картки	8
3	Значення овочів у харчуванні людини. Класифікація овочів.	6

	Обробка бульбоплодів та коренеплодів.	
4	Значення круп, бобових і макаронних виробів у харчуванні людини.	8
5	Напівфабрикати з м’яса. Особливості технології приготування.	8
6	Морфологічний та хімічний склад свинини, яловичини.	8
7	Морфологічний та хімічний склад свинини, яловичини.	8
8	Напівфабрикати з січеної котлетної маси.	8
9	Значення риби та морепродуктів для харчування людини.	8
10	Процес обробки риби в заготівельних підприємствах.	8
11	Хімічний склад та енергетична цінність молока та молочних продуктів.	8
12	Хімічний склад та енергетична цінність сиру та кисломолочних продуктів.	8
13	Будова, хімічний склад та класифікація яєць.	8
14	Значення перших страв у харчуванні людини. Класифікація страв.	8
15	Технологія приготування заправних перших страв.	8
16	Технологія приготування прозорих бульйонів.	8
17	Технологія приготування молочних, холодних та солодких супів.	8
18	Способи нарізки овочів та грибів. Салати.	12
19	Страви з овочів та грибів, приготовлені способом запікання, смаження, тушкування	10
20	Технологічна послідовність обробки лускатої риби. Напівфабрикати з риби та січеної маси.	8
21	Приготування страв з риби способом запікання, смаження, тушкування. Вимоги до страв з риби.	20
22	Приготування страв з морепродуктів. Вимоги до страв.	10
23	Технологічна послідовність приготування напівфабрикатів зі свинини та яловичини.	8
24	Приготування страв з м’яса способом смаження, тушкування, запікання.	10
25	Приготування страв з натуральної котлетної маси.	10
26	Приготування страв з субпродуктів.	10
27	Приготування закусок.	4
28	Приготування канапе, бутербродів, тарталеток, профітролів.	4
29	Приготування страв з макаронних виробів.	10
30	Приготування страв з круп.	10
31	Приготування страв з бобових.	10
32	Приготування страв з прісного тіста.	10
33	Приготування страв з дріжджового тіста.	10
34	Приготування страв з рідкого тіста.	10
35	Приготування страв з листкового прісного тіста.	10
36	Приготування страв з сиру способом запікання, смаження.	10
37	Приготування страв з яєць способом варіння, смаження.	4
38	Технологія приготування соусів на основі борошна.	10
39	Приготування класичних соусів.	10
40	Приготування солодких напоїв: компотів, узварів та киселів.	4
41	Приготування страв на основі желе.	4
42	Технологія приготування здобних виробів.	10
	Всього	338

Методи навчання

Лекція, розповідь, пояснення, бесіда, виконання практичних робіт, складання технологічних схем, інструкційних карток, калькуляція страв, метод проектів.

Методи контролю

При вивченні дисципліни передбачається наступні методи контролю: усний, письмовий, тестовий, самоконтроль.

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90-100 A	відмінно	зараховано
82-89 B	добре	
75-81 C		
69-74 D	задовільно	
60-68 E		
35-59 FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
1-34 F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Методичне забезпечення

Опорні конспекти лекцій; інтерактивний комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни (ІКНМЗД); нормативні документи; ілюстративні матеріали; мультимедійні комплекси; електронна бібліотека

Курс лекцій

ЛЕКЦІЯ 1

Тема: Організація прийому продукції. Запаси продуктів, їх значення для ритмічної роботи підприємства.

Мета: засвоєння знань про організацію приймання продовольчих товарів, визначення їх якості; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Поняття про технологічний процес. Характеристика основних типів підприємств масового харчування.
2. Організація приймання продукції.
3. Організація тарного господарства.
4. Структура виробництва. Організація робочих місць.

1. Поняття про технологічний процес. Характеристика основних типів підприємств масового харчування.

Підприємство масового харчування – це виробничо-торгова одиниця, яка виконує функції забезпечення населення харчуванням (виробництво кулінарної продукції, її реалізація й організація споживання), а також організовує цікаве дозвілля. До цієї категорії належать:

- їдальня,
- ресторан,
- кафе,
- закусочна,
- бар та ін.

Кулінарну продукцію на сучасному підприємстві масового харчування виробляють у певній послідовності, починаючи від забезпечення сировиною і обладнанням, інвентарем та енергією, і закінчуючи реалізацією готової продукції.

Процес перетворення сировини на готову продукцію називається технологічним. Він складається з послідовних стадій: приймання і зберігання сировини; обробка сировини і виробництво напівфабрикатів; виробництво готової продукції; реалізація готової продукції.

Страва – поєднання продуктів харчування, які доведені до кулінарної готовності, порціоновані, оформлені і готові для споживання.

Кулінарний виріб – харчовий продукт або поєднання продуктів, які доведені до кулінарної готовності, але потребують незначної додаткової

обробки (розігрівання, порціонування, оформлення).

Готова кулінарна продукція – різні страви, кулінарні та кондитерські вироби. Для здійснення технологічного процесу на підприємстві масового харчування виділяють такі групи приміщень: складські (холодильні камери, склади для овочів, сухих продуктів, тари) – призначені для приймання і зберігання сировини і напівфабрикатів; виробничі (заготівельні цехи – овочевий, м'ясний, рибний, обробки птиці або м'ясо-рибний; доготівельні цехи – гарячий і холодний; спеціалізовані цехи – кондитерський, кулінарний, борошняних виробів) – для первинної обробки сировини, приготування напівфабрикатів і готової кулінарної продукції; для обслуговування відвідувачів (вестибюль, гардероб, туалетні кімнати, аванзал, основний і бенкетний зали, буфети ресторану, мийна столового посуду, сервізна).

Залежно від організації технологічного процесу підприємства масового харчування поділяють на ті, в яких технологічний процес здійснюється повністю (на заготівельні, доготівельні) і на ті, що тільки реалізують готову продукцію.

Підприємства з повним технологічним процесом – це підприємства великої потужності, де обробляють сировину, виробляють напівфабрикати і готову продукцію для реалізації в своїх залах, а також у буфетах і магазинах кулінарії. До них належать комбінати харчування, ресторани, комплексні підприємства масового харчування. Ці підприємства повинні мати складські та виробничі приміщення (цехи).

Комбінат харчування – виробничо-господарський комплекс організаційно, економічно і технологічно пов'язаних між собою заготівельних, доготівельних і роздавальних підприємств. Комбінат харчування має єдину виробничу програму і план товарообігу, адміністративне і господарське управління виробничим і торговим процесами, загальне складське господарство. Він створюється на території великого виробничого підприємства або навчального закладу чисельністю понад 5 тис. чол.

Комплексне підприємство – об'єднання кількох підприємств масового харчування різних типів в одному будинку з повною або частковою централізацією виробництва, зберігання продуктів і управління. Потужність підприємства 10-15 тис. страв за зміну.

Комбінати харчування і комплексні підприємства мають харчову технологічну лабораторію, працівники якої роблять аналізи на виробництві, в залах та контролюють якість сировини.

Заготівельні підприємства – це великі механізовані підприємства, призначені для обробки сировини і централізованого виробництва

напівфабрикатів, напівфабрикатів високого ступеня готовності, кулінарних, борошняних та кондитерських виробів і для постачання ними доготівельних підприємств і тих підприємств, що тільки реалізують готову продукцію та магазинів кулінарії. До цієї групи підприємств належать фабрики-заготівельні, кулінарні фабрики швидкозаморожених страв, спеціалізовані цехи з виробництва напівфабрикатів, їдальні-заготівельні.

На заготівельних підприємствах виробничий процес здійснюється промисловим способом з використанням потоково-механізованих ліній, високопродуктивного обладнання, функціональних місткостей і засобів їх переміщення.

За зміну заготівельні підприємства переробляють 10-15 т сировини. Обробляють сировину і виготовляють напівфабрикати у механізованих цехах великої потужності (овочевому, м'ясному, рибному). Тут виділяють окремі цехи для виробництва борщових і супових заправ, концентрованих бульйонів, соусів, кулінарних і кондитерських виробів, переробки відходів.

Доготівельні підприємства – підприємства масового харчування, які виробляють страви з напівфабрикатів, що надходять від заготівельних підприємств або від підприємств харчової промисловості, і організовують реалізацію та споживання готової їжі. Це їдальні-доготівельні, закусочні, кафе, бари і підприємства з відпуску готової кулінарної продукції додому.

Ресторан – загальнодоступне підприємство, яке відрізняється від інших типів підприємств масового харчування ширшим асортиментом страв складного приготування, кращим інтер'єром, освітленням, сервіруванням столів і високим рівнем обслуговування відвідувачів. У меню ресторану включають фірмові страви, а вдень – експрес-обіди. Крім того ресторан може спеціалізуватися на виготовленні національних страв. Обслуговування відвідувачів офіціантами поєднується з організацією їх дозвілля.

Їдальня – це підприємство масового харчування при виробничих підприємствах, установах, навчальних закладах або загальнодоступний заклад, призначений для приготування і реалізації в залі страв масового попиту (сніданків, обідів, вечерь), а також надання додаткових послуг (відпускання обідів додому; виготовлення кулінарних і кондитерських виробів на замовлення). Асортимент страв залежить від типу їдальні. Так, у робітничих, студентських і шкільних їдальнях готують 2-3 види скомплектованих обідів різної вартості. Це сприяє прискоренню обслуговування відвідувачів, підвищенню якості готових страв, механізації процесу їх приготування і роздавання. Загальнодоступні їдальні мають ширший асортимент страв, дієтичні – спеціалізуються на приготуванні і реалізації дієтичних страв для осіб, які потребують лікувального харчування,

вегетаріанські – реалізують страви і закуски з овочів, круп і молочних продуктів. У їдальнях застосовують самообслуговування, а в деяких дієтичних – обслуговування офіціантами.

Закусочна – підприємство, призначене для швидкого обслуговування відвідувачів стравами нескладного приготування, гарячими і холодними напоями, борошняними і кондитерськими виробами. В закусочних застосовують самообслуговування.

Кафе – це підприємство, яке реалізує гарячі і холодні напої, кисломолочні продукти, хлібобулочні і борошняні кондитерські вироби, страви нескладного приготування в обмеженій кількості. В більшості кафе застосовують систему самообслуговування, а у великих – обслуговування офіціантами.

Бар – підприємство, яке обладнане барною стійкою і реалізує міцні алкогольні, слабоалкогольні і безалкогольні напої, закуски нескладного приготування, борошняні кондитерські вироби і покупні товари. Відвідувачів обслуговують офіціанти або бармен.

2. Організація приймання продуктів. Продукти харчування, що надійшли на підприємство масового харчування, приймають і оприбутковують під звіт матеріально відповідальні особи (комірники, завідуючі виробництвом, бригадири, начальники цехів, кухарі). Порядок і терміни приймання продуктів установлено відповідними інструкціями.

Продукти приймають за кількістю і якістю. Фактичні дані зіставляють з даними, зазначеними в транспортних і супровідних документах (рахунках-фактурах, товарно-транспортних накладних, сертифікатах, посвідченнях про якість та ін.). Якщо супровідних документів немає, фактичну наявність продуктів оформляють актом.

Залежно від способу упаковки продукти за кількістю приймають в один або два етапи. Продукти, що надійшли у відкритій тарі (м’ясо, риба, овочі, гастрономічні товари, хлібобулочні вироби), приймають у момент надходження, їх переважують або перелічують. Продукти, що надійшли в тарі (мішках, бочках, ящиках), приймають у два етапи: спочатку за кількістю місць або масою брутто, а потім за кількістю одиниць всередині упаковки і масою нетто. Продукти у стандартній і непошкодженій тарі можна не переважувати, визначаючи масу за маркуванням на тарі або по ярлику.

Чисту масу продуктів (нетто) визначають, переважуючи їх без тари. Проте деякі продукти (оселедці, соління, масло та ін.) неможливо відразу вивільнити з тари. В цьому разі перевіряють масу брутто кожного місця (переважують). Масу продуктів установлюють, віднімаючи від маси брутто масу тари, зазначену на трафареті і супровідному документі. Чисту масу

продуктів визначають після вивільнення і переважування тари. При виявленні різниці між фактичною масою тари і зазначеною в документі або на трафареті складають акт на зважування тари і виставляють претензію постачальникові (не пізніше ніж через 10 днів з моменту надходження продуктів).

Продукти, що швидко псуються, необхідно прийняти протягом 24 год, решту продуктів – протягом 10 днів. У цих межах матеріально відповідальна особа повинна відкрити тару і перевірити кількість товару. У разі виявлення нестачі необхідно викликати представника постачальника для складання акту.

3. Організація тарного господарства. Товари за якістю приймають за органолептичним показником (за зовнішнім виглядом, кольором, запахом, смаком) при надходженні у відкритій тарі, а також при відкриванні тари в установлені терміни приймання. При цьому перевіряють відповідність товару стандартам, технічним умовам, комплектність, терміни реалізації продукції, що швидко псується і напівфабрикатів, якість тари, упаковки, маркування і відповідність фактичних даних даним, зазначеним у супровідних документах, які засвідчують якість продуктів.

Якість мороженого м’яса, риби можна перевірити за допомогою добре розігрітого леза ножа, яким проколюють м’язову тканину, або пробного варіння (за запахом). Якщо якість товару викликає сумнів, то його зразок (пробу) направляють на аналіз у лабораторію. Недоброякісні продукти приймати забороняється, їх повертають постачальникові разом з результатами аналізу і висновками санітарної інспекції.

4. Структура виробництва. Організація робочих місць. Для виробництва продукції певного асортименту або виконання тієї чи іншої стадії технологічного процесу на підприємствах масового харчування організовують цехи.

Цех – це виробничий підрозділ підприємства, оснащений обладнанням, інструментами, інвентарем, де обробляють сировину, готують напівфабрикати або випускають готову продукцію. Цехи поділяють на заготівельні (овочевий, м’ясний, рибний, обробки птиці), доготівельні (гарячий, холодний), спеціалізовані (кондитерський, борошняних виробів, кулінарний), а на підприємствах-доготівельнях крім гарячого і холодного організовують цехи для доробки напівфабрикатів, а також цехи обробки зелені.

Крім цехів на виробництві передбачено допоміжні приміщення – для миття кухонного посуду, миття і зберігання тари для напівфабрикатів (функціональних місткостей), для нарізування хліба.

Взаємозв'язок окремих підрозділів підприємства (цехів, допоміжних приміщень), які беруть участь у виконанні однієї чи кількох стадій технологічного процесу, визначає структуру виробництва. Підприємства масового харчування можуть мати цехову і безцехову структуру виробництва, залежно від їх типу і потужності.

Цехова структура виробництва передбачена на великих підприємствах, які працюють на сировині (ресторанах, їдальнях), і заготівельних підприємствах (фабриках-заготівельнях, кулінарних фабриках, їдальнях-заготівельнях). У кожному цеху організовують технологічні лінії.

Технологічною лінією називається ділянка виробництва, оснащена необхідним обладнанням для здійснення технологічного процесу. Наприклад, у м'ясо-рибному цеху підприємства середньої потужності виділяють лінії обробки м'яса, птиці, риби, в гарячому – лінії приготування перших і других гарячих страв. Роботу цехів очолює начальник, у підпорядкуванні якого перебуває одна або кілька бригад. Цехова структура виробництва сприяє пооперацій ному поділу праці і її спеціалізації, більш ефективному використанню обладнання.

Безцехова структура виробництва характерна для доготівельних підприємств, що працюють на напівфабрикатах і мають невелику виробничу програму й обмежений асортимент продукції власного виробництва (спеціалізовані закусочні, їдальні-доготівельні та ін.). На таких підприємствах практикують функціональний розподіл праці, тобто всі операції виконують одна або дві виробничі бригади, які підпорядковуються завідуючому виробництвом. При безцеховій структурі виробництва назви цехів (гарячий, холодний, м'ясний, рибний, овочевий та ін.) є умовними. Вони виражають не структурний підрозділ виробництва, а лише відокремлення деяких технологічних процесів і операцій в окремих приміщеннях з урахуванням в основному вимог санітарії.

Для виконання певних технологічних операцій з приготування напівфабрикатів або готових страв у цеху організовують робочі місця.

Робочим місцем називають ділянку виробничої площі цеху, на якій розміщене обладнання (механічне, теплове, холодильне, немеханічне, ваговимірювальне), інвентар, інструменти пристрої, посуд, тара, необхідні працівникові для виконання окремих технологічних операцій. Робочі місця в цеху встановлюють за ходом технологічного процесу. Вони можуть бути спеціалізованими і універсальними.

На великих підприємствах, де застосовується дооперацій на форма розподілу праці, в цехах організовують спеціалізовані робочі місця, на яких кожен працівник виконує визначену операцію з постійним набором

інструментів й інвентаря (наприклад, потрошіння риби, дочищання картоплі). Повторюючи кілька разів ті самі операції, рухи, працівник набуває стійких професійних навичок, працює чітко, ритмічно, удосконалює трудові прийоми. При цьому на виконання допоміжних робіт (підготовка і прибирання робочого місця, інструментів, одержання сировини, транспортування напівфабрикатів) витрачають мінімальну кількість часу.

На доготівельних підприємствах з безцеховою структурою виробництва переважають універсальні робочі місця для виконання різних технологічних операцій. Ці місця забезпечують повним набором інструментів, інвентаря, посуду, пристроїв для виконання всіх технологічних операцій. Безпосередньо на універсальному робочому місці мають бути тільки ті інструменти, інвентар, посуд, пристрої, які необхідні для виконання певної операції. Решту інвентаря і посуду зберігають у висувних ящиках і на полицях під стільницею стола. Ножі зберігають у спеціальних пристроях до стола.

Правильне розміщення на робочому місці обладнання, сировини або напівфабрикатів, посуду, інвентаря, наявність технологічних карт або таблиць норм відходів і виходу напівфабрикатів сприяють створенню найкращих умов праці. Площа кожного робочого місця має бути достатньою для вільного доступу до обладнання при його експлуатації і ремонті. Для забезпечення безпеки в роботі установлюють захисні засоби, щитки, запобіжні пристрої. Там, де це необхідно, підводять холодну і гарячу воду, газ, силову електроенергію, додаткове освітлення. Джерело світла має бути зліва від робочого місця на відстані не менше 6-7 м.

Інструменти й інвентар розміщують від працівника справа, а продукт, що підлягає обробці, – зліва. Ваги, спеції і приправи розташовують на столі на відстані витягнутої руки, обробну дошку – перед собою (на відстані 6 см від краю стола).

Біля виробничих столів і ванн установлюють під ноги дерев’яні решітки заввишки не більше 100 мм. Для забезпечення зручності в роботі висота стола має бути такою, щоб відстань між ліктем працівника і поверхнею стола не перевищувала 200-250 мм. Деякі операції (дочищання картоплі, потрошіння риби, формування вареників тощо) кухарі можуть виконувати сидячи, тому на окремих робочих місцях передбачають стільці, висоту яких регулюють.

Використання функціональних місткостей, призначених для зберігання, попередньої обробки, приготування, транспортування і роздавання продукції і засобів їх переміщення полегшує працю кухарів і знижує застосування ручної праці на 30-40 %.

У виробничих процесах одночасно використовується ручна і машинна праця. Так, у машину МРОВ-160 варені овочі для нарізування в робочу камеру закладають вручну, а нарізають механічним способом.

На робочих місцях важливо скоротити частку ручної праці в загальних трудових затратах. Цьому сприяє активна участь раціоналізаторів і винахідників у розробці і впровадженні прогресивного обладнання. Було розроблено і впроваджено машину для розбирання тушок птиці, пристрій для нарізування напівфабрикатів до універсальної машини тощо.

Питання для самоконтролю:

1. Охарактеризуйте технологічний процес виготовлення кулінарної продукції.
2. Проаналізуйте діяльність ресторану, кафе, їдальні.
3. Опишіть процес організації приймання харчової продукції.
4. Опишіть особливості тарного господарства в закладах громадського харчування.

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 320с.

2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. – Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 2

Тема: Значення овочів у харчуванні людини. Класифікація овочів. Обробка бульбоплодів та коренеплодів.

Мета: засвоєння знань про енергетичну цінність овочів та грибів, їх склад та значення в харчуванні людини, а також особливості приготування страв та гарнірів з овочів та грибів; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Харчова цінність овочів.
2. Значення страв і гарнірів з овочів у харчуванні людини.
3. Страви і гарніри з варених овочів. Вимоги до якості страв з варених овочів.
4. Страви і гарніри з припущених овочів. Вимоги до якості страв і гарнірів з припущених овочів.
5. Страви і гарніри зі смажених овочів.
6. Страви і гарніри з тушкованих овочів і грибів.
7. Страви з запечених овочів і грибів.

1. Харчова цінність овочів. Овочі – життєво необхідні продукти харчування. Вони посилюють виділення шлункового соку і поліпшують процес травлення, підтримують кислотно-лужну рівновагу і рідинний обмін в організмі. Деякі овочі (часник, цибуля, хрін, редька) містять бактерицидні речовини – фітонциди, які знищують хвороботворних мікробів або стримують розвиток їх.

Овочі – основне джерело вітаміну С (капуста, картопля, перець, петрушка, зелена і ріпчаста цибуля), каротину (морква, помідори), вітамінів груп К, Е (зелені листяні овочі) і В (бобові, капуста), а також мінеральних речовин (0,2-2%), зокрема солей калію, кальцію, натрію, фосфору, заліза. Овочі багаті на вуглеводи, які містяться у вигляді цукрів (сахарози, фруктози, глюкози), крохмалю, клітковини, інсуліну.

Харчова цінність овочевих товарів обумовлена їх енергетичною, біологічною, фізіологічною, лікувально-профілактичною, органолептичною цінністю та безпекою.

Енергетична цінність овочів і фруктів порівняно з іншими продуктами невелика. Найнижчу калорійність мають салат, шпинат, ревінь, селера, редиска 8-21 ккал на 100 г їстівної частини; морква, капуста, цибуля, редька, баклажани 33-43 ккал, найвищу калорійність має горошок зелений – 73 ккал; картопля – 83 ккал; часник – 106 ккал.

Біологічна цінність фруктів, овочів та продуктів їх переробки визначається вмістом у них біологічно-активних і в тому числі незамінних речовин: води, мінеральних, лементів, трагічних речовин – вуглеводів, азотних сполук, жирів, вітамінів, органічних кислот, дубильних, ароматичних, барвних та інших речовин.

Фізіологічна цінність овочевих товарів зумовлена наявністю в них органічних кислот, глюкозів, цукрів, які впливають на органи смаку, нервову систему. Зовнішній вигляд і аромат фруктів і овочів подразнюють рефлекторну систему людини, за сигналом якої через центральну нервову систему приходять в готовність залози травного тракту, чим покращується засвоюваність окремих речовин.

Лікувально-профілактична цінність фруктів і овочів пов'язана з вмістом вітамінів С, А, Р, групи В, РР, S, К, пектину, клітковини, мінеральних елементів, деяких амінокислот, органічних кислот. Пектин використовують для лікування захворювань шлунку та кишечника. Вітаміни та пектин здатні видаляти з організму важкі токсичні метали,радіонукліди.

Органолептичну цінність фруктів та овочі обумовлюють їх зовнішній вигляд (чистота, стиглість, форма, забарвлення, сухість, відсутність пошкоджень), запах, смак, міцність шкірочки і м'якоті, розмір, маса.

2. Значення страв і гарнірів з овочів у харчуванні людини. Овочі – важливе джерело вуглеводів, необхідних для організму людини мінеральних речовин, органічних кислот і вітамінів. Смакові й ароматичні речовини, барвники, які містяться в овочах, підвищують апетит. Клітковина посилює перистальтику кишечника, а також сприяє нормалізації жирового обміну і виведенню з організму холестерину. Тому страви з овочів слід споживати для профілактики і лікування атеросклерозу. Пектин характеризується бактерицидною дією (стримує розвиток гнильних бактерій), виводить з організму радіонукліди.

Їжа повинна бути різноманітною, збуджувати апетит і приносити людині задоволення. Важлива роль у цьому належить гарнірам з овочів, які доповнюють страви з м'яса, птиці і риби, надають їм привабливого зовнішнього вигляду, збагачують поживними речовинами, збуджують апетит і сприяють кращому їх засвоєнню. Поєднуючи овочі з м'ясом, птицею, рибою, можна значно підвищити їхню біологічну цінність. Добирати гарніри до страв з м'яса, птиці, риби потрібно за смаком, кольором і складом овочів, враховуючи при цьому калорійність і смак основної страви.

Наприклад, до страв з жирного м'яса і птиці використовують більш гострі гарніри – тушковану, квашену капусту, овочі, тушковані з томатною пастою. До страв з нежирного м'яса краще подавати гарніри з ніжним смаком

– відварну картоплю, картопляне пюре, овочі в молочному соусі; до вареного м'яса подають зелений горошок, відварну картоплю, картопляне пюре, смаженого – смажену картоплю, складні овочеві гарніри; до вареної і припущеної риби – картоплю варену. Гарніри з капусти, брукви і ріпи до рибних страв не подають.

Гарніри з овочів можуть бути простими і комбінованими. До простих гарнірів входить один вид овочів, комбінованих – два, три і більше. Овочі в комбінованих гарнірах повинні поєднуватися між собою за смаком і кольором. Наприклад, картопля смажена, зелений горошок або квасоля відварні; картопля смажена і овочі в молочному соусі, картопляне пюре, морква або буряки, тушковані в сметанному соусі та ін.

Комбінування різних продуктів дає змогу компенсувати недоліки одних перевагами інших, сприяє більш інтенсивному виділенню травних соків, відповідно кращому засвоєнню їжі.

Гарніри можна посипати дрібно нарізаною зеленню петрушки, кропу (2-3 г нетто на порцію) або зеленою цибулею (5-10 г нетто на порцію). Додатково на гарнір можна подавати свіжі або солоні огірки, квашену капусту, жі або солоні огірки, квашену капусту, солоні і мариновані гриби, закусочні овочеві консерви, салати із сирих овочів (50 г нетто на порцію), нарізаний лимон, маслини і капарці, плоди мариновані (25-50 г нетто на порцію).

Залежно від виду теплової обробки розрізняють страви:

- з відварних овочів;
- з припущених овочів;
- зі смажених овочів;
- з тушкованих овочів;
- із запечених овочів.

У сирих овочах клітини рослинної тканини зв'язані між собою протопектином, який при тепловій обробці переходить у розчинну речовину – пектин. Теплова обробка сприяє розм'якшенню овочів, утворенню нових смакових і ароматичних речовин. При цьому зв'язок між клітинами послаблюється й овочі розм'якшуються. Тривалість теплової обробки овочів залежить від стійкості *протопектину*, а також навколишнього середовища. Так, наприклад, у кислому середовищі і середовищі з великою кількістю солей кальцію перехід протопектину в пектин сповільнюється і овочі погано розм'якшуються. Овочі краще варити у м'якій воді, яка містить незначну кількість солей кальцію.

Крохмаль, який є в овочах, при нагріванні клейстеризується.

Крохмальні зерна при температурі 55-70°С вбирають воду, яка міститься в овочах, і утворюють драглисту масу – клейстер. Під час смаження овочів на поверхні утворюється рум'яна кірочка внаслідок декстринізації (розщеплювання) крохмалю, карамелізації (глибокого розщеплювання) цукрів і меланоїдових утворень. Крохмаль розщеплюється з утворенням розчинних у воді речовин – піродекстринів коричневого кольору, цукри – з утворенням темнозабарвлених речовин – кармалену, кармелану та ін. Внаслідок карамелізації кількість цукру в овочах зменшується, а на поверхні утворюється добре підсмажена кірочка. *Меланіни* (темнозабарвлені речовини) утворюються внаслідок сполучення азотистих речовин з цукрами.

Різноманітне забарвлення овочів зумовлене присутністю в них *пігментів* (барвників). Завдяки вмісту пігменту хлорофілу щавель, шпинат, салат, зелений горошок мають зелений колір. Під час теплової обробки органічні кислоти клітинного соку вступають у реакцію з хлорофілом, утворюючи нову сполуку бурого кольору. Тому зелені овочі рекомендується варити при бурхливому кипінні у відкритому посуді, при цьому кислоти разом з парою води вивітрюються і колір овочів не змінюється. Жовтий, оранжевий, червоний кольори овочів (моркви, томатів, червоного болгарського перцю) зумовлені вмістом *пігментів-каротиноїдів*, які стійкі до дії тепла, кислот, лугів і не змінюють колір під час теплової обробки.

Буряки мають червоно-фіолетовий колір завдяки наявності барвників – пурпурного (бетаніну) і жовтого. Пурпурний пігмент менш стійкий. Колір краще зберігається під час теплової обробки цілих буряків у кислому середовищі, тому при варінні і тушкуванні буряків додають оцет.

Капуста, картопля, ріпчаста цибуля в процесі варіння набувають жовтого відтінку, що зумовлено вмістом безбарвних флавонових глюкозидів. Під час теплової обробки маса овочів зменшується, оскільки вони втрачають рідину (при смаженні вона частково випаровується, при варінні – переходить у відвар). У відвар переходять мінеральні речовини, водорозчинні вітаміни, органічні кислоти, цукри, білки, які визначають смак і харчову цінність овочів.

Вітаміни (за винятком вітаміну С) стійкі до теплової обробки і майже не змінюються. Вітамін С (аскорбінова кислота) легко руйнується під час теплової обробки, особливо при варінні у великій кількості рідини. Значно краще він зберігається під час варіння на парі і при смаженні, оскільки жир захищає овочі від стикання з киснем повітря, який сприяє окислювальним процесам. Він добре зберігається у кислому середовищі. Готують страви і гарніри з овочів у соусному відділенні гарячого цеху, де використовують таке обладнання, як стаціонарні казани, електросковороди, електроплити;

наплитний посуд – наплитні казани, каструлі, каструлі з сітчастими втулками, сотейники, сковороди, листи; інвентар – шумівки, дерев'яні копистки, кухарські лопатки, друшляки, сита. Подають страви в підігрітих столових мілких тарілках, баранчиках, порціонних сковородах.

3. Страви і гарніри з варених овочів. Вимоги до якості страв з варених овочів. Для приготування страв і гарнірів використовують варені картоплю, капусту, буряки, моркву, кукурудзу, стручки зеленого гороху і квасолі. Овочі варять у воді або на парі, щоб зберегти поживні речовини. Картоплю і моркву варять з шкірочкою або обчищеними, буряки – з шкірочкою, кукурудзу – печатками, стручки квасолі – нарізаними, сушені овочі попередньо замочують.

Овочі занурюють у киплячу підсолену воду (на 1 л води 10 г солі), варять у посуді з закритою кришкою в наплитних або стаціонарних казанах. Вода має покривати овочі на 1-2 см, оскільки під час варіння у великій кількості води збільшуються втрати поживних речовин, особливо вітаміну С. Буряки, моркву, зелений горошок варять без солі, щоб не погіршився смак і не сповільнився процес варіння. Овочі, які мають зелений колір (стручки бобових, зелений горошок, шпинат, капуста брюссельська, спаржа і артишоки), варять у великій кількості води (3-4 л на 1 кг), в посуді за 1 кг), в посуді з відкритою кришкою, щоб зберегти колір. Сушені овочі перед варінням промивають, заливають холодною водою і залишають для набухання на 1-3 год., а потім варять у тій самій воді. Швидкозаморожені овочі кладуть у киплячу воду, не розморожуючи їх. Консервовані прогрівають з відваром, а потім відвар зливають і використовують для приготування перших страв і соусів.

Картопля варена. Однакові за величиною бульби обчищеної картоплі (великі бульби нарізують часточками) кладуть у казан шаром не більш ніж 50 см, заливають гарячою водою так, щоб вона вкрила картоплю на 1-1,5 см, солять, накривають кришкою, доводять до кипіння і варять при слабкому кипінні до готовності. Відвар зливають, картоплю підсушують (посуд накривають кришкою і ставлять на плиту на 3,5 хв на не дуже гаряче місце).

Картоплю, обточену бочечками, молоду і ту, що швидко розварюється, варять 15 хв після закипання, а потім воду зливають і доводять до готовності без води (за рахунок пари, яка утворюється в казані). Варять картоплю невеликими партіями і використовують як самостійну страву або як гарнір. Вимоги до якості страв з варених овочів.

Вимоги до якості варених страв

Варені овочі зберігають форму, бульби картоплі однакові за величиною, і зберігають форму, бульби картоплі однакові за величиною,

нарізані часточками або обточені бочечками. Допускається незначне розварювання бульб.

4. Страви і гарніри з припущених овочів. Окремі види овочів (моркву, гарбуз, кабачки, капусту, томати, шпинат, щавель, ріпу) або суміш їх припускають у невеликій кількості рідини (води, бульйону, молока) з додаванням жиру. У власному соку припускають ті овочі, які містять велику кількість рідини і легко її виділяють, – гарбуз, томати, кабачки.

Перед припусканням овочі нарізують: капусту – шашками або часточками, моркву, ріпу, гарбуз, кабачки, – кубиками або часточками. Припускають у посуді з товстим дном із закритою кришкою. Нарізані овочі кладуть у посуд шаром не більш ніж 20 см. На 1 кг овочів використовують 0,2-0,3 л бульйону або води і 20-30 г жиру. Втрати поживних речовин під час припускання значно менші, ніж під час варіння.

Припущені овочі заправляють вершковим маслом, молочним соусом і подають як самостійну страву і як гарнір, а також використовують як напівфабрикат для приготування перших страв, начинок, холодних страв.

Вимоги до якості страв і гарнірів з припущених овочів.

Овочі мають однакову форму нарізування, яка зберігається, заправлені соусом. Смак трохи солонуватий, запах з ароматом овочів і молока, без запаху підгорілого молока й овочів. Колір властивий овочам, з яких приготовлена страва. Консистенція м'яка, соковита. Допускається часткове розварювання овочів. Пелюстки мають форму фаршированих часточок капусти. Форма зберігається. Смак і запах припущеної капусти з ароматом і присмаком начинки і соусу. Консистенція м'яка. У власному соку припускайте томати, гарбуз, кабачки: вони легко виділяють воду.

5. Страви і гарніри зі смажених овочів. Для смаження використовують овочі сирі і попередньо зварені. Сирими смажать овочі, які містять нестійкий протопектин і достатню кількість вологи, – картоплю, кабачки, гарбуз, ріпчасту цибулю, томати. Овочі, які мають більш стійкий протопектин, попередньо варять або припускають, нарізують, а потім смажать. Це буряк, морква, капуста.

Овочі смажать двома способами – основним (у невеликій кількості жиру) і у фритюрі (у великій кількості жиру). Перед смаженням овочі нарізують, а кабачки, гарбуз, томати, баклажани – обкачують у борошні.

Для смаження основним способом підготовлені овочі або вироби з них кладуть на сковороду або лист з жиром, попередньо розігрітим доь на сковороду або лист з жиром, попередньо розігрітим до температури 140-150°С, і смажать з обох боків до утворення підсмаженої кірочки, доводять до готовності в жаровій шафі.

У фритюрі смажать картоплю, цибулю, зелень петрушки, білоголову капусту в тісті, вироби з картоплі. Підготовлені овочі обсушують, щоб під час смаження не розбризкувався жир. Для смаження у фритюрі краще використовувати суміш тваринних і рослинних жирів (50 % тваринного жиру і 50 % олії або відповідно 70 % і 30 %), а також кулінарний фритюр ний жир. Жиру беруть у 4 рази більше, ніж овочів. Фритюрницю наповнюють жиром наполовину, оскільки при нагріванні він піниться. Жир нагріваютьдо температури 170-180 °С і закладають підготовлені овочі. Тривалість смаження 2-8 хв.

Вимоги до якості страв і гарнірів із смажених овочів.

Смажені овочі мають однакову форму нарізування, яка зберігається. Консистенція всередині смажених овочів м'яка, кірочка хрумка. Смак і запах характерний для смажених овочів. Колір кірочки смаженої картоплі жовтого кольору, інших овочів – світло-коричневого; на переломі – властивий натуральному кольору овочів. Вироби з овочів правильної форми без тріщин, на поверхні рум'яна кірочка, на розрізі – колір, властивий овочам і начинкам, з яких приготовлено страву. Консистенція пухка, нетягуча, у виробах з вареної картоплі – без грудочок не-протертої картоплі.

6. Страви і гарніри з тушкованих овочів і грибів. Тушкують кожен вид овочів окремо або разом – суміш овочів, а також деякі фаршировані овочі. Для тушкування овочі нарізують соломкою, кубиками, часточками,обсмажують до напівготовності або припускають, а потім тушкують у невеликій кількості бульйону з додаванням томатного пюре, пасерованих овочів, спецій чи соусу. Для поліпшення смаку і зовнішнього вигляду страви під час тушкування свіжої капусти і буряків додають оцет. Овочі тушкують у посуді з закритою кришкою, при слабкому кипінні.

Вимоги до якості страв і гарнірів з тушкованих овочів.

Овочі після тушкування зберігають форму. Смак тушкованої капусти кисло-солодкий з ароматом спецій і томату, без запаху вареної капусти і сирого борошна. Колір від світло-до темно-коричневого, для тушкованих буряків – темно-вишневий. Консистенція соковита, але не волокниста – для капусти. Зберігають тушковані овочі гарячими не більше 2 год.

7. Страви з запечених овочів і грибів. Перед запіканням більшість овочів підлягає тепловій обробці: їх варять, припускають, тушкують або смажать, а іноді використовують сирими (томати і баклажани). Овочі запікають на листах або порціонних сковородах, попередньо змащених жиром і посипаних сухарями, у жаровій шафі при температурі 250-280°С до утворення золотистої кірочки на поверхні і температури всередині виробу 80°С. Страви із запечених овочів поділяють на три групи: овочі, запечені у

соусі; запіканки; фаршировані овочі. Перед запіканням бабки, запіканки змащуйте яйцем або сметаною, а овочі для запікання в соусі посипайте тертим твердим сиром чи меленими сухарями і збризкуйте маслом.

Вимоги до якості страв і гарнірів із смажених овочів.

Овочі після запікання зберігають форму. Картопля, печена ціла, без тріщинок. Перець пружний, яскравого кольору з незначними підпеченими краями. Гриби пружні, світло-коричневого кольору. Баклажани темно-фіолетового кольору, м'які, скоринка без тріщинок. Зберігають печені овочі гарячими не більше 2 год.

Питання для самоконтролю:

1. Чим корисні овочі з точки зору здорового харчування?
2. Які вітаміни містять овочі?
3. Які особливості приготування овочів способом варіння, припускання?
4. Якими способами смажать овочі?
5. Які вимоги до якості запечених та тушкованих овочів?

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант -бармен. -Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 320с.
2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.
3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.
4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 3

Тема: Обробка лускатої риби на підприємствах харчової промисловості

Мета: засвоєння знань про енергетичну цінність риби та морепродуктів, їх склад та значення в харчуванні людини, а також страви та гарніри з риби та морепродуктів; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Харчова цінність риби.
2. Способи обробки риби.
3. Розбирання риби на порціонні шматочки-кругляки.

1. Харчова цінність риби. Риба за своїми поживними якостями не поступається перед м'ясом тварин. Вона має всі необхідні речовини: білки, жири, вітаміни А і Д, В1, В2. Морські риби містять велику кількість йоду. Страви з риби готуються швидше, ніж мясні, а засвоюються організмом краще.

Характеристика смакових якостей різних порід риб

Кращими з риб вважаються осетрові – осетр, севрюга, білуга; високо цінується риба лососевих порід – сьомга, форель, лосось, кета. Риба цих порід містить велику кількість ненасичених жирних кислот, має високу харчову цінність та добрі смакові якості. Страви з такої риби не мають складної рецептури і не потребують використання складних гарнірів.

Коропові риби (короп, карась, лящ тощо) добрі на смак, але їх недоліком є велика кількість міжм'язових кісток. Ці риби готують в усіх видах. Готуючи страви з риби, перш за все звертають увагу на її свіжість. Мясо свіжої риби тверде, не залишає сліду від вдавлювання пальцем, луска блищить і важко відчищається, зябра рожевого кольору, без неприємного кольору.

Морська риба (хек, мінтай, нототенія, пангасіус, тріска) найчастіше поступає у продаж в замороженому виді, в сухій заморозці або в льодовій глазурі. Вона має приємний запах моря, колір шкірки блискучий, без пошкоджень, м'ясо світле. Перед приготуванням рибу розморожують при кімнатній температурі, не занурюючи у воду.

Асортимент морепродуктів надзвичайно великий: від чорноморських мідій та креветок до екзотичних устриць та морських гребінців. Їх харчова цінність особливо значуща в харчуванні: мідії, наприклад, містять до 80% чистого білка, тоді як для його засвоєння організм не витрачає багато енергії.

Але оскільки мідії та устриці є природним морським фільтром, слід ретельно вибирати продукцію, надаючи перевагу відомим виробникам.

Більшість морепродуктів підлягають попередній тепловій обробці (креветки ошпарюють киплячою водою, мідії та морські гребінці проварюють у гарячій воді до розкриття раковин), тому їх не слід готувати довше 10 хвилин (особливо стосується кальмарів).

При виборі морепродуктів звертають увагу на їх зовнішній вигляд: креветки мають правильну форму, без пошкоджень та неприємного запаху; заморожені мідії однакового розміру; мідії та устриці в раковинах щільно закриті, без наростів водоростей, однакового розміру, розфасовані в сітках, занурені у воду; заморожені кальмари рівномірно покриті льодовою глазур'ю, охолоджені – кремового кольору, без неприємного запаху.

2. Способи обробки риби. Залежно від розміру і кулінарного використання застосовують кілька способів обробки риби. Луската риба з костистих скелетом обробляється різними способами залежно від її розміру і використання на дошці, маркованої РС (риба сира).

Обробка риби для використання в цілому вигляді.

Процес обробки цієї риби складається з очищення луски, видалення плавників, зябер, нутрощів через розріз на черевці, промивання. У цілому вигляді застосовують дрібну рибу (салаку, корюшку, свіжу оселедець), а також більшу (судака, лососевих) для приготування банкетних страв. Обробку починають з очищення луски в напрямку від хвоста до голови, спочатку з боків, потім з черевця. Рибу очищають вручну середнім кухарським ножем, теркообразнимі або механічними скребками РВ-1.

При обробці великої кількості риби на великих підприємствах громадського харчування використовують спеціальні машини. За допомогою спеціального барабана очищають рибу, що має велику луску. Його продуктивність 1,5 т за годину з одночасним завантаженням до 160 кг риби, час очищення від 2 до 5 хв.

Після очищення у риби видаляють плавники, починаючи зі спинного. Для цього рибу кладуть на бік і прорізають м'якуш уздовж плавця спочатку з одного, а потім з іншого боку. П'яткою ножа притискають підрізаний плавець і, тримаючи рибу за хвостову частину, відводять убік, при цьому плавник легко видаляється. Використання такого способу виключає можливість уколу про плавець, що особливо важливо при обробці окуневих риб.

Так само видаляють і анальний плавець, після чого відрізають або відрубують інші плавці. Очищення луски і видалення плавників слід виробляти акуратно, щоб не пошкодити шкіру. З голови риби видаляють

зябра, роблячи з двох сторін надрізи під зябровими кришками, і очі. Для видалення нутрощів рибу кладуть на дошку головою до себе, притримуючи лівою рукою, роблять надріз між грудними плавцями і ведуть ніж до голови, вістрям до себе, прорізаючи черевце. Довівши ніж до голови, його повертають, не виймаючи з черевця, і ведуть в протилежному напрямку, розрізаючи черевце до анального отвору. З розрізаного черевця обережно виймають нутрощі так, щоб не пошкодити жовчний міхур, інакше риба матиме гіркий смак, і зачищають внутрішню порожнину від плівки. Рибу промивають холодною водою, обсушують, уклавши в деко, і до теплової обробки зберігають у холодильнику.

Обробка дрібної риби для використання цілою.

Цілою використовують дрібну рибу масою 75-200 г (салаку, корюшку, свіжі оселедці), а також рибу, призначену для бенкетних страв (судака, лососевих). Процес обробки риби (крім окуневих) складається з таких операцій; розморожування мороженої риби, обчищання луски, видалення плавників, зябер, очей, нутрощів (через розріз на черевці), промивання.

Розморожують дрібну рибу у воді. Луску обчищають вручну шкребками чи середнім ножем кухарської трійки, або за допомогою механічного пристрою РО-1 у напрямі від хвоста до голови, спочатку з боків, а потім з черевця. Обчищати луску треба акуратно, щоб не пошкодити шкіру.

Луска легше обчищається, якщо рибу опустити на 1 с в окріп або потримати 3-5 хв. у воді з оцтом. Луска не буде розлітатися, якщо рибу почистити в посудині з водою.

Плавники видаляють, починаючи зі спинного. Для цього рибу кладуть на бік спинкою вправо (хвостом від себе), середнім ножем кухарської трійки підрізують м’якоть з одного боку плавника по всій його довжині, потім – з другого, переклавши рибу хвостом до себе.

Підрізаний плавник притискують до дошки ножем, лівою рукою відводять рибу убік, тримаючи її за хвіст, при цьому плавник легко видаляється. Аналогічно видаляють анальний плавник, решту плавників відрізують або відрубують. З голови видаляють зябра, підрізавши з обох боків під зябровими кришками, і очі.

Потрошать рибу через розріз у черевці. Для цього її кладуть на бік хвостом до себе й обережно розрізують черевце від голови до анального отвору (можна навпаки) так, щоб не пошкодити жовчний міхур, інакше риба матиме гіркий смак. З розрізаного черевця ножем видаляють нутрощі і зачищають внутрішню порожнину від плівок і згустків крові. Ділянки м’якоті, на які просочилася жовч, видаляють.

Випотрошену рибу ретельно промивають проточною холодною водою і

обсушують. Для цього її вміщують у контейнери з решітчастим дном. До теплової обробки рибу зберігають у холодильнику.

Кількість відходів при обробці тушки з головою становить 20 %, а тушки без голови – 35 %. Використовують рибу цілою тушкою для варіння і смаження.

3. Розбирання риби на порціонні шматочки-кругляки. Використовують рибу середніх розмірів масою до 1,5 кг. Процес обробки складається з розморожування риби, обчищання луски, видалення плавників, голови, нутрощів (через отвір, що утворився після відтинання голови), промивання, нарізування.

Рибу розморожують, обчищають від луски і видаляють плавники так, як описано вище. Середнім ножем кухарської трійки роблять глибокий надріз м'якоті біля зябрових кришок з обох боків, перерубують хребет і відокремлюють голову разом з частиною нутрощів. Через утворений отвір видаляють залишки нутрощів, плівки і згустки крові. При цьому черевце залишається цілим.

Рибу промивають, обсушують і нарізують упоперек під прямим кутом на порціонні шматочки-кругляки, які використовують для варіння, смаження, фарширування. Кількість відходів становить 35-40 %.

Розбирання риби на філе.

Рибу масою більш ніж 1,5 кг розбирають на філе методом пластування, потім нарізують на порціонні шматочки або використовують для приготування січеної натуральної і котлетної маси.

Рибу розморожують на повітрі, обчищають луску, видаляють плавники, голову, нутрощі (через розріз у черевці), зачищають внутрішню порожнину, промивають і обсушують. Потім кладуть на чисту суху обробну дошку і, починаючи з хвоста або голови, зрізують половину риби – філе, ніж ведуть паралельно до хребта, але так, щоб на ньому не залишилося зверху м'якоті.

Внаслідок пластування дістають два філе: зі шкірою і реберними кістками (верхнє філе) і зі шкірою, хребетною і реберними кістками (нижнє філе). Філе нарізують упоперек на порціонні шматочки. Маса шматочків з хребетною кісткою має бути на 10 % більшою від маси шматочків без кісток. Кількість відходів становить 43 %.

Філе зі шкірою і реберними кістками дістають після видалення хребта. Для цього нижнє філе кладуть хребтом до дошки (шкірою догори) і, починаючи з хвоста або голови, зрізують м'якоть з хребтової кістки. Кількість відходів при цьому способі розбирання збільшується на 7-10 %.

Щоб мати філе зі шкірою без кісток, необхідно зрізати реберні кістки. Філе зі шкірою і реберними кістками кладуть на дошку шкірою донизу і,

починаючи з потовщеної частини м’якоті спинки, гострим ножем зрізують реберні кістки.

При розбиранні риби на філе без кісток і шкіри (чисте філе) рибу не обчищають від луски, оскільки вкрита лускою шкіра не так рветься і з неї краще зрізується м’якоть. Після видалення реберних кісток філе кладуть на обробну дошку шкірою донизу, хвостом до себе і, відступивши від його кінця на 1 см, зрізують м’якоть з шкіри, тримаючи ніж під кутом і ведучи його впритул до неї.

Філе риби використовують для приготування напівфабрикатів, для смаження у фритюрі, запікання, приготування січеної натуральної і котлетної маси, начинок. Кількість відходів при розбиранні риби на чисте філе становить50-68 %.

Обробка безлускатої та окремих видів риби

Риба без луски вкрита шаром слизу, має щільну, темного кольору і неприємну на смак шкіру, яку при обробці необхідно знімати.

Сома зачищають ножем від слизу, розрізують черевце і видаляють нутрощі, відрізують голову і плавники, промивають. Рибу середнього розміру нарізують на порціонні шматки для смаження і варіння, а великого – пластують на чисте філе для приготування січеної натуральної і котлетної маси, начинок.

У зубатки надрізують шкіру по всій довжині спинки, видаляють плавники, відрубують голову, розрізують черевце і потрошать, промивають і обсушують. Рибу пластують на чисте філе і нарізують на порціонні шматочки.

Мінога вкрита шаром слизу, який може бути отруйним. Щоб його видалити, рибу ретельно натирають кухонною сіллю і добре промивають. Рибу не потрошать, оскільки в неї немає жовчного міхура і не буває твердих решток їжі у кишках.

Обробку окуневих риб завжди розпочинають з видалення твердого спинного плавника (він містить отруйну речовину, яка спричинює наривання проколотих плавником місць тіла), спинний і анальний плавники видаляють так, як у лускатої риби. Відрізають решту плавників, обчищають луску, видаляють голову і нутрощі, зачищають внутрішню порожнину і промивають.

Лин має луску, яка щільно прилягає до шкіри і вкрита слизом, тому її важко обчищати. Перед обчищанням рибу занурюють в окріп на 20-30 с, потім швидко перекладають у холодну воду, виймають, обчищають ножем слиз, луску, видаляють плавники, нутрощі і промивають.

У камбали зі світлого боку зчищають луску. Голову і частину черевця

відрізують навскіс. Через утворений отвір видаляють нутрощі. Плавники відрізують ножицями або ножем, рибу промивають і знімають темну шкіру. Рибу середнього розміру нарізують упоперек на порціонні шматочки, велику -пластують. Щоб полегшити видалення шипів, рибу обшпарюють (1-2 хв). Запах щезне, якщо рибу промити в міцному і холодному розчині солі.

Навагу краще обробляти мороженою. З дрібної риби зчищають луску, відрізують нижню щелепу і через утворений отвір виймають нутрощі, залишаючи ікру і молоки. Потім видаляють плавники і промивають. У великої риби відрізують голову, потрошать її через отвір, що утворився, виймають ікру, видаляють плавники і знімають шкіру. Рибу промивають і нарізують на порціонні шматочки.Навагу не потрошать через черевце, щоб не пошкодити жовчний міхур, який розміщений дуже близько до стінок.

Тріска, пікша надходять мороженими без голів і нутрощів. Рибу, не розморожуючи, обчищають від луски, видаляють плавники і чорну плівку з черевної порожнини, промивають, потім нарізують на порціонні шматочки.

Питання для самоконтролю:

1. Проаналізуйте харчову цінність риби.
2. Порівняйте харчову цінність риби родини лососевих, коропових.
3. Як обробляють свіжу річкову рибу?
4. Який процес обробки морської свіжомороженої риби?
5. Які особливості обробки панцирних морепродуктів?

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 320с.

2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. – Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 4

Тема: Напівфабрикати з м'яса. Особливості технології приготуванням м'ясних напівфабрикатів

Мета: засвоєння знань про харчову цінність м'яса та значення для харчування людини; технологічні етапи приготування напівфабрикатів з м'яса; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Харчова цінність м'яса.
2. Технологічні етапи приготування напівфабрикатів.
3. Особливості приготування традиційних напівфабрикатів з м'яса**.**

1. Харчова цінність м'яса. Страви з м'яса – основне джерело повноцінних тваринних білків. Недостатність такого білку в організмі людини компенсується білками самого організму. Амінокислотний склад тваринних білків має високий коефіцієнт засвоєння (близько 90%). Також м'ясо містить жири, які підвищують калорійність страв, вітаміни групи В, вітамін А. Під час теплової обробки білки втрачають здатність набухати розчинятись. Продукти гідролізу, що утворилися, (амінокислоти, креатин, пептиди) обумовлюють специфічний смак страви.

Жорсткість м'яса визначається кількістю з'єднувальної тканини, яка складається із білковоподібних речовин – *еластину і колагену*. Чим більше їх, тим важче пом'якшити м'ясо. *Еластин* не підлягає тепловій обробці, він лише зменшується в об'ємі. *Колаген* не засвоюється організмом, але під дією теплової обробки він переходить в речовину, що називається глютин. Процес переходу колагену в глютин починається при температурі 60^0 і наявності м'язової вологи, а кулінарні готовність м'яса наступає при перетворенні щонайменш 45% колагена в глютин. При недостатній кількості вологи колагенові волокна зменшуються наполовину своєї початкової довжини, шматки м'яса деформуються. Щоб уникнути цього шматки м'яса перед смаженням відбивають, роблять надсічки, перерізаючи з'днувальну тканину. Додавання кислих продуктів при тушкуванні і маринуванні м'яса прискорюють процес переходу колагену в глютин, відповідно зменшується час приготування страви. Жири, що містяться в м'ясі, під час теплової обробки плавляться та витоплюються – при варінні до 40%, при смаженні – до 60%. Але при високій температурі і тривалому кипінні жири емульгуються, в наслідок чого страва набуває неприємного салистого смаку. А при тривалому нагріванні жирів при температурі більше 100^oC вони

розщеплюються з виділенням їдкого газу акролеїну.

2. Технологічні етапи приготування напівфабрикатів. Приготування напівфабрикатів включає такі технологічні етапи:

- нарізка;
- відбивання;
- підрізання сухожиль;
- панірування;
- шпигування;
- маринування.

Нарізка. М'ясо ріжуть поперек волокон під прямим кутом або під кутом 40-45°, при цьому шматки мають гарний вигляд і менше деформуються. Використовують м'ясо свинини, яловичини, баранини.

Відбивання. Нарізані шматки відбивають молоточком. Цей процес розрихлює з'єднувальну тканину, вирівнює товщину шматка, надає необхідну форму.

Підрізання сухожиль роблять для того, щоб порційні шматки не деформувались під час теплової обробки.

Панірування сприяє утворенню підсмаженої хрусткої скоринки, яка попереджає витікання м'ясних соків і випаровування вологи.

Маринують м'ясо дрібними або порційними шматками, що сприяє розм'якшенню з'єднувальної тканини.

3. Особливості приготування традиційних напівфабрикатів з м'яса. За розмірами напівфабрикати поділяють на крупношматкові, порційні та дрібношматкові. З кожної частини туші отримують відповідний напівфабрикат для кулінарної обробки.

Крупнокускові напівфабрикати.

Ростбіф – традиційна англійська страва, дослівно перекладається «смажене м'ясо». Особливу роль у приготуванні ростбіфу відіграє вибір м'яса – воно повинно бути «мармуровим», тобто пронизаним тонкою жировою сіткою. Не рекомендується обирати парне м'ясо, а також розморожене. Перед запіканням шматок м'яса перв'язують шпагатом. Традиційно ростбіф готують без приправ і солі, з додаванням оливкової або соняшникової олії. Перші 15 хв температура запікання висока до 260 градусів, потім її зменшують до 150 і готують протягом 2 годин. Готовий ростбіф загортають у фольгу і залишають на 15 хв для дозрівання.

Порційні напівфабрикати

Біфштекс дослівно перекладається як шматки яловичини – страва зі смаженої яловичини найвищого ґатунку, стейк, який класифікується за

п’ятьма категоріями від повністю просмаженого до ледь засмаженої скоринки, т.з. «з кров’ю». В США біфштекс готують на грилі цілим шматком; а біфштекс з рубленого мяса, приготовлений також на грилі, має назву гамбургський; смажений у клярі – стейк по-селянськи. Традиційно подається з картоплею фрі, в Англії – з яєчнею.

Лангет – нарізають під прямим кутом із середньої частини вирізки, відбивають і обсмажують.

Антрекот – в класичній французькій кухні – шматок м’яса, зрізаний між ребрами і хребтом. Такий шматок, вирізаний з туші теляти, має назву медальйон, оскільки нагадує собою округлу медаль. Нині антрекотом називають будь-який шматок м’яса, товщиною 1,5 см і величиною з лодоню. Процес приготування антрекоту полягає у смаженні на вуглях або смаженні з подальшим допіканням.

Ромштекс – шматки яловичини злегка відбиті, посипають сіллю та перцем, змочують у льєзоні, панірують в сухарях та обсмажують.подають ромштекс з картопляним пюре, до якого додають тертий твердий сир, та солоддкий соус (наприклад, соус з кармелізованої цибулі або солодкий журавлиний соус).

Ескалоп в російсько-французькій кухні – круглі пласти мяса, нарізані з вирізки телятини та свинини товщиною 1-1,5 см. Ескалопи не панірються, а обсмажуються або на грилі, або пасерувались, що і стало їх характерною відмінністю.

Шніцель – від нім. нарізати – тонкий пласт телятини, свинини, баранини, панірований в сухарях і обсмажений у методом глибокого занурення у фритюр. Правильно приготовлений шніцель має золотаво-оранжеву скоринку і хрустку кірочку.

Дрібношматкові напівфабрикати

Бефстроганов – популярна російська страва, досл. переклад – яловичина по-Строганівськи – дрібно нарізані шматочки яловичини, тушковані в сметанному соусі. Історія страви пов’язана з графом Строгановим, який мав свій ресторан в Одесі. Шеф-повар цього ресторану зумів вдало поєднати французьку технологію приготування яловичини з соусом і російську подачу страви – соус подається не окремо, а як російська підливка, в одній тарілці з м’ясом. Після Великої вітчизняної війни страва увійшла до номенклатури міжнародної ресторанної кухні як російська страва, не дивлячись на те, що вона має французьке коріння. Класичний рецепт приготування страви полягає в обсмажені брусочків яловичини, попередньо за панірованих в борошні, з додаванням цибулі та протягом 3-5 хв. Після

чого додається сметана, змішана з томатним соусом. Тушкують від 15 хв до 1 год, зі спецій – тільки перець та сіль.

Шашлик – традиційна страва східної кухні. Шматочки м'яса (баранини, свинини) маринують з доданням спецій та цибулі, після чого насиляють на шомпур і обсмажують на відкритому вогні. Подають на великих тацях із пряними травами. На гарнір до цієї страви пропонують запечені або приготовлені на грилі овочі.

Азу – традиційна східна страва, щось на зразок овочевого рагу зі шматочками баранини, густим соусом. Особливість цієї страви – велика кількість спецій: солока паприка, піментон, каррі, перець чилі, часник, сушений барбарис. Для приготування азу м'ясо нарізають у вигляді брусочків, обсмажують у великій сковорідці на вогні, а потім тушкують.

Напівфабрикати з м'ясного фаршу

Котлета – дослівний переклад з фр. – ребро, ребристий. В російській кухні м'ясна страва з фаршу округлої або овальної форми, а також страва схожого приготування з різних продуктів. В європейській кухні котлета – тонкий шматок м'яса на кістці, а також різновид рибної страви. Початковий спосіб приготування в Росії поступово втратився і був змінений на «відбивна котлета», хоча пізніше ця назва приклеїлась до ескалопу.

Тефтелі – страви із м'ясного фаршу у вигляді кульок, до складу яких входить рис, панірувальні сухарі, хліб, цибуля тощо. Для приготування використовують яловичину, нежирну свинину, курятину. Тефтелі смажать, запікають, тушкують, готують на пару.

Зрази – напівфабрикати з відбитих шматочків м'яса, на які викладають начинку та загортають у вигляді невеличких ковбасок, обсмажують і тушкують. Для начинки використовують шпик, часник, сухофрукти, гриби.

Фрикадельки – кульки з м'ясного або рибного фаршу з додаванням цибулі та спецій, хліба, приготовлені у киплячому бульйоні. Фрикадельки на відміну від тефтель, не містять крупів, овочів; їх варять, а не тушкують як тефтельки.

Крокети – від фр. кусати – страва циліндричної чи округлої форми із м'ясного фаршу або овочів, за панірована в сухарях і обсмажена у фритюрі. Крокети винайшли у Франції як делікатес, пізніше вони трансформувались у загальнодоступний фастфуд і емігрували майже до усіх країн світу. Так, у Британії крокети готують з картоплі, в Іспанії крокети готують з начинкою з курячого м'яса, в Мексиці – з картоплі і тунця, в Польщі – це м'ясний або овочевий фарш, загорнутий в млинець та обсмажений в паніровці.

Люля-кебаб – поширена страва родом із Персії. Це перемелена баранина з додаванням духмяних трав, молотого мускатного горіха, запечене

на шампурах на грилі. Особливістю приготування цієї страви є досить довгий процес вимішування фаршу, а також додання курдючного сала у фарш. Саме тому напівфабрикати міцно тримаються шампура і не розвалюється під час смаження.

Питання для самоконтролю:

1. Яка харчова цінність мясних продуктів?
2. Як поділяють м’ясні напівфабрикати?
3. Які особливості приготування великошматкових напівфабрикатів?
4. Як поділяють порційні напівфабрикати?
5. Які особливості приготування напівфаьрикатів з котлетного фаршу?

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 320 с.

2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. – Донецк : ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 5

Тема: Значення соусів у харчуванні людини

Мета: засвоєння знань студентами про класифікацію соусів та їх значення у харчуванні людини; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Види та значення соусів
2. Особливості приготування класичних соусів

1. Види та значення соусів. Світ соусів здається неосяжним, якщо врахувати, що рецептів соусів кілька сотень. Щоб внести певну ясність у систему, з XVIII ст. робляться спроби класифікувати окремі соуси за різними критеріями і об'єднати їх в групи. При цьому добре зарекомендувала себе класифікація за головними основними інгредієнтами, що визначають структуру соусу. Це можуть бути помідори, вершкове масло або рослинна олія. На основі цього критерію розрізняють так звані основні та похідні соуси. Якщо останні (через особливе приготування та використання їх називають спеціалізованими соусами) не можуть утворювати між собою великих груп, то основні соуси можна урізноманітнювати, додаючи в них різні пряні інгредієнти.

Історію соусів можна зрівняти з історією моди, оскільки ті або інші інгредієнти, рецепти то завойовують загальне визнання, то втрачають популярність, то проголошуються вершиною кулінарного мистецтва, то знову відкидаються, звільняючи дорогу новій сенсації. Серед модних на сьогодні напрямків у кулінарії соусів слід зазначити використання легких і пінних соусів. Це може бути, наприклад, суміш олії, вина або лимонного соку з додаванням невеликої кількості вершків. Щоб надати пінної структури наприкінці приготування додається збите яйце. Такі соуси готуються швидко -за 4-5 хв.

«Швидкі» соуси стали невід'ємною частиною ресторанної кулінарії. Для підвищення харчової цінності й зниження калорійності нерідко використовують основу з рослинних продуктів, зокрема з овочів, ягід, фруктів, бобових. Застосування овочевих пюре як загусників є дуже актуальним у сучасній кулінарії. Так, для білих соусів беруть протерту картоплю, а для червоних – морквяне пюре.

У сучасній кулінарії мають місце такі нові смакові сполуки, як, наприклад, свинина із пряним апельсиновим соусом, соус зі щавлю до смаженої телятини тощо (варто нагадати: чимало нового є лише добре

забутим старим). Модний наразі спосіб приготування й подавання страви ф'южн припускає додавання до страв української кухні європейських соусів або навпаки. Так, до ескалопа з фуагри пропонується соус із квасу і вишневого морсу. Також модним вважається використання на одній тарілці різних, у тому числі контрасних за смаком і кольором, соусів (наприклад, гострий і пряний з кисло-солодким). Дизайн страв багато в чому визначається оригінальністю розташування соусу па тарілці. Крім того, соус може бути поданий у чарочках, горщиках з тіста, овочів, знаходитись в «межах», наприклад, намальованого із шоколаду малюнка. Якщо на тарілці два соуси, то декількома легкими рухами зубочистки їх можна трохи змішати, зробити «пір'я».

Для створення цікавих колірних рішень страви нерідко доводиться робити корекцію барвистих відтінків за допомогою натуральних барвників. Наприклад, затемнити соус можна невеликою кількістю карамелізовапого цукру або розчинною кавою (смак останньої практично пе відчувається). Темний колір має також соєвий соус. За необхідності можна прояснити соус за допомогою сметани або вершків. Кінза, розтерта з олією, надасть соусу жовтувато-зеленого кольору. Додавши в соус небагато шафрану, куркуми або каррі, кухар забарвить його в жовтий, червоно-жовтий колір. Випарений на 2/3 винний оцет має темно-червоиий колір.

Забарвлена основа соусу часто обумовлена кольором використаних для його приготування продуктів, наприклад, шпинату, щавлю, червоного перцю тощо. У соуси білого або кремового кольору додають тільки білий перець і в жодному разі не чорний (якщо тільки це не є задумом автора). На відміну від чорного перцю доповнення в готовий соус чорної або червоної ікри, тоненько подрібненого червоного, жовтого або зеленого солодкого перцю додасть соусу не тільки смакового, але й барвистого шарму.

Класифікація соусів має умовний характер. Той самий соус може належати відразу до декількох груп. Класифікують соуси за різними ознаками. Наприклад, за відомою з різних підручників технологією соуси можна класифікувати на соуси із загусниками і без загусників. Загусниками виступають не тільки борошняна пасеровка, крохмаль і яєчні жовтки. Ними можуть бути вершки, хліб і хлібобулочні вироби, овочеві і фруктові пюре, пюре з бобових, збите масло і навіть кров (у стравах з тушкованого зайця або кролика). Також соуси можуть готуватися без загусників, якщо за основу використаний, скажімо, уварений бульйон.

На відміну від вітчизняної технології в закордонній пасеровка може бути не двох, а трьох видів: білою, світлою (золотавою) і коричневою. У класичній кухні пасеровка завжди називається «ру» (що означає «рудий,

червоний»). Як правило, всі пасеровки жирові. Крохмаль зазвичай використовують як загусник для солодких соусів. Однак останнім часом нерідко крохмаль застосовують замість пасерованого борошна і під час приготування несолодких соусів. Тоді вони набувають ніжнішої консистенції і стають менш калорійними. Крохмалю при цьому беруть в 2,5 рази менше, ніж борошна.

Європейські соуси можна умовно поділити на такі групи:

- соуси, приготовлені на основі бульйону; до цієї групи входять червоний соус (еспаньйол) і його похідні, а також білий соус на основі бульйону (велюте) і його похідні;
- яєчномасляні соуси (до цієї групи можна віднести голландський соус і його похідні);
- соуси, приготовлені на основі молока (у тому числі бешамель), вершків, сметани й інших кисломолочних продуктів;
- соуси на рослинній основі як холодного, так і гарячого приготування.

За температурою подавання соуси можуть бути не тільки холодними і гарячими, але й теплими. У вітчизняній кулінарній науці соуси поділяють на кілька груп за характером рідкої основи, що використовується для їхнього приготування, температурою подавання й іншими ознаками.

У кожну групу входить кілька різновидів, що різняться між собою набором продуктів і особливостями приготування. Соуси на бульйонах, сметані й молоці готують із борошняним пасеруванням.

2. Особливості приготування соусів. Гарячі соуси використовують для подавання до гарячих страв, тушкування м'яса, риби, овочів і запікання різних продуктів. До цієї групи входять соуси па бульйонах – м'ясному або кістковому, рибному й грибному, молочні, сметанні і яєчно-масляні.

Соуси на м'ясному бульйоні. Ці соуси поділяють на дві групи: червоні й білі. Спочатку готують основні соуси, а з них шляхом додавання різних продуктів – похідні. Холодні соуси. До цієї групи входять соуси на олії (майонези), заправи, соуси на оцті (маринади) і масляні суміші. Подають холодні соуси, як правило, до холодних страв і закусок і лиш в окремих випадках – до гарячих страв.

Соуси на олії. До цієї групи соусів належать майонези. Олія – найважливіше джерело біологічно активних жирних кислот (олеїнової, ліполевої та ін.). При виготовленні майонезів олія зберігає біологічну цінність, добре засвоюється.

Майонез – це високодисперсна емульсія типу «масло у воді», де дисперсною фазою є масло. Для одержання майонезу яєчні жовтки

розтирають із сіллю, цукром і гірчицею. Потім поступово невеликими дозами додають олію, енергійно розтираючи суміш. Коли масло повністю проемульгує, додають оцет. При цьому соус стає білим і розріджується. Вміст жиру у соусі майонез досягає 77%.

За інших варіантів рецептур у готовий соус майонез додають білий основний соус, для якого борошно пасерують без жиру або замість нього використовують крохмаль.

Заправи являють собою нестійкі емульсії, у яких олія емульгована в розчині оцту. За емульгатори у них правлять гірчиця й мелений перець. Частки перцю й гірчиці, адсорбуючись на поверхні жирових кульок, утворюють захисні плівки, а речовини, що вони містять, знижують поверхневий натяг і зменшують тенденцію емульсій до розшаровування.

Соуси на оцті мають гострий смак і використовуються для приготування холодних закусок. До цієї групи соусів належать овочеві маринади (з томатом і без нього) і соус хріп. Маринад овочевий з томатом. Моркву й біле коріння нарізають соломкою, цибулю – кільцями або півкільцями, пасерують на олії, додають томатне пюре і продовжують пасерувати ще 10-15 хв, потім додають оцет, рибний бульйон, сіль, цукор, лавровий лист, гвоздику, корицю і проварюють 15-20 хв. Гарячим маринадом заливають смажену рибу.

Маринад овочевий без томату. Він має ніжніший смак. Для його приготування моркву й біле коріння шаткують соломкою, цибулю нарізають кільцями або півкільцями. Приготовлені овочі пасерують до повної готовності, потім додають оцет, запашний перець горошком, гвоздику, корицю й варять 15-20 хв. Наприкінці варіння вводять сіль і цукор.

Питання для самоконтролю:

1. Яка сучасна класифікація соусів7
2. Які особливості приготування соусів із загусниками та без них?
3. Що таке «ру» та яка її класифікація?
4. Які особливості європейської класифікації соусів?
5. Які особливості приготування майонезу?
6. Для яких страв використовують соуси на оцті?

Список рекомендованих джерел:

1. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

2. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. - 550 с.

ЛЕКЦІЯ 6

Тема: Особливості виробництва сиру. Класифікація сиру

Мета: засвоєння знань про сучасну класифікацію сирів та особливості їх вживання та використання; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Особливості виробництва сирів.
2. Свіжі сири.
3. Неварених пресовані сири.
4. Варені пресовані сири.
5. Мякі сири з пліснявою скоринкою.
6. Сири з блакитною пліснявою.

1. Особливості виробництва сирів. Сир – корисний, з багатою палітрою смаків, повноцінний живильний продукт, необхідний для збалансованого харчування в будь-якому віці. Він ідеально підходить для будь-якого випадку у будь-який час дня. Сир належить до найдавніших натуральних продуктів, вироблених людиною. Сир цінували у всі часи, і як продукт на кожен день, і як вишукану трапезу.

У силу ряду причин в світі не існує єдиної класифікації сирних продуктів. Найбільш поширеною і відомою є французька класифікація. Слід зауважити, що дана класифікація достатньо умовна і деякі сорти сиру взагалі буває достатньо складно віднести до якого-небудь виду.

Сир виробляється з молока різних тварин: коров'ячого, овечого, козиного або буйволячого. Так, при виготовленні італійського сиру моццарелла традиційно використовується молоко чорної буйволиці. Сьогодні є багато сортів моццарелла, які виробляються і з коров'ячого молока. Фінський сир ілвес робиться з молока північного оленя, а в Йорданії для виготовлення лябана пастухи використовують поряд з коров'ячим молоко кіз, овець і верблюдів. Крім сортів молока вирішальну роль грає і місце перебування тварин – певні сорти сиру можуть бути виготовлені тільки з молока місцевих тварин. Наприклад, гірський сир виготовляється тільки з молока альпійських корів.

Технологія одержання сиру з молока за тисячі років не змінилася. У найзагальнішому вигляді виробництво сиру просте: сирна маса відділяється від сироватки. Для цього молоко ставлять на деякий час в тепле місце, поки воно не скисне і не утвориться розсіл. Цей процес відбувається завдяки молочнокислим бактеріям. Щоб прискорити процес згортання або вплинути

на смак сиру, в молоко додають певну закваску. Це може бути і йогурт, і злегка прокисше вчорашнє молоко. Однак найважливішим засобом закваски молока при виготовленні сиру є сичужний фермент. Привнесення сичужного ферменту дозволяє отримати не тільки різноманітні сорти сиру, але і збільшити термін його зберігання.

Сичужний фермент – ензим, який можна знайти в шлунках телят, козенят або ягнят. Цей фермент міститься в молоці і допомагає перетворити казеїн на тверду речовину та зробити його легкотравним.

Вже в процесі відділення сирної маси від сироватки існує багато тонкощів, від яких залежить кінцевий результат – вид отримуваного сиру. Так, для одних сортів молоко підігрівається, а інші готуються при кімнатній температурі. Після відділення сироватки сирна маса піддається подальшій обробці. Їй надають форму, її солять, сушать, миють і потім витримують. Вишуканість і особливість смаку кожного сиру в деталях цього процесу: одні начиняють пліснявими грибками, інші пресують або миють в розсолі. Для кожного сиру – своя особлива процедура. Саме в процесі обробки і визрівання кожен з видів і сортів сиру набуває свого особливого смаку. Навряд чи є сир, який обходиться без витримки. Витримка в певних випадках може зайняти роки. Так, твердий сир пармезан потребує досить довгого зберігання. Деякі сири необхідно витримувати тільки в спеціальних приміщеннях як, наприклад, справжній Рокфор, який повинен «визрівати» тільки в печерах, за сприятливих кліматичних умов. Саме в результаті таких складних технологічних процесів виходять такі види сирів.

2. Свіжі сири. Ці сири також називають *пастоподібними, сирними сирами.* Свіжі сири слабо віджимаються і не витримуються. Вони мають ніжну консистенцію. Пастоподібні сири дуже схожі на сир і за своєю суттю таким і є. У процесі приготування їх не пресують і не солять. У результаті виходить досить водянистий сир з молочним смаком.

Рікотта – традиційний італійський сир з коров'ячого парного молока. Без нього неможливо уявити собі практично жодну італійську страву – равіолі, лазанья, овочі та десерти.

Моцарелла – італійський сир, що виготовляється з молока буйволиць. Кисле молоко в теплій воді стає еластичним і врешті-решт розпадається на волокна, а ті, потрапляючи в гарячу воду, згортаються в кульки, які і представляють з себе сир моцарелла. Традиційно подається нарізаним з помідорами, базиліком і оливковою олією.

Фета – це грецький сир, процес виготовлення якого описаний ще в Одіссеї Гомера. Справжній сир фета готується з овечого молока. Старовинний рецепт виготовлення цього сиру дуже простий: свіже молоко

наливалося в мішок зі шлунка кози, іноді додавалася смола з гілок смоковниці.

Маскарпоне – це свіжий вершковий сир, один з характерних видів сиру італійського сироваріння передмістя Мілана. Сир маскарпоне не має аналогів у світі. Він жирний і м'який, нагадує по виду масло. Маскарпоне володіє дивовижним ніжним смаком і ідеально підходить для приготування різних страв, наприклад, такого відомого десерту як тірамісу.

3. Неварені пресовані сири. Ці сири мають тверду скоринку і щільну ніжну сирну масу жовтого кольору. У процесі виготовлення невареного пресованого сиру отриману сирну масу вичерпують, подрібнюють і розкладають у форми, де її пресують – щоб прискорити стікання сироватки. Потім цей сирий сир недовго сохне, виймається з форми і обробляється в розсолі. Після цього сир поміщається на дозрівання у великі перфоровані форми. Протягом витримки сир час від часу солять, перевертають і чистять щіткою, що дозволяє надати краях рівномірне забарвлення. Визрівають такі сири повільно, від 1 до 12 місяців.

Едамер – це голландський сир з коров'ячого молока вже був популярний у XVII столітті – як у себе на батьківщині, так і в сусідніх країнах. Смак сиру злегка горіховий, а аромат посилюється у міру дозрівання. Сир едамер, витриманий протягом півтора року, є справжньою насолодою для гурмана. Проте найпопулярнішими є невитримані варіанти едамера.

Гауда – сир, який традиційно проводиться з коров'ячого молока в Голландії. Цей сир почали робити там ще в VI столітті. Смак сиру гауда – від ніжного і м'якого, горіхового, до насичено пряного. В основному цей сир різниться за трьома ступенями зрілості: молодий (2-3 місяці), середній (6 місяців), старий (щонайменше рік). Також існує і півторарічний гауда – він твердий і дуже гострий, його використовують, як правило, для натирання в різні страви.

Чеддер. Цей традиційно англійський сир з коров'ячого молока не захищений товарним знаком і тому його можна виготовляти всюди в світі. За оригінальним рецептом сир загортається в тканину для визрівання строком до одного року. Після цього сир чеддер набуває свіжого горіхового смаку з кислувато-гострим присмаком.

Канталь – французький сир з коров'ячого молока. Його скоринка повинна бути правильної форми і може мати легкий запах льоху, де сир витримувався. Залежно від витримки консистенція сиру канталь змінюється від еластичною до твердої, смак – від свіжого до горіхового, з легким

відтінком трав. Гурмани оцінять старий канталь, який витримувався не менше 6 місяців і має свій особливий, більш гострий смак.

Мімолет – французький сир з коров'ячого молока. Спочатку сир мімолет вживали тільки як м'який сир (mimou – від французького «напівм'який»), який не вимагав тривалого дозрівання і мав злегка маслянисту консистенцію з горіхово-фруктовим ароматом. Потім з'ясувалося, що при дозріванні від шести місяців до двох років він стає твердим і набуває особий гіркуватий відтінок у фруктовому присмаку.

4. Варені пресовані сири. Це сири великого розміру, зі світлою скоринкою, сирною масою блідо-жовтого кольору, частіше за все з дірочками. Пресовані варені сири робляться з вечірнього молока, яке після доїння постояло ніч і наступного ранку було змішано з парним молоком. Подальша обробка включає підігрів молока до приблизно 30°C і додавання сичужного ферменту.

Процес ферментації сирної маси викликає утворення дірочок. Після заквашування отримана маса підігрівається до приблизно 50-60°C – цей процес на професійному жаргоні називається випал. Лише після підігріву сирна маса пресується. У цьому головна відмінність цього виду сирів від пресованих неварених. Крім усього іншого при виготовленні цих сирів важлива і пора року. Сири з літнього молока набагато пахучіші. Сири з зимового молока м'якше за смаком. Найчастіше ці сири у формі колеса або кола. Визрівання їх може тривати близько року.

Емменталь – французький сир з коров'ячого молока. Вирізається з самого серця кола, який важить більше 80 кг. Похідні цього сорту сиру виготовляються в різних країнах. Сир емменталь має характерний для твердого вареного сиру фруктово-горіховий солодкуватий смак. Цей сир має великі дірки в своєму тілі через особливості процесу його виготовлення.

Пармезан. Справжній пармезан виготовляється в Італії з коров'ячого молока. Для підготовки до дозрівання цей сир на три тижні кладуть в соляну ванну. Сам термін дозрівання пармезану довгий -до 10 років і більше. Його солодкувато-фруктовий смак створюється часом.

Грюйер. Це класичний швейцарський твердий сир, винайдений в місті Грюйер. Це сир виник ще в XII столітті. За старою традицією сир грюйер виготовляється тільки з червня по вересень. З 400 літрів молока виходить 35 кг сиру. Грюйер визріває 4-8 місяців і має фруктовий злегка солонуватий смак. При цьому цей сир може зберігатися рік і більше, після чого набуває насичений міцний аромат.

Конте – популярний французький сир, що виготовляється з коров'ячого молока, має спеціальний знак якості. За традицією сир конте

виробляють з липня по вересень. Сир виробляється величезними колами вагою до 55 кг. Дозріває конте через 6-9 місяців. За консистенцією сир конте твердий і на смак має солодкуватий присмак.

Бофор – французький сир з коров'ячого молока, захищений особливим знаком якості, який свідчить про тому, що молоко для цього сиру береться виключно від корів породи бофор, що пасуться на високогірних пасовищах. Для бофора стандартної величини (40-50 кг) потрібно не менше 500 літрів молока. У процесі дозрівання сир регулярно обробляють соляним розчином, що залишає слід легкий в ароматі визрілого Бофора. Хороший сир бофор володіє фруктовим смаком, з присмаком квітів і лугових трав

5. Мякі сири з пліснявою скоринкою. Ці сири жирні і м'які, покриті світлою скоринкою з білої плісняви. Сирна маса – текуча і має блідо-жовтий колір. Після згущення молока за допомогою сичужного ферменту, молочнокислих бактерій або рослинного згущувача сирну масу або пресують або обпалюють. Потім сир солять і бризкають розчином спеціального грибка. Цей грибок сходить потім цвілевим газоном на колах сиру. Таким чином утворюється кірочка в процесі дозрівання. Для дозрівання м'які сири поміщаються в льох на строк від 2-х до 6-ти тижнів. За формою вони бувають круглими, овальними або квадратними.

Брі – цей французький сир з коров'ячого молока, покритий білою цвілевий скоринкою має давню історію. Він був винайдений в VII столітті в абатстві Жуар. Цей сир любили королі та правителі протягом століть. Брі називали королем сирів і першокласним десертом. Цей сир визнавали переможцем серед інших сирів, жоден з яких не міг скласти йому справжню конкуренцію. Під справжнім сиром брі мається на увазі кілька варіантів цього сорту сиру: Брі де Кулом з околиць Парижа, Шампані і Лотарингії, а також Брі де Мо і Брі де Мелен.

Камамбер. Справжній сир камамбер виготовляється з коров'ячого молока в Нормандії, Франції. У світі виробляється дуже багато аналогів справжнього французького сиру камамбер, але лише справжній камамбер має спеціальний знак якості і особливу упаковку – круглий дерев'яний ящичок, з сирним колом вагою 250 грам, 11 см в діаметрі і 3 см у висоту. Єдиний традиційний справжній камамбер називається AOC-Camembert de la Normandie. Згідно з легендою цей сир був винайдений в 1791 році селянкою з села Камамбер. Камамбер виготовляють із приблизно двох літрів молока нормандських корів, по-старому наливають ополоником у форму і додають сіль. Камамбер зріє від країв до центру. У процесі визрівання сир покривається їстівною оксамитовою білою цвілевою скоринкою. Так як справжній камамбер не підлягає тривалому зберіганню, його часто продають

трохи недозрілим. Цей сир має трохи грибний і ніжний смак. Він м'який і не повинен розсипатися при нарізці.

6. Мякі сири з обмитими краями. Ці сири називають також пікантними. Їх відрізняє специфічний запах і смак в діапазоні від м'якого до дуже різкого. Промивання даного виду сиру солоною водою в процесі дозрівання сприяє утворенню особливої скориночки і специфічного смаку. Обмивання сиру розсолом усуває утворення звичайної цвілі і створює умови для утворення червоної плісняви. Таким чином, виходить сир з гладенькою поверхнею, кольором скоринки від жовтого до оранжево-червоного в залежності від сорту. Сирна маса по консистенції найчастіше жовта і м'яка. Сир має специфічним смаком і запахом.

Епуасс – французький сир з коров'ячого молока з інтенсивним міцним ароматом і смаком. Сир епуасс має давню історію – його любив Наполеон і шанували при дворі Людовика XIV. Цей сир визріває, як правило, протягом 2-3 місяців і менше. У цей період його миють вручну. Найбільш оптимальний момент зрілості епуасса настає в той момент, коли його червоно-коричнева скоринка майже просідає в середині – тоді сир трохи пахне аміаком і має надзвичайно пряний міцний смак.

Ліваро. Цей французький сир з коров'ячого молока виготовляли ще в XIII столітті в Нормандії, в Ліваро. Сир ліваро зріє три місяці і має дуже гострий запах і смак. Він м'який на дотик, але його м'якоть не повинна розтікатися. Відмінною особливістю істинного сиру ліваро є те, що по краях його оранжево-червона кірка обвита п'ятьма тонкими стеблами осоки.

Мюнстер. Цей французький сир має спеціальний знак якості. Для виробництва одного фунта справжнього сиру мюнстер потрібно близько 5 літрів молока. Він дозріває протягом трьох місяців у спеціальних підвалах з дуже високою вологістю і температурою 11-15^{0}С градусів. Кожні два дні сир промивають у підсоленій воді, а іноді навіть і в шампанському. Цей сир м'який, має золотисто-червоне забарвлення, різкий запах і дуже гострий смак. Поряд зі звичайним Мюнстером існує його різновид, збагачена кмином.

7. Сири з блакитною пліснявою. Відмінна особливість цих сирів – наявність цяток зелено-блакитної цвілі в м'якій сирній масі, що надає сиру особливий, незрівнянний з чим смак. Більшість сирів з блакитною цвіллю виробляється з коров'ячого молока. Виняток становить знаменитий сир рокфор, для виготовлення якого використовується овече молоко. Молоко для цього виду сирів має згортатися при температурі 30°С градусів. Після цього сирну масу акуратно витрушують в викладену матерією форму і закривають дерев'яною пластиною. Потім час від часу сирні кола

повертаються, щоб забезпечити краще стікання сироватки. Через один-два тижні сир виймають з форми і періодично перевертають, щоб сироватка продовжувала стікати. Таким чином, виходить неварених і непрессованная сирна маса, яка потім натирається сіллю і проколюється довгими голками з грибками цвілі, що сприяє розвитку зелено-блакитних прожилок всередині сиру.

Рокфор. Раніше такий сир виготовлявся з сирого овечого молока. Сьогодні для виготовлення такого сиру також широко використовують коров'яче молоко, що відповідає рецептурі та стандартам виготовлення сиру. Визначальним інгредієнтом такого сиру є благородна пліснява «penicillium roqueforti», яка утворює блакитні прожилки. Жирність – 45%. Мінімальний час дозрівання 3 місяці, оптимальним вважається період у 5 місяців. Грибок, який надає рокфору характерного смаку і аромату, міститься у печерних ґрунтах. Традиційно його отримували, залишаючи хліб на 6-8 тижнів у печерах. Після цього хліб висушували і добували порошок грибка. Сьогодні грибок вирощується в лабораторіях, а рокфор й далі дозріває у карстових печерах при відносно сталій температурі (6-13°С) та вологості (95%). Пориста порода забезпечує добру циркуляцію повітря.

Горгондзола – це італійський м'який сир з пліснявою. Батьківщиною цього сиру з характерним гострувати смаком є Північна Італія (Ломбардія, П'ємонт). Його назва походить від назви містечка Горгондзола в Ломбардії. Виготовляється горгондзола з коров'ячого молока з додаванням сичужного ферменту, солі та грибка Penicillium gorgonzola, який забарвлює сир зеленкувато-голубими прожилками. Сир циліндричної форми, зазвичай упаковується в сріблястий папір (відмінна риса бренду). Жирність – 25-35%. Період дозрівання – 2 місяці. Сир горгондзола буває двох видів: натуральний (гірський) та солодкий. У гірського сиру дуже сильний аромат і гострий, глибокий смак. Різновид солодкого сиру «Горгондзола кремоза» має кремоподібну консистенцію, його можна намазувати на хліб.

Дорблю – марка блакитного сиру з Німеччини, виробництва компанії «Кезерай Печериця Хофмайстера ГмбХ & Ко. КГ» нім. Käserei Champignon Hofmeister GmbH & Co.KG. Рецептура сиру спеціально була створена для любителів помірно гострих, пряних блакитних сирів на початку XX століття і тримається в секреті. Сир готується з коров'ячого молока з використанням благородної цвілі penicillium roqueforti. Один з найпопулярніших сирів з пліснявою в Росії (так як тривалий час був єдиним блакитним сиром, наявним в роздрібному продажі).

Данаблю – вид блакитного сиру з цвіллю, що виготовляється в Данії. Технологія виготовлення данського блакитного сиру досить складна,

оскільки для правильного росту цвілі в сирі необхідно велику кількість кисню, для цього сталевими спицями в сирі створюють порожнини, які і сприяють росту цвілі. Цвіль Penicillium roqueforti вводять в сирну головку ін'єкціями після чого вона проростає від центру до поверхні. Проходить близько двох місяців перш ніж цвіль з'являється на поверхні головки. Після цього сир відправляється у продаж, попередньо помитим і підсушеним. Сирна маса Данаблю пастоподбна, сніжно біла з синювато-чорними вкрапленнями цвілі. Цвілеві прожилки нагадують мармурову поверхню, тому цей сир прозвали мармуровим або Marmora. Скоринка жовтуватого або білого кольору, яку також можна вживати. Данаблю – дуже популярна закуска до пива, його їдять з темним хлібом або ж з фруктами та горіхами. Цікаво поєднання Данаблю з медом, виноградом і мигдалем.

Питання для самоконтролю:

1. Яка визнана класифікація сирів?
2. Яка харчова цінність сиру?
3. Які особливості отримання свіжих сирів?
4. Які особливості сирів з цвіллю?
5. Які види сирів належать до блакитних?
6. Які сири належать до неварених пресованих?

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. – Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 320 с.

2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 7

Тема: Значення круп, бобових і макаронних виробів у харчуванні людини

Мета: засвоєння знань про енергетичну цінність круп, бобових та макаронних виробів, їх склад та значення в харчуванні людини; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Види круп та їх харчова цінність.
2. Види бобових. Особливості приготування. Харчова цінність.
3. Види макаронних виробів.
4. Особливості приготування страв з крупіів та бобових

1. Види круп та їх харчова цінність. Крупа – це надзвичайно цінний продукт харчування, з якого готують каші та супи. Крупа складається або з дроблених, або з цілих зерен злакових і бобових культур.

Існує велика кількість видів круп. Переважно крупа виробляється з зерен злакових і так званих круп'яних культур: гречана крупа, ячна крупа, манна крупа, вівсяна крупа, рис, перлова крупа, пшоно, пшенична крупа. Також існує кілька видів крупи з бобових рослин: горох, сочевиця.

Рис – найпоширеніша крупа. Рисові крупи відзначаються високими кулінарними властивостями, використовуються в дитячому і дієтичному харчуванні і легко засвоюються організмом людини. За способом обробки рис буває шліфований, полірований і подріблений шліфований. Рис полірований і шліфований поділяють на вищий, I і II сорти.

Гречана крупа – ціниться вмістом повноцінних білків. За способом обробки розрізняють гречану крупу у вигляді цілого зерна – ядрицю і подрібленого – проділ.

Пшоно – шліфоване містить: крохмаль – 64,8%, білки – 12%, жири – 2,9%, клітковину – 0,7%. У кулінарії пшоно використовують для приготування запіканок, каш, бабок, начинок. Воно вариться 40-50 хв. Збільшується в об'ємі у 6-7 р.

Манну крупу дістають при помелі пшениці на борошно шляхом відсіювання. Манну крупу використовують у дієтичному харчуванні.

Крупу «Артек» отримують шляхом подрібнення твердих сортів пшениці. З неї готують в'язкі каші, бабки. Крупа розварюється за 60 хв. Збільшується в об'ємі в 4-6 разів.

Ячні крупи мають крупинки різної форми і величини з гострими гранями. Вони розварюються за 40-45 хв. З них готують каші.

Кукурудзяна крупа погано набрякає, довго розварюється, має порівняно невисоку калорійність.

Кожен вид крупи володіє своїми корисними властивостями, але практично всі вони можуть використовуватися в дієтичному і лікувальному харчуванні. Багато круп, наприклад, гречана, сприяють виведенню з організму надлишків холестерину, зміцненню стінок кровоносних судин, нормалізують роботу серця, печінки і кишечника. Так, манна крупа, яка являє собою різновид пшеничної крупи, характеризується низькою вартістю, і готувати кашу з неї дуже легко і швидко, до того ж вона чудово засвоюється. Тому манна каша дуже широко використовується в дитячому харчуванні. Взагалі з пшениці виготовляється безліч найцінніших продуктів харчування, в тому числі і борошно пшеничне хлібопекарська – основна складова хліба.

Включення в постійний раціон гречаної крупи і перлової крупи також дозволяє істотно оздоровити організм. Перлова крупа являє собою цільне ячмінне зерно. Її часто використовують для приготування каш і супів, а також в якості складової частини різних салатів. Для замочування перлової крупи можна використовувати як воду, так і кисле молоко.

Зберігати крупу краще всього в керамічних, скляних або пластмасових банках зі щільними кришками, але можна використовувати і металеві банки. Тримати ці продукти слід в шафі або на полицях у сухому провітрюваному приміщенні, так як висока вологість скорочує термін придатності.

Відповідно до Закону «Про захист прав споживачів» дата фасування, термін придатності повинні бути вказані на етикетці товару. Тому можна наклеїти на банку з крупою папірець з терміном придатності, щоб його не забути.

Термін придатності у круп різний, тому, залежно від умов зберігання, рекомендується зберігати крупи не більше:

- пшеничні крупи, манку, кукурудзяну крупу і вівсяну – від 4 до 10 місяців; то ж відноситься і до бобовим (крім гороху);
- гречана крупа – 20 місяців;
- рис – від 16 до 18 місяців;
- горох – від 20 до 24 місяців;
- пластівці – від 4 до 6 місяців.

2. Види бобових. Сімейство бобових. Квасоля – один з найпопулярніших бобів на Землі. За якістю білки квасолі подібні до тваринних білків, що робить її найціннішим продуктом в місцях недостатнього вживання м’яса і незамінним для вегетаріанців. Крім білків,

насіння квасолі містить клітковину, крохмаль, вітаміни С, групи В, каротин і РР, мікро-і макроелементи. Зелені плоди містять менше білка, але більше вітамінів і цукрів. Квасоля використовують для профілактики і лікування цукрового діабету та захворювань печінки.

Багата незамінними білками, кальцієм, калієм і залізом квасоля входить в десятку найбільш корисних продуктів. Перші письмові згадки про рослину зустрічаються в китайських джерелах, що відносяться до 3 тисячоліття до н.е. У Стародавньому Римі квасолю знали, в основному, як косметичну сировину. З неї робили пудру, яка за словами тогочасних косметолоів, розгладжувала зморшки і освіжала шкіру. Традиція робити пудру з квасолевого борошна дожила і до наших днів. До Росії квасоля потрапила у XVIII столітті з Туреччини та Франції і на перших порах називалася турецькими та французькими бобами. А до Європи квасолю привезли з Америки.

Сьогодні квасоля вирощується на всіх континентах крім Антарктиди і налічує понад 200 видів. Всю квасолю можна умовно поділити на кілька основних видів: квасоля звичайна – найпоширеніша у світі квасоля, лімська квасоля (місяцеподібна) і гостролиста квасоля (тепарі). Окремим видом можна назвати азіатські боби маш або мунг, які донедавна вважалися квасолею, але тепер виділені в окремий вид. Мунг має багато спільного з квасолею, але в той же час відрізняється за властивостями.

Звичайна квасоля ділиться на 2 види: лущильні сорти і зелені боби (в стручках). Лущильні сорти вирощують, в основному, в Південній і Центральній Америках, Африці, Індії та Китаї, стручкові, тобто овочеві – в США, Єгипті, Іспанії та Італії. Саме квасолю звичайну вирощували індіанці в Америці до приходу європейців останні 6-7 тисяч років. В Європу боби квасолі привезли іспанці разом з золотом, маїсом, помідорами і зернами какао.

Квасоля багатоквіткова або турецька часто використовується як декоративна рослина. У їжу вживаються лише молоді плоди. Лімська квасоля має оригінальну форму бобів у формі півмісяця. Вирощується в азіатських тропіках, півдні Північної Америки і в Південній Африці. Квасоля тепарі характеризується загостреним листям з дрібним плоским насінням. Вирощується в США, Мексиці та Південній Африці, в невеликих кількостях в Казахстані і південному сході Росії.

Азіатська квасоля дрібніша, зеленого або жовто-золотистого кольору. Маш родом з північної Індії, згодом цей вид квасолі поширився по всіх азіатських країнах і особливо полюбився китайцям. Боби мунг пророщують, висушують, перетирають на борошно, з якого роблять локшину. Лущені боби мають світло-зелене забарвлення і використовуються в класичної індійської і

аюрведичній кухні. Маш легко засвоюється, не викликає бродіння, допускає пророщування і вживання в сирому вигляді. Крім маша в Азії популярна японська квасоля адзуки, яка займає друге місце після сої в раціоні жителів країн Азії. Крім Японії адзуки вирощується в Китаї, Кореї, Філіппінах, а також у Південній Африці і в невеликих кількостях на Далекому Сході Росії.

Будь-яку квасолю, крім маша, потрібно обов'язково термічно обробляти. Справа в тому, що в сирій квасолі містяться речовини глікозид і фазеолунатін, здатні викликати серйозне отруєння. Шкідливі речовини легко руйнуються при довгому замочуванні і сильному нагріванні. Тому квасолю замочують на кілька годин (не менше 5), зливають воду і варять у свіжій воді. Замочування корисне ще й тим, що у воді розчиняються олігосахариди квасолі, які не перетравлюється людським організмом і викликають утворення газів і сильно ускладнюють травлення. Крім цього при замочуванні боби розм'якшуються і набирають початковий вагу. Зелену квасолю досить просто відварити і, зливши воду, посмажити в маслі на середньому полум'ї.

Квасоля надходить у вигляді цілих зерен, вона буває біла, кольорова і ряба, квасоля має лікувальні властивості. Кольорова квасоля містить токсичні речовини, тому відвари з кольорової квасолі рідко використовують у їжу.

Найчастіше квасоля продається в лущеному вигляді. Лущена і висушена квасоля дуже зручна, тому що зберігатися може досить довго при нескладних умовах (темрява, прохолода і провітрювання). Для того щоб почати готувати страву з квасолі, її треба замочити і зварити. Квасоля збільшить свою вагу при замочуванні у 2-2,5 рази. Оптимальний час замочування – 8 годин. Тривалість варіння часто залежить від жорсткості води і від віку насіння – чим вода жорсткіше, а насіння старше, тим довше вони варяться.

3. Види макаронних виробів. Макаронні вироби виготовляють із пшеничного борошна спеціального помелу. При приготуванні тіста для макаронних виробів використовують збагачувачі: яйця, яєчний порошок, меланж, молочні продукти, овочеве пюре, томат-продукти. Вони мають високу харчову цінність, добре засвоюються, швидко розварюються.

Макаронні вироби поділяються на такі види:

- трубчасті (макарони, ріжки, пір'я);
- ниткоподібні (вермішель);
- стрічкоподібні (локшина);
- фігурні (алфавіт, зірочки, черепашки).

Залежно від сорту борошна, з якого виготовлені, макаронні вироби ділять на сорти – вищий, I, II.

4. Особливості приготування страв з крупіів та бобових. Страви з круп'ів – найкалорійніші, вони містять вітаміни В і РР. Їх використовують як гарнір до м'ясних і рибних страв і як самостійні страви. Для приготування кулінарних виробів готують в'язкі каші – рисову, гречану, манну, перлову, ячну, вівсяну, пшоняну, кукурудзяну та ін.

Добираючи гарніри з цих продуктів, слід врахувати не тільки їхній хімічний склад, а й те як вони поєднуються за смаком. Так, гарніри з крупів погано поєднуються з рибою, крім гречаної каші, яку подають як гарнір до смаженої риби; гарніри з рису краще подавати до страв з баранини, відвареної курки і не рекомендується до страв з качки і гуски. Горох рідко використовують як гарнір, квасоля добре поєднується зі стравами з баранини. До складних гарнірів, які подають до м'ясних страв, не входять макарони і крупи, крім рису. Для приготування страв і гарнірів із крупів, бобових і макаронних виробів використовують казани на плитні, каструлі різної місткості, котломір, грохот, друшляк, сита, лопатки кухарські, виделки, шумівки, черпаки та інший посуд і інвентар.

Перед варінням каші крупу просіюють, перебивають і промивають. Особливо ретельно промивають пшоно для видалення з нього жиру, який надає крупі гіркого смаку. Манну, гречану, крупи із розколотих зерен, а також плющені крупи промивати не рекомендується, оскільки це негативно впливає на смак каші. Страви можна варити, з будь-якого виду крупи на воді, молоці або суміші води з молоком, а також на бульйоні.

Розсипчасті каші варять з рисової, гречаної, перлової, пшоняної, ячної і полтавської крупів на воді або бульйоні. Використовують як самостійні страви або як гарнір. Вихід з 1 кг крупи 1-3 кг готової страви.

Рідкі каші готують з усіх крупів крім гречаної, ячної. Варять каші на молоці, суміші молока з водою і на воді. Рідкими вважають каші, вихід яких складає 5-6 кг із 1 кг крупи. Готують їх так само, як і в'язкі, але використовують більше рідини. Подають як самостійні страви з вершковим або топленим маслом, цукром, джемом, повидлом, медом (20-30 г), з корицею, якою посипають кашу (0,5 г на порцію).

В'язкі каші готують на молоці з водою з усіх видів крупів за загальними правилами варіння. В'язка каша являє собою густу масу. З 1 кг крупи отримують від 4 до 5 кг готової каші.

Варіння бобових. Страви з бобових не менш калорійні, ніж круп'яні, за вмістом білків перевищують їх (23%) страви з бобових багаті на мінеральні солі, вітаміни групи В, РР, С і провітамін А. Варені макарони

також є важливим джерелом вуглеводів і білків. Бобові заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варять в закритому посуді при слабкому кипінні. Тривалість варіння коливається в таких межах: сочевиці – 40-60 хв; гороху – 1-1,5 год; квасолі – 1,5-2 год.

Подають бобові як самостійні страви з різноманітними соусами, жиром або на гарнір до м'ясних і рибних страв. З бобової готують пюре для чого гарячими пропускають крізь протиральну машину; можна також приготувати запіканку, рулет, котлети.

Варіння макаронних виробів. Макарони, локшину, вермішель або інші макаронні вироби кладуть у киплячу підсолену воду (на 1 кг макаронних виробів 5-6 л води і 50 г солі), варять періодично помішуючи до готовності. Тривалість варіння макаронних виробів залежить від їхнього виду. Макарони варять 20-30 хв., локшину – 20-25хв., Відвари з макаронних виробів використовують для приготування супів і соусів, а також для приготування запечених страв. Подають відварені макарони як самостійну страву або гарнір.

Питання для самоконтролю:

1. Яка харчва цінність крупів у раціоні людини?
2. Яка харчова цінність бобових: квасолі, гороху, сочевиції?
3. Яка особливість приготування квасолі?
4. Які види каш існують?
5. Якими принципами слід керуватись при підборі гарніру з крупів та бобових?
6. Які найпопулярніші види макаронних виробів?

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. -Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 320 с.
2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.
3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.
4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. – Донецк : ПКФ "БАО", 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 8

Тема: Значення перших страв у харчуванні людини

Мета: засвоєння знань про особливості приготування, види перших страв; вимоги до якості та оформлення перших страв; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Харчова цінність перших страв
2. Бульйони
3. Приготування напівфабрикатів для приготування перших страв

1. Харчова цінність перших страв. Перші стави є важливим джерелом мінеральних і біологічно активних речовин (вітамінів, мікроелементів). Вони містять велику кількість рідини і покривають потребу організму у воді на 20-25%. Багато перших страв мають високу енергетичну цінність (кулешики, борщі, юшки з крупами, макаронними виробами), оскільки до їх складу входить м'ясо, риба, крупи, бобові або макаронні вироби.

Вони займають провідне місце у харчовому співвідношенні традиційного обіду. Вживання першої страви обумовлене впливом їх складових на організм людини: *екстрактивні речовини* м'яса, які містяться у бульйоні, цибуля та овочі активізують діяльність травних залоз, сприяють збудженню апетиту і відповідно – кращому засвоєнню їжі.

Перші страви класифікують за характером рідкої основи, температурою подавання, способом приготування.

За способом приготування перші страви поділяються на: заправні; пюреподібні; прозорі.

Заправні перші страви – популярні в українській кухні перші страви, які готують на бульйонах, відварах або воді і заправляють пасерованими овочами (цибулею, морквою, петрушкою, селерою), томатом і борошном. До складу таких супів входять овочі, крупи, макаронні вироби або бобові – через що ці страви набувають смаку і аромату тих продуктів, які використані для їх приготування.

Заправні перші страви поділяють на борщі, юшки, кулеші, солянки, капусняки, розсольники, щі, супи (овочеві, картопляні, без картоплі). Технологічний процес приготування заправних супів включає такі операції:

- приготування бульйонів,

- підготування гарніру,
- проварювання його в бульйоні,
- заправлення супу.

За температурою подавання перші страви поділяють на гарячі (температура 75°С) і холодні – 14°С. Гарячими відпускають перші страви на бульйонах, відварах і молоці, холодними – всі інші. Солодкі перші страви у весняно-літній період подають холодними, а в осінньо-зимовий – частіше гарячими.

За характером рідкої основи перші страви поділяють на чотири групи:

- до першої належать перші страви на бульйонах (м'ясо-кістковому, кістковому, з сільськогосподарської птиці, грибному, рибному) і відварах (овочевому, з круп і макаронних виробів);
- до другої – на молоці;
- до третьої – на хлібному квасі, сироватці, кислому молоці, охолодженому овочевому відварі, охолоджених і проціджених бульйонах, відварах з житніх сухарів;
- до четвертої – на фруктових і ягідних відварах (солодкі).

Перші страви, які готують з продуктів молочних і рослинного походження (без м'яса), називають *вегетаріанськими*. Гарячі перші страви готують у суповому відділенні гарячого цеху, холодні – в холодному цеху.

При приготуванні перших страв використовують стаціонарні або наплитні казани, каструлі, супові миски, глиняні горщики, сковороди, сотейники, листи, друшляки, грохоти, сита, шумівки, черпаки, промарковані дошки, ножі. На виробничому столі, де кухар виконує допоміжні операції, мають бути настільні ваги, обробна дошка, ножі, спеції і підготовлені продукти.

Перші страви подають у підігрітих до температури 40°С глибоких столових тарілках (240 мм у діаметрі), прозорі бульйони без гарніру і кулешики у бульйонних чашках (місткістю 300-400 см3). Холодні перші страви подають в охолоджених до температури 12°С глибоких столових тарілках.

2. Приготування бульйонів. Рідкою основою багатьох перших страв є *бульйони*.

Бульйон – це відвар з м'яса, кісток, сільськогосподарської птиці, риби з додаванням білого коріння, моркви, цибулі. У бульйон з продуктів переходять екстрактивні речовини, білки, жири, мінеральні та ароматичні речовини.

Смак бульйону залежить від співвідношення в ньому води й продукту,

ступеня подрібнення продукту, тривалості варіння. Кількість води для бульйону визначають за збірником рецептур, вона коливається від 1,25 до 5 л на 1 кг продукту. Бульйон з меншою концентрацією розчинних речовин називається нормальним (на 1 кг продукту 4-5 л води), з більшою – концентрованим (на 1 кг продукту 1,25 л води). Рекомендується варити концентровані бульйони, оскільки це економить паливо, дає можливість використати посуд меншої місткості. Концентровані бульйони зручно зберігати і транспортувати, оскільки вони при охолодженні утворюють желе.

З 1 кг продукту виходить 1 л концентрованого бульйону. Для одержання нормального бульйону 1 л концентрованого розводять 3-4 л гарячої води. Якість бульйону, смак перших страв залежать від правильного використання сировини, додержання норм її закладання і технології приготування.

Кістковий бульйон. Для варіння бульйону використовують оброблені трубчасті, тазові, грудні, хребетні, крижові яловичі, свинячі, телячі і баранячі кістки. Їх подрібнюють, щоб повністю виварилися з них харчові речовини, телячі і свинячі злегка обсмажують у жаровій шафі для поліпшення смаку і зовнішнього вигляду бульйону.

Підготовлені кістки кладуть у казан, заливають холодною водою і швидко доводять до кипіння, знімають з поверхні піну, щоб бульйон був прозорим і ароматним, а потім варять на малому вогні в посуді із закритою кришкою. Потрібно також періодично знімати жир, оскільки при тривалому варінні він розщеплюється на жирні кислоти і гліцерин, а це призводить до погіршення зовнішнього вигляду і смаку бульйону. Він стає мутним і набуває салистого присмаку.

Бульйони з яловичих кісток варять 3-4 год., свинячих, телячих і баранячих – 2-3 год. При більш тривалому варінні погіршуються смакові й ароматичні якості бульйону. За 30-40 хв. до закінчення варіння кладуть злегка підпечені моркву, біле коріння, цибулю, пряні овочі, зв’язані в пучки (для ароматизації і поліпшення смаку). Готовий бульйон охолоджують і проціджують. Бульйон мутніє від наявності спинного мозку і від бурхливого кипіння.Якщо бульйон довго зберігати гарячим, смак його погіршиться.

М’ясо-кістковий бульйон. Для варіння використовують кістки і м’ясо грудинки, лопаткової і підлопаткової частин, пружка, частини задньої ноги масою 1,5-2 кг.

Бульйон варять двома способами. І спосіб. Підготовлені кістки заливають холодною водою, доводять до кипіння, знімають піну, жир і варять при слабкому нагріванні 2-3 год., потім закладають підготовлені шматки м’яса і варять при слабкому кипінні до готовності (1,5-2 год.),

періодично знімаючи піну і жир. За 30-40 хв. до закінчення варіння кладуть злегка підпечені овочі, пучок пряних овочів. Наприкінці варіння готове м'ясо виймають, а бульйон проціджують.

II спосіб. На дно казана кладуть підготовлені кістки, на них шматки м'яса, заливають холодною водою, при сильному нагріванні доводять до кипіння, знімають піну і варять при слабкому кипінні 1,5-2 год., періодично знімаючи жир. Зварене м'ясо виймають, а кістки продовжують варити. За 30-40 хв. до закінчення варіння кладуть підпечені овочі і пучок пряних овочів. Готовий бульйон проціджують.

Бульйон з птиці. Варять з кісток, потрухів (крім печінки) і цілих тушок. Кістки розрубують на маленькі частини і промивають, тушки заправляють «у кишеньку», не проколюючи їх. Підготовлені продукти заливають холодною водою, доводять до кипіння, знімають піну і варять при слабкому кипінні, періодично знімаючи жир. Через 20-30 хв. кладуть підпечене коріння і цибулю. Тривалість варіння бульйону залежить від виду птиці, віку і становить від 40 хв до 2 год. Готовий бульйон проціджують.

Рибний бульйон. Готують з риби (краще родини окуневих) і рибних оброблених відходів (голів, плавників, шкіри, кісток). З голови видаляють зябра й очі, великі голови риб з хрящовим скелетом розрубують на частини. Інші відходи добре промивають, кладуть у казан, заливають холодною водою (на 1 кг продуктів 3-3,5 л води), доводять до кипіння, знімають піну, додають сирі овочі (біле коріння й цибулю) і варять при слабкому кипінні 50-60 хв.

При варінні бульйонів з голів риб з хрящовим скелетом через 1 год. голови виймають, відокремлюють м'ясо, а хрящі промивають і продовжують варити до розм'якшення. Готовий бульйон відстоюють, а потім проціджують. М'якоть і хрящі подрібнюють, заливають невеликою кількістю бульйону, доводять до кипіння; перед подаванням додають їх у бульйон. Для приготування рибних перших страв рибу нарізують на шматочки, відварюють і перед подаванням кладуть на тарілку.

Грибний бульйон. Готують із сушених або свіжих грибів. Сушені гриби перебирають, промивають, заливають холодною водою на 10-15 хв., промивають. Промиті гриби заливають холодною водою (на 1 кг грибів 7 л води) і залишають, щоб вони набубнявіли, на 3-4 год. Потім виймають, рідину відстоюють і проціджують. Підготовлені гриби заливають водою, в якій їх замочували, і варять 1,5-2 год. без солі. Відвар зливають, відстоюють і проціджують. Зварені гриби виймають, промивають у проточній воді, шаткують, січуть або пропускають через м'ясорубку, додають у перші страви за 5-10 хв. до закінчення варіння або використовують для приготування

других страв, начинок.

3. Напівфабрикати для перших страв. Приготування перших страв з концентратів і напівфабрикатів. На підприємствах масового харчування для приготування перших страв використовують *концентрати, плодоовочеві консерви, охолоджені і швидкозаморожені напівфабрикати,* які виготовляють підприємства харчової промисловості, великі механізовані фабрики-заготівельні та кулінарні фабрики. Страви з концентратів і напівфабрикатів мають відповідати таким самим вимогам, що і перші страви із свіжих овочів.

Напівфабрикати надходять у функціональних місткостях по 3-5 кг, у ящиках із нержавіючої сталі або дерев'яних, покритих всередині харчовим лаком. Термін зберігання напівфабрикатів при температурі 0-4°С 6 діб з моменту їх виготовлення, при кімнатній температурі – 24 год.

Швидкозаморожені напівфабрикати надходять блоками прямокутної форми по 5, 10, 15 і 20 порцій, загорнуті в лакований целофан, у картонних коробках з вкладишами з целофану або у формах з алюмінієвої фольги. Термін зберігання – до 10 діб при температурі 12-16 °С.

Капуста квашена, тушкована для перших страв надходить охолодженою і замороженою, шаткованою і січеною. Форма нарізування моркви відповідає формі нарізування капусти. На поверхні овочів має бути жир, колір від жовтого до кремового, смак кислуватий, без гіркості, із запахом тушкованої капусти. Напівфабрикати надходять розфасованими в пакети масою по 10 кг.

Борщова заправа – суміш тушкованих і пасерованих овочів (буряків, моркви, білого коріння і цибулі), нарізаних соломкою, з додаванням томатного пюре, цукру, спецій. Борщова заправа надходить замороженою або консервованою. Перед вживанням заморожену заправу кладуть у сотейник або каструлю, заливають киплячим бульйоном на 5-10 см вище рівня заправи, періодично помішуючи, нагріва-ють до повного розморожування.

Заправа для перших страв – швидкозаморожена або консервована суміш нарізаних соломкою і пасерованих овочів (моркви, ріпчастої цибулі, білого кореня). Використовують при варінні заправних перших страв і кулешиків з розрахунку 40 г на 500 г першої страви. Заправу розморожують так, як і борщову заправу.

Питання для самоконтролю:

1. Як поділяють перші страви залежно від основи, залежно від температури подачі?

2. Які особливості приготування кісткових бульйонів?
3. Яку рибу використовують для приготування рибних бульйонів?
4. Як підготувати гриби для приготування бульйону?
5. Охарактеризуйте борщову заправу, заправу для перших страв.

📖 **Список рекомендованих джерел:**

1. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. – 352 с.

2. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

3. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. - Донецк: ПКФ "БАО", 2000. - 224 с.

ЛЕКЦІЯ 9

Тема: Харчова цінність молока та молочних продуктів

Мета: засвоєння знань про харчову цінність та класифікацію молочних продуктів; значення їх для харчування людини; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План:

1. Харчова і біологічна цінність молока
2. Класифікація та асортимент питного молока
3. Класифікація та асортимент молочних продуктів

1. Харчова і біологічна цінність молока обумовлена наявністю в ньому жирів і жироподібних речовин, білків, молочного цукру, мінеральних солей, пігментів, вітамінів, ферментів, імунних тіл, гормонів і інших фізіологічно активних речовин.

Білки – найбільш біологічно цінний компонент. Білки молока володіють ліпотропними властивостями, регулюючи жировий обмін, підвищують збалансованість їжі і засвоєння інших білків. Володіючи амфотерними властивостями, молочний білок захищає організм від отруйних речовин.

Молочний жир є джерелом енергії для біохімічних процесів в організмі. Молочний цукор (лактоза) є джерелом енергії для біохімічних процесів в організмі, сприяє засвоєнню кальцію, фосфору, магнію, барію. Мінеральні речовини молока грають значну роль у пластичних процесах формування нових клітин тканин, ферментів, вітамінів, гормонів, а також у мінеральному обміні речовин організму.

Біологічна цінність молока доповнюється наявністю майже всього комплексу відомих і необхідних для організму людини вітамінів, вміст яких змінюється в залежності від раціону годівлі тварин; як правило, підвищено в літній період при утриманні худоби на зелених пасовищах.

1 л молока задовольняє добову потребу дорослої людини у тваринному жирі, кальції, фосфорі; на 53% у тваринному білку; на 35% біологічно активних незамінних жирних кислотах і у вітамінах А, С, тіаміні; на 12,6% у фосфоліпідах і на 26% в енергії. Енергетична цінність молока складає 103 Дж/кг.

Наявність усіх компонентів в оптимальному сполученні і легкоперевареній формі робить молоко винятково цінним, незамінним продуктом для дієтичного і лікувального харчування, особливо при

шлунково-кишкових захворюваннях, хворобі серця і кровоносних судин, печінки, нирок, цукровому діабеті, ожирінні, гострих гастритах. Воно повинно щодня споживатися як частина збалансованої дієти для підтримки тонусу і як чинник збільшення тривалості життя.

Виняткове значення молоко має в харчуванні дітей, особливо в перший період їхнього життя. У оболонковому білку жирових кульок міститься значна кількість фосфоліпідів, аргініну і треоніну – амінокислот, що нормалізують процеси росту і розвитку організму. Молоко є основним джерелом легкозасвоюваних фосфору і кальцію для побудови кісткових тканин.

Справжня користь молока в тому, що воно є основним постачальником кальцію і фосфору, без яких не можливі міцні зуби і кістки. Також ці мікроелементи беруть участь у синтезі вітамінів групи В, який сприяє зняттю стресів і втоми, захищає шкіру від прищів і вугрової висипки, волосся від випадання, а нігті від ламкості. Молоко містить вітамін D, який необхідний для профілактики рахіту у дітей і підтримки у хорошому стані кісток, а також бере участь у синтезі фосфору і кальцію. Вітамін А, що входить до складу молока, покращує зір і добре впливає на зовнішній вигляд шкіри, а фолієва кислота підтримує м’язи в тонусі.

Біологічна цінність молока доповнюється тим, що воно сприяє створенню кислого середовища в кишковому тракті і придушенню розвитку гнильної мікрофлори. Тому молоко і молочні продукти також широко використовуються як лікувальний засіб при інтоксикації організму отруйними продуктами гнильної мікрофлори. Добова норма споживання молока для дорослої людини – 0,5 л, для дитини – 1 л.

2. Класифікація та асортимент питного молока. Питне молоко класифікують за способом термічної обробки, вмістом жиру і добавок, призначенням.

За способом термічної обробки його поділяють на пастеризоване, стерилізоване і пряжене. *Пастеризоване* молоко без добавок виготовляють з таким вмістом жиру, %: 1,0; 1,5; 2,0; 2,5; 3,2; 3,5; 6,0 і знежирене. Молоко з вітаміном С випускають з вмістом жиру 1,5%, 2,5%, 3,2% і знежирене, а білкове – 1% і 2,5%. В молоко з вітаміном С додають 110г вітаміна на 1 т молока, у 6% – вершки, в білкове – сухе і згущене знежирене молоко. Білкове молоко багате сухими знежиреними речовинами, насамперед білками. Кількість сухих знежирених речовин у ньому складає від 10,5 до 11,0%. Молоко з какао і кавою випускають з вмістом жиру 1,0% і 3,2%. Вміст сахарози в цих видах молока досягає відповідно не менше 10% і 6%, а какао і кави – 2,0%. Пастеризованим виготовляють також солодове і дитяче молоко.

Солод збагачує молоко цукрами, вітамінами і ферментами. Солодове молоко солодкувате на смак з присмаком солоду. У складі дитячого молока 3,5% жиру і 10% цукру. Його виготовляють з високоякісної сировини і на спеціальному обладнанні.

Молоко випускають стерилізоване з вмістом жиру 1,0%, 1,5%, 2,5%, 3,2% і 3,5%, пряжене – 1,0; 2,5; 4,0; 6,0 і знежирене. В пряжене молоко додають вершки.

Вершки одержують сепаруванням молока. Вони мають широке застосування. Їх рекомендують споживати при виразці шлунку та дванадцятипалої кишки, гастритах, для посиленого харчування дітей та дорослих. З вершків одержують сметану і вершкове масло. Цей продукт використовують у виробництві деяких кондитерських і хлібобулочних виробів, морозива та ін. У питних вершках міститься від 8 до 35% жиру, 2,5-3% білків і 3,5-4% цукрів.

Залежно від термічної обробки вершки виготовляють *пастеризовані і стерилізовані*. Вони бувають без наповнювачів і з наповнювачами. Пастеризо-вані вершки випускають з таким вмістом жиру: 8, 10, 20 і 35%. Пастеризацію вершків з вмістом жиру 8 і 10% проводять при температурі 80° С, а 20 і 35% при 87° С. Стерилізовані вершки мають у своєму складі 10% жиру. Як наповнювачі використовують цукор, какао, каву та інші добавки. У рецептуру вершків з цукром входить 7% цукру, з какао – 7% цукру і 2,5% какао, з кавою – 10% цукру і 2% кави.

Кисломолочними називають продукти, які одержують з молока шляхом молочнокислого бродіння, інколи за участю спиртового. Залежно від характеру зброджування лактози весь асортимент кисломолочних продуктів поділяють на дві групи: молочнокислого бродіння і змішаного бродіння (молочнокислого і спиртового). До продуктів молочнокислого бродіння належать простокваша різних видів, йогурт, ацидофільне молоко, ацидофілін, кисломолочний сир, сметана. В продуктах змішаного бродіння, крім молочної кислоти, накопичується певна кількість етилового спирту (ацидофільно-дріжджове молоко, кефір, кумис). Такий поділ кисломолочних продуктів умовний, бо при бродінні лактози в продуктах першої групи накопичується невелика кількість етилового спирту, вуглекислоти, летких органічних кислот, які характерні для продуктів другої групи. За хімічним складом і консистенцією кисломолочні продукти поділяють на кисломолочні напої, сметану, кисломолочні сири і сиркові вироби.

3. Класифікація та асортимент кисломолочних продуктів.

Кисломолочні напої. Як уже відзначалось, до кисломолочних напоїв молочнокислого бродіння належать *простокваша, йогурт, ацидофільні напої*

(ацидофільне молоко, ацидофілін).

Простоквашу виготовляють з пастеризованого, пряженого і стерилізованого молока шляхом його сквашування чистими культурами молочнокислих бактерій. З пастеризованого молока виготовляють простоквашу. Вона має щільний згусток; кислотність від 80 до 130°. За вмістом жиру звичайна простокваша буває 1; 2,5 і 3,2%. З пряженого молока виготовляють ряжанку (пряжанку) з вмістом жиру 1; 2,5; 4 і 6%. Напій має кремовий колір з бурим відтінком, щільний згусток; кислотність 70-110°. Різновидом простокваші із стерилізованого молока є варенець. Колір цього напою світло-кремовий, згусток щільний, кислотність в межах 80-150°. Вміст жиру у варенці складає 2,5%.

Всі види простокваші виготовляють без добавок або з додаванням цукру, невітамінізованими або вітамінізованими. У вітамінізовані види простокваші вносять 110г вітаміну С на 1 т продукту.

Близьким до простокваші є кисломолочний напій *йогурт.* У складі цього напою є дуже багато сухих речовин (12,5-22%). В його рецептуру входять цукор, вершки, сухе знежирене молоко, згущене знежирене молоко, маслянка, плодовоягідні сиропи, ванілін та ін. Молоко сквашують чистими культурами молочнокислого стрептокока і болгарської палички. Кислотність йогурту в межах 80-140° С. Залежно від добавок напій буває таких видів: йогурт (без добавок), йогурт солодкий (містить 5% цукру) і йогурт плодовоягідний (додають плодово-ягідні сиропи). Всі види йогурту випускають з вмістом жиру 1,5; 3,2 і 6%. У світі йогурт е найбільш поширеним кисломолочним напоєм, його асортимент налічує понад 200 назв.

Шляхом сквашування пастеризованого молока ацидофільними паличками виготовляють *ацидофільні напої*. До складу закваски для ацидофіліну входять ацидофільні палички, молочнокислі стрептококи і незначна кількість кефірних грибків. Ацидофільне молоко та ацидофілін випускають з вмістом жиру 3,2%. Ці напої бувають без добавок і з цукром (7%). В ацидофіліні накопичується незначна кількість етилового спирту.

До кисломолочних напоїв змішаного бродіння належать ацидофільнодріжджове молоко, кефір і кумис. Для виготовлення ацидофільно-дріжджового молока в закваску вводять ацидофільну паличку і дріжджі на лактозу. При бродінні, крім молочної кислоти, накопичується етиловий спирт. Напій має у своєму складі 3,2% жиру. Він буває без добавок і з цукром (7%). В ацидофільно-дріжджовому молоці накопичується значно більше етилового спирту, ніж в (від 0,1 до 1,0%): в одноденному (слабкому) 0,12%, дводенному (середньому) - 0,66%, триденному (міцному) - 0,88%.

Молокопереробні підприємства випускають також кефір із зміненим

жировим складом. До такого кефіру належить дієтичний. Співвідношення молочного жиру та олії в цьому напої складає 1:1. Дієтичний кефір рекомендується для людей з порушеним ліпідним обміном.

Дієтичне і лікувальне значення має кумис. Для його виготовлення в державах Середньої Азії та Кавказу використовують кобиляче молоко. В Україні виготовляють кумис із суміші коров'ячого знежиреного молока і сироватки. Цю суміш сквашують закваскою, до складу якої входять чисті культури ацидофільної і болгарської паличок з додаванням хлібних дріжджів. Залежно від ступеня дозрівання кумис з коров'ячого молока поділяється на одноденний (слабкий), дводенний (середній) і триденний (міцний). Кислотність цих напоїв і вміст у їх складі етилового спирту відповідно становлять: 70-80° і 0,6-1,0%, 81-105° і 1,0-1,5%, 106-120° і до 2,5%.

Сметана. Сметану поділяють на звичайну і десертну. Сметану звичайну виготовляють з вмістом жиру 10 (дієтична), 15, 20 і 25%, десертну з вмістом жиру 14%. Кислотність сметани залежить від вмісту жиру. У звичайній сметані з вмістом жиру 10% кислотність складає 70-100°, у 15 і 20% -65-100°, у 25% і десертній -60-100°.

Кисломолочний сир за вмістом жиру поділяється на нежирний, напівжирний (9%) і жирний (18%). Залежно від термічної обробки його виготовляють з пастеризованого і непастеризованого молока. Сир з пастеризованого молока використовується для безпосереднього споживання в їжу і для виготовлення сиркових виробів. Сир з непастеризованого молока використовують в громадському харчуванні для виготовлення виробів, які перед споживанням проходять термічну обробку (сирники, вареники та ін.), і для виробництва плавлених сирів.

Питання для самоконтролю:

1. Яка харчова цінність молока?
2. Яка біологічна цінність молока?
3. Як класифікують питне молоко?
4. Які продукти належать до кисломолочних?

Список рекомендованих джерел:

1. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. - 352с.

2. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.

3. . Лагутина Л.А., Лагутина С.В. Блюда из сыра. Сборник кулинарных рецептов. - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 224 с.

ЛЕКЦІЯ 10

Тема: Будова, хімічний склад і харчова цінність яєць

Мета: засвоєння знань про класифікацію, харчову цінність яєць та особливості приготування страв з них; формування вмінь визначати якість харчової продукції за органолептичними методами; розвивати професійні якості; виховувати бережливе ставлення до продуктів харчування.

План

1. Харчова цінність яєць
2. Класифікація яєць та продукти їх переробки

1. Харчова цінність яєць. Яйця здавна були традиційною слов'янською їжею. Вони є символом відродження природи і весни, тому жоден Великдень не обходиться без крашанок та писанок, а Великодні частування завжди починалися зі свяченого яйця.

Залежно від виду птиці розрізняють яйця курячі, качині, гусячі, індичі. Яйця водоплавної птиці для приготування страв не використовують, оскільки вони можуть бути джерелом інфекційних захворювань.

Яйце – в основному білковий продукт, дуже високої харчової і біологічної цінності, оскільки у ньому містяться всі поживні речовини, які потрібні для життєдіяльності людини. До складу курячого яйця входять *білки* (12, 7 %), *жири* (11,5 %), *вуглеводи* (0,6-0,7 %), *мінеральні речовини* (1,0 %), *вода* (74 %), вітаміни D, E, каротин, B1, B2 B6, PP, холін. Енергетична цінність 100 г курячих яєць – 157 ккал або 657 кДж. За поживністю яйце можна прирівняти до 40 г м'яса або 200 г молока.

Яйце куряче складається зі шкаралупи (12 %), білка (56 %) і жовтка (32 %). Шкаралупа має пористу структуру, захищає яйце від мікроорганізмів. Вона містить вуглекислий і фосфорно-кислий кальцій, магній та органічні речовини. Поверхня яйця покрита надшкаралупною плівкою. Під шкаралупою знаходиться щільна підшкаралупна оболонка і білкова оболонка, які захищають яйце від попадання мікрофлори, проте пропускають гази і водяну пару.

На тупому кінці яйця між шкаралупкою і білковою оболонками розміщена повітряна камера. При зберіганні яєць вона збільшується, оскільки всихає вміст яйця. Білок складається з кількох шарів прозорої тягучої, майже безбарвної маси, яка при збиванні утворює піну. Найщільніший білок розміщений в середині яйця, а найміцніший (градинки) утримує жовток у центрі яйця.

Жовток – найцінніша частина яйця, він багатий на білки (16, 2 %) й жири (32, 6 %), у ньому є вуглеводи (галактоза і глюкоза), мінеральні

речовини ті самі, що і в білку яйця, вітаміни D, E, PP і групи B. Жовтого кольору жовтку надає наявність у ньому каротину, з якого в організмі утворюється вітамін А. Жовток – це густа маса світлих і темних шарів, що чергуються між собою, зверху він вкритий тонкою оболонкою. На поверхні жовтка розміщений зародок.

Хімічний склад білка і жовтка неоднаковий. До білкової частини входять білки (10, 8 %), найціннішими з яких є овоальбумін і кональбумін, що містять усі незамінні амінокислоти у співвідношеннях, які наближаються до оптимальних, тому ці білки легко (на 98 %) засвоюються організмом людини. Овоальбумін забезпечує добру розчинність яєчного білка у воді, овоглобулін здатний при збиванні утворювати піну, овомуцин стабілізує піну, лізоцим має бактерицидні властивості, які зникають при старінні яєць. Із вуглеводів (0, 9 %) у білку яйця міститься глюкоза, із мінеральних речовин – натрій, калій, фосфор, магній, кальцій, залізо та ін. Білок бідний на жири (0, 03 %), має вітаміни B1, B2 B6. Енергетична цінність 100 г білка 47 ккал, або 176,8 кДж. Яйця містять білок авідин, який зв'язує вітамін Н (біотин), регулює нервоворерлекторну діяльність, утворюючи авідинобіотиновий комплекс. При цьому біотин свою активність. При тепловій обробці цей комплекс розпадається на складові частини. Отож споживання сирих яєць небажане, оскільки може виникнути Н-авітаміноз. Білок лізоцим, якому властива антимікробна дія, при недотриманні режиму зберігання може посилити ріст мікроорганізмів, і яйця можуть стати джерелом важких токсикоінфекцій.

Другий яєчний білок овомукоїд пригнічує дію трипсину (ферменту підшлункової залози), тому сирі яйця не тільки погано засвоюються, а й утруднюють засвоєння інших продуктів. Крім того білки їх частково всмоктуються неперетравленими, а це призводить до алергічних захворювань, особливо у дітей. При тепловій обробці цю антиферментну дію овомукоїд втрачає, а при збиванні яєчних білків вона значно послаблюється.

Яйця містять багато жиру, який сконцентрований переважно в жовтку у вигляді емульсії. Жир має низьку температуру топлення (34-39°С) і добре засвоюється організмом людини, оскільки в ньому містяться ненасичені жирні кислоти (олеїнова, архідонова, лінолева та ін.). Крім того у жовтку є велика кількість холестерину (1,6 %), який прискорює атеросклеротичні процеси. Тому кількість страв, які містять яйця у раціоні харчування людей похилого віку, слід обмежувати. Жовток засвоюється на 96 %. Енергетична цінність 100 г жовтка 370 ккал, або 1570 кДж.

2. Класифікація яєць, продукти їх переробки. На підприємствах масового харчування для приготування страв використовують курячі яйця і

продукти їх переробки: меланж і яєчний порошок.

Яйця курячі харчові залежно від терміну зберігання, якості і маси поділяються на дієтичні, які надходять і реалізуються до 7 діб після знесення (масою не менше 44 г), і столові, що надходять через 7 діб після знесення (масою 44 г і більше). Дієтичні яйця мають міцний, ледь помітний жовток, який знаходиться в центрі, не переміщається. Білок щільний, просвічується. Повітряна камера нерухома, висотою не більше 4 мм. Залежно від маси дієтичні яйця поділяють на I і II категорії. Маса яйця I категорії – не менше 54 г, II категорії – не менше 44 г. На кожному дієтичному яйці має бути штамп, де вказуються число, місяць знесення, вид і категорія.

Столові яйця залежно від способу і терміну зберігання поділяються на свіжі, холодильникові і вапновані. До свіжих належать яйця, які зберігалися при температурі від 1 до 2 °С не більше 30 діб після знесення; холодильникові – це яйця, які зберігалися при температурі від 1 до -2 °С понад 30 діб; вапновані – це ті, що зберігалися у розчині вапна, незалежно від терміну зберігання.

Свіжі, холодильникові і вапновані яйця I категорії мають міцний, малопомітний жовток, допускається незначне відхилення його від центрального положення. Білок щільний, просвічується, у холодильникових і вапнованих допускається недостатньо щільний. Висота повітряної камери у свіжих яєць не більше 7 мм, у вапнованих і холодильникових – не більше 11 мм. Маса яєць не менше 48 г.

У цих самих видів яєць II категорії жовток послаблений, чітко видимий, легко переміщається, білок слабий, просвічується, допускається водянистий. Висота повітряної камери не більше 13 мм. Маса яйця – не менше 44 г.

Яйця, які мають масу менше 43 г, випускають під назвою «дрібне»; якісні яйця із забрудненою шкаралупою – під назвою «забруднене». Їх використовують на підприємствах масового харчування.

Залежно від наявності дефектів яйця відносять до харчового неповноцінного (використовують при виготовленні кондитерських і булочних виробів) і технічного браку. До харчових неповноцінних належать яйця, які мають дефекти: тріщини, м'ятий бік, виливка (часткове змішування жовтка з білком), присихання жовтка до шкаралупи, специфічний запах, який легко вивітрюється.

До технічного браку належать: повне змішування жовтка і білка, кров'яне кільце (на поверхні жовтка при просвічуванні видно кровоносні судини), велика пляма (пляма під шкаралупою загальним розміром більше 1/8 поверхні яйця, яка утворюється колоніями плісняви і бактерій), тумак

(при просвічуванні яйце непрозоре, має неприємний запах); міражні яйця (вилучені з інкубатора як незапліднені).

Упаковують яйця окремо за видами і категоріями в дерев'яні ящики по 360 або 720 шт., а також у картонну тару. Дієтичні яйця упаковують в коробки по 10 шт. Зберігають яйця в холодильній камері при температурі 2 °С з 1 травня до 1 вересня протягом 9 днів, з 1 вересня до 30 квітня – 6 днів.

Яєчний меланж – це суміш яєчних білків і жовтків (без шкаралупи), перемішаних, профільтрованих, пастеризованих, охолоджених і заморожених при температурі -18 °С у металевих банках по 5, 8 і 10 кг. Меланж зберігають замороженим при температурі від -9 до -10 °С і відносній вологості повітря 80-85 % до 8 міс.

З меланжу готують страви, що не потребують відокремлення жовтка і білка (пряженю, запіканки, вироби з тіста). Щоб замінити одне яйце масою нетто 40 г, потрібно взяти 40 г меланжу (1 : 1).

Яєчний порошок – це висушена суміш білків і жовтків. Зберігають його при кімнатній температурі і відносній вологості повітря 65-75 % протягом 6 міс., а при температурі 2 °С і відносній вологості повітря 60-70 % – 2 роки з дня виготовлення. Використовують яєчний порошок для тих самих страв, що й меланж.

Питання для самоконтролю:

1. На які категорії класифікують курячі яйця?
2. Яка харчова цінність курячих та перепелиних яєць?
3. Які яйця вважають дієтичними?
4. Які особливості термічної обробки яєць?
5. Охарактеризуйте процес денатурації білка.

Список рекомендованих джерел:

1. Барановський В.А. Официант-бармен. - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 320с.
2. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. -352с.
3. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. – 550 с.
4. Замечательные уроки кулинарного искусства / Составитель Похлебкина А. -Донецк: ПКФ "БАО", 2000. -224с.
5. Лагутина Л.А., Лагутина С.В. Блюда из сыра. Сборник кулинарных рецептов. - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. – 224 с.

Лабораторно-практичні роботи

Лабораторно-практична робота № 1

Тема: Прості форми нарізки

Мета: засвоєння знань про харчову цінність овочів; формування вмінь і навичок нарізувати овочі простими способами, підбирати інструмент, інвентар, посуд, організувати робоче місце, відпрацювувати: «стійку біля столу», «хватку ножа», «положення пальців», професійні прийоми та навички за способом та формою нарізки овочів, дотримуватись вимог санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи, розробні дошки «ОС», ножі, посуд різної ємності для очищених та нарізаних овочі; продукти: картопля, капуста, морква, буряк, цибуля.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Ілюстрації або плакат «Прості форми нарізки овочів». Прості форми нарізки овочів –натуральні зразки.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №2.

Виконати такі технологічні операції: нарізати соломкою, брусочками, кубиками, часточками, кільцями, скибочками, шашками, напівкільцями, кружальцями овочі: картоплю, буряк, моркву, цибулю, білоголову капусту з дотриманням правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Виконати дослідницькі завдання:

а) Маса брутто картоплі – 200 кілограмів. Сезон – вересень. Визначити масу нетто.

б)Маса нетто моркви – 100 кілограмів. Сезон – вересень. Визначити масу брутто.

Скласти звіт про роботу.

Дати відповідь на запитання:

1. Опишіть значення нарізки овочів.
2. Проаналізуйте способи нарізки овочів.
3. Назвіть прийоми нарізки овочів.
4. Назвіть прості форми нарізки овочів.
5. Як нарізати соломкою картоплю; який розмір соломки; використання?
6. Як нарізати брусочками моркву; розмір; використання?
7. Як поділяються кубики за розміром; використання?

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд, (розробну дошку «ОС», ніж, лотки, каструлі місткістю 0,5 та 1л).
2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б)перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 0,2-

відсотковим розчином хлорного вапна;

в)розробну дошку розмістити перед собою, на відстані 5-6 сантиметрів від краю стола. Інструмент, інвентар, посуд розмістити праворуч, а оброблені овочі – ліворуч. Ніж покласти лезом до дошки. Розробна дошка повинна мати маркіровку «ОС»;

г) перед обчищенням овочі помити, первинну обробку здійснювати на окремих, призначених для цього столах; для відходів використовувати окремий посуд.

Звіт про роботу

	Вид нарізки	Відповідність розмірам	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
	Поріз пальця	невірне положення пальців	дотримуватися правил ТБ, пальці лівої руки підігнути, лезо ножа притиснути до суглобів;
		невірна хватка ножа	палець не повинен знаходитися на лезі;
		невірне положення ножа при організації робочого місця	ніж необхідно класти лезом до дошки, а якщо на дошці – лезом назовні;
		знімати овочі руками з леза	щоб зняти овочі з ножа, проводять боком леза по посуду або обстукують кінчиком леза по дошці;
		не надали овочу стійкого положення	для надання стійкого положення необхідно підрізати бік овоча;
		у кухарського ножа погано закріплена ручка	не використовувати несправний інструмент;
		розробна дошка вигнута	використовувати лише рівні дошки.
	Невитримані розміри: а) брусочків соломки	взяли маленькі овочі	овочі потрібно відкалібровувати;
		моркву нарізали під прямим кутом на пластинки	пластинки з моркви нарізають під гострим кутом, щоб вони були довжиною 4-5 см.;
		при нарізанні пластин не витримано товщину;	дотримуватись необхідної товщини пластин; вивчити розміри соломки, брусочка;
	б) часточок	взяли великі або малі овочі	відкалібрувати овочі.
	Низька продуктивність праці	невірна постава кухаря, швидка втомлюваність;	кухар повинен стояти рівно, напівобернений до столу; права нога по переду, упор на ліву ногу;
		невірна організація робочого місця	на робочому місці посередині кладуть дошку, зліва – посуд для обчищення овочів, справа – посуд для нарізаних овочів;
		невірний підбір інструменту	ніж повинен бути середньої величини з дерев'яною ручкою, гострим лезом і п'яткою;

		невірно виконуються прийоми нарізки, допускається багато зайвих рухів: перекладання та підрівнювання пластин;	нарізати пластини в тому положенні, яке вони зайняли після нарізки; правильно виконувати прийоми нарізки.

Корисні поради до ЛПР № 1

Обчищайте шкірочку якомога тонше, під нею міститься більше вітамінів, ніж у м'якоті. Нарізайте овочі безпосередньо перед тепловою обробкою - це зменшить втрати вітамінів, ефірних олій. Потримайте молоду картоплю 15-20 хв. у підсоленій воді - це полегшить обчищення шкірочки. Не зберігайте обчищену картоплю у воді більше трьох годин:вона стане твердою і буде погано розварюватись. Для підвищення продуктивності праці використовуйте інструмент та пристосування для фігурної нарізки овочів.

Лабораторно-практична робота №2

Тема: Складні форми нарізки овочів. Складання композицій

Мета: засвоєння знань про харчову цінність овочів, способів обробки овочів; формування вмінь та навичок нарізувати овочі складними способами, підбирати інструмент, інвентар, посуд; організовувати робоче місце;формування вмінь складати композицій;дотримання вимог санітарії та гігієни та технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи, розробні дошки, ножі, виїмки, посуд для овочів та викладання композицій; продукти: картопля, морква, редька, редиска, свіжі огірки, помідори, ріпчаста зелена цибуля, перець стручковий солодкий, варені яйця, яблука, груші, ананас, цитрусові, сир твердий.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №2.

Виконати такі технологічні операції:

Нарізати *картоплю* –фігурними формами: бочечки, часнички, грушки, стружка, спіраль, кульки, шпалки; *моркву* –зірочки, шестерні, гребінці, кульки, горішки, шпалки; *редьку, редиску* – троянда, водяна лілія, мишка, зірочка, маргаритка; *свіжі огірки* – віяло, виноград, ланцюжок з кілець; *помідори* –троянда, метелик, квітка; *ріпчасту цибулю* –лілія.

Скласти різні композиції.

Виконати дослідницькі завдання:

Відповідно до значення кольорової гамми при оформленні страв підібрати овочі:

а) близькі за тоном;

б) кольори овочів, що пригнічують один одного;

в) колір овочів за контрастом.

Підібрати овочі за кольорами: нейтральні; теплі; холодні; заспокійливі.

При складанні звіту про роботу дати детальний опис кожного завдання.

Дати відповідь на запитання:

1. Назвіть складні форми нарізування картоплі.
2. Як нарізати бочечки, використання?
3. Як нарізати стружку, використання?
4. Як нарізати спіраль, використання?
5. Складні форми нарізування моркви.
6. Як нарізати зірочки, шестерні?
7. Як нарізати іпалки, використання?

Послідовність виконання роботи

1. Підготувати інструмент, інвентар, посуд (розробну дошку, ножі, виїмки, каструлі, лотки).

2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл, дошку, інструмент, інвентар, посуд .гарячою водою;

б) перед початком роботи руки вимити з милом і ополоснути їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в) розробну дошку розмістити перед собою, на відстані відкраю стола 5-6 сантиметрів; інструмент, інвентар, посуд розмістити праворуч, а оброблені овочі – ліворуч; ніж покласти лезом до дошки; розробна дошка повинна мати маркіровку «ОС»;

г) перед обчищенням овочі помити, первинну обробку овочів (обчищення) здійснювати на окремих, призначених для цього столах; для відходів використовувати окремий посуд.

Теоретичні відомості

При нарізуванні бочечок, кульок, горішків, грушок вручну застосовують спосіб обточування.

Бочечки. Картоплю середнього розміру обрізують з двох протилежних боків, потім обточують, надаючи форму бочечки. Використовують для варіння і подають на гарнір до риби – вареної і припущеної.

Часнички. Сиру картоплю спочатку обточують бочечками, потім розрізують уздовж на кілька частин. У кожній частині по грані роблять невелику виїмку. Використовують для приготування перших страв.

Кульки, горішки, груші вирізують з сирої картоплі за допомогою спеціальних виїмок або застосовують спосіб обточування. Використовують для варіння і смаження у фритюрі.

Стружка. Бульбам сирої картоплі надають форму циліндра 2-3 см заввишки, діаметром 3-4 см, потім по колу з нього зрізують стрічку 2,0-2,5 мм завтовшки і 25-30 см завдовжки. Стрічку складають бантиком, перев'язують ниткою і смажать у фритюрі. Використовують на гарнір.

Спіраль. Для нарізування картоплі спіраллю застосовують спеціальний інструмент. Нарізану картоплю використовують для смаження у фритюрі.

Шпалки. При цій формі нарізування застосовують карбувальний ніж. Використовують для смаження у фритюрі. При нарізуванні моркви складними формами застосовують спосіб обточування та карбування. Моркву однакового діаметра обточують, потім карбують корінчастим або карбувальним ножем; з карбованої моркви нарізують зірочки, шестерні, гребінці.

Зірочки, шестерні. Моркву карбують, потім нарізують упоперек 1-1,5 см завтовшки, використовують для оформлення страв.

Гребінці. Карбовану моркву розрізають уздовж навпіл, а потім навскіс 0,2 смзавтовшки – для оформлення страв.

Кульки, горішки, шпалки. Моркву нарізують так само, як і картоплю. Використовують відварною на гарнір для холодних страв. При нарізуванні троянди з редиски, необхідно надрізати її 5 разів по колу. Надрізи повинні перекриватися. Кінчик редиски зрізати і потримати у холодній воді, поки вона не розкриється.

Водяна лілія з редиски. Зрізати з редиски жолобковим ножем вісім тонких смужок (від кінчика до стебла). Тримати у холодній воді.

Мишка з редиски. У редиски з довгим корінцем зрізати збоку невелику частину. З другого боку зробити два невеликих надрізи, вставити в них шматочки редиски (вушка). Зробити очі, вставивши гвоздику.

Зірочка з редиски. З допомогою виїмки у вигляді зірочки надрізати редиску до середини. Вирізати зірочку з редиски ножем.

Маргаритка з редиски. Редиску надрізати 12 разів від коріння до стебла. Відділити червону шкірочку від білої м'якоті. Тримають у холодній воді.

Віяло з огірків. Шматок неочищеного огірка (2 см) розрізати вздовж. Половинки покласти розрізом донизу і надрізати, як гребінець. Тоненькі часточки розкласти віялом.

Виноград з огірка. Скласти з однакових кульок грону винограду. Із шкірочки огірка зробити листок.

З яблука нарізати лебедя, метелика.

З цитрусових нарізати веселу спіраль, кошик, човен.

Для складання композицій використовуйте окремі складні форми нарізування. При оформленні страв використовують симетрію, асиметрію, гармонійні кольорові контрасти, повторення та чергування елементів в композиції. Не слід допускати в оформленні нагромаджень. Естетичні вимоги до оформлення – це в тому числі правильно підібраний посуд: при оформленні краї посуду повністю не закриваються. Бутафорські елементи при оформленні використовують обмежено (на бенкетах – вази, корзини, букети квітів з сирих овочів). Краще прикрасам надавати вид складних архітектурних споруд, але не трудомістких. Велике значення в оформленні має колір: червоний, оранжевий – привертають увагу; жовтий – теплий, веселий; зелений – спокій, свіжість, заспокоює нервову систему. Вдало підібрана кольорова гамма збуджує апетит, сприяє засвоєнню їжі. Важливо,

як використовуються кольори. Кольори бувають близькі за тоном (червоний, рожевий; зелений та блакитно-зелений); кольори можуть пригнічувати один одного (яскраво-червоний та блідо-блакитний). Є контрастні кольори (жовтий, фіолетовий; червоний, зелений; синій, оранжевий). Якщо їх розташувати один біля одного, вони набувають більш яскравого забарвлення. При оформленні необхідно брати до уваги колір харчових продуктів. Оформлення можна побудувати на контрастному поєднанні кольорів і напівтонів. Наприклад: контраст – салати із огірків, редису, помідорів, зеленого салату.

Напівтон – біфштекс смажений зі смаженою картоплею та пасерованою цибулею.

Кольори бувають нейтральні (жовтий, зелений); теплі (червоний, коричневий, оранжевий); холодні (синій, фіолетовий); бувають заспокійливі, збуджуючі.

Підбираючи кольори, треба пам'ятати, що основне правило – це поєднання продуктів за смаком. Колір та смак беруться до уваги і при підборі соусів. Кольорові гарніри розкладають у таке спектральне коло: буряк, редис, брусниця, журавлина, раки, помідори, морква, бруква, гарбуз, кукурудза, лимон, салат, зелений горошок, зелень, огірки, капарці, листя капусти, фіолетова ріпчаста цибуля, червоноголова капуста, баклажани.

Є декілька способів оформлення страв:

- натуралізм (зберігається зовнішній вигляд основного продукту);
- складність та парадність (бенкети);
- простота, витонченість.

Оформлення може бути: просте, орнаментне, сюжетне.

Лабораторно-практична робота № 3

Тема: Способи розбирання риби і приготування напівфабрикатів натуральних та з котлетної маси

Мета: засвоєння знань про хімічний склад та харчову цінність риби; формування вмінь і навичок приготування напівфабрикатів натуральних та з котлетної маси, підбирати інструмент, інвентар, посуд; організовувати робоче місце; дотримуватись правил ведення технологічного процесу;економно використовувати сировину, воду, електроенергію; здійснювати органолептичну оцінку напівфабрикатів; виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи, м'ясорубка, розробці дошки «РС», шкребки, лотки, посуд, ніж «РС», ніж для панірування, продукти: риба, хліб, молоко, цибуля, сіль, перець, панірувочні сухарі, борошно;муляжі: напівфабрикати з риби: кругляки, котлети, биточки, тефтельки, рулет.

Інструкційно-технологічні картки приготування рибних напівфабрикатів натуральних та з котлетної маси.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №3.

Виконати такі технологічні операції:

1. Розібрати рибу з кістковим скелетом на:
   - цілу рибу з головою;
   - цілу рибу без голови;
   - пласти зі шкірою без реберних кісток
   - кругляки;
   - пласти зі шкірою і реберними кістками;
   - пласти зі шкірою без реберних кісток;
   - чисте філе.
2. Нарізати рибу на порційні шматки для:
   а) варіння;
   б) припускання;
   в) смаження основним способом.
3. Приготувати котлетну масу.
4. Відпрацювати прийоми вибивання котлетної маси.
5. Приготувати напівфабрикати з котлетної маси: котлети, биточки, тюфтельки, рулет.
6. Відпрацювати прийоми порціонування та панірування напівфабрикатів.
7. Провести дослідницьку роботу відповідно до завдання:
   а) практично визначити процент втрат при розбиранні риби на чисте філе;
   б) приготувати частину котлетної маси зі свіжим хлібом, зробити висновки;
   в) приготувати частину котлетної маси з додаванням вареної риби, зробити висновки.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором

Дати відповідь на запитання:

1. Які правила розморожування риби у воді?
2. Як провести пластування риби?
3. Чому видаляють темну плівку у риб?
4. Чому для припускання рибу нарізають під кутом 30?
5. Яка роль паніровки?

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд (розробну дошку «РС», ніж «РС», шкребки, лотки, м'ясорубку, ніж паніровочний).

2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи вимити руки милом і про хлорувати їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в) розробну дошку розмістити перед собою на відстані 5-6 см від краю

столу, ніж покласти праворуч лезом до дошки, ліворуч розмістити продукти;

г) обчистити рибу від луски, видалити плавники, зябра, нутрощі, промити її;

ґ) попластувати рибу;

д) видалити хребет;

є) зрізати реберні кістки; зняти шкіру;

ж) нарізати рибу на порційні шматки для варіння, припускання, смаження;

з) посолити і запанірувати рибу;

к) чисте філе риби порізати на шматочки;

л) замочити в молоці або воді білий черствий хліб без скоринки;

м) пропустити рибу крізь м'ясорубку разом із замоченим хлібом;

н) додати в масу сіль, перець, перемішати, вибити;

о) розпорціонувати і запанірувати напівфабрикати.

Для панірування напівфабрикатів організувати робоче місце.

1. Ніж для панірування покласти справа від розробної дошки лезом до дошки, поряд посуд з паніровочними сухарями.

2. Зліва від розробної дошки розмістити посуд з котлетною масою.

3. Лотки для напівфабрикатів розмістити за розробною дошкою.

Теоретичні відомості

Технологічна схема розбирання риби невеликих розмірів для використання цілою

1. Розморожування риби.
2. Обчищення луски.
3. Відокремлення плавників.
4. Видалення зябер, очей.
5. Потрошіння.
6. Промивання.
7. Використання за призначенням.

Технологічна схема розбирання риби на кругляки

1. Розморожування риби.
2. Обчищення луски.
3. Відокремлення плавників.
4. Відокремлення голови (біля спинки).
5. Потрошіння через отвір від голови.
6. Промивання.
7. Нарізка на кругляки під кутом 90°.
8. Використання за призначенням.

Технологічна схема розбирання риби на філе без шкіри і кісток

1. Розморожування риби.
2. Обчищення луски.
3. Видалення плавників.

4. Видалення нутрощів через розріз у черевці.
5. Відокремлення голови.
6. Промивання.
7. Пластування.
8. Видалення хребтової кістки.
9. Зрізування з обох філе реберних кісток.
10. Видалення з філе шкіри.
11. Нарізка на порційні шматки.
12. Використання за призначенням.

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Нарізка	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР№ 3

Визначайте якість риби перед її обробкою. Не розморожуйте рибу в теплій воді, від цього консистенція зовнішніх шарів м'язової тканини стане пухкою, з'явиться запах риби, що довго лежала. Накривайте рибу поліетиленовою плівкою при розморожуванні на повітрі, це зменшить втрати вологи. Луска легше обчищається, якщо рибу опустити на 1 сек. в окріп або потримати 3-5 хв. у воді з оцтом. Луска не буде розлітатися, якщо рибу чистити в посуді з водою. Не згинайте і не стискайте рибу при розбиранні: з неї витікатиме сік. Слиз легко обчищається, якщо рибу ретельно протерти кухонною сіллю і промити. Не зберігайте нарізані шматочки риби: з них швидко виділяється велика кількість соку і поживних речовин. Не зберігайте запаніровані напівфабрикати: сік, який виділяється з них, зволожить паніровку, і вона відстане. Не зберігайте котлетну масу, до складу якої входить цибуля, вона стане сірою, погіршиться її структура, а отже, і якість виробів.

Типові помилки та шляхи їх попередження при розбиранні риби і приготуванні рибних напівфабрикатів

№	**Проблема**	**Причини**	**Шляхи попередження**
1	Кругляки риби розрізані.	Нутрощі видаляли через черевце	Нутрощі видалити при відокремленні голови, при цьому черевце залишається цілим, неушкодженим.
2	Борошняна пасеровка відстала, мокра, клейка.	Борошно швидко вбирає вологу з поверхні риби.	В борошні обкачувати рибу безпосередньо перед смаженням. Після розморожування риби у воді використовувати лише суміш сухарів і борошна.

3	Риба має гіркуватий смак.	Роздавили жовчний міхур при розбиранні. Не видалили чорну плівку.	Слід обережно розрізати черевце, щоб не пошкодити жовчний міхур, ділянки м'якоті, на які просочилася жовч, видалити; після потрошіння зачистити внутрішню порожнину від плівок.
4	При обробці окуневих накололи руки плавниками.	Порушили технологію видалення плавників.	Спинний плавник підрізати з одного боку по всій довжині, а потім – з другого притиснути до дошки ножем, лівою рукою відвести рибу убік, тримаючи її за хвіст, і плавник легко видалиться.
5	Великий відсоток втрат при розбиранні риби на чисте філе.	При розбиранні риби багато м'якоті залишили біля хребта і реберних кісток.	При пластуванні риби щільніше притискувати ніж до хребта і реберних кісток.
6	Чисте філе риби нарізали для варіння.	Не було іншого розробки риби.	Використовували чисте філе для смаження у фритюрі, приготування січеної та котлетної маси.
7	В котлетній масі з риби є кістки.	Використали рибу, яка містить дрібні міжм'язові кістки.	Слід використовувати рибу, в якій немає дрібних кісток.
8	Рибна котлетна маса пісна.	Використали пісну рибу.	Додати яловичий, свинячий жир або вершкове масло (50 – 100г на 1 кг м'якоті риби).
9	В котлетній масі шматки не розмішаного хліба, вироби мають клейку консистенцію.	Використали свіжий хліб.	Хліб слід брати дво-, триденної випічки.
10	Паніровка потрапила всередину виробів з котлетної маси.	Невірно виконали прийоми панірування.	Лівою рукою напівфабрикати обкачати в сухарях, а за допомогою ножа у три прийоми виконати прийом панірування.

Лабораторно-практична робота № 4

Тема: Приготування котлетної маси з м'яса та напівфабрикатів з неї

Мета: засвоєння знань про хімічний склад харчову цінність м'яса, організацію технологічної обробки м'яса і приготування напівфабрикатів; формування вмінь, навичок приготування котлетної маси з м'яса та напівфабрикатів з неї, підбору інструменту, інвентарю, посуду; організації робочого місця;технологічного процесу приготування котлетної маси та напівфабрикатів з неї;проведення бракеражу і попередження недоліків у технологічному процесі;економного використання сировини, електроенергії;технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи,

м'ясорубка, розробні дошки «МС», посуд, лотки, ніж для панірування, продукти: м'ясо, хліб, молоко, сіль, перець, паніровочні сухарі, муляжі напівфабрикатів з м’яса: котлети, биточки, тефтельки, рулет.

Інструкційно-технологічні картки приготування мясних напівфабрикатів.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №4.

Виконати такі технологічні операції:

1. Приготувати котлетну масу.
2. Відпрацювати прийоми по вибиванню котлетної маси.
3. Приготувати з котлетної маси напівфабрикати: котлети, биточки, тюфтельки, шніцель, рулет.
4. Відпрацювати прийоми порціонування та панірування напівфабрикатів.

5. Виконати завдання пов'язані з дослідницькою роботою:

а) вибити довго котлетну масу, зробити висновки;

б) приготувати частину котлетної маси з замоченим житнім хлібом, зробити висновки.

Складання проекту на страву за вибором

Дати відповідь на запитання:

1. Які частини м'яса використовують для приготування котлетної маси?
2. Чому для котлетної маси треба брати черствий та білий хліб?
3. Яка роль хліба у котлетній масі?
4. Форма та розмір напівфабрикатів з м'яса.

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд (розробку дошку «МС», лотки, м'ясорубку, ніж).
2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 0,2-відсотковим розчинном хлорного вапна;

в) ніж покласти лезом до дошки праворуч, продукти розмістити ліворуч;

г) розробну дошку розмістити перед собою, на відстані 5-6 см від краю стола.

ґ) м'ясо зачистити від плівок, сухожилок, порізати на шматочки;

д) білий черствий хліб без шкоринки замочити в охолодженому молоці або у воді;

є) пропустити один раз м'ясо крізь м'ясорубку, змішати з хлібом, пропустити ще раз крізь м'ясорубку;

є) довести котлетну масу до смаку, перемішати, вибити;

ж) розпорціонувати та запанірувати напівфабрикати.

Для панірування напівфабрикатів організувати робоче місце.

1.Ніж для панірування покласти праворуч від розробної дошки лезом до дошки, а поряд – посуд з сухарями.

2.Ліворуч від розробної дошки розмістити посуд з котлетною масою.

3.Лотки для готових напівфабрикатів розмістити попереду розробної дошки.

Теоретичі відомості

Технологічна схема приготування котлетної маси з м'яса

1.М'ясо 3-го сорту зачищають від пліви і сухожилок.

2.Нарізають на шматочки.

3.Пропускають крізь м'ясорубку.

4.З'єднують із замоченим у воді або молоці хлібом.

5.Пропускають крізь м'ясорубку.

6.Додають воду (молоко), сіль, перець, перемішують.

7.Масу вибивають.

Норма продуктів для приготування котлетної маси з м'яса

На 1 кг м'яса беруть: хліба 250 г, води або молока – 300-350 г, солі –20 г, перцю –1 г.

Характеристика м'ясних напівфабрикатів з котлетної маси

Напівфаб-рикат	Форма	Вид паніровки	Розміри, см		
			довжина	ширина	висота
Котлети	Овально-приплюснута з одним загостреним кінцем	Сухарі	12	5	2-2,5
Биточки	Приплюснуто-кругла	Сухарі	D = 6		2,25
Шніцелі	Овально-приплюснута	Сухарі	12	6	1
Зрази	Цеглинки з овальними краями	Сухарі	12	5	2-2,5
Тюфтельки	Кульки	Борошно	D = 3-4		
Рулет	Батона	Льєноз, сухарі			

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР № 4

Не вибивайте довго котлетну масу: з неї виділиться жир, вироби будуть сухими і несмачними.Не зберігайте котлетну масу, до складу якої входить часник або цибуля; вона стане сірою, погіршиться її структура, а отже, і якість виробів.

Типові помилки та шляхи їх попередження
при приготуванні котлетної маси з м'яса і напівфабрикатів з неї

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Маса при зберіганні стала сірою з неприємним запахом.	В масу додали цибулю або часник.	Котлетну масу, в яку додали часник або цибулю, слід одразу ж використовувати.
2	Котлетна маса пісна	Використали дуже пісне м'ясо.	Додати шпик або натуральне сало 5-10%.
3	В котлетній масі шматки не розмішаного хліба, вироби мають клейку консистенцію.	Використали свіжий хліб або замочили хліб у теплій воді.	Слід брати черствий хліб і замочувати його в холодній воді або молоці.
4	Маса має кислуватий присмак і запах.	Використали житній хліб.	Готувати котлетну масу з додаванням пшеничного хліба I сорту.
5	При вибиванні жир відшарувався і залишився на дошці.	Довго вибивали котлетну масу.	Не слід довго вибивати масу, бо погіршується якість виробів з неї.
6	Борошняна паніровка з тюфтельок відстала, мокра.	Борошно швидко вбирає вологу з маси.	Напівфабрикати з котлетної маси панірувати в борошні безпосередньо перед тепловою обробкою.
7	Паніровка потрапила в середину виробів з котлетної маси.	Невірно виконаний прийом панірування.	Прийом панірування виконати в три прийоми.

Лабораторно-практична робота № 5

Тема: Приготування рибних напівфабрикатів

Мета: засвоєння знань про обробку риби та приготування рибних напівфабрикатів; формування вмінь та навичок приготування напівфабрикатів з риби; формування вмінь працювати зі «Збірником рецептур»; практично підбирати інструмент, інвентар, посуд; організовувати робоче місце; дотримуватись правил здійснення технологічного процесу; економно використовувати сировину, воду, електроенергію;розвивати самостійність, вміння орієнтуватись у виробничих умовах; проводити органолептичну оцінку напівфабрикатів.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення:робочі столи, м'ясорубка, розробні дошки «РС», лотки, шкребки, ніж «РС», ніж для панірування, продукти: риба, хліб, молоко, гречана крупа або рис, гриби сухі, цибуля, часник, яйця, масло вершкове, сіль, перець, паніровочні сухарі, борошно, посуд.

Інструкційно-технологічні картки приготування напівфабрикатів з риби.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №3.

2.Приготувати рибні напівфабрикати для смаження у фритюрі та запікання, коропа фаршированого, рибу фаршировану кругляками, філе фаршироване.

3.Дати оцінку якості приготованих напівфабрикатів.

4.Виконати дослідницькі завдання:

а) в масу для фарширування риби додати збитий білок, а в частину маси – ціле яйце; порівняти консистенцію;

б) напівфабрикат риби фрі запанірувати в червоних сухарях; порівняти з правильно приготовленим напівфабрикатом.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Як приготувати напівфабрикат риби в тісті?

2.З якою метою рибу маринують?

3.Який вид паніровки використовують для напівфабрикату риби фрі?

4.Як підготувати коропа до фарширування?

5.Який фарш використовують для фарширування коропа?

6.Як підготувати кругляки до фарширування?

7.Який фарш використовують для начинки кругляків?

Група поділяється на 6 бригад (6 робочих місць).

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує рибні напівфабрикати: для смаження у фритюрі: риби фрі, риби в тісті; для запікання, коропа фаршированого.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує рибні напівфабрикати: для смаження у фритюрі: риби фрі, риби в тісті; для запікання, риби фаршированої кругляками.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує рибні напівфабрикати: для смаження у фритюрі: риби фрі, риби в тісті; для запікання, філе фаршированого.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує рибні напівфабрикати: для смаженя у фритюрі:риби фрі, риби в тісті; для запікання, риби фаршированої кругляками.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує рибні напівфабрикати: для смаження у фритюрі: риби фрі, риби в тісті; для запікання, філе фаршированого.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує рибні напівфабрикати: для смаження у фритюрі: риби фрі, риба в тісті; для запікання, коропа фаршированого.

Послідовність виконання роботи

1.Отримати інструмент, інвентар, посуд.

2.Організувати робоче місце:

а)вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи вимити руки милом і прохлорувати їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в)розробну дошку розмістити перед собою на відстані 5-6 см від краю стола, ніж покласти праворуч лезом до дошки, ліворуч розмістити продукти.

3.Розібрати рибу з кістковим скелетом на:

а) кругляки;

б) філе з шкірою без реберних кісток;

в) чисте філе.

4.Приготувати напівфабрикат риби фрі:

а) нарізати рибу на порційні шматки;

б) посолити і запанірувати рибу.

5.Приготувати напівфабрикат риби в тісті:

а) чисте філе риби нарізати брусочками;

б) замаринувати рибу.

6.Нарізати рибу на порційні шматки для запікання.

7.Підготувати для фаршірування:

а) коропа;

б) кругляки;

в) філе.

8.Приготувати начинку для фаршірування:

а) коропа;

б) кругляків, філе.

9.Відпрацювати прийоми:

а) розбирання коропа для фаршірування;

б) приготування фаршу для фаршірування риби;

в) фаршірування коропа;

г) підготовки кругляків для фаршірування;

ґ) фаршірування кругляків;

д) підготовки рибного філе для фаршірування;

є) фаршірування рибного філе;

є) маринування риби;

ж) панірування напівфабрикатів риби фрі.

10.Приготувати напівфабрикати:

а) коропа фаршированого;

б) риби фаршированої кругляками;

в) філе фаршированого.

Теоретичні відомості

Технологічна схема приготування напівфабрикату коропа фаршированого:

1.Обчистити луску.

2.Видалити зябра, очі.

3.Промити.

4.Видалити спинний плавник, потрошити через спинку.

5.Видалити реберні кістки.

6.Промити.

7.Приготувати фарш: зварити гриби, пошаткувати, підсмажити з цибулею, зварити розсипчасту кашу на грибному відварі, охолодити, додати яйця, гриби з цибулею, сіль, перець, перемішати.

8.Зафаршировувати підготовленого коропа.

9.Зашити.

10.Посолити рибу.

11.Запанірувати (перед тепловою обробкою).

Технологічна схема приготування напівфабрикату риби фаршированої кругляками

1.Вирізати м'якоть з порційних шматків (кругляків).

2.Відділити м'якоть від кісток.

3.Приготувати фарш: подрібнити м'якоть разом з замоченим хлібом, додати пасеровану цибулю, подрібнений часник, розм'якшений маргарин, жовтки, сіль, перець; перемішати; додати збиті білки, перемішати; вибити масу.

4.Наповнити шкіру фаршем.

Технологічна схема приготування напівфабрикату філе риби фаршированого

1.Зняти шкіру з філе.

2.Приготувати фарш (як у попередній схемі).

3.Зафаршировувати філе і сформувати у вигляді голубця.

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Дефекти	Причини	Результати дослідницької роботи

Корисні порад до ЛПР № 5

Для розбирання риби на порційні шматки (кругляки) слід використовувати рибу середніх розмірів масою не більше 1,5 кг. Фаршировану рибу зашивайте білою ниткою, тому що від чорної залишаються темні сліди. Не зберігайте нарізані шматочки риби: з них швидко виділяється велика кількість соку і поживних речовин. Нарізані шматки риби відбивайте сікачем, змоченим холодною водою. Не зберігайте запаніровані напівфабрикати: сік, який виділяється з них, зволожить паніровку, і вона відстане. Щоб тісто кляр було пухке, перед смаженням введіть у тісто збиті білки яєць і обережно перемішайте. Риба буде смачнішою, якщо за 15-20 хв. до смаження покласти її в суміш лимонного соку, олії, солі, ріпчастої цибулі і зелені. Смажте у фритюрі таку рибу, м'ясо якої щільне (судак, сом, морський окунь, хек). Соковитою і смачною буде

риба, яку запікають у фользі. Рибу можна запікати сирою, припущеною або смаженою, цілою тушкою або нарізаною на порційні шматки, без реберних кісток, з шкірою і без неї. Рибу для фаршу не рекомендується пропускати крізь м'ясорубку, краще посікти її ножем з нержавіючої сталі. Шафран або луска цибулі, додані при припусканні фаршированої риби, надають їй гарного кольору і приємного смаку.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні напівфабрикатів з риби

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Напівфабрикат з риби в тісті містить дрібні кісточки.	Використали кістляву рибу; не вийняли реберні кістки.	Використовувати рибу з малим вмістом дрібних кісток; розбирати рибу на чисте філе.
2	Напівфабрикат риби в тісті нарізаний невеликими шматками.	Маленьку рибу нарізали упоперек волокон.	Маленьку рибу нарізати уздовж волокон довжиною 8 см.
3	Риба в тісті має різкий запах.	Використали камбалу	Використовувати рибу, яка не має різкого специфічного запаху.
4	За панірований напівфабрикат риби фрі має темний колір.	Використали червону паніровку.	Використовувати білу паніровку.
5	Напівфабрикат риби фрі малої маси.	Рибу нарізали малими шматками.	Відпускати по 2 шматки на порцію.
6	Напівфабрикат риби фрі приготовлений з риби, розробленої на кругляки.	Такий спосіб розбирання риби не використовується для смаження у фритюрі.	Краще розробляти рибу на чисте філе.
7	Фарш для кругляків дуже щільний.	Не додали рідини.	Додати рідину, масу гарно вибити.
8	В напівфабрикаті коропа фаршированого риба втратила форму.	Короп фаршированний щільно набитий фаршем.	Дотримуватись норми закладки продуктів.
9	В напівфабрикаті коропа фаршированого розпадається фарш.	Не додали яйця.	В охолоджений фарш додати яйця.
10	На рибі темні сліди від ниток.	Фаршированого коропа зашили чорною ниткою.	Фаршировану рибу зашивати лише білою ниткою.

Лабораторно-практична робота № 6

Тема: Приготування овочевої,бурякової і борошняної пасеровок

Мета: формування вмінь та навичок приготування пасеровок, практично підбирати інструмент, інвентар, посуд;організовувати робоче місце;дотримуватись правил ведення технологічного процесу; економно використовувати сировину, воду, електроенергію; виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці; проводити органолептичну оцінку пасеровок.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи, електрична плита, розробні дошки «ОС», ніж «ОС», сотейник, каструля 1 л,

сковорідки, кописткa, лопатка, ложка столова, продукти: морква, цибуля, корінь петрушки, буряк, маргарин, борошно, оцет, томатне пюре, цукор.

Інструкційно-технологічні картки приготування пасеровок.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції № 5.

Доцільно розбити групу на 7 бригад по 4 чол.

Бригада 1 готує:

1)овочеву пасеровку (овочі нарізані соломкою);

2)бурякову пасеровку (з вареного буряка);

3)борошняну пасеровку на жирі.

Бригада 2 готує:

1)овочеву пасеровку (цибуля нарізана кубиком, морква і біле коріння - скибочками);

2)бурякову пасеровку (з тушкованого буряка);

3)борошняну пасеровку на жирі.

Бригада 3 готує:

1)овочеву пасеровку (овочі нарізані кубиком);

2)бурякову пасеровку (з пасерованого буряка);

3)борошняну пасеровку на жирі.

Бригада 4 готує:

1)овочеву пасеровку (овочі нарізані соломкою);

2)бурякову пасеровку (з тушкованого буряка);

3)суху борошняну пасеровку.

Бригада 5 готує:

1)овочеву пасеровку (овочі нарізані кубиком);

2)бурякову пасеровку (з вареного буряка);

3)борошняну пасеровку на жирі.

Бригада 6 готує:

1)овочеву пасеровку (цибуля нарізана кубиком, морква, біле коріння - скибочками);

2)бурякову пасеровку (з пасерованого буряка);

3)суху борошняну пасеровку.

Бригада 7 готує:

1)овочеву пасеровку (овочі нарізані соломкою);

2)бурякову пасеровку (з пасерованого буряка);

3)суху борошняну пасеровку.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Послідовність приготування білої борошняної пасеровки (сухої)

Борошно насипати на сковорідку шаром 2-3 см і пасерувати у жаровій шафі або на плиті при температурі 120-130°С до світло-жовтого кольору і розсипчастої консистенції, періодично помішуючи.

Послідовність приготування білої борошняної пасеровки на жирі

1. Покласти на сковорідку жир і нагріти його до 120°С.

2. Насипати борошно шаром 2-3 см і пасерувати, періодично помішуючи, до світло-кремового кольору.

Послідовність приготування овочевої пасеровки без томату

1. Нарізати овочі.

2. На плиту поставити сковорідку з жиром і нагріти жир до 120°С.

3. Покласти цибулю і пасерувати до прив'ялення.

4. Додати моркву і продовжувати пасерувати, періодично помішуючи.

Послідовність приготування овочевої пасеровки з томатом

В овочеву пасеровку додати томатне пюре і продовжувати пасерувати ще 10-15 хв.

Послідовність приготування бурякової пасеровки з вареного буряку

1. Цілі не обчищені буряки залити холодною водою і варити з додаванням оцту до готовності. і

2. Обчистити шкірку.

3. Нарізати (соломкою або скибочками) і покласти в сотейник.

4. Додати овочеву пасеровку з томатним пюре, цукор і тушкувати.

Послідовність приготування бурякової пасеровки з тушкованого буряку

1. Нарізані буряки покласти в сотейник, додати бульйон, жир, тушкувати 15 хв.

2. Додати оцет, частину томатного пюре, цукор і тушкувати до готовності 1,5 год., періодично помішуючи.

3. З'єднати з овочевою пасеровкою з томатом, цукром за 10-15 хв. до кінця тушкування.

Послідовність приготування бурякової пасеровки з пасерованого буряку

1. Нарізані буряки покласти в сотейник з розігрітим жиром і пасерувати, періодично помішуючи.

2. З'єднати буряки з пасерованими овочами, тушкувати 10-15 хв. з томатом і додати цукор.

Дати відповідь на запитання:

1. Яка мета пасерування цибулі, моркви, білого коріння?

2. Для чого при тушукуванні буряку додають оцет?

3 Яка мета пасерування борошна?

4. В якій послідовності закладають овочі при приготуванні овочевої

пасеровки?

5. Які є способи приготування бурякової пасеровки?

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд, розробну дошку «ОС», ніж «ОС», каструлю, сковорідку, сотейник, копистку, лопатку, ложку столову.

2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи вимити руки з милом і прохлорувати їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в) розмістити перед собою розробну дошку, ніж покластисправа лезом до дошки, зліва розмістити обчищені овочі.

3. Виконати дослідницькі завдання: а) частину буряку тушкувати без оцту, зробити висновки; б) спасерувати цибулю і моркву, одночасно закласти їх для пасерування, зробити висновки; в) білу жирову пасеровку розвести холодним бульйоном.

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР № 6

Для пасерування овочів беріть жиру 10-15 % від маси овочів. Томатне пюре додавайте, коли овочі спасерувалися до напівготовності. Для пасерування борошно слід насипати на лист шаром 2-3 см. Буряки тушкуйте у товстостінному посуді, щоб не пригоріли.

Не варіть столові буряки у підсоленій воді: вони потемнішають. Шкірочку з варених і печених буряків легше обчистити, якщо їх ще гарячими залити холодною водою. Спасероване на жирі борошно розводьте лише гарячим бульйоном, а без жиру -холодним.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні пасеровок

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	В овочевій пасеровці морква підгоріла, а в цибулі сира.	Не дотримались послідовності закладки овочів.	Слід спочатку спасерувати цибулю до при в'ялення, а потім додати моркву і пасерувати разом.
2	Спасероване борошно має грудкувату консистенцію.	Не просіяли. Низька температура жиру для пасерування.	Просіяне борошно слід додавати, коли жир нагріється до 120°С.
3	Розведена жирова борошняна пасеровка має неоднорідну консистенцію.	Розвели холодним бульйоном або додали весь відразу.	Жирову борошняну пасеровку, охолоджену до 70°С, розводити гарячим бульйоном (70°С), вливаючи його невеликими порціями.
4	Бурякова пасеровка не зберегла колір.	Не додали оцет і томатне пюре.	Для збереження кольору за 30 хв. До закінчення тушкування буряків додати оцет і томатне пюре.

Лабораторно-практична робота № 7

Тема: Знімання філе з птиці і приготування напівфабрикатів з нього

Мета: засвоєння знань про значення птиці у харчуванні людини, її класифікація; формування вмінь та навичок знімання філе з курячої тушки та приготування напівфабрикатів з неї; формування вмінь працювати зі «Збірником рецептур»; практично підбирати інструмент, інвентар, посуд; організовувати робоче місце; дотримуватись правил ведення технологічного процесу; економно використовувати сировину, воду, електроенергію;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;проводити органолептичну оцінку напівфабрикатів.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: робочі столи, розробці дошки «МС», лотки, посуд, ніж «МС», ніж для панірування, продукти: кури, сіль, яйця, хлібна паніровка, паніровочні сухарі.

Інструкційно-технологічні картки приготування напівфабрикатів з птиці.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №4.

Виконати такі технологічні операції:

1.Зняти філе з птиці, зачистити і приготувати з нього напівфабрикати: котлети натуральні, паніровані, шніцель по-столичному.

2.Дати оцінку якості приготовлених напівфабрикатів.

3.Виконати дослідницькі завдання:

а) при приготуванні котлет натуральних потовщену частину крильцевої кісточки відрубати лише з одного боку, зробити висновки;

б)сформувати шніцель по-столичному, не відбивши великого філе, зробити висновки.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. Як обробляють велике філе?
2. Що видаляють з малого філе?
3. Як зачистити крильцеву кісточку?
4. У чому відмінність між котлетою натуральною і панірованою?
5. У чому панірують котлету паніровану?
6. Яка паніровка для шніцеля по-столичному?
7. Якої форми надають шніцелю по-столичному?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Всі бригади знімають філе з птиці, зачищають його і готують з нього напівфабрикати: котлету натуральну, котлету паніровану, шніцель по-столичному.

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд.

2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи вимити руки милом і прохлорувати їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в) розробну дошку розмістити перед собою на відстані 5-6 см від краю столу, ніж покласти праворуч лезом до дошки, ліворуч розмістити продукти.

3. Відпрацювати прийоми та навички наведених нижче операцій.

4. Зняти філе з птиці.

5. Відділити мале філе і вийняти з нього сухожилки.

6. Зачистити крильцеву кісточку.

7. Зачистити велике філе, надрізати його і злегка розгорнути.

8. Приготувати напівфабрикат котлети натуральної:

а) відбити велике філе;

б) вкласти в нього мале філе, сформувати котлету;

в) посолити (під час теплової обробки).

9. Приготувати напівфабрикат котлети панірованої:

а) котлету натуральну посолити;

б)запанірувати у складній паніровпі.

10. Приготувати напівфабрикат шніцеля по-столичному:

а) відрізати крильцеву кісточку з великого філе;

б)відбити філе, надрізати сухожилки;

в) сформувати шніцель;

г) посолити;

г) запанірувати.

Теоретичні відомості

Технологічна схема відокремлення філе птиці

1.Розрізати шкіру в пахвинах.

2.Зняти шкіру з філейної частини тушки.

3.Відтягти ніжки.

4.Розрізати м'якоть по виступу грудної кістки, розрубати кістку-вилку філе.

5.Відділити маленьке філе.

6.Вийняти кістку-вилку.

7.Зачистити крильцеву кісточку: зрізати з неї м'ясо і сухожилки та відрубати потовщені частини.

8.Зрізати зовнішню плівку з великого філе.

9.Вийняти сухожилки у малого філе

10.Зробити надрізи з внутрішнього боку великого філе і злегка розгорнути його.

Технологічна схема приготування напівфабрикату котлети

натуральної

1.Зачистити і розрізати велике філе, відбити.

2.У розріз великого філе з крильцевою кісточкою покласти зачищене мале філе.

3.Накрити розгорнутою частиною великого філе.

4.Сформувати.

5.Солити під час теплової обробки.

Технологічна схема приготування напівфабрикату котлети панірованої

1.Підготувати котлету натуральну.

2.Посолити.

3.Змочити у льєзоні.

4.Обкачати у білій паніровці.

Технологічна схема приготування напівфабрикату шніцеля столичного

1. Із зачищеного великого філе відрізати крильцеву кістку.
2. Злегка відбити велике і мале філе.
3. У великого філе надрізаюти сухожилки в двох-трьох місцях.
4. Покласти на велике філе мале філе.
5. Закрити краями великого філе, надаючи овальної форми.
6. Посолити.
7. Змочити у льєзоні.
8. Обкачати у пшеничному хлібі, нарізаному соломкою.

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Дефекти	Причини	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР 7

Для приготування котлет натуральних і котлет панірованих не слід використовувати старих півнів та курей. Якщо відсутній холодильник, то птицю слід зберігати потрошеною, загорнувши у серветку, змочену в оцті. Вік курей можна визначити по лапках: у дорослих шкіра груба, жовтуватого відтінку, пластинки на лапках великі, а у молодих – ніжна, біла, з прожилками, вкрита мілкими пластинками. У молодої птиці кінчик грудної кістки ще не затвердів і легко згинається. Напівфабрикати з філе птиці паніруйте в сухарях або хлібній паніровці, тоді шкірочка при обсмажуванні буде більш ніжною. Щоб філе не було жорстким, котлети натуральні краще солити під час теплової обробки. При приготуванні котлет натуральних і панірованих велике філе не лише злегка відбийте, а й підріжте сухожилки в двох-трьох місцях – це дасть можливість запобігти деформуванню виробів під час теплової обробки. Щоб не погіршилась якість напівфабрикатів, зберігайте паніровані вироби не більше 24 год.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні напівфабрикатів з філе птиці

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Кісточка у котлет натуральних з м'якоттю великої маси.	Не зрізали сухожилки і м'якоть з крильцевої кістки. Не відрубали частину кістки.	Зрізати сухожилки і м'якоть з крильцевої кістки, відрубати частину кістки, залишаючи 3-4 см. Маса кісточки – 5г.
2	Котлети паніровані мають зволожену паніровку.	Рано за панірували, довго зберігали.	Зберігати котлети паніровані не більше 24 год. при температурі 0-4°С.
3	Шніцель столичний за панірований в білих сухарях.	Не підготували хлібну паніровку.	Для шніцеля столичного слід використовувати хлібну паніровку, нарізану соломкою.
4	Котлети натуральні з поверхневою плівкою.	Не зачистили велике філе.	З великого філе зрізати поверхневу плівку.
5	Великі втрати при зніманні філе.	Залишити багато м'якоті на реберних кістках.	Філе знімати починають з низу до голови, щільно притискуючи ніж до ребер.

Лабораторно-практична робота № 8

Тема: Приготування заправних перших страв

Мета: засвоєння знань про харчову цінність заправних перших страв; формування вмінь і навичок приготування перших страв, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій;організації робочого місця;технології приготування перших страв;попередження недоліків у приготуванні страв та проведенні бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії, гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: каструлі різної ємності, сковорідка, шумівка, металева лопатка, ложка розливна, столова, друшляк, ніж, розробна дошка «ОС»; посуд для відпуску: глибока столова тарілка, мілка столова тарілка, соусник, чайна ложка.

Інструкційно-технологічні картки приготування заправних перших страв.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №8

Виконати такі технологічні операції: приготувати і оформити такі страви:

борщ з картоплею і капустою, розсольник з крупою, суп картопляний з бобовими, капусняк запорізький, юшку картопляну з крупою, куліш польовий, суп картопляний з макаронними виробами.

Дати оцінку якості приготованим стравам.

Виконати дослідницькі завдання:

а) перерахувати масу буряка (нетто) на 3 порції борщу з картоплею і капустою; сезон – з 1 лютого;

б) зважити бобові до і після замочування; пояснити, який відбувається процес;

в) зварити почищений буряк з оцтом і без, пояснити результати варіння.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. Як приготувати бурякову пасеровку (спосіб тушкування)?
2. Як підготувати огірки для розсольнику з крупою?
3. Як нарізати овочі в супи з макаронними виробами?
4. Як підготувати пшоно для капусняку запорізького?
5. Як підготувати бобові для супу?
6. Чому треба квашену капусту для капусняку окремо тушкувати?
7. Які показники якості входять до бракеражу страв?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує борщ український.

Бригада 2. (робоче місце № 2) готує розсольник з крупою.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує суп картопляний з вермішеллю.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує суп картопляний з крупою.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує суп картопляний з бобовими.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує куліш пшоняний.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує капусняк запорізький.

Послідовність організації робочого місця при приготуванні перших страв.

Отримати необхідний посуд, інвентар, інструмент, а саме: розробну дошку «ОС», ножі, лотки для оброблених овочів, каструлю ємністю 2 л для варіння борщу, сотейник або каструлю ємністю 1 л для приготування бурякової пасеровка, сковорідку, металевулопатку, ложки: розливну, столову, шумівку, посуд для відпуску.

2.Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти в підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б) розробну дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю стола. Праворуч розташувати необхідні інструменти. Інші інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або в шухляду.

3.Дотримуватися правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці

4.Борщ з картоплею і капустою готується на 3 порції.

Роблячи перерахунок сировини, учні повинні користуватися другоюколонкою «Збірника рецептур страв та кулінарних виробів». Необхідно брати до уваги, що для картоплі відходи у «Збірнику рецептур» розраховані на сезон з 1.09 по 31.10, і становлять 25 %, а на моркву та буряк –до 1.01. і становлять 20 %. Тому при приготуванні страви в інший період року необхідно зробити перерахунок маси овочів.

Наприклад, страва готується у лютому, процент відходів у картоплі дорівнює 35 %. Треба зробити перерахунок маси брутто, а саме:

Маса картоплі нетто на три порції дорівнює 120 г. Вона не змінюється в залежності від сезону. Беручи до уваги відсоток відходів у лютому 35 %, маса нетто становить 65 % (100 % -35 %). Маса брутто становить, згідно з пропорцією, 185г

Сіль, перець, лавровий лист не вказані у рецептурі. їх норму наведено у розділі «Супи» на 1000 г. Згідно з розрахунком маса готового бульйону на 3 порції становить 1200 г.

Необхідно зробити перерахунок сировини, тому що бульйон з кісток за «Збірником рецептур страв» дається масою 1000 г.

Послідовність технологічного процесу приготування кісткового бульйону

1.Порубати кістки на шматки розміром 5-6 см.

2.Залити холодною водою.

3 Варити при повільному кипінні.

4.Знімати піну та жир.

5.За 30 хвилин до кінця варіння додати сирі овочі.

6.Процідити.

Послідовність технологічного пронесу приготування борщу українського

1. Бульйон довести до кипіння, підсолити.
2. Закласти картоплю, нарізану часточками, варити до напівготовності.
3. Додати свіжу капусту, нарізану соломкою.
4. Проварити 5-7 хвилин.
5.Закласти бурякову пасеровку (овочі нарізані соломкою).
6.Довести до кипіння і за 5-7 хвилин до кінця варіння додати сіль, перець, лавровий лист.
7. Настояти 15-20 хвилин.
8. Відпустити.

Послідовність технологічного процесу приготування розсольнику з крупою

1. Бульйон довести до кипіння, підсолити.
2. Закласти картоплю, нарізану кубиком.
3. Варити до напівготовності.
4. Додати перебраний, промитий рис.
5.Варити до напівготовності.
6.Ввести пасеровані цибулю, моркву (кубик) з томатом.

7. Варити до готовності.

8.Додати припущені до готовності солоні огірки.

9.Довести до кипіння.

10. За 5-7 хв. до кінця варіння довести до смаку (сіль, перець, лавровий лист, прокип'ячений огірковий розсіл).

11.Настояти 15-20 хв.

12. Відпуск (сметана, зелень острівцем).

Послідовність технологічного процесу приготування супу картопляного з вермішеллю

1. Бульйон довести до кипіння, додати сіль.
2. Закласти картоплю, нарізану брусочками.
3. Варити 7-10 хв.
4. Додати овочеву пасеровку (цибуля, морква, порізана соломкою).
5. Проварити 5-7 хв.
6. Додати вермішель, сіль, перець, лавровий лист.
7. Все проварити до готовності.
8. Відпустити, додавши зелень.

Послідовність технологічного пронесу приготування супу картопляного з крупою

1.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

2.Закласти картоплю, нарізану кубиком.

3.Варити до напівготовності.

4.Додати овочеву пасеровку (цибуля, морква, нарізана дрібним кубиком).

5.Проварити 5-7 хв.

6.Закласти перебраний, промитий рис.

7.Проварити 10 хв.

8.Довести до смаку (сіль, перець, лавровий лист).

9.Проварити 5-7 хв.

10.Відпуск (зелень острівцем).

Порядок закладки рису залежить від сорту. Якщо рис скловидний, його закладають перед картоплею.

Послідовність технологічного процесу приготування суну картопляного з бобовими

1.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

2.Додати картоплю (часточками).

3.Варити до напівготовності.

4.Додати овочеву пасеровку (цибуля, морква – соломкою).

5.Проварити 7-10 хв.

6.Закласти окремо підготовлені бобові.

7.Довести до кипіння.

8.Додати сіль, перець, лавровий лист.

9.Проварити 5-7 хв.

10.Відпустити.

Підготовка бобових

Квасолю замочити у холодній воді на 5-8 годин, варити у посуді з закритою кришкою до розм'якшення. Відвар з кольорової квасолі бажано не використовувати.

Послідовність технологічного процесу приготування кулішу пшоняного

1.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

2.Ввести підготовлене пшоно.

3.Варити до напівготовності.

4.Додати пасеровану на салі цибулю.

5.Проварити до готовності.

6.За 5-7 хвилин до кінця варіння довести до смаку (сіль, перець).

7.Відпуск (зелень).

Послідовність технологічного процесу приготування капусняку запорізького

1.Бульйон зі свинини.

2.Довести до кипіння.

3.Додати підготовлене пшоно.

4.Проварити 5-7 хв.

5.Ввести картоплю (кубиком).

6.Проварити до напівготовності.

7.Додати пасеровану цибулю та моркву (дрібними кубиками).

8.Довести до кипіння.

9.Додати тушковану квашену капусту.

10.Проварити 10 хв.

11.Довести до смаку (сіль, перець, лавровий лист).

12.Заправити салом, розтертим з сирою цибулею та зеленню.

13.Довести до кипіння.

14.Відпустити.

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Борщ український

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Буряк	200	160	100	80	300	240
Капуста свіжа	100	80	50	40	150	140
Картопля	107	80	54	40	162	140
Морква	50	40	25	20	75	60
Петрушка (корінь)	13	10	6,5	5	19,5	15
Цибуля ріпчаста	48	40	24	20	72	60
Томатне пюре	30	30	15	15	45	45

Кулінарний жир	20	20	10	10	30	30
Цукор	10	10	5	5	15	15
Оцет 3-відсотковий	16	16	8	8	24	24
Бульйон	800	800	400	400	1200	1200
Сіль	10	10	5	5	15	15
Перець горошком	01	01	005	005	0,15	0,15
Лавровий лист	004	004	002	002	0,06	0,06
Зелень	5,4	4	2,7	2	8,1	6
Сметана	20	20	10	10	30	30
Вихід				500		1500

Бульйон кістковий

Продукти	1000		1200	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кістки	300	300	360	360
Морква	10	8	12	9,6
Петрушка	8	6	9,2	7,2
Цибуля ріпчаста	10	8	12	9,6
Вода	1250	1250	1500	1500

Технологія приготування

В киплячий підсолений бульйон закласти картоплю, нарізану часточками, варити до напівготовності. Додати свіжу капусту (соломкою). Варити до напівготовності. За 5-10 хв. до кінця варіння закласти бурякову пасеровку. Довести до смаку сіллю, перцем, лавровим листом, цукром. Проварити 5-7 хв., настояти 15-20 хв.

Правила відпуску

Лавровий лист, перець горошком вийняти. У глибоку столову тарілку, нагріту до 400°С налити 500 г борщу (350/150), сметану та зелень покласти острівцем. Під глибоку тарілку поставити мілку столову тарілку.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: овочі зберегли форму нарізки. Смак: кисло-солодкий; запах овочів, спецій; колір – малиново-червоний; жир на поверхні – оранжевий;консистенція – середня, рідини 350 г, твердої частини -150. Всі овочі м'які, капуста пружна.

Розсольник з крупою

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	400	300	200	150	600	450
Крупа	30	30	15	15	45	45
Морква	50	40	25	20	75	60
Петрушка	13	10	6,5	5	19,5	15
Цибуля ріпчаста	24	20	12	10	36	30
Цибуля порей	26	20	13	10	39	30
Огірки солоні	67	60	33.5	30	100,5	90
Томатне пюре	30	30	15	15	45	45
Маргарин	20	20	10	10	30	30
Бульйон	700	700	350	350	1050	1050
Сіль	10	10	5	5	15	15
Перець	0,1	0,1	0,05	0,05	0,15	0,15

Лавровий лист	004	004	002	002	006	006
Зелень	5,4	4	2,7	2	8,1	6
Сметана	20	20	10	10	30	30
Вихід:				500		1500

Технологія приготування

Бульйон довести до кипіння, підсолити, закласти картоплю, нарізану кубиком, проварити 5-10 хвилин, додати перебраний, промитий рис, проварити до напівготовності, закласти пасеровані овочі з томатом (кубики), проварити, ввести припущені до готовності огірки. За 5-7 хвилин до кінця варіння довести до смаку: додати сіль, перець, лавровий лист. Якщо мало гостроти – то можна додати прокип'ячений огірковий розсіл.

Правила відпуску

Глибоку столову тарілку нагріти до 40°С, налити розсольник (лавровий лист, перець горошком вийняти), сметану, зелень покласти острівцем.

Під глибоку столову тарілку поставити мілку столову тарілку. Температура подачі 70-75°С, вихід – 500 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: на поверхні скалки жиру, дрібно порізана зелень, сметана -острівцем. Овочі зберегли форму нарізки. Смак - гострувати, в міру солоний, з помірною кислотністю. Запах солоних огірків, пасерованих овочів, спецій. Колір прозорий.

Консистенція середня, овочі м'які, не переварені, огірки хрусткі. Перерахунок сировини на бульйон подано після розрахунку сировини на суп картопляний з крупою.

Суп картопляний з макаронними виробами

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	400	300	200	150	600	450
Макарони	40	40	20	20	60	60
Морква	50	40	25	20	75	60
Петрушка	13	10	7	5	20	15
Цибуля ріпчаста	24	20	12	10	36	30
Цибуля-порей	26	20	13	10	39	30
Маргарин столовий	10	10	5	5	15	15
Бульйон або вода	750	750	375	375	1125	1125
Вихід:				500		1500

Технологія приготування

Бульйон довести до кипіння, посолити, закласти картоплю, нарізану брусочками, варити до напівготовності, додати овочеву пасеровку (овочі нарізати соломкою), проварити 10 хв., додати вермішель, спеції, проварити 5-7 хв.

Правила відпуску

Глибоку столову тарілку нагріти до 40°С, налити суп (спеції вийняти), зелень покласти острівцем. Під глибоку столову тарілку підставити мілку столову тарілку. Температура відпуску -70-75°С, вихід – 500 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: на поверхні посічена зелень, скалки жиру; овочі порізані відповідно до форми вермішелі. Смак, запах: варених та пасерованих овочів, спецій.

Суп картопляний з крупою

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	427	320	214	160	641	480
Крупи: перлові, вівсяні	40 20	40 20	20 10	20 10	60 30	60 30
Морква	50	40	25	20	75	60
Петрушка (корінь)	13	10	7	5	20	15
Цибуля ріпчаста або цибуля-порей	48 26	40 20	24 13	20 10	72 39	60 30
Кулінарний жир	10	10	5	5	15	15
Бульйон або вода для круп	700 750	700 750	350 375	350 375	1050 1125	1050 1125
Вихід:				500		1500

Бульйон кістковий

Продукти	1000		1125	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кості харчові	300	300	338	338
Морква	10	8	11	9
Петрушка (корінь)	8	6	9	7
Цибуля ріпчаста	10	8	11	9
Вода	1250	1250	1406	1406

Технологія приготування

У киплячий проціджений бульйон закласти сіль, картоплю (кубик).

Варити до напівготовності, додати овочеву пасеровку, проварити 5-7 хв., додати підготовлений рис, спеції, варити до готовності.

Правила відпуску

У глибоку столову тарілку, нагріту до 40°С, налити суп, зелень покласти острівцем. Під глибоку столову тарілку підставити мілку тарілку. Температура відпуску 70-75°С, вихід 500 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: на поверхні скалки жиру, зелень острівцем;овочі нарізані кубиками. Смак, запах:пасерованих та варених овочів, крупи. Колір бульйону світло-сірий, прозорий. Консистенція: овочі, крупа м'які, але не переварені.

Суп картопляний з бобовими

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	333	250	167	125	500	375
Квасоля, або горох лущений, або сочевиця	81 101 154	80 100 100	41 51 77	40 50 50	122 152 231	120 150 150
Цибуля ріпчаста	48	40	24	20	72	60
Морква	50	40	25	20	75	60

Петрушка(корінь)	13	10	7	5	20	15
Кулінарний жир	20	20	10	10	30	30
Бульйон або вода	650	650	325	325	975	975
Вихід:				500		1500

Бульйон кістковий

Продукти	1000		1125	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кістки харчові	300	300	293	293
Морква	10	8	10	8
Петрушка (корінь)	8	6	8	6
Цибуля ріпчаста	10	8	10	8
Вода	1250	1250	1219	1219

Підготовка бобових

Квасолю замочити у холодній воді на 5-8 год., варити у посуді із закритою кришкою до розм'якшення. Відвар з кольорової квасолі бажано не використовувати.

Технологія приготування

В кип'ячий підсолений бульйон покласти картоплю, нарізану часточками, і варити до напівготовності, за 10-15 хв. додати овочеву пасеровку, проварити, закласти окремо підготовлені бобові. За 5-7 хв. до готовності додати сіль, перець, лавровий лист.

Правила відпуску

У глибоку столову тарілку, нагріту до 40°С, налити суп, зелень покласти острівцем. Під глибоку столову тарілку підставити мілку тарілку. Температура відпуску 70-75°С, вихід 500 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: на поверхні скалки жиру, зелень острівцем;овочі нарізані кубиками, бобові м'які, але не втратили форми. Смак, запах: пасерованих та варених овочів, бобових.Колір бульйону: світло-сірий, мутнуватий. Консистенція: овочі бобові м'які, але не переварені.

Куліш пшоняний

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Пшоно	40	40	120	120
Цибуля ріпчаста	42	35	126	105
Сало шпик	10	10	30	30
Зелень	5	5	15	15
Сіль	3	3	9	9
Перець	0,03	0,03	0,09	0,09
Вихід:		400		1200

Куліш можна готувати з картоплею, замінивши за рецептурою № 2 20 г пшона на 107 г (брутто) картоплі.

Технологія приготування

Пшоно миють кілька разів теплою водою (40-50°С), а потім ошпарюють окропом. Сало шпик нарізають дрібними кубиками, смажать до виділення жиру, додають нарізану дрібними кубиками ріпчасту цибулю, пасерують до

золотистого кольору.

У киплячий бульйон або воду кладуть підготовлене пшоно, варять майже до готовності. За 5-10 хв. до кінця варіння крупи додають пасеровану на салі цибулю, до смаку доводять сіллю, перцем.

Правила відпуску

Відпускають у підігрітій до 40°С глибокій столовій тарілці. Під глибоку столову тарілку підставляють малу столову тарілку. Температура відпуску -70-75°С. Зелень насипають гіркою на середину страви.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд:на поверхні жир, пшоно м'яке, але не втратило форми. Смак і запах: характерний для пасерованої цибулі, а також вареного пшона. Колір: бульйон прозорий. Консистенція: овочі доведені до готовності, зберегли форму, консистенція страви середня.

Капусняк запорізький

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Петрушка	9	7	27	21
Капуста квашена	20	85	60	225
Картопля	80	60	240	180
Пшоно	15	15	15	15
Морква	20	15	60	45
Цибуля ріпчаста	24	20	72	560
Лавровий лист	0,02	0,02	0,06	0,06
Перець	0,02	0,02	0,06	0,06
Жир	10	10	30	30
Сало шпик	4	4	12	12
Сметана	10	10	30	30
Сіль	5	5	15	15
Зелень	4	3	9	9
Бульйон	350	350	1050	1050
Вихід:		400		1200

Технологія приготування

Для приготування капусняку використовують проціджений бульйон з жирної свинини. У підсолений бульйон кладуть підготовлене, перебране, промите, обшпарене пшоно і варять до напівготовності. Потім закладають нарізану кубиком картоплю. Варять до напівготовності. Додають пасеровані овочі (нарізані дрібними кубиками цибулю, моркву). Доводять до кипіння і закладають готову, окремо тушковану квашену капусту. Проварюють все до готовності. За 5-6 хвилин додають спеції: лавровий лист, сіль, перець. Можна в кінці заправити розтертим салом з цибулею, зеленню. Відпустити.

Правила відпуску

У нагріту до температури 40°С тарілку покласти шматочок м'яса, налити капусняк, посередині покласти гіркою сметану і посипати зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: на поверхні скалки жиру, дрібно порізана зелень, сметана острівцем; овочі зберегли форму нарізки, пшоно м'яке. Колір жовтуватий. Запах

спецій. Смак гострувати. Консистенція середня

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР № 8

Не варіть столові буряки у підсоленій воді; вони потемнішають. Щоб столові буряки зберегли свій червоний колір, їх треба варити зі шкірочкою і корінцем. Якщо корінець відрізати, з буряків вийде сік, і вони стануть білими. Процес доведення до готовності столових буряків можна прискорити: спочатку їх варити у воді 45-50 хв., а потім швидко охолодити під струменем холодної води і тримати так 10 хв. Шкірочку з варених та печених буряків легше обчистити, якщо їх ще гарячими залити холодною водою. Якщо борщ не має малиново-червоного кольору, підфарбуйте його буряковим настоєм. Соліть капусняк з кислої капусти тільки після того, як капуста звариться; інакше ви можете його пересолити. Якщо смак розсольнику недостатньо гострий, додайте процідженій і кип'ячений огірковий розсіл за 5-10 хв. до закінчення варіння. Лавровий лист та інші спеції в овочеві супи кладіть в обмеженій кількості або зовсім не давайте - ці страви ароматизуються овочами. Моркву для супів пасеруйте ще й тому, що каротин, який міститься у ній, розчиняється в жирі і підфарбовує його, завдяки цьому супи набувають золотистого забарвлення. Перші страви з борошняними і макаронними виробами несмачні, якщо зварені на рибному бульйоні, краще використовуйте бульйони з птиці, м'яса, грибів. Пересолену першу страву не розводьте водою, краще опустіть марлевий мішечок з вареним (без солі) рисом і прокип'ятіть. Перші страви з бобовими особливо смачні, якщо їх варити на грибному бульйоні.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
1	Буряки у борщі потемнішали, борщ не має малиново-червоного кольору, розсольник з крупою має гіркуватий присмак.	Буряки зварили у підсоленій воді при тушкуванні, при тушкуванні буряка зруйновані антоціани; поклали надлишок спецій, довго їх варили або залишили лавровий лист у готовій страві.	Не можна варити буряк з додаванням солі; тушкувати буряки треба з додаванням оцту. Можна виправити колір борщу додаванням бурякового настою. На порцію 500г треба класти 0,05г перцю горошком, 0,02г лаврового листу. Спеції не можна кип’ятити більше 5-7хв. Не слід залишати у готовій страві лавровий лист.
2	Макаронні вироби в супі картопляному втратили форму, розварилися.	Порушений порядок закладки продуктів або готовий суп залишити настоюватися на гарячій плиті 15-20хв.	Порядок закладки макаронних виробів залежить від їх виду. Вермішель треба додавати після пасерованих овочів. Супи картопляні з макаронними виробами не настоюють.
3	Суп картопляний з бобовими має	Додали відварну кольорову квасолю разом з	Відвар з кольорової квасолі не додають.

	непрозорий, темний бульйон.	відваром.	
4	Капусняк запорізький дуже солоний.	Посолили до того, як зварилася квашена капуста.	Солити треба тільки після того, як капуста звариться.
5	Суп картопляний з крупою має гіркуватий присмак.	Пшоно не обшпарили окропом.	Пшоно треба обшпарити перед закладанням у бульйон. Якщо використовували інші крупи, то появу гіркоти можна пояснити тими ж причинами, що у розсольнику.
6	Куліш польовий не має запаху, не смачний.	Поклали сиру цибулю.	Цибулю треба підсмажити на салі.
7	Овочі недоварені – не зберегли форму нарізки.	Не дотримувались послідовності закладки продуктів.	Овочі слід закладати в такому порядку, що вони одночасно дійшли до готовності.
8	Картопля в розсольнику тверда.	Овочі в кислому середовищі погано розварюються.	Огірки для розсольнику слід припускати окремо і додавати тоді, коли картопля звариться до напівготовності.

Лабораторно-практична робота № 9

Тема: Приготування перших страв

Мета: засвоєння знань про харчову цінність перших страв, їх класифікацію; формування вмінь і навичок приготування супів за рецептурою, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій страви;організації робочого місця;технології приготування супів;попередження недоліків у приготуванні страв та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії, гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: каструлі різної ємності, сковорідка, шумівка, металева лопатка, ложка розливна, ложка столова, друшляк, ніж, розробна дошка «ОС»; посуд для відпуску: глибока столова тарілка, мілка столова тарілка, соусник, чайна ложка.

Інструкційно-технологічні картки приготування перших страв.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №8.

Виконати такі технологічні операції: приготувати, оформити такі страви: борщ київський, борщ чернігівський, борщ з грибами з чорносливом, солянка домашня, солянка з птиці, суп-локшина домашня, юшка грибна з галушками, суп-пюре з різних овочів.

Дати оцінку якості приготовленим стравам.

Виконати дослідницькі завдання:

а) зварити попередньо замочену і не замочену квасолю, пояснити, які процеси при цьому відбуваються;

б) пояснити, чому відвар з кольорової квасолі не бажано використовувати;

в) при приготуванні домашньої локшини в частину тіста додайте сіль: порівняйте час для підсушування локшини з тіста без солі та з сіллю.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Особливість приготування борщу київського.

2.Особливість приготування борщу чернігівського.

3.Як підготувати чорнослив для борщу?

4.Яка різниця в технології приготування солянки домашньої та солянки з птиці, м'ясної збірної?

5.На яких бульйонах готують суп-локшину домашню?

6.Як приготувати тісто для галушок?

7.Мета додавання в супи-пюре борошняної пасеровки.

Група поділяється на 8 бригад (8 робочих місць).

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує борщ київський.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує борщ чернігівський.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує борщ з грибами і чорносливом.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує солянку домашню.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує солянку з птиці.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує суп-локшину домашню.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує юшку грибну з галушками.

Бригада 8 (робоче місце № 8) готує суп-пюре з різних овочів.

Послідовність організації робочого місця при приготуванні перших справ

1. Отримати необхідний посуд, інвентар, інструмент, а саме: розробну дошку «ОС», ножі, лотки для оброблених овочів, каструлю ємністю 2 л для варіння борщу, сотейник або каструлю ємністю 1 л для приготування бурякової пасеровки, сковорідку, металеву лопатку, ложки: розливну і столову, шумівку, посуд для відпуску.

2. Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти у підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б) розробну дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю стола. Праворуч розташувати необхідні інструменти. Інші інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або в шухляду.

3. Дотримуватися правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Послідовність приготування

Борщ київський

1.Приготувати бульйон з яловичини з додаванням бурякового квасу.

2.Буряки нарізати соломкою, додати дрібно нарубану баранячу грудинку, бульйон, томат, буряковий квас і тушкувати до готовності.

3.Моркву, петрушку, селеру, цибулю нарізати соломкою і спасерувати.

4.Картоплю, яблука нарізати часточками, капусту – соломкою.

5.Квасолю замочити в холодній воді на 5-8 годин, зварити.

6.У киплячий підсолений бульйон закласти картоплю.

7.Варити до напівготовності.

8.Додати капусту.

9.Варити до напівготовності.

10.Додати бурякову пасеровку, пасеровані овочі, яблука, зварену квасолю.

11.Проварити до готовності.

12.За 5-7 хвилин до кінця варіння довести до смаку (сіль, перець, лавровий лист, цукор).

13.Заправити салом, розтертим з сирою цибулею.

14.Настояти 15-20 хвилин.

15.Відпустити.

Борщ чернігівський

1.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

2.Закласти картоплю (часточками).

3.Варити до напівготовності.

4.Додати капусту (соломкою).

5.Варити до напівготовності.

6.Закласти кабачки, яблука (часточками), тушкований буряк (соломкою), пасеровані овочі, свіжі помідори, варену квасолю.

7.Все проварити до готовності.

8.За 5-7 хвилин до кінця варіння довести борщ до смаку (сіль, перець, лавровий лист, цукор).

9.Настояти.

10.Відпустити.

0 Буряк тушкують з бульйоном, томатом-пюре, жиром, кислотою 1-1,5 години.

1 Квасолю замочити на 5-8 год., зварити до готовності, якщо квасоля

кольорова, відвар злити.

Борщ з **чорносливом та грибами**

1.Сушені гриби перебрати, промити, замочити на 10-15 хвилин, промити.

2.Залити холодною водою (на 1 кг грибів -7л води).

3.Залишити на 3-4 години.

4.Гриби вийняти, рідину процідити.

5.Гриби залити цією рідиною, варити 1,5-2 години без солі.

6.Зварені гриби промити, нашаткувати.

7.Відвар процідити, довести до кипіння.

8.Покласти картоплю часточками.

9.Варити до напівготовності.

10.Додати капусту соломкою.

11.Варити до напівготовності.

12.Покласти тушковані буряки, нарізані соломкою, пасеровані овочі, підготовлені гриби, окремо зварений чорнослив без кісточок, цукор, перець.

13.Варити 5-10 хвилин.

14.Відпустити.

Приготування бурякової пасеровки.

Сирий буряк нарізати соломкою і тушкувати 1-1,5 години з додаванням грибного бульйону, олії, томатного пюре, оцту, цукру.

Солянка домашня

1.Зварити кістковий бульйон.

2.Зварити м’ясні продукти (крім сосисок), нарізати скибочками.

3.Солоні огірки зачистити від шкірочки, насіння, нарізати скибочками, припустити до готовності.

4.Цибулю нарізати кубиками, спасерувати на вершковому маслі з томатом-пюре.

5.Картоплю нарізати кубиками.

6.У домашній солянці для покращення смаку можна використовувати капарці (20 г нетто на 1000 г солянки).

7.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

8.Покласти картоплю.

9.Варити на напівготовності.

10.Додати підготовлену цибулю, м’ясні продукти, огірки.

11.Все довести до готовності.

12.За 5-7 хвилин до кінця варіння додати спеції (перець, лавровий лист, сіль). Для покращення смаку можна використати прокип’ячений проціджений огірковий розсіл.

13.Відпустити (сметана, зелень).

Солянка з птиці

1.Зварити бульйон з птиці, довести до кипіння.

2.Закласти цибулю дрібним кубиком, пасеровану на вершковому маслі з томатом-пюре.

3.Довести до кипіння.

4.Ввести солоні огірки (без шкірочки та насіння, нарізані скибочками), припущені до готовності, капарці разом з розсолом, оливки без кісточок.

5.Все проварити 10 хвилин.

6.Солянку довести до смаку (сіль, перець, лавровий лист); при необхідності додати прокип’ячений огірковий розсіл.

7.Відпустити.

8.Варену або смажену птицю нарізати скибочками та закласти у солянку.

9.Маслини покласти при відпуску, їх не піддають 112ьє зону112обробці.Лимон повинен бути без цедри.

10.Додати сметану і подрібнену зелень.

Суп-локшина домашня

1.Зварити бульйон з птиці або з грибів.

2.Овочі нарізати соломкою, спасерувати.

3.Бульйон довести до кипіння, підсолити.

4.Закласти пасеровані овочі.

5.Варити 10 хвилин.

6.Додати підготовлену локшину.

7.Проварити 10 хвилин.

8.За 5 хвилин до кінця варіння додати спеції.

9.Відпустити.Якщо використовували бульйон з птиці, спеції не кладуть.

Локшина домашня

1. Борошно просіяти.
2. Насипати гіркою, зробити посередині заглиблення.
3. Додати у борошно воду з яйцями та сіллю (цю суміш процідити).
4. Замісити тісто.
5. Залишити на 20-25 хвилини (для набухання клейковини).
6. Тісто розкачати на пласти 1-1,5 мм.
7. Підсушити.
8. Нарізати на смужки 4-5 см шириною.
9. Смужки нарізати соломкою.
10. Перед використанням просіяти від борошна.

11.Проварити у киплячій воді 1-2 хвилини (суп буде прозорим).

12.Відкинути на сито, дати стекти воді.

Юшка грибна з галушками

1. Зварити грибний бульйон.
2. Довести до кипіння.
3. Закласти картоплю (кубиками).
4. Варити до напівготовності.
5. Додати галушки.
6. Проварити 10-15 хвилин.
7. Додати шатковані варені гриби, пасеровані цибулю і коріння, сіль.
8. Проварити 3-5 хвилин.
9. Відпуск (зелень).

Для приготування галушок у просіяне борошно додати воду з розчиненими яйцями. Замісити круте тісто. Для набухання клейковини залишити його на 30-40 хвилин (накрити рушником). Розкачати товщиною 4-5 мм., нарізати квадратиками 10х10 мм або 15х15 мм.

Суп-пюре з різних овочів

1. Бульйон довести до кипіння, підсолити.
2. Закласти картоплю (нарізка довільна).
3. Варити до напівготовності.
4. Додати білоголову капусту.
5. Варити до напівготовності.
6. Додати пасеровану цибулю, припущену моркву, ріпу, зелений горошок.
7. Варити до готовності.
8. Овочі протерти.
9. З’єднати овочі з розведеною борошняною пасеровкою, додати відвар.

10.Проварити 10 хвилин.

11.Заправити суп льєзоном, не вище 70°С або гарячим молоком з вершковим маслом.

12.Відпустити.

Овочі для супу краще пасерувати на вершковому маслі.

Для приготування 113ьє зону яйця змішати з молоком та проварити на водяній бані, поки суміш трошки не загусне та не зникне запах сирих яєць. Температура суміші не повинна підніматися вище 70°С. Частину зеленого горошку покласти у суп-пюре при відпуску, на пиріжковій тарілці – сухарики.

Теоретичні відомості
ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Борщ київський

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина (грудинка)	33	24	99	72
Баранина	21	16	63	48
Картопля	53	40	159	120
Капуста білоголова свіжа	50	40	150	120
Яблука свіжі (кислі)	21	16	63	48
Буряки	43	35	129	105
Цибуля ріпчаста	15	13	45	39
Морква	9	7	27	21
Петрушка	9	7	27	21
Селера	10	7	30	21
Жир	10	10	30	30
Томат-паста	20	20	60	60
Квасоля	2	2	6	6
Цукор	2	2	6	6
Квас буряковий	-	80	-	240
Сало (шпик)	4	4	12	12
Сметана	10	10	30	30
Зелень	3	3	9	9
Сіль	3	3	9	9
Вихід:		400/10/3		1200/30/9

Технологія приготування

З яловичини зварити бульйон з додаванням бурякового квасу.

У киплячий бульйон покласти картоплю часточками, варити до напівготовності, додати капусту соломкою, варити до напівготовності, додати свіжі кислі яблука (часточками), шатковані буряки, тушковані з шматочками баранячої грудинки, буряковим квасом і томатом-пюре, пасеровані овочі, варену квасолю з відваром і варити до готовності. Довести до смаку, заправити салом, товченим з сирою цибулею. Проварити 5-7 хвилин. Настояти.

Правила відпуску

Борщ відпускають **у** підігрітій до 40°С глибокій столовій тарілці з яловичиною, бараниною, сметаною, зеленню.

Вимоги до якості

Смак: кисло-солодкий. Запах: аромату пасерованого білого коріння і цибулі, спецій, екстрактивних речовин бульйону. Колір малиново-червоний. Консистенція: капуста хрумка, овочі м'які, зберегли форму нарізки.

Борщ чернігівський

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Квасоля	53	40	159	120
Капуста білоголова свіжа	50	40	150	120
Кабачки	19	15	57	45
Яблука свіжі (кислі)	17	15	51	45
Квасоля	8	8	24	24

Буряки	43	35	129	105
Помідори свіжі	36	30	108	90
Цибуля ріпчаста	18	15	54	45
Морква	20	15	60	45
Петрушка (корінь)	9	7	27	21
Томат-пюре	10	10	30	30
Кислота лимонна	0,4	0,4	1,2	1,2
Сіль	4	4	12	12
Зелень	3	2	9	6
Сметана	10	10	30	30
Вихід:		400/10/3		1200/30/9

Технологія приготування

Картоплю, кабачки, яблука і помідори нарізати часточками, капусту і буряки нашаткувати. У киплячий підсолений бульйон додати картоплю, зварити до напівготовності, додати капусту, зварити до напівготовності, потім додати кабачки, яблука, варену квасолю з відваром, буряки тушковані з томатом-пюре, кислотою, жиром, пасеровані овочі, свіжі помідори, довести все до готовності, за 5-7 хвилин до кінця варіння борщ довести до смаку. Настояти 15-20 хвилин.

Правила відпуску

Борщ подають у глибокій столовій тарілці, нагрітий до 40°С, з підставною тарілкою. Сметану та зелень кладуть острівцем.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: овочі не переварені, зверху – сметана, зелень. Смак та запах кисло-солодкий, характерний для овочів та спецій. Колір червоний. Консистенція овочів м'яка, капуста хрумка.

Борщ з грибами та чорносливом

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	53	40	159	120
Капуста білоголова	50	40	150	120
Буряк	43	35	129	105
Гриби сушені	4	4	12	12
Чорнослив	15	15	45	45
Цибуля ріпчаста	18	15	54	45
Морква	20	15	60	45
Петрушка (корінь)	9	7	27	21
Томат-пюре	20	20	60	60
Олія	10	10	30	30
Цукор	4	4	12	12
Кислота лимонна	0,4	0,4	1,2	1,2
Сіль	2	2	6	6
Сметана	10	10	30	30
Зелень	3	3	9	9
Вихід:		300/10/3		900/30/9

Технологія приготування

У киплячий грибний бульйон закладають картоплю, нарізану

часточками, варять до напівготовності, додають шатковану капусту і варять до напівготовності. Потім додають буряки, тушковані з жиром, томатним пюре і лимонною кислотою, пасеровану цибулю і коріння, варені шатковані гриби, зварений з цукром чорнослив разом з відваром, солять. Варять 5-7 хвилин. Настоюють.

Правила відпуску

Борщ налити в столову глибоку тарілку, підігріту до 40°С, острівцем покласти сметану, зелень, чорнослив без кісточок.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: овочі зберегли форму, на поверхні – сметана, зелень. Смак кисло-солодкий. Колір червоно-коричневий. Консистенція капусти, грибів - пружна, овочів – м'яка.

Солянка домашня

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	110	81	55	40	165	120
Окіст	53	40	27	20	81	60
Сосиски	41	40	20	20	60	60
Нирки	73	63	37	32	111	96
Маса готових: яловичини окосту сосисок нирок	 - - - -	 50 40 40 30	 - - - -	 25 20 20 15	 - - - -	 75 60 60 45
Цибуля ріпчаста	95	80	47	40	141	120
Огірки солоні	100	60	50	30	150	90
Картопля	160	120	80	60	240	180
Томат-пюре	40	40	20	20	60	60
Масло вершкове	20	20	10	10	30	30
Бульйон	750	750	375	375	1125	1125
Сметана Зелень	50 6	50 6	25 3	25 3	75 9	75 9
Вихід:				500/25/3		1500/75/9

Перерахунок продуктів на бульйон

Продукти	1000		1125	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кістки	300	300	337	337
Морква	10	8	11	9
Петрушка	8	6	9	7
Цибуля ріпчаста	10	8	11	9
Вода	1250	1250	1460	1460

Технологія приготування

М'ясні продукти відварюють до готовності, нарізають скибочками. У киплячий підсолений бульйон закладають картоплю (кубиками), варять до напівготовності, додають пасеровану цибулю з томатом, м'ясні продукти,

припущені огірки, варять до готовності, заправляють сіллю, перцем, лавровим листом.

Правила відпуску

Солянку відпускають у глибокій столовій тарілці, нагрітій до 40°С, з підставною. У солянку кладуть сметану, зелень.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: в рідкій частині - м'ясні продукти, огірки (скибочками), картопля (кубиком). На поверхні – сметана, зелень. Смак гострий, кислуватий. Колір червоний, жиру – оранжевий. Запах спецій, огірків. Консистенція: середня, м'ясопродукти, овочі м'які.

Солянка з птиці

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Курка	208	143	104	72	312	216
Маса готової курки	-	100	-	50	-	150
Цибуля ріпчаста	107	90	54	45	162	135
Огірки солоні	100	60	50	30	150	190
Капарці	40	20	20	10	60	30
Маслини	40	40	20	20	60	60
Томатне пюре	40	40	20	20	60	60
Масло вершкове	20	20	10	10	30	10
Бульйон	900	900	450	450	1350	1350
Лимон	13	8	7	4	21	12
Сметана	50	50	25	25	75	75
Зелень	6	6	3	3	9	9
Вихід:				500/25/3		1500/75/9

Технологія приготування

Варять бульйон з птиці. М’якоть курки нарізають скибочками. В киплячий бульйон закладають пасеровану з томатом цибулю, припущені огірки, капарці, оливки. До смаку доводять сіллю, перцем, лавровим листом.

Правила відпуску

Солянку відпускають у підігрітій (40°С) глибокій столовій тарілці з підставною. Острівцем кладуть сметану, зелень, кружальце лимона без цедри, маслини без кісточок, птицю, нарізану скибочками.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: у прозорій рідині шматочки птиці, огірки нарізані скибочками; на поверхні сметана, зелень, лимон. Смак та запах м’ясопродуктів, огірків, спецій, гострий. Колір червоно-коричневий. Консистенція продуктів м’яка.

Суп-локшина домашня

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Локшина домашня	-	80	-	40	-	120
Маса вареної локшини	-	200	-	100	-	300
Морква	50	40	25	20	75	60

Петрушка	13	10	7	5	21	15
Цибуля ріпчаста	24	20	12	10	36	30
Цибуля-порей	26	20	13	10	39	30
Жир	20	20	10	10	30	30
Бульйон	900	900	450	450	1350	1350
Зелень	6	6	3	3	9	9
Вихід:				500/3		1500/9

Перерахунок продуктів на локшину домашню

Продукти	1000	120
Борошно	875	105
Борошно для підпилу	60	7,2
Яйця	250 або 6 шт.	30 або 3\4 шт.
Вода	175	21
Сіль	25	3

Технологія приготування

У киплячий бульйон (з птиці або з грибів) закладають пасеровані овочі (соломкою) варять 10 хвилин, додають локшину, варять до готовності, за 5-7 хвилин додають спеції. Відпускають з зеленню.

Правила відпуску

Суп відпускають у підігрітій глибокій столовій тарілці. Рідина та локшина у співвідношенні 400/100.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: суп прозорий, овочі нарізані соломкою. Смак злегка солодкуватий, в міру солоний. Запах екстрактивних речовин, пасерованих овочів, спецій. Консистенція: овочі м’які, локшина не переварена.

Юшка грибна з галушками

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	107	80	321	240
Гриби сушені	7	7	21	21
Цибуля ріпчаста	18	15	54	45
Морква	20	15	60	45
Петрушка (корінь)	9	7	27	21
Пастернак	9	7	27	21
Жир	10	10	30	30
Зелень	3	3	9	9
Для галушок				
Борошно	40	40	120	120
Яйця	1/8 шт.	5	1/3 шт.	15
Вода	16	16	48	48
Вага галушок (сирі)	-	60	-	180
Варені галушки	-	80	-	240
Вихід:		400/80/3		1200/240/9

Технологія приготування

У киплячий грибний бульйон покласти нарізану картоплю (кубиками), варити до напівготовності. Додати галушки, проварити 10-15 хвилин, потім

покласти шатковані варені гриби, пасеровані цибулю і коріння, посолити і варити 3-5 хвилин, довести до смаку. При відпуску покласти зелень.

Правили відпуску

Юшку подають **у** підігрітій (40°С) столовій глибокій тарілці з підставною. Зелень острівцем.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: овочі зберегли форму, м'які, галушки мають форму квадратиків. Смак в міру солоний, злегка солодкуватий. Запах пасерованої цибулі, коріння, спецій. Колір світлий, юшка прозора. Консистенція овочі, галушки м'які.

Суп-пюре з різних овочів

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста	100	80	50	40	150	120
Картопля	120	90	60	45	180	135
Ріпа	80	60	40	30	120	90
Морква	75	60	38	30	114	90
Цибуля	48	40	24	24	72	72
Горошок зелений консервований	31	20	16	10	48	30
Борошно	20	20	10	10	30	30
Масло вершкове	20	20	10	10	30	30
Молоко	150	150	75	75	225	225
Яйця	60	50	5	5	15	15
Бульйон	750	750	375	375	1125	1125
Сухарики	40	40	20	20	60	60
Вихід:				500/20		1000/100

Технологія приготування

Цибулю шаткують, пасерують, інші овочі припускають, ріпу попередньо бланширують. У киплячий підсолений бульйон закладають картоплю, варять до напівготовності, додають капусту, варять до напівготовності, додають овочі, проварюють до розм'якшення, овочі протирають, з'єднують з білим соусом, розводять бульйоном, проварюють 10 хвилин. Суп-пюре охолоджують до температури 70-75°С, додають льезон, вершкове масло.

Правила відпуску

Суп-пюре відпускають у глибокій столовій тарілці. Окремо на пиріжковій тарілці подають сухарики з білого хліба20 г на порцію. Як гарнір, у суп кладуть частину зеленого горошку.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна маса, без грудочок борошна та шматочків не протертих овочів, без плівок на поверхні. Смак та запах ніжний, притаманний овочам у поєднанні з молоком, в міру солоний. Колір білий. Консистенція однорідна, нагадує густі вершки, ніжна, бархатиста.

Корисні поради до ЛПР № 9

До супу-пюре з картоплі можна подати гарнір консервований зелений

горошок. Щоб грибний бульйон був смачніший, при варінні слід використовувати сухі гриби різного розміру. Великі надають бульйону приємного смаку та темного кольору, дрібні -аромату. При приготуванні борщу з чорносливом гриби закладають разом з пасерованими овочами, а відварений чорнослив без кісточок – наприкінці. При відпуску солянок маслини кладуть у тарілку; вони не підлягають тепловій обробці. Суп-локшину домашню краще готувати на бульйоні з грибів або з птиці. Якщо бульйон з птиці – спеціїне додають. Цей суп повинен бути прозорим, тому локшину окремо відварюють 2-3 хв у підсоленій воді (на 400 г води 5г солі), відкидають на друшляк. Щоб тісто для локшини швидше підсихало, в тісто можна не класти сіль. Пам'ятайте: надлишок спецій і солі погіршує смак і аромат першої страви. На порцію (вихід 500 г) використовують 0,05 г перцю горошком, 0,02 г лаврового листу, 3-5 г солі.Не варіть довго перші страви з перцем горошком і лавровим листом: вони втрачають свій аромат, а страва стає гіркуватою. Не залишайте лавровий листу готовій страві: від нього вона набуде гіркуватого смаку. Додавайте в готові перші страви свіжий сік з моркви, томатів, капусти: він покращує їх смак і збагачує вітамінами. Страву після додавання соку не кип'ятіть. Якщо борщ не має малиново-червоного кольору, підфарбуйте його буряковим настоєм. Моркву для юшок пасеруйте ще й тому, що каротин, який міститься у ній, розчиняється в жирі і підфарбовує його, завдяки цьому юшки набувають золотистого забарвлення.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Бульйон у борщах непрозорий, овочі втратили форму.	Варили при бурхливому кипінні, не додержувались строків варіння. Не настояли після приготування.	Закладати продукти згідно зі строками варіння (у борщі спочатку закладають картоплю, а потім капусту). Варити при 96-98°С. Борщі треба настояти 15-20 хв. Жир спливає, бульйон стає прозорим.
2	Борщ з грибами та чорносливом відпустили холодним, але в ньому не приємний присмак тваринного жиру.	При приготуванні борщу використовують тваринні жири, якщо борщ відпускають гарячим.	Якщо борщ відпускають холодним (10-12°С), слід використовувати рослинну олію.
3	Солянка м'ясна збірна має водяний присмак.	Використовували неконцентрований бульйон, м'ясні продукти, що входять до складу солянки, варили окремо.	Використовувати концентрований бульйон. М'ясні продукти відварюють у бульйоні, на якому готують солянку.
4	Колір солянки блідий, смак не гострий.	Не довели до смаку. Погано спасерували томатне пюре.	Для надання гостроти можна використовувати капарці разом з розсолом або прокип'ячений огірковий розсіл. Томатне пюре пасерувати до забарвлення жиру.
5	Консистенція супу-пюре неоднорідна,	Погано розварили овочі або грудочки були у	Овочі у супах-пюре треба варити до повного розм'якшення. Суху

	неестетична.	розведеній борошняній пасеровці.	борошняну пасеровку треба охолодити і, поступово вливаючи в холодний бульйон, розвести до однорідної консистенції.
6	В супах-пюре згустки білка, на поверхні – шар вершкового масла.	Білок зсівся при приготуванні льєзону або була висока температура супу	Дотримуватися температурних режимів
7	Суп-локшина домашня не прозора.	Локшину після просушування не відсіяли від борошна. Заклали локшину одразу в бульйон.	Локшину краще перед закладанням у суп проварити окремо 1-2 хв.

Лабораторно-практична робота № 10

Тема: Приготування соусів

Мета: засвоєння знань про значення соусів у харчуванні, їх класифікація; формування вмінь і навичок приготування соусів, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій соусу;організації робочого місця;технології приготування соусів;попередження недоліків у приготуванні соусів та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії та гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення:каструлі, сотейник, сковорідка, сито, ніж, копистка, ложки мірні, розробна дошка «ОС»;посуд для відпуску: соусники, чайні ложки, пиріжкові тарілки.

Інструкційно-технологічні картки приготування соусів.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції: приготувати і оформити для відпуску такі соуси: соус білий основний (різної консистенції), соус томатний, соус сметанний, соус сметанний з томатом, соус молочний, соус молочний (солодкий), маринад овочевий з томатом, заправка для салатів, заправка гірчична, соус абрикосовий, соус яблучний.

Дати оцінку якості приготовлених соусів.

Виконати дослідницьку роботу:

а) в частину готового соусу білого основного не класти вершкове масло. Що станеться при зберіганні соусу?

б) при приготуванні соусу молочного частину соусу приготувати в алюмінієвому посуді.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Назвати продукти, які входять до складу салатної заправки.

2.Як приготувати овочеву пасеровку для соусу томатного?

3.Які два способи приготування сметанного соусу існують?

4.Як приготувати соус сметанний з томатом; його використання?

5.Які овочі входять до складу маринаду овочевого з томатом; вимоги до якості?

6.Як приготувати соус солодкий абрикосовий?

7.Як приготувати соус білий основний?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце №1) готує соус білий основний, салатну заправку, заправку гірчичну.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує соус томатний.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує соус сметанний.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує соус сметанний з томатом.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує соус молочний і соус молочний солодкий.

Бригада б (робоче місце № 6) готує маринад овочевий з томатом.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує соус абрикосовий, соус яблучний.

Організація робочого місця при приготуванні соусів

1.Отримати необхідний посуд, інвентар, а саме: розробну дошку «ОС», ніж, лоток для оброблених овочів, каструлю місткістю 0,5 л для варіння бульйону, сотейник для приготування овочевоїпасеровки, сковорідку, копистку, ложку соусну, ложку столову, шумівку, сито, посуд для відпуску.

2. Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти у підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б) розробну дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю столу; праворуч розташувати ніж і інші необхідні інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або в шухляду.

3.Дотримуватись правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Послідовність технологічного процесу приготування соусів

Кістковий бульйон

1.Порубати кістки на шматки довжиною 5-7 см.

2.Залити холодною водою.

3.Довести до кипіння, зібрати піну.

4.Варити при слабкому кипінні протягом 3-4 год., періодично знімаючи жир.

5.За 40-60 хв. до закінчення варіння додати сирі овочі.

6.Бульйон процідити.

Соус білий основний

1.Бульйон донести до кипіння.

2.Додати дрібно нарізані петрушку, сиру цибулю і варити 25-30 хв.

3.Жир нагріти до 120°С, всипати борошно.

4.Пасерувати, безперервно помішуючи.

5.Охолодити до 60-70°С.

6.Влити частину бульйону, охолодженого до 70°С, розмішати до однорідної маси.

7.Розведену борошняну пасеровку з ‘єднати з бульйоном з овочами.

8.Варити 10 хв.

9.Наприкінці варіння додати сіль, перець горошком, лавровий лист.

10.Соус процідити, овочі протерти.

11.Довести до кипіння.

12.Заправити лимонною кислотою і вершковим маслом або маргарином.

13.Подати.

Заправка для салатів

1. Сіль, цукор, перець чорний мелений, розчинити в оцті.

2. Змішати його з олією.

3. Відпустити.

Заправка гірчична

1.Гірчицю, сіль, цукор, перець чорний мелений і жовтки варених яєць добре розтерти.

2.Розвести оцтом.

3.Процідити.

4.Безперервно, помішуючи, поступово ввести олію.

5.Використати для салатів.

Соус томатний

1.Цибулю, нарізану дрібно соломкою, пасерувати 3 хв. до прив’ялення.

2.Додати нарізане соломкою біле коріння та моркву і пасерувати ще 7хв.

3.Додати томатне пюре, пасерувати 15 хв.

4.Додати бульйон і проварити до повного розм’якшення овочів.

5.Спасерувати борошно на жирі.

6.Розвести гарячим бульйоном.

7.З’єднати з пасерованими овочами і томатом і варити 10-15 хв.

8.Наприкінці варіння додати сіль, цукор, лимонну кислоту, перець чорний, лавровий лист.

9.Процідити, протираючи овочі, довести до кипіння.

10.Заправити маргарином.

11.Відпустити.

Соус сметанний

1.Приготувати соус білий основний.

2.З’єднати його зі сметаною.

3.Додати сіль, перець і варити 3-5 хв.

4.Соус процідити.

5.Довести до кипіння.

6.Подати.

Соус сметанний з томатом

1.Томатне пюре уварити до половини об'єму.

2.З'єднати зі сметанним соусом, перемішати.

3.Додати сіль, перець мелений.

4.Довести до кипіння.

5.Відпустити.

Соус молочний

1.Закип'ятити молоко, воду.

2.Спасерувати борошно на вершковому маслі.

3.Розвести борошно гарячою сумішшю молока і води.

4.Варити 7-10 хв. при слабкому кипінні.

5.Додати цукор, сіль, перемішати.

6.Процідити.

7.Довести до кипіння.

8.Заправити вершковим маслом.

9.Відпустити.

Молочний солодкий

1.Приготувати соус молочний напіврідкої консистенції.

2.Додати цукор і ванілін, розчинений у киплячій воді.

3.Перемішати.

4.Заправити маслом вершковим.

5.Відпустити.

Маринад овочевий з томатом

1.Цибулю, нарізану дрібною соломкою, пасерувати 3 хв. до прив'ялення.

2.Додати нарізану соломкою моркву і пасерувати ще 4-7 хв.

3.Додати томатне пюре, пасерувати 7-10 хв.

4.Додати рибний бульйон, цукор, оцет і варити 10-15 хв.

5.Додати духмяний перець горошком, гвоздику, корицю, сіль і варити ще 5 хв.

6.Наприкінці варіння додати лавровий лист.

7.Відпустити.

Соус абрикосовий І спосіб

1.Свіжі абрикоси занурити в окріп на 30-40 сек.

2.Зняти з них шкірку.

3.Розрізати на 4 частини.

4.Видалити кісточку.

5.Засипати цукром.

6. Витримати 2-3 години.
7. Кип'ятити 5-8 хв.
8. Відпустити.

II спосіб

1. Курагу перебрати.
2. Промити.
3. Залити холодною водою і залишити на 2-3 години.
4. Варити курагу в тій самій воді до готовності.
5. Протерти.
6. Додати цукор і, помішуючи, проварити до загусання.
7. Готовий соус охолодити.
8. Відпустити.

Соус яблучний

1. Нарізані скибочками яблука зі шкіркою (без насіннєвого гнізда) залити гарячою водою і варити 6-8 хв. (залежно від сорту) в закритому посуді до готовності.
2. Відцідити відвар.
3. Протерти до пюреподібної консистенції.
4. З'єднати з відваром.
5. Додати цукор, лимонну кислоту і довести до кипіння.
6. Ввести попередньо розведений охолодженим відваром крохмаль.
7. Довести до кипіння.
8. Додати корицю.
9. Готовий соус посипати цукровою пудрою.
10. Охолодити.
11. Відпустити.

Звіт про роботу

№	Вид напівфабрикату	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Соус білий основний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульйон	-	1100	-	83	-	249
Маргарин столовий	50	50	4	4	12	12
Борошно пшеничне	50	50	4	4	12	12
Цибуля ріпчаста	48	40	4	3	12	9
Петрушка (корінь)	40	30	3	2	9	6
Селера (корінь)	44	30	3	2	9	6

Кислота лимонна	1	1	0,08	0,08	0,2	0,2
Масло вершкове	50	50	4	4	12	12
Вихід:				75		225

Бульйон

Продукти	1000		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кістки харчові	1000	1000	249	149
Вода	1400	1400	347	347
Цибуля ріпчаста	14	12	3,5	3
Морква	15	12	4	3
Петрушка (корінь)	16	12	4	3
Селера (корінь)	18	12	4,5	3

Технологія приготування

Бульйон доводять до кипіння. Додають дрібно нарізані петрушку, сиру цибулю і варять 25-30 хв. Жир нагрівають до 120°С, всипають борошно. Пасерують, безперервно помішуючи. Охолоджують до 60-70°С.Вливають частину бульйону, охолодженого до 70°С, розмішують до однорідної маси. Розведену борошняну пасеровку з'єднують з бульйоном з овочами. Варять 10 хв. В кінці варіння додають сіль, перець чорний горошком, лавровий лист. Соус проціджують, протираючи розварені овочі, і доводять до кипіння.

Готовий соус використовують для приготування похідних соусів. Якщо соус використовують як самостійний, його заправляють кислотою лимонною і вершковим маслом або маргарином.

Правила відпуску

Соус білий відпускають у соуснику, який ставлять на пиріжкову тарілку з серветкою, до страв з відварного і припущеного м'яса і птиці.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд без плівки на поверхні. Смак насиченого м'ясного або курячого бульйону. Запах з ароматом білого коріння і цибулі, без запаху підгорілого борошна.Колір від білого до світло-кремового. Консистенція однорідна, без грудочок борошна.

Заправка салатна

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Олія	350	350	7	7	21	21
Оцет 3-відсотковий	650	650	13	13	39	39
Цукор	45	45	1	1	3	3
Перець чорний мелений	2	2	0,04	0,04	0,1	0,1
Сіль	20	20	0,4	0,4	1,2	1,2
Вихід:				20		60

Технологія приготування

Сіль, цукор і перець мелений розмішати з оцтом і перемішати з олією.

Заправку використовують для салатів і вінегретів.

Вимоги до якості

Зовнішній виглядоднорідна емульсія. Смак і запах гострий, з ароматом спецій і оцту, з ароматом білого коріння і цибулі, без запаху підгорілого борошна. Колір жовтуватий.Консистенція рідка.

Заправка гірчична

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Олія	300	300	30	30	90	90
Яйця (жовтки)	120	110	12	11	36	33
Гірчиця столова	50	50	1	1	3	3
Оцет 3-відсотковий	550	550	11	11	33	33
Цукор	50	50	1	1	3	3
Сіль	20	20	0,4	0,4	1,2	1,2
Перець чорний мелений	1	1	0,02	0,02	0,06	0,06
Вихід:				20		60

Технологія приготування

Гірчицю, сіль, цукор, перець чорний мелений і варені яєчні жовтки розтирають, розводять оцтом, проціджують і заправляють олією. Заправку гірчичну використовують для салатів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд всі компоненти перемішані до утворення однорідної маси. Смак і запах гострий, з ароматом спецій і гірчиці. Колір світло-жовтий. Консистенція рідка, однорідна.

Соус томатний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульйон	-	700	-	53	-	159
Маргарин столовий	35	35	3	3	9	9
Борошно пшеничне	35	35	3	3	9	9
Морква	63	50	5	4	15	12
Цибуля ріпчаста	36	30	3	2	9	6
Петрушка (корінь)	27	20	2	1,5	6	4,5
Томатне пюре	350	350	26	25	78	78
Маргарин столовий	20	20	1,5	1,5	4,5	4,5
Цукор	10	10	0,8	0,8	2,4	2,4
Лимонна кислота	0,5	0,5	0,04	0,04	0,1	0,1
Маргарин	50	50	4	4	12	12
Вихід:				75		225

Технологія приготування

Дрібно нарізану цибулю пасерують до прив’ялення, додають біле

коріння, пасерують, додають томатне пюре, продовжують пасерувати ще 15-20 хв., додають бульйон і проварюють до повного розм'якшення овочів, з'єднують з розведеною білою борошняною пасеровкою і варять 10-15 хв.

В кінці варіння додають сіль, цукор, перець чорний горошком, лавровий лист, лимонну кислоту. Готовий соус проціджують, протираючи при цьому розварені овочі, і доводять до кипіння, заправляють маргарином. У соус можна додати біле сухе вино.

Правила відпуску

Соус подають у соуснику до страв зі смаженого м'яса, страв з котлетної маси, овочів.Соусник кладуть на пиріжкову тарілку з серветкою, ручкою ліворуч. Перед соусником на тарілку кладуть чайну ложку, ручкою праворуч.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд без плівки на поверхні. Смак кисло-солодкий. Запах з ароматом коріння, цибулі, спецій. Колір рожевий. Консистенція однорідна, без грудочок борошна.

Соус сметанний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Сметана	500	500	38	38	114	114
Борошно пшеничне	50	50	4	4	12	12
Бульйон або відвар	500	500	38	38	114	114
Маса білого соусу	-	500	-	38	-	114
Вихід:				75		225

Технологія приготування

В гарячий білий соус додають сметану, сіль, перець чорний мелений, варять 3-5 хв., проціджують і доводять до кипіння.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд однорідна маса, яка не розшарувалася. Смак в міру солоний, кислуватий. Запах свіжої сметани. Колір від білого до кремового. Консистенція еластична, в'язка, напіврідка.

Соус сметанний з томатом

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус сметанний	-	1000	-	75	-	225
Томатне пюре	100	100	8	8	24	24
Вихід:				75		225

Технологія приготування

Томатне пюре уварюють до половини об'єму, з'єднують із сметанним соусом, розмішують і додають сіль, мелений перець, водять до кипіння.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд однорідна маса, яка не розшарувалася. Смак насичений, кислуватий. Запах з ароматом томатного пюре. Колір рожевий. Консистенція

еластична, напіврідка.

Соус молочний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	750	750	56	56	168	168
Масло вершкове	50	50	4	4	12	12
Борошно пшеничне	50	50	4	4	12	12
Вода	250	250	19	19	57	57
Цукор	10	10	0,8	0,8	2	2
Вихід:				75		225

Технологія приготування

Пасероване на маслі борошно розводять гарячим молоком з додаванням води і варять 7-10 хв. при слабкому кипінні. Потім додають цукор, сіль, проціджують і доводять до кипіння. Заправляють вершковим маслом.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд однорідна маса з гладенькою бархатистою поверхнею. Смак злегка солодкуватий. Запах молочний. Колір кремовий. Консистенція напіврідка, однорідна, ніжна.

Соус молочний (солодкий)

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	750	750	56	56	168	168
Масло вершкове	40	40	3	3	9	9
Борошно пшеничне	40	40	3	3	9	9
Вода	250	250	19	19	57	57
Цукор	100	100	8	8	24	24
Ванілін	0,05	0,05	0,004	0,004	0,01	0,01
Вихід:				75		225

Технологія приготування

У соус молочний рідкий додають цукор і ванілін, попередньо розчинений в гарячій кип'яченій воді.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна маса з гладенькою бархатистою поверхнею. Смак і запах солодкуватий, молочний з ароматом ваніліну.

Колір кремовий. Консистенція напіврідка, однорідна, ніжна.

Маринад овочевий з томатом

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Морква	628	500	63	50	189	150
Цибуля ріпчаста	238	200	24	20	72	60
цибуля-порей	263	200	26	20	78	60
Томатне пюре	200	200	20	20	60	60
Олія	100	100	10	10	30	30

Оцет 3-відсотковий	300	300	30	30	90	90
Цукор	30	30	3	3	9	9
Бульйон або вода	100	100	10	10	30	30
Вихід:				100		300

Технологія приготування

Цибулю, нарізану соломкою, пасерують 3 хв., додають нарізану соломкою моркву і продовжують пасерувати ще 7хв. Додають томатне пюре і пасерують ще 7-10 хв. Після цього додають рибний бульйон або воду, оцет, цукор і кип'ятять 10-15 хв. Додають сіль, духмяний перець горошком, гвоздику, корицю і варять ще 5 хв. Наприкінці варіння додають лавровий лист.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд овочі нарізані соломкою, легко видаляються з рідкої частини соусу, рівномірно розподілені в соусі.

Смак і запах кисло-солодкий з присмаком пасерованих овочів, коріння, бульйону. Колір рожево-червоний. Консистенція напіврідка, овочі щільні, цибуля більш м'яка.

Соус абрикосовий

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Абрикоси свіжі	600	525	45	40	135	177
або курага	110	110	8	8	24	24
Вода для кураги	400	400	30	30	90	90
Цукор	600	600	45	45	135	135
Вихід:				90		270

Технологія приготування

Свіжі абрикоси занурюють на 3-4 хв. в окріп, знімають з них шкірку, розрізають на 4 частини, видаляють кісточку, засипають цукром, витримують 2-3 години і кип'ятять 5-8 хв.

Курагу перебирають, промивають, заливають холодною водою і залишають на 2-3 години. Потім її варять в тій самій воді до готовності, протирають, додають цукор і при помішуванні проварюють до загусання. Потім соус охолоджують.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд соус густої консистенції, без грудочок та шматочків шкірки. Смак кисло-солодкий з присмаком абрикосів. Запах абрикосів. Колір жовтий або яскраво оранжевий. Консистенція: соус густий однорідна без грудочок.

Соус яблучний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблука свіжі	256	225	27	20	81	60
Цукор	125	125	9	9	27	27
Пектин	30	30	2	2	6	6

Кориця мелена	1	1	0,08	0,08	0,02	0,02
Кислота лимонна	1	1	0,08	0,08	0,2	0,2
Вихід		380		30		90

Технологія приготування

Нарізані скибочками яблука зі шкіркою (без насіннєвого гнізда) заливають гарячою водою і варять протягом 6-8 хв (залежно від сорту) в закритому посуді до готовності. Потім протирають до пюреподібної консистенції, додають цукор, кислоту лимонну, доводять до кипіння, вводять попередньо розведений охолодженим відваром пектин, доводять до кипіння, в готовий соус додають корицю. Можна готувати соус без кориці.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд соус однорідний. Смак ніжний, приємний, з присмаком яблук. Запах з ароматом яблук, кориці. Колір світло-коричневий, зі слабким жовтуватим відтінком. Консистенція пюреподібна, однорідна, без грудочок і крупинок.

Корисні поради до ЛПР № 10

Для білих соусів слід брати біле вино. Вина, які додають у соуси, поліпшують їхній смак. Томатне пюре спочатку спасеруйте, а потім додавайте в соус. Томатне пюре в соусах можна замінити яблуками кислих сортів, сливами і ягодами. Не кип’ятіть соус, заправлений вершковим маслом, від цього змінюється його структура, масло виділяється на поверхні. Щоб томатний соус був гострішим, до нього можна додати лимонну кислоту або сік лимона. При приготуванні заправок спочатку розчиняють сіль і цукор в оцті, а потім змішують його з олією, оскільки сіль в олії не розчиняється. Щоб на поверхні солодких соусів не утворилася плівка, посипте їх цукровою пудрою. В соус томатний можна додати біле сухе вино, зменшивши кількість лимонної кислоти.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні соусів

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
1	Соус має грудочки борошна, не еластичний.	Низька температура жиру.	Нагріти жир до 120°С і пасерувати борошно до аромату смаженого горіха та світло кремового кольору.
		Гарячий бульйон влили увесь одразу.	Бульйон вливати невеликими порціями, безперервно помішуючи.
2	При зберіганні соусу на поверхні утворилася плівка.	Не поклали на поверхню соусу вершкове масло.	Щоб не утворилася плівка, слід на поверхню покласти маргарин або масло. Якщо соус солодкий на основі крохмалю – посипати цукровою пудрою. Якщо плівка з’явилась, її слід зняти, а соус процідити.
3	Соус білий молочний або сметанний має	При приготуванні використовували	Слід використовували посуд, що не окислюється, та дерев’яну

	сірий колір.	алюмінієвий посуд і металевий інвентар.	кописткy.
4	Соус неоднорідної консистенції з частинками не протертих овочів.	Овочі не доведені до повного розм'якшення, погано протерті.	Овочі проварити до готовності, соус процідити, протираючи при цьому розварені овочі.
5	Соус томатний має запах сирості.	Погано спасероване томатне пюре.	Томатне пюре додати до пасерованих овочів і пасерувати ще 10-15хв.
6	Соус має запах підгорілого борошна.	Пере пасерували борошно. Нагріли жир вище температури 120°С.	Нагріти жир до температури 120°С і пасерувати борошно до світло-кремового кольору.
7	Соус маринад овочевий з томатом має присмак металу.	Зберігали в посуді, що окислюється.	Маринад слід зберігати в посуді, що не окислюється, із закритою кришкою.
8	У соусі маринад овочі тверді.	Рано додали оцет і томатне пюре.	Овочі спасерувати, додати бульйон, томат, оцет і варити 15-20хв.
9	На поверхні готового соусу виступив жир.	Жир не перевели у стан емульсії, «не защипали». Заправлений жиром соус кип'ятили.	Жир слід додавати невеликими порціями, розбиваючи його на окремі кульки. Не слід кип'ятити соус заправлений вершковим маслом: від цього змінюється структура соусу.

Лабораторно-практична робота № 11

Тема: Приготування основних соусів

Мета:формування вмінь і навичок приготування соусів відповідно до рецептури, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій соусу;організації робочого місця;технології приготування соусів;попередження недоліків у приготуванні соусів та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії та гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: каструлі, сотейник, сковорідка, сито, шумівка, кухарські лопатки, кописткa, ложки мірні, розробна дошка «ОС», ніж; посуд для відпуску: соусники, чайні ложки, пиріжкові тарілки.

Інструкційно-технологічні картки приготування основних соусів.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №5.

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати і оформити для відпуску такі соуси: соус біле вино, соус білий з розсолом, соус польський, соус сухарний, соус голландський, соус

майонез, масло зелене, масло оселедцеве.

2.Оцінити якість приготованих соусів.

Виконати дослідницькі завдання:

а) приготувати частину соусу майонез з нерафінованої олії, зробити висновки;

б) приготувати частину соусу майонез, вливаючи олію великими порціями, зробити висновки;

в) приготувати частину соусу голландського, не використовуючи водяної бані, зробити висновки.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Назвати продукти, які входять до складу соусу голландського.

2.Як підготувати масло вершкове для соусу сухарного?

3.Як підготувати олію для соусу майонез?

4.Як приготувати соус польський, його використання?

5.Які продукти входять до складу масла зеленого, вимоги до якості?

6.Як приготувати масло оселедцеве?

7.Як підготувати вино для соусу?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць).

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує соус біле вино.

Бригада 2. (робоче місце № 2) готує соус білий з розсолом.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує соус польський

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує соус сухарний.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує соус голландський.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує соус майонез.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує масло зелене, масло оселедцеве.

Організація робочого місця при приготуванні соусів.

1.Отримати необхідний посуд, інвентар, інструмент.

2.Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти у підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б)розробку дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю столу; праворуч розташувати ніж та інші необхідні інструменти, інвентар; посуд покласти на полито столу або в шухляду.

3. Дотримуватись правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Послідовність технологічного процесу приготування соусів

Соус біле вино

1.Приготувати соус білий основний на рибному бульйоні.

2.Рибний бульйон довести до кипіння.

3.Додати ріпчасту цибулю і біле коріння і варити до розм’якшення 25-

30 хв.

4.Спасерувати борошно (на жирі).

5.Охолодити до 70°С, з'єднати з частиною охолодженого до 70°С бульйону, додати до бульйону з відвареними овочами, проварити 10 хв.

6.В кінці варіння додати сіль, перець чорний горошком, лавровий лист.

7.Соус процідити, протираючи розварені овочі.

8.Довести до кипіння.

9.Вино налити в нагрітий посуд, закрити кришкою, довести до кипіння.

10.У соус швидко влити підготовлене вино.

11.Охолодити до 75-80^{0}С.

12.Сирі яєчні жовтки з'єднати зі шматочками маргарину або вершкового масла, додати бульйон і проварити на водяній бані при температурі 75°С, безперервно помішуючи, до загустіння.

13.Додати в соус.

14.Заправити лимонною кислотою.

15.Посолити.

16.Відпустити.

Соус білий з розсолом

1.Приготувати соус білий основний на рибному бульйоні.

2.Прокип'ятити і процідити огірковий розсіл.

3.З'єднати його з соусом білим основним.

4.Варити 5 хв.

5.У готовий соус покласти сіль, лимонну кислоту.

6.Заправити вершковим маслом.

7.Приготувати гарнір до соусу:

а) солоні огірки обчистити від шкірки, видалити насіння, нарізати скибочками і припустити до готовності;

б) гриби відварити, нарізати скибочками.

8. Гарнір з'єднати з соусом.

9.Відпустити.

Соус польський

1.Розтопити вершкове масло до янтарного кольору, зняти піну з поверхні.

2.З'єднати з дрібно нарізаними яйцями і зеленню.

3.Додати розведену лимонну кислоту і сіль.

4.Соус розмішати.

5.Прогріти до 70"С.

6.Відпустити.

Соус голландський

1.Жовтки змішати з холодною кип’яченою водою у посуді з товстим дном.

2.Додати 1/3 частину вершкового масла шматочками.

3.Проварити суміш при 70°С на водяній бані, безперервно помішуючи, до загусання (на копистці має бути злегка загусла маса) і зникнення запаху сирого яйця.

4.Припинити нагрівання.

5.Тоненькою цівкою влити решту розтопленого вершкового масла, помішуючи до повного з’єднання його з жовтками (температура масла не вище 70°С).

6.Додати масу в соус білий основний (температура соусу 70-75°С), перемішати.

7.Додати сіль, заправити лимонною кислотою.

8.Процідити.

9.Відпустити.

Соус сухарний

1.Нагріти вершкове масло до повного випаровування вологи й утворення світло-коричневого осаду.

2.Процідити.

3.Злегка підсмажити мелені сухарі.

4.Додати їх в масло.

5.Заправити сіллю, лимонною кислотою.

6.Відпустити.

Соус майонез

1.Жовтки сирих яєць відокремити від білків.

2.Рафіновану олію охолодити до 16-18°С.

3.У жовтки додати гірчицю, сіль, цукор і добре розтерти дерев’яною кописткою.

4.В утворену суміш невеликими порціями, безперервно помішуючи, додати олію і продовжувати збивати.

5.Додати оцет і перемішати.

6.Відпустити.

Масло зелене

1.Розм’якшити масло.

2.Зелень петрушки дрібно посікти.

3.Розм’якшене масло з’єднати з січеною зеленню, лимонною кислотою, перемішати.

4.Сформувати у вигляді батона.

5.Охолодити.

6.Нарізати.

7.Відпустити.

Масло оселедцеве

1.Оселедець розібрати на чисте філе.

2.Подрібнити на м’ясорубці 2 рази, протерти крізь сито.

3.Масло розм’якшити.

4.З’єднати з протертим філе оселедця, додати гірчицю.

5.Добре збити.

6.Сформувати.

7.Охолодити.

8.Нарізати.

9.Відпустити.

Теоретичні відомості

Витрати спецій на 1кг соусу: солі 10 г, перцю 0,5 г, лаврового листа 0,2 г. У рецептурах вказано кислоту лимонну, яка може бути замінена соком лимона, з розрахунку: 1 г кислоти лимонної замінюють 8 г соку лимона, отриманого з 20 г лимона. Кислоту лимонну розчиняють в теплій кип’яченій воді (1:5) і вводять у готовий соус.

ІНСТРУКЦІЙНО–ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Соус біле вино

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус білий основний	-	900	-	68	-	204
Вино (біле сухе)	75	75	6	6	18	18
Яйця жовтки	3шт.	48	1/10 шт.	4	3/10 шт.	12
Маргарин столовий	75	75	6	6	18	18
Кислота лимонна	1	1	0,08	0,08	0,24	0,24
Вихід:				75		225

Технологія приготування

У готовийсоус білий основний додають підготовлене вино, охолоджують до 75-80°С, потім при безперервному помішуванні додають яєчні жовтки, проварені зі шматочками вершкового масла, заправляють лимонною кислотою і солять.

Правила відпуску

Подають в соуснику до страв з відвареної і припущеної риби.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: без плівки на поверхні. Смак насиченого рибного бульйону, вина. Запах з ароматом білого коріння, вина, риби, спецій. Колір від білого до світло-кремового.Консистенція однорідна, еластична, без грудочок борошна, яке заварилось, частинок не протертих овочів.

Соус білий основний

Продукти	1000		1 порція	
	брутто	нетто	брутто	нетто

Бульйон рибний	-	1100	-	224
Маргарин столовий	50	50	10	10
Борошно пшеничне	50	50	10	10
Цибуля ріпчаста	36	30	7,3	6
Петрушка (корінь)	27	20	5,5	4
або селера (корінь)	29	20	6	4
Вихід		1270		260

Технологія приготування

У киплячий бульйон додати нарізані цибулю, біле коріння, варити 20-25 хв., влити підготовлену білу суху або жирову борошняну пасеровку, варити 10-15 хв. Довести до смаку сіллю, перцем, лавровим листом, варити 2-3 хв., соус процідити, протираючи при цьому овочі, довести до кипіння.

Правила відпуску

Готовий соус використовують для приготування похідних соусів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: без плівки на поверхні. Смак насиченого рибного бульйону. Запах з ароматом білого коріння і цибулі, без запаху підгорілого борошна. Колір від білого до світло-кремового. Консистенція однорідна, без грудочок.

Соус білий з розсолом

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус білий основний	-	950	-	71	-	213
Огірковий розсіл	150	150	11	11	33	33
Кислота лимонна	0,5	0,5	0,04	0,04	0,1	0,1
Маргарин столовий або масло вершкове	75	75	6	6	18	18
Огірки солоні	48	29	4	2	12	6
Печериці свіжі	28	21	2	1,5	6	4,5
або гриби свіжі	26	20	2	1,5	6	4,5
Вихід:				75		225

Технологія приготування

У соус білий основний додають прокип'ячений і проціджений огірковий розсіл і варять 5-10 хв. У готовий соус кладуть сіль, лимонну кислоту, заправляють жиром.

Правила відпуску

Подають у соуснику до страв з відвареної і припущеної риби. Соус можна подати з гарніром: припущені огірки, відварені гриби.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: без плівки на поверхні. Смак кислий з присмаком рибного бульйону і розсолу. Запах з ароматом огіркового розсолу, білого коріння, риби, спецій. Колір від білого до світло-кремового. Консистенція однорідна, без грудочок борошна, яке заварилось, і частинок не протертих

овочів (якщо в соус не кладуть гарнір), без плівки на поверхні.

Соус польський

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло вершкове	700	700	35	35	105	105
Яйця	8 шт.	320	2/5 шт.	16	1 1/5 шт.	48
Петрушка (зелень)	27	20	1,4	1	4	3
Кислота лимонна	2	2	0,1	0,1	0,3	0,3
Вихід:				50		150

Технологія приготування

У розтоплене вершкове масло кладуть дрібно нарізані круті яйця, сіль, лимонну кислоту, дрібно нарізану зелень петрушки. Соус розмішують і прогрівають до 70°С.

Правила відпуску

Подають у соуснику до страв з нежирної відварної риби.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: каламутний з дрібно нарізаними яйцями і зеленню. Смак злегка кислуватий, зі смаком масла. Запах з ароматом петрушки і масла. Колір жовтуватий. Консистенція частинки дрібно нарізаного яйця і зелені, в’язка.

Соус голландський

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйця (жовтки)	4 шт.	128	1/2 шт.	15	2/5 шт.	45
Масло вершкове	400	400	30	30	90	90
Вода	70	70	5	5	15	15
Борошно пшеничне	38	38	3	3	9	9
Масло вершкове	38	38	3	3	9	9
Бульйон або вода	200	200	20	20	60	60
Кислота лимонна	1	1	0,08	0,08	0,24	0,24
Вихід:				75		225

Технологія приготування

У жовтки, змішані з холодною кип’яченою подою, кладуть шматочки вершкового масла (1/3 частину) і проварюють суміш на водяній бані, безперервно помішуючи, до загусання (температура 75-80’С). Потім вливають тоненькою цівкою решту розтопленого вершкового масла і після повного з’єднання його з жовтками змішують з соусом білим, солять, заправляють кислотою лимонною і проціджують.

Правила відпуску

Подають до страв з відварних овочів і риби.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна маса без плівки на поверхні. Смак тонкий, злегка кислуватий. Запах з ароматом вершкового масла і яєць. Колір

злегка жовтуватий. Консистенція однорідна, еластична, без пластівців білка, що зсівся.

Соус сухарний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло вершкове	800	800	30	30	100	100
Сухарі пшеничні	300	300	15	15	45	45
Кислота лимонна	2	2	0,1	0,1	0,3	0,3
Сіль	10	10	0,5	0,5	1,5	1,5
Вихід:				50		150

Технологія приготування

Масло вершкове нагрівають, поки не випариться волога і не утвориться світло-коричневий осад. Потім масло проціджують і додають до нього мелені підсмажені сухарі, сіль, лимонну кислоту.

Правила відпуску

Подають у соуснику до страв з відварних овочів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: вершкове масло без вологи з рівномірно підсмаженими пшеничними сухарями. Смак кислуватий. Запах з ароматом підсмажених сухарів, вершкового масла. Колір світло-коричневий. Консистенція рідка, з рівно розподіленими по всій масі сухарями.

Соус майонез

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Олія	750	750	38	38	114	114
Яйця (жовтки)	6 шт.	96	1/8 шт.	5	3/8 шт.	15
Гірчиця столова	25	25	1,3	1,3	4	4
Цукор	20	20	1	1	3	3
Оцет	150	150	7,5	7,5	22,5	22,5
Вихід:				50		150

Технологія приготування

У розтерті сирі жовтки з сіллю, цукром і гірчицею тоненькою цівкою, безперервно помішуючи в одну сторону, вливають охолоджену олію. Коли олія з'єднається з жовтками і суміш перетвориться на густу однорідну масу, вливають оцет.

Правила відпуску

Подають у соуснику до м'ясних, рибних страв, холодних закусок, використовують для заправлення салатів, вінегретів, приготування похідних соусів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна емульсія, без жиру на поверхні. Смак гострий, кисло-солодкий. Запах в міру різкий, з ароматом оцту і гірчиці. Колір біло-кремовий (світло-жовтий). Консистенція однорідна, напівгуста.

Масло зелене

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло вершкове	850	850	23	23	69	69
Петрушка (зелень)	216	160	3	2	9	6
Лимон	81	34	1,2	0,5	3,6	1,5
або кислота лимонна	2	2	0,03	0,03	0,09	0,09
Вихід:				25		75

Технологія приготування

У розм'якшене вершкове масло додають січену зелень петрушки, сік лимона або розведену лимонну кислоту, ретельно перемішують, надають форму батончика і охолоджують. Перед відпуском нарізають.

Правила відпуску

Подають при відпуску риби смаженої, біфштекса, антрекота, а також використовують при приготуванні бутербродів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна пластична маса. Смак злегка кислуватий. Запах з ароматом зелені і лимона. Колір жовто-зелений. Консистенція однорідна.

Масло оселедцеве

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло вершкове	750	750	11	11	33	33
Гірчиця столова	30	30	0,5	0,5	1,5	1,5
Оселедець	521	250	8	4	24	12
Вихід:				15		45

Технологія приготування

Філе оселедця двічі пропускають крізь м'ясорубку, протирають і збивають з розм'якшеним вершковим маслом і гірчицею. Формують і охолоджують. Нарізають.

Правила відпуску

Подають до гарячої відварної картоплі, млинців, використовують для приготування бутербродів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: однорідна пластична маса. Смак солоний. Запах оселедця і вершкового масла. Колір жовто-сірий. Консистенція однорідна, без кісточок і грудочок.

Звіт про роботу

№	Вид соусу	Дефекти	Причини	Результати дослідницької роботи

Корисні поради ЛПР № 11

Соуси на рибному бульйоні можна використовувати тільки для

рибних страв. Перед тим, як додати в соус вино, його слід довести до кипіння в посуді з закритою кришкою. Біле вино для соусу можна замінити невеликою кількістю оцту з розчиненим у ньому цукром. До страв з пісної риби слід подавати соус польський, а до страв з овочів - соус сухарний. Вони підвищують калорійність, оскільки містять багато жиру. Для освітлення соусу майонез краще використовувати лимонну кислоту або лимонний сік, ніж оцет, оскільки вони не мають запаху. При приготуванні майонезу слід перемішувати його тільки в один бік, інакше він відмаслиться. Майонез не рекомендується заморожувати, а також підігрівати до Г 50°С, оскільки при цьому руйнується емульсія. Лимонний сік соус з яєчними жовтками і вершками додають безпосередньо перед відпуском, тому що від кислоти вершки і жовтки звертаються. При приготуванні майонезу використовуйте лише рафіновану олію, її необхідно охолодити до температури 16-18°С, тоді вона краще емульгуватиме. Для того, щоб жовтки при приготуванні соусу голландського не зсілись, слід перед проварюванням у суміш влити холодну воду. Щоб запобігти зсіданню жовтків, соус голландський слід проварити на водяній бані при температурі не вище 70°С.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні соусів

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Соус майонез відмаслився.	Великими порціями влили олію, олію додали неохолоджену; недостатньо збили масу, довго зберігали соус.	Рафіновану олію охолодити до 16-18ºС, вливати в розтерті жовтки з гірчицею невеликими порціями, безперервно помішуючи; зберігати 1-2 доби при температурі 10-15ºС.
2	Соус майонез має смак і запах олії.	Використали нерафіновану олію.	Слід використовували лише рафіновану олію.
3	У соусі голландському є пластівці, які зсілися.	Нагрівали при температурі вище 70ºС; не додали до жовтків холодної води; нагрівали без водяної бані.	Сирі жовтки з'єднати з водою та шматочками масла і прогріти на водяній бані при температурі вище 70ºС.
4	Соус сухарний має темно коричневий колір.	Пересмажили сухарі. Перегріли вершкове масло.	Мелені сухарі підсмажити до світло-золотистого кольору.
5	Соус біле вино не має запаху вина.	Кип'ятили соус з вином.	Доведене до кипіння вино додати в соус і охолодити.
6	Соус білий з розсолом має сірий колір.	Використали алюмінієвий посуд.	Для приготування соусів слід використовувати посуд, що не окислюється.
7	Соус біле вино має присмак і запах оцту.	Замість лимонної кислоти використали оцет.	Для поліпшення смаку слід додати лимонний сік або лимонну кислоту.
8	У соусі польському на поверхні пластівці білка, що зсівся.	Не зібрали піну з поверхні розтопленого масла.	Масло нагріти до янтарного кольору і зібрати піну.

9	Масло зелене погано піддається формуванню.	Масло не розм'якшили, а розтопили.	Масло слід розм'якшити.
10	Масло оселедцеве дуже солоне за смаком.	Не вимочили оселедець.	Солоні оселедці вимочуються у молоці або у заварці чаю.
11	Масло оселедцеве має неоднорідну консистенцію з грубими частинами.	Не протерли філе оселедця.	Філе оселедця двічі пропустити крізь м'ясорубку і протерти крізь сито.

Лабораторно-практична робота № 12

Тема: Страви з круп, бобових,макаронних виробів

Мета: засвоєння знань про асортимент круп, бобових макаронних виробів, їх харчову цінність; формування вмінь і навичок приготування страв з круп, бобових та макаронних виробів, робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підібрати інструмент, інвентар, посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;розвивати самостійність, вміння орієнтуватися у виробничих умовах;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення:каструлі місткістю 1-2 л; сковорідки, ножі, розробна дошка «ОС», «МВ», лопатки, лист або форми, столові ложки, виделки, лотки, збивалка, дерев'яна копистка, шумівка.

Інструкційно-технологічні картки приготування страв з круп, бобових, макаронних виробів.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №7.

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати страви: розсипчасту гречану кашу, запіканку рисову зі сметаною, котлети манні, кашу манну молочну, квасолю відварну (різні способи подачі), макарони відварні (різні способи подачі), кашу рисову розсипчасту.

2.Оформити страви для відпуску.

4.Оцінити якість приготовлених страв.

Провести дослідницьку роботу:

а) зважити сиру крупу та готову кашу, пояснити різницю у масі;

б) визначити збільшення маси квасолі при замочуванні, пояснити необхідність попереднього замочування квасолі.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. Яка норма води для 1 кг різних круп для розсипчастих каш?

2. Який вихід розсипчастих каш з гречаних та рисових крупів?

3.Назвіть два способи варіння макаронних виробів.

4. Назвіть правила варіння розсипчастих каш.

5.Назвіть три різних способи відпуску розсипчастих каш.

6.Назвіть набір продуктів для рисової запіканки.

7.Як визначити готовність запіканки?

8.Яка мета замочування бобових?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує кашу гречану розсипчасту, різні способи подачі.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує запіканку рисову.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує кашу пшоняну «козацьку».

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує кашу манну молочну.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує квасолю відварну, різні способи подачі.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує макарони відварні, різні способи подачі.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує кашу рисову розсипчасту: два способи приготування.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Каша гречана розсипчаста

Приготувати кашу гречану розсипчасту. При приготуванні каші слід звернути увагу на такі особливості:

а) дотримуватися норми води на 1 кг крупи для розсипчастої каші, а саме: 1,9 л;

б) крупу засипати в окріп;

в) гречану крупи перебрати, промити.

1.Воду довести до кипіння, додати сіль.

2.Засипати підготовлену крупу.

3.Перемішати дерев'яною копистkою, піднімаючи крупу з дна посуду.

4.Крупи перемішувати треба обережно, щоб не порушити цілісності зерен.

5.Зверху зібрати шумівкою пустотілі зерна, які спливли наверх.

6.Для поліпшення смаку і зовнішнього вигляду каші перед засипанням крупи можна покласти частину жиру, поданого в рецептурі.

7.Якщо гречана крупа сира, її слід попередньо обсмажити (насипавши на сковорідку шаром до 4 см) при температурі 110-I20°С до світло-коричневого кольору, помішуючи.

8.Варити, поки крупа поглине всю рідину.

9.Перемішування припинити.

10.Поставити для упрівання (можна на водяну баню).

11.Розпушити кухарською виделкою.

12.Підготувати до відпуску (вершкове масло, або пасерована цибуля, або січені зварені круто яйця і масло).

Запіканка рисова

Приготувати запіканку рисову. При приготуванні слід звернути увагу на такі особливості:

а) зварити в'язку кашу густішої консистенції;

б) родзинки обов'язково замочити;

в) форму добре змазати жиром та обсипати сухарями;

г) визначити готовність запіканки проколом дерев'яної палички.

1. Зварити в'язку кашу.
2. Охолодити до температури 60-70°С.
3. Додати сирі яйця, родзинки, маргарин.
4. Перемішати.
5. Покласти на підготовлений лист.
6. Зверху змастити сумішшю яєць і сметани.
7. Запікати до рум'яної шкірочки.
8. Відпустити.

Котлети млині

1. Зварити в'язку кашу.
2. Охолодити до температури 60°С.
3. Додати цукор, сирі яйця.
4. Перемішати.
5. Теплу масу температурою 40-50°С розкласти на порції.
6. Запанірувати у сухарях, формуючи овально-приплюснуту форму.
7. Обсмажити.
8. Відпустити.

Каша манна молочна

1. Молоко довести до кипіння.
2. Додати сіль, цукор.
3. Швидко тоненькою цівочкою ввести манну крупу.
4. Варити 15-20 хв., помішуючи.
5. Відпустити (вершкове масло).

Квасоля відварна

Особливості в приготуванні:

а) бобові перед варкою замочити у холодній воді на 5-8год.; (на 1 кг бобових - 2л води), температура води для замочування - 15°С;

б) варити без солі;

в) якщо вода википає, додають окріп.

1. Підготовлені бобові зварити.
2. Процідити.

3.Відпустити (змішати з пасерованою на салі цибулею).

Макарони відварні

Для цієї страви макарони варити зливним способом, на 1кг5-6 л води.

1.Воду довести до кипіння, додати сіль.

2.Засипати макаронні вироби.

3.Варити до готовності.

4.Відкинути на друшляк.

5.Промити гарячою водою.

6.Заправити вершковим маслом.

7.Відпуск (змішати з пасерованими овочами, томатом).

Каша рисова розсипчаста

Приготувати кашу рисову розсипчасту (два способи приготування). Зварити рисову кашу зливним способом (6 л води на 1 кг риса). Зварити рисову кашу не зливним способом (води на 1 кг риса – 2 л 100 мл).

Правила варіння розсипчастої каші не зливним способом (бригада 1).

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Каша розсипчаста гречана

Продукти	брутто		нетто	
	1000	1 порція	1000	3 порції
Маса гречаної крупи	476	119	476	360
Масло вершкове	45	11,2	45	22,6
Сіль	10	2,5	10	7,5
Вода	1900	300	1900	900

Технологія приготування

Розсипчасту гречану кашу варять на воді. Підготовлену крупу всипають у киплячу підсолену воду. Крупу перемішують, піднімаючи з дна посуду. Коли крупа поглине всю рідину і набухне, перемішування припиняють, закривають кришкою і залишають для упрівання.

Правила подачі

Гарячу кашу кладуть на мілку столову тарілку і поливають розтопленим маслом чи посипають цукром. Можна подати гречану кашу з пасерованою цибулею, січеними круто звареними яйцями і маслом. Холодну кашу можна подавати з молоком, вершками або цукром.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: зерна крупи цілі, гарно набухлі, легко розділяються. Колір від світло-коричневого до темно-коричневого. Смак трохи солонуватий. Консистенція розсипчаста, м’яка, однорідна.

Каша рисова з цибулею і шпиком

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Рисова крупа	70	210	210	630
Цибуля	30	25	90	75
Шпик	34	33	102	99
Вихід:		210/60		630/175

Технологія приготування

Рис промивають у проточній воді, доки вона не стане прозорою, закладають у горщих, наливають воду з розрахунку 3: і доводять до кипіння. Потім кашу промивають теплою водою, воду зливають і знову нагрівають. Додають сіль і доводять до готовності.

Шпик нарізають дрібними кубиками і смажать до тих пір, поки з нього не витопиться приблизно половина жиру. Потім кладуть цибулю, нарізану дрібним кубиком, і пасерують. У готову кашу додають пасеровану цибулю зі шпиком.

Правила підпуску

Гарячу кашу подають з пасерованою на шпику цибулею.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: зерно крупи ціле, добре набухло. Колір - білий. Смак маслянистий, в міру солоний; смак шпику, цибулі. Запах - шпику, цибулі. Консистенція – трохи розсипчаста, м'яка.

Макарони відварні з овочами

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Макарони відварні	-	200	-	600
Морква	25	20	75	60
Петрушка (корінь)	9	7	27	21
Томатне пюре	15	15	45	45
Маргарин столовий	20	20	60	60
Цибуля ріпчаста	19	16	57	48
Маса готових овочів	-	50	-	150
Вихід:		250		750

Технологія приготування

Овочі нарізають соломкою і пасерують, додають томатне пюре і продовжують пасерування 5-7 хв. Макарони відварюють у великій кількості води протягом 10 хв. Все з'єднують.

Правила відпуску

У баранчик або в мілку столову тарілку кладуть відварні макарони, зверху посилають зеленню. Додають підготовлені овочі з томатним пюре.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: макарони і овочі зберегли форму, рівномірно перемішані з томатним пюре. Смак і запах - характерні для відварних макаронів і пасерованих овочів. Колір макаронів молочний, ледь жовтуватий. Консистенція овочів і макаронів -пружна.

Перерахунок сировини на 200 г варених макаронів

Продукти	1000		200	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Макарони	350	350	70	70
Вода		1750		350
Сіль	16	16	3,2	3,2

Каша манна молочна

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа манна	44,4	44,4	133	133
Молоко	164	164	492	492
Масло вершкове	15	15	45	45
Цукор	15	15	45	45
Маса готової каші	-	200	-	600
Вихід:		230		690

Технологія приготування

У кипляче молоко додають сіль, цукор, всипають тоненькою цівкою крупу і, помішуючи, проварюють 2 хв.

Правила відпуску

У баранчик кладуть кашу, зверху поливають вершковим маслом.

Вимоги до якості

Смак – солодкий молочний. Запах – вареного молока. Колір білий або злегка жовтуватий. Консистенція в'язка, однорідна без грудочок.

Квасоля із шпиком

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Маса відвареної квасолі	-	155	-	465
Шпик	30	29	90	87
Маса підсмаженого шпику	-	25	-	75
Вихід:		180		540

Технологія приготування

Квасолю перед варінням замочують у холодній воді при температурі не вище, ніж 15°С на 5-8 годин (2,5 л на 1 кг) і варять у закритому посуді при слабкому кипінні 1,5-2 години.

У відварні бобові при відпуску додають нарізаний дрібними кубиками підсмажений шпик.

Правила відпуску

Подають бобові як самостійну страву у баранчику, зверху посипають зеленню.

Вимоги до якості

Смак і запах відповідають смаку і запаху бобових, зерна добре розварені, повністю набухлі, температура відпуску - 75-85°С. Консистенція - бобові зберегли свою форму.

Запіканка рисова

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисова	45	45	135	135
Молоко	100	100	300	300
або вода	65	65	195	195
Цукор	10	10	30	30
Яйця	12	10	24	20
Родзинки	10	10,5	31,5	30
Маргарин	4	4	12	12
Сухарі	4	4	12	12
Сметана	3	3	9	9
Маса напівфабрикату	225	-	-	675
Маса готової запіканки	200	-	-	600
Сметана	30	-	-	90
Вихід:		230		690

Технологія приготування

Зварити в'язку кашу, охолодити до температури 60-70°С, додати яйця, замочені, промиті родзинки, маргарин. Лист змастити маргарином, посипати сухарями, викласти масу, поверхню змастити сумішшю яєць з сметаною та запікати в жаровій шафі до утворення рум'яної шкірочки.

Правила відпуску

Готову запіканку охолодити до 80°С, нарізати на порційні шматки, покласти на мілку столову тарілку, поряд покласти гіркою сметану.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: запіканка нарізана на порційні шматки. Запах запеченої каші. Смак - злегка солодкуватий з присмаком родзинок. Колір шкірочки золотистий, на розрізі – білий. Консистенція пухка, однорідна.

Корисні поради до ЛПР № 12

При варінні каші засипайте крупу в окріп, інакше крохмаль виділиться з крупи, осяде надію посуду, і каша пригорить. Розсипчаста каша при упріванні не підгорить, якщо посудину з нею поставити на лист з водою. Якщо каша пригоріла, швидко перекладіть її в інший чистий посуд. Не перемішуйте розсипчасту кашу під час варіння: від цього можуть пом'ятися зерна. Пам'ятайте: вироби слід формувати з теплої каші - вироби з остиглої каші матимуть тріщини і при смаженні розкришаться. Бобові погано розварюються у кислому і солоному середовищі, тому їх варіть без солі, томатного пюре, а для варіння використовують кип'ячену воду. Не додавайте під час варіння бобових харчову соду, оскільки вона руйнує вітаміни групи В, погіршує їх колір і смак. Не змішуйте різні сорти квасолі - тривалість варіння їх неоднакова. Не залишайте у воді зварені макаронні вироби: вони розкиснуть.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні страв з круп, бобових, макаронних виробів

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
1	Каша гречана на	Взяли води більше	Для підсмаженої гречаної крупи

	розсипчаста, в'язка.	норми, або варили кашу у великих казанах, або перемішувати після загусання.	взяти води у співвідношенні 1:1,9; після поглинання води крупою перемішування припинити. Для варіння розсипчастих каш не використовувати великі казани.
2	Каша розсипчаста, але не доведена до готовності.	Взяли мало рідини, не залишили кашу для упрівання.	З таблиці «співвідношення крупи і рідини» визначити необхідну кількість рідини, після поглинання крупою всієї води казан закрити кришкою, зменшити нагрів і залишити до упрівання.
3	Запіканка рисова розсипається, суха.	Зварили розсипчасту кашу, додали мало яєць.	Зварити в'язку кашу на суміші води і молока, охолодити, додати яйця.
4	Макаронні вироби переварені.	Не дотримались тривалості варіння.	Тривалість варіння макаронних виробів залежить від їхнього виду. Макарони слід варити 20-30хв., локшину – 20-25хв., вермішель – 12-15хв.
5	Макарони пересолені.	Поклали багато солі.	Розрахувати кількість солі виходячи з розрахунку, що на 1кг. макаронних виробів беруть 5-6л. води і 50г. солі.
6	Бобові тверді, не смачні.	Варили з додаванням солі.	Варити без солі. Сіль додати, коли зерна повністю зваряться.
7	Каша манна має неоднорідну консистенцію, грудочки.	Крупу засипали всю одночасно, погано перемішали.	Крупу сипати цівочкою, безперервно помішуючи.
8	Котлети манні розкришилися.	Зварили розсипчасту кашу, додали мало яєць, формували з холодної маси.	Використовувати в'язку кашу, в яку додавали яйця, теплу масу розкласти на порції, сформувати і за панірувати.

Лабораторно-практична робота № 13

Тема: Страви з овочів

Мета: засвоєння знань про харчову цінність страв з овочів, процеси, що відбуваються в овочах під час теплової обробки; формування вмінь і навичок приготування страв з овочів способами смаження, тушкування, запікання;робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підбирати інструмент, інвентар, посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці; орієнтуватися у виробничих умовах;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення:каструлі місткістю 1-2 л, сковорідки, порційні сковорідки, лист, розробна дошка «ОС», ніж середній з кухарської трійки, ложки, дерев'яна копистка, лопатка, сито.

Інструкційно-технологічні картки приготування страв з овочів.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №2.

Виконати такі технологічні операції:

1. Приготувати страви: оладки з кабачків, рагу овочеве, рулет картопляний, деруни, фаршировані сиром, кабачки смажені, соус майонез, гриби, запечені в сметанному соусі, картопляники з грибами, картопляні пальчики.

2. Оформити страви для відпуску.

3. Оцінити якість приготовлених страв.

Провести дослідницьку роботу:

а) натерта картопля для дерунів потемнішала, пояснити чому, виправити становище;

б) частину капусти білоголової для рагу овочевого припустити в алюмінієвому посуді, пояснити результати.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. З яким соусом готують рагу овочеве?
2. Як приготувати грибний фарш для картопляників?
3. Який набір продуктів для картопляних пальчиків?
4. Які види фаршу можна використовувати для картопляного рулету?
5. Як приготувати деруни, фаршировані сиром?
6. Який набір продуктів для рагу овочевого?
7. Як приготувати сметанний соус для запікання грибів?

Група поділяється па 8 бригад (8 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує оладки з кабачків.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує рагу овочеве.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує рулет картопляний.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує деруни, фаршировані сиром.

Бригада 5 (робоче місце № 2) готує кабачки смажені, соус майонез.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує гриби, запечені в сметанному соусі.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує картопляники з грибами.

Бригада 8 (робоче місце № 8) готує картопляні пальчики.

Послідовність виконання роботи

1. Отримати інструмент, інвентар, посуд.
2. Організувати робоче місце:

а) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

б) перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 2-відсотковим розчином хлорного вапна;

в) розробку дошку розмістити перед собою від краю стола 5-6 см,

інструмент, інвентар, посуд розмістити праворуч, а продукти - ліворуч.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Оладки з **кабачків**

1.Кабачки почистити.

2.Вибрати насіння.

3.Помити.

4.Натерти на тертці.

5.Додати борошно, сіль, цукор, соду.

6.Смажити на розігрітій сковороді (температура 150-160°С), масу викладати ложкою.

7.Відпустити.

Рагу овочеве

1.Картоплю, коріння почистити, помити, нарізати часточками, обсмажити.

2.Білоголову капусту нарізати шашками, припустити.

3.Цибулю нарізати соломкою, спасерувати.

4.Всі овочі з'єднати.

5.Залити томатним соусом.

6.Тушкувати 10-15 хвилин.

7.Додати почищені сирі кабачки (часточками).

8.Тушкувати до готовності.

9.За 5-7 хвилин до кінця тушкування додати спеції.

10.Готове рагу заправити часником.

11.Відпустити.

Соус томатний

1.Цибулю, моркву, біле коріння нарізати соломкою.

2.Спасерувати з томатом-пюре.

3.Бульйон (м'ясо-кістковий, кістковий) або воду довести до кипіння.

4.Додати овочеву пасеровку.

5.Варити до повного розм'якшення.

6.Приготувати суху білу борошняну пасеровку.

7.Охолоджене пасероване борошно з'єднати з охолодженою частиною бульйону.

8.Влити розведену суху борошняну пасеровку в бульйон з овочами.

9.Проварити 10-15 хв.

10.Заправити сіллю, перцем, лавровим листом, цукром, лимонним соком.

11.Овочі протерти, соус процідити.

12.Все з'єднати, довести до кипіння.

Рулет картопляний

1.Картоплю помити, почистити, помити, нарізати.

2.Покласти у киплячу підсолену воду.

3.Варити до готовності.

4.Відвар злити.

5.Картоплю просушити 1-2 хв. під закритою кришкою.

6.Протерти або пропустити крізь м'ясорубку.

7.Марлю змочити водою.

8.Вологими руками розкласти картопляну масу на марлю (довжина 15-20 см, товщина 1-1,5 см).

9.Зверху посередині покласти фарш.

10.З допомогою марлі зробити форму батона.

11.Перекласти рубцем донизу на лист, змащений жиром.

12.Зверху змастити сметаною.

13.Посипати сухарями.

14.Зробити ножем або виделкою 2-3 проколи.

15.Запікати при 180°С до рум'яної шкірочки.

Тушкована капуста

1.Білоголову капусту посікти.

2.Цибулю порізати кубиками, шпик порізати часточками, моркву потерти на тертці з великими отворами.

3.Спасерувати цибулю і шпиком, додати моркву.

4.Все змішати, додати сіль, перец і тушкувати до готовності капусти 15-25 х.

Деруни, фаршировані сиром

1.Обчищену картоплю натерти на тертці.

2.Додати борошно, сирі яйця, сіль.

3.Перемішати.

4.Половину маси по нормі на 1 порцію (170 г) викласти на добре розігріту сковорідку з олією при температурі 150-160°С.

5.Зверху покласти сирковий фарш (протертий крізь сито сир, сирі яйця, сіль).

6.Накрити другою половиною маси.

7.Смажити з обох боків до утворення рум'яної шкірочки.

8.Відпустити зі сметаною.

Кабачки смажені

1.Кабачки почистити, якщо перезрілі – вибрати насіння.

2.Нарізати кружальцями, посолити.

3.Запанірувати у борошні.

4.Обсмажити (температура - 150°С) з двох боків до утворення шкірочки.

5.Відпустити.

Гриби, запечені у сметанному соусі

1.З печериць зняти плівку, зачистити ніжку, зняти шкірочку з шапки.

2.Потримати у підкисленій воді, щоб не потемніли.

3.Нарізати часточками, припустити.

4.Гриби з'єднати зі сметанним соусом.

5.Довести до кипіння.

6.Порційну сковорідку змастити жиром, покласти гриби з соусом.

7.Зверху посипати твердим сиром (його натерти на дрібній тертці).

8.Запікати до утворення шкірочки.

Соус сметанний

1.У м'ясо-кістковий бульйон додати сиру цибулю та дрібно нарізане біле коріння

2.Варити до розм'якшення овочів.

3.Додати розведену жирову білу борошняну пасеровку.

4.При з'єднанні пасерованого борошна та бульйону їх температура становить 70°С.

5.Проварити 10-15 хв., додати сіль, перець.

6.Соус процідити, овочі протерти.

7.Все з'єднати, ввести сметану (кип'ятити сметану окремо не слід).

8.Проварити 3-5 хв.

Картопляні пальчики

1. Картоплю помити, не знімаючи шкірки.
2. Закласти у киплячу підсолену воду.
3. Зварити.
4. Злити відвар.
5. Вистудити та очистити.
6. Протерти на тертці з дрібними отворами.
7. Додати сирі яйця, картопляний крохмаль, зелень.
8. Перемішати.
9. Сформувати валики 1-1,5 см завтовшки та 12-15 см завдовжки, запанірувати в сухарях.
10. Смажити до готовності.
11. Відпустити.

Картопляники з грибами

1. Обчищену картоплю закласти у підсолену киплячу воду.
2. Варити до готовності (не переварити), воду злити.
3. Картоплю обсушити 1-2 хв. при закритій кришці.

4. Протерти.
5. З’єднати з яйцями, сіллю, маргарином.
6. З маси вологими руками зробити кружальця.
7. Зверху покласти фарш.
8. Сформувати у вигляді пиріжків.
9. Запанірувати у сухарях.
10. Смажити основним способом.
11. Відпустити.

Фарш

1.Сушені гриби замочити на 2-4 години.
2.Гриби промити.
3.Залити водою.
4.Варити 1 - 1,5 години.
5.Зварені гриби промити, дрібно посікти.
6.Змішати з пасерованою цибулею (дрібними кубиками), додати сіль, перець.

Теоретичні відомості
ІНСТРУКЦІЙНО–ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Гриби, запечені в соусі

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Печериці свіжі	237	180	711	540
або гриби сушені	45	45	135	135
Маргарин	10	10	30	30
Сир	5,4	5	16,2	15
Соус	-	75	-	225
Маса напівфабрикату	-	170	-	510
Вихід:		75/75		225/225

Технологія приготування

Печериці обробити, нарізати часточками, припустити, сухі гриби замочити, зварити, нарізати соломкою. Гриби з’єднати зі сметанним соусом, довести до кипіння. Порційну сковорідку змастити жиром, покласти гриби з соусом, зверху посипати натертим сиром і запікати при 230-250°С до утворення шкірочки.

Правила відпуску

Гриби подають на порційній сковороді, яку ставлять на закусочну тарілку (між ними – серветка).

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: рум’яна шкірочка, страва соковита; соус загус, але не википів. Смак та запах грибів, злегка кислуватий.

Рулет картопляний

Продукти	1 порція	3 порції

	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	240	180	720	540
Маса протертої картоплі	-	175	-	525
Капуста білоголова	50	40	150	120
Цибуля ріпчаста	24	20	72	60
Маргарин	10	10	30	30
Маса фаршу	-	40	-	120
Сухарі	5	5	15	15
Маса напівфабрикату	-	225	-	675
Маса запеченого рулету	-	200	-	600
Сметана	20	20	60	60
Вихід:		200/20		600/60

Технологія приготування

Зварити картоплю, обсушити, протерти. Покласти її на мокру марлю шаром 1-1,5 см, зверху - фарш. Надати форму рулету, перекласти на лист рубнем донизу. Зверху змастити сметаною, посипати сухарями, зробити проколи, збризнути жиром. Запікати при 180°С.Фарш: білоголову капусту посікти, обсмажити, додати пасеровану цибулю. Можна додати зелень (5 г на 1 порцію).

Правила відпуску

Рулет нарізають на порції. Подають на мілкій столовій тарілці. Сметану подають окремо.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - овальна форма, рум'яна шкірочка, без тріщин. Смак - картоплі, в міру солоний. Запах - овочів. Консистенція - однорідна, без грудочок, соковита.

Деруни фаршировані сиром

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	1240	930	291	218	873	654
Борошно	43	43	10	10	30	30
Яйця	9/10 шт.	35	1/5 шт	8	3/5 шт	24
Маса для дерунів	-	-	-	235	-	705
Фарш	-	-	-	40	-	120
Сир	-	-	34,4	34	102,9	102
Яйця	-	-	60	55	180	165
Маса напівфабрикату	-	-	-	275	-	825
Олія	-	-	10	10	30	30
Маса смажених дерунів	-	-	-	220	-	660
Сметана	-	-	-	20	-	60
Вихід:				220/20		660/60

Технологія приготування

Сиру обчищену картоплю натирають на тертці. В одержану масу додають борошно, яйця, сіль, перемішують.

Частину маси (1/2) викладають на добре розігріту сковороду з олією. Зверху кладуть сирковий фарш (сир протерти, додати сіль, яйця) і накривають другою частиною маси дерунів. Деруни смажать з обох боків до утворення рум'яної шкірочки.

Правила відпуску

Деруни відпускають на мілкій столовій тарілці по 2 шт. на порцію. Сметану кладуть поруч або подають окремо в соуснику.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - деруни мають овальну форму, рівномірно підсмажену рум'яну шкірочку. Смак картоплі, сиру, в міру солоний. Консистенція - м'яка, однорідна, пухка.

Рагу овочеве

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	67	50	201	150
Морква	50	40	150	120
Петрушка	13	10	39	30
Цибуля ріпчаста	36	30	108	90
Ріпа	53	40	159	120
Капуста білоголова	38	30	114	90
Жир	10	10	30	30
Соус	-	75	-	225
Кабачки	45	30	135	90
Часник	1	0,8	3	2,4
Перець	0,05	0,05	0,15	0,15
Лавровий лист	0,02	0,02	0,06	0,06
Маса рагу	-	250	-	750
Масло вершкове	5	5	15	15
Зелень	2	2	6	6
Вихід:		250/5/2		750/15/6

Технологія приготування

Овочі нарізають часточками (картопля, коріння), обсмажують. Цибулю нарізають соломкою, пасерують, капусту білоголову нарізають шашками, припускають. Овочі з'єднують, заливають томатним соусом, тушкують 10-15 хв., додають сирі кабачки (без шкірочки та насіння), тушкують до готовності, за 5-7 хв. додають спеції. Готове рагу заправляють часником.

Правила відпуску

Рагу подають у баранчику: його ставлять на закусочну тарілку, (між ними кладуть серветку). Поливають вершковим маслом, посипають зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - овочі зберегли форму, страва соковита. Смак -

злегка гострувати. Запах - овочів, спецій. Колір - рожевий. Консистенція - всі овочі м'які.

Соус томатний

Продукти	1000		225	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульйон	-	700	-	157
Маргарин	35	35	8	8
Борошно	35	35	8	8
Морква	63	50	14	11
Цибуля ріпчаста	36	30	8	7
Петрушка	27	20	6	5
Томатне пюре	350	350	79	79
Маргарин	20	20	5	5
Цукор	10	10	2.5	2,5

Оладки з кабачків

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кабачки	279	195	837	585
Борошно	80	80	240	240
Яйця	20	18	60	55
Цукор	15	15	45	45
Сода	2	2	6	6
Жир	15	15	45	45
Сметана	30	30	90	90
Вихід:		250/30		750/90

Технологія приготування

Кабачки почистити, пропустити крізь м'ясорубку або натерти на дрібній тертці, додати борошно, сіль, цукор, яйця, соду. Смажити на добре розігрітій сковороді. Відпускати зі сметаною.

Правила відпуску

Оладки відпускають у мілкій столовій тарілці по 3-5 шт. на порцію. Сметану подають у соуснику, який ставлять на пиріжкову тарілку (між ними кладуть серветку) поруч чайну ложечку.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - оладки овальної форми, мають рум'яну підсмажену шкірочку. Смак - солодкий. Запах - кабачків. Консистенція - пухка, однорідна.

Кабачки смажені

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кабачки	186	149	558	447
Борошно	5	5	15	15
Жир	5	5	15	15

Маса смажених кабачків	-	150	-	450
Соус майонез	-	50	-	150
Вихід:		150/50		450/150

Технологія приготування

Оброблені кабачки нарізають кружальцями, солять, панірують у борошні ії обсмажують до готовності. Відпускають із соусом майонез. Правила відпуску Кабачки відпускають у мілкій столовій тарілці. Соус краще подавати окремо в соуснику. Прикрасити зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: кабачки зберегли форму, мають підсмажену шкірочку. Смак та запах смажених кабачків з соусом, злегка гострувати.

Картопляники з грибами

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	200	150	600	450
Яйця	60	55	180	165
Маргарин	5	5	15	15
Вага маси	-	165	-	495
Гриби сушені	15	30	45	90
Цибуля ріпчаста	36	30	108	90
Маргарин	5	5	15	15
Перець чорний	0,01	0,01	0,03	0,03
Маса фаршу	-	50	-	150
Сухарі	5	5	15	15
Вага напівфабрикату	-	220	-	660
Олія	15	15	45	45
Сметана	30	30	90	90
Вихід:		200/30		600/90

Технологія приготування

Картоплю зварити, обсушити, протерти, додати яйця, маргарин, сіть, перемішати. Для фаршу: сушені гриби зварити, дрібно посікти, змішати з пасерованою цибулею, заправити перцем. На кружальця з картоплі викласти фарш, сформувати у вигляді пиріжків, запанірувати в сухарях і смажити.

Правила відпуску

Відпускають на мілкій столовій тарілці, поряд гіркою кладуть сметану.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - форма човника, зверху підсмажена шкірочка. Смак - картоплі, грибів, в міру солоні. Запах - овочів.

Картопляні пальчики

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	265	200	795	600
Яйця	60	155	180	165

Крохмаль	20	20	60	60
Зелень	3	3	9	9
Вага напівфабрикату	-	230	-	690
Жир масло вершкове	15	15	45	45
або Сметана	30	30	90	90
Вага готової страви	-	200	-	600
Вихід:		200/10 або200/30		600/30 або 600/90

Технологія приготування

У варену протерту картоплю додати сирі яйця, картопляний крохмаль, частину подрібненої зелені і збити. Масу розкачати у вигляді валиків товщиною 1-1,5 см, нарізати їх шматочками довжиною 12-15 см і обсмажити.

Правила відпуску

Страву подають на мілкій столовій тарілці, поливають вершковим маслом, оформляють зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: валики зберегли форму, мають рум'яну шкірочку. Смак картоплі, в міру солоний. Запах: смаженої картоплі, зелені. Консистенція однорідна, пухка.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР № 13

Для смаження краще використовувати невеликі кабачки (до 20 см) з дрібним насінням. Якщо після смаження кабачки будуть тверді, їх необхідно накрити кришкою та потримати на слабкому вогні 10-15 хв. Якщо овочеве рагу заправляють сметанним соусом, то часник не кладуть. Щоб натерта сира картопля не потемнішала, її заливають невеликою кількістю гарячого молока або посипають борошном. Якщо натерта картопля потемнішала, її можна освітлити: сік зливають, а в масу вливають холодне молоко. При приготуванні маси з відвареної картоплі для рулету, картопляників, пальчиків необхідно прослідкувати, щоб картопля не переварилася. Після закипання, через 15 хв., воду слід злити, а картоплю доварити на пару. Поверхня картопляного рулету буде гладенька та матиме привабливий вигляд, якщо її змастити яйцями, посипати сухарями та збризнути жиром. Щоб оладки з кабачків під час смаження не втратили форму, з натертих кабачків треба злити частину соку. Замість сухих грибів краще використовувати печериці, бо вони екологічно чисті. Взаємозамінність: гриби сушені 270 г– печериці свіжі 1 кг. При смажені картопляних пальчиків зверніть увагу на температуру жиру. Якщо жир холодний - пальчики вбирають жир, стають несмачними. Щоб на поверхні рулету не було тріщин – не забудьте його проколоти, а також додержуватися температури запікання

180°С. Щоб баклажани не гірчили, їх треба нарізати, посипати сіллю та потримати, поки не з'явиться сік. Тоді його треба злити, а баклажани промити. Під час варіння старої обчищеної картоплі не з'являться темні плями, якщо у воду додати трохи оцту чи лимонної кислоти. Пам'ятайте: картоплю не слід переварювати чи зварену тримати у відварі, бо вона стає водянистою, і погіршується її смак. Варена картопля буде смачнішою, якщо у воду при варінні покласти 2-3 зубки часнику або цибулину чи трохи сушеного кропу, загорнутого в марлю. Картопля звариться швидше, якщо у воду покласти ложку маргарину чи перед варінням обчищену картоплю потримати 2-3 хв. під сильним струменем холодної води. Щоб під час смаження основним способом вироби з картопляної маси не розпадалися, кладіть їх на добре розігріту із жиром сковорідку, а при паніруванні слідкуйте, щоб паніровка не потрапила всередину. Під час смаження основним способом вироби з картопляної маси вбирають багато жиру тому спочатку додайте половину його норми, а коли вироби підсмажаться з одного боку, переверніть їх і додайте решту жиру. Додавайте окремо в картопляну масу жовток і збитий білок: вироби будуть пухкішими. Не забувайте: перш ніж покласти запіканку чи рулет на лист, треба змастити його жиром і посипати меленими сухарями, щоб виріб не прилипав до листа.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Оладки з кабачків після смаження втратили форму.	Рідка маса. Низька температура смаження.	Злити рідину з натертих кабачків. Додати більше борошна до яєць. Температура смаження 50-160ºС.
2	Картопляники втратили форму, розпадаються.	Не обсушили картоплю.	Картоплю не переварити. Її краще доварити на пару, обсушити 1-2хв. При закритій кришці.
3	В рагу овочевому тверда морква.	Поклали обсмажену моркву, яка у кислому середовищі соусу не дійшла до готовності.	Моркву, нарізану часточками для рагу, краще припустити.
4	Рулет картопляний після запікання має тріщини.	Запікати при малій температурі.	Температура запікання 180ºС.
5	Деруни після смаження мають темний колір.	Натерли масу і довго зберігали.	Щоб натерта сира картопля не потемнішала, її заливають невеликою кількістю гарячого молока або посипають борошном.
6	Смажені кабачки тверді.	Після смаження не довели до готовності в жаровій шафі.	Смажені кабачки можна потримати під закритою кришкою на маленькому вогні або поставити у жарову шафу.

Лабораторно – практична робота №14

Тема: Приготування страв з риби способом відварювання та смаження

Мета: засвоєння знань про харчову цінність страв з риби, їх класифікація; формування вмінь і навичок приготування страв з риби способом варіння та смаження, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій страви;організації робочого місця;технології приготування страв з м'яса і риби;попередження недоліків у приготуванні страв та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії та гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне забезпечення:каструлі місткістю 0,5 л, 1 л, 2 л, сковорідки, сотейник, ножі кухарської трійки, розробні дошки «ОС», «РС» і »МС», м'ясорубка, копистка, сито, кухарська голка, ложка столова, лопатка металева, шумівка;посуд для відпуску: баранчики, мілкі столові тарілки, закусочні тарілки, соусники, столові ложки, виделки, чайні ложки.

Інструкційно-технологічні картки.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати і оформити для відпуску такі страви:

- риба відварна;
- риба смажена;
- риба відварена;
- тефтельки.

2.Дати оцінку якості приготовлених страв.

Виконати дослідницьку роботу:

а)практично визначити відсоток втрат при варінні м'яса;

б)відварити рибу, не зробивши на шкірі надрізи.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. Які види риби використовують для варіння?
2. Чому рибу панірують безпосередньо перед смаженням?
3. Який жир використовують для смаження риби?
4. Як підготувати коропа для варіння?
5. Яка оптимальна маса шматків риби для варіння?
6. В чому панірують тефтелі рибні?

Група поділяється на 7 бригад.

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує рибу відварну з картоплею відварною і соусом білим основним.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує зрази з яєчно-цибулевою начинкою та

картоплею відварною.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує рибу тушковану з картоплею відварною.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує рибу запечену з картоплею відварною.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує рибу смажену.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує рибний рулет з овочами.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує тефтельки з картоплею відварною цілими шматками.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

1. Отримати необхідний посуд, інвентар, а саме: розробні дошки «ОС» і «РС», ножі кухарської трійки, каструлі місткістю 0,5 л, 1 л, сковорідку, сотейник, копистку, сито, ложку столову, кухарську голку.

2. Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти в підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б) розробну дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю столу. Інші необхідні інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або у шухляду.

3. Дотримуватись правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Риба відварна

1. Рибу, розроблену на філе з шкірою і реберними кістками, нарізати порційними шматками під кутом 90°.

2. На поверхні шкіри кожного шматка зробити два-три надрізи, щоб при варінні шматки риби не деформувалися.

3. Укласти їх в посуд в один ряд шкірою догори.

4. Залити гарячою водою, рівень якої повинен бути на2-3 см вище поверхні риби, додати ріпчасту цибулю, моркву, корінь петрушки, сіль і довести до кипіння.

5. Зняти піну і варити без кипіння при температурі 85-90°С протягом 10-15 хв. За 5 хв. до готовності додати перець чорний горошком і лавровий лист.

6. До відпуску зберігати рибу у гарячому бульйоні, але не більше 30-40 хв.

7. Відпустити рибу з картоплею відварною і соусом білим основним.

Картопля відварна

1. Підготовлену картоплю, нарізану часточками, покласти в киплячу підсолену воду, щоб рівень води був на 1-1,5 см вище рівня картоплі, (солі - г на 1 л води), накрити кришкою, довести до кипіння.

2. Варити при слабкому кипінні до готовності.

3. Відвар злити, картоплю підсушити, для цього посуд з нею залишити на 5-7 хв на менш гарячій ділянці плити.

4. При відпуску картоплю полити маслом.

Послідовність технологічного процесу приготування соусу білого основного див. у ЛПР № 6

Риба смажена з картоплею смаженою

1.Порційні шматки риби, нарізані на філе зі шкірою і реберними кістками, посипати сіллю і перцем.

2.Запанірувати в борошні.

3.Покласти на розігріту з жиром сковороду (140-150°С), обсмажити з одного боку.

4.Перевернути, обсмажити з другого боку до утворення рум'яної шкірочки.

5.Довести до готовності в жаровій шафі.

6.Відпустити з картоплею смаженою, поливши рибу вершковим маслом.

Картопля смажена (з сирої)

1.Сиру картоплю нарізати брусочками, часточками, кубиками або скибочками.

2.Промити в холодній воді, щоб шматочки не склеювались і не прилипали до листа.

3.Обсушити, щоб не розбризкувався жир.

4.Покласти на сковороду з розігрітим жиром шаром 4-5 см і смажити 15-20 хв., періодично помішуючи.

5.Посолити після утворення рум'яної шкірочки.

Риба відварена з картоплею відварною і соусом сметанним

1.Шматки риби покласти в посуд, залити гарячою водою і довести до кипіння.

2.Зняти піну і варити при слабкому кипінні.

3.Через 15-20 хв після закипання бульйон посолити.

4.За 30 хв до закінчення варіння додати ріпчасту цибулю, моркву і петрушку.

5.За 15-20 хв до готовності м'яса додати перець чорний горошком.

6.За 5 хв до готовності м'яса додати лавровий лист.

7.З баранячої і телячої грудинки одразу видалити реберні кістки.

8.Готовурибу викласти по 1-2 шматки на порцію.

10.Відпустити з картоплею відварною і соусом сметанним (див.ЛПР№6).

Тефтельки з картоплею відварною

1.У котлетну масу додати подрібнену пасеровану ріпчасту цибулю, перемішати.

2.Розпорціонувати по 3-4 шт. на порцію.

3.Сформувати у вигляді кульок.

4.Запанірувати в борошні.

5.Обсмажити.

6.Перекласти у неглибокий посуд в 1-2 ряди, залити соусом сметанним з томатом (див. ЛПР № 6) і тушкувати 8-10 хв.

7.Відпустити з картоплею відварною.

Оформлення та відпуск страв з риби

Готові страви з відварної і смаженої риби оформляють гілочкою зелені, листям салату. Крім того для оформлення рибних страв можна використати такі продукти: лимон, маслини, свіжі овочі, ракові або крабові шийки, гриби. Продукти, використані для оформлення страви, повинні бути включені в інструктивно-технологічну картку.

Крім основного гарніру, до страв з риби рекомендується подавати і додатковий гарнір. Для додаткового гарніру використовують свіжі, солоні або мариновані огірки чи помідори, салат з капусти, салат зелений. Вихід додаткового гарніру - за Іколонкою -75 г. Норма продуктів на додатковий гарнір повинна бути включена в інструктивно-технологічну картку.

Додатковий гарнір подається окремо на закусочній тарілці.

Страви з тушкованої риби посипають подрібненою зеленню.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Теоретичні відомості

ІНСТРУКТЦІЙНО – ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Риба (філе відварна)

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	237	128	711	384
або окунь морський	171	125	513	375
або щука	245	125	735	375
або тріска	158	122	474	366
Морква	4	3	12	9
Цибуля ріпчаста	4	3	12	9
Петрушка(корінь)	3	2	9	6
Маса відварної риби	-	100	-	-
Соус	-	50	-	-
Вихід		100/50		300/150

При тепловій обробці риби використовують спеції з розрахунку на порцію: солі -3 г, перцю чорного -0,01 г, лаврового листа -0,01 г.

Технологія приготування

Рибу, розроблену на філе зі шкірою і реберними кістками, нарізають порційними шматками під кутом 90°.На поверхні шкіри кожного шматка роблять два-три надрізи, щоб при варінні шматки риби не деформувалися. Укладають їх в один ряд у посуд шкірою догори, заливають гарячою водою, рівень якої повинен бути на 2-3 см вище поверхні риби, додають цибулю

ріпчасту, моркву, петрушку, сіль. Коли рідина закипить, знімають піну і варять рибу до готовності без кипіння при температурі 85-90°С протягом 10-15 хв з моменту закипання води. За 5 хв. до закінчення варіння додають перець чорний горошком, лавровий лист. Зберігати відварну рибу в гарячому бульйоні не більше 30-40 хв.

Правила відпуску

На прогріте металеве блюдо або тарілку кладуть гарнір (картоплю відварну), поряд- шматок гарячої відварної риби (шкірою догори).

Гарнір поливають розтопленим вершковим маслом, рибу -бульйоном, прикрашають гілочкою зелені. У соуснику подають соус білий основний.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - риба у вигляді цілого звареного шматка; гарнір - відварна картопля. Смак і запах - характерний для риби у сполученні зі спеціями і соусом. Колір на розрізі - білий або світло-сірий. Консистенція - м'яка, допускається легке розшарування м'якоті у тріски, морського окуня.

Картопля відварна

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	1320	990	198	149	549	447
або картопля молода	1276	1021	191	153	573	459
Маса картоплі вареної	-	960	-	144	-	432
Маргарин столовий або вершкове масло	45	45	7	7	21	21

Для визначення необхідної кількості солі виходять з розрахунку: на 1 кг картоплі беруть 0,6-0,7 л води, а солі використовують 10 г на 1 л води.

Технологія приготування

Підготовлену картоплю, нарізану часточками, кладуть в киплячу підсолену воду, накривають кришкою, доводять до кипіння і варять до готовності при слабкому кипінні. Відвар зливають, картоплю підсушують.

Правила відпуску

Відпускають як гарнір до м'ясних і рибних страв. При відпуску поливають вершковим маслом.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - картопля зберегла форму нарізки або злегка розварилась. Смак і запах - характерний,для свіжозвареної картоплі, смак -в міру солоний. Колір - білий або жовтуватий. Консистенція - м'яка, ніжна, в міру щільна.

Риба смажена

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хек	165	119	495	357

або хокі	235	127	705	381
або короп	225	119	675	357
або тріска	155	119	465	357
або карась	237	116	711	348
або окунь морський	163	119	489	357
Борошно пшеничне	6	6	18	18
Олія	6	6	18	18
Маса смаженої риби	-	100	-	300
Гарнір	-	150	-	450
Масло вершкове	7	7	21	21

Технологія приготування

Порційні шматки риби, нарізані з філе з шкірою і реберними кістками, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні, кладуть на розігріту з жиром сковороду, обсмажують з обох сторін до утворення рум'яної шкірочки і доводять до готовності в жаровій шафі.

Правила відпуску

На підігріту мілку столову тарілку або порційне блюдо кладуть гарнір - картоплю смажену (з сирої), поряд - гарячу смажену рибу, поливають розтопленим вершковим маслом. Прикрашають гілочками зелені петрушки.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - риба у вигляді порційних шматків, панірована в борошні, смажена. Паніровка не відстає. Гарнір укладений акуратно. Смак і запах характерні для смаженої риби даного виду, смак в міру солоний. Колір шкірочки - золотистий або світло-коричневий, рівномірний, м'якоті білий. Консистенція м'яка, соковита.

Картопля смажена (з сирої)

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля брусочками, скибочками, часточками, кубиками	1932	1449	290	217	870	651
Жир тваринний топлений або олія	100	100	15	45	45	

Технологія приготування

Сиру картоплю нарізають брусочками, часточками, скибочками або кубиками, промивають із холодній воді, обсушують і кладуть на сковороду з розігрітим жиром шаром 4-5 см і смажать 15-20 хв., періодично помішуючи, до утворення рум'яної шкірочки, солять.

Правила відпуску

Відпускають як гарнір до смажених страв з м'яса і риби.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: картопля має однакову форму нарізки, рівномірно підсмажену шкірочку. Смак і запах смаженої картоплі з жиром, смак в міру

солоний. Колір від жовтого до світло-коричневого. Консистенція м'яка, шкірочка хрумка.

Тефтельки

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Філе хеку	103	76	309	228
Хліб пшеничний	16	16	48	48
Молоко або вода	24	24	72	72
Цибуля ріпчаста	29	24	87	72
Масло вершкове	4	4	12	12
Маса пасерованої цибулі	-	12	-	36
Борошно пшеничне	8	8	-	24
Маса напівфабрикату	-	135	-	-
Масло вершкове	7	7	21	21
Маса готових тефтельок	-	115	-	-
Соус	-	75	-	-

Технологія приготування

У котлетну масу додають подрібнену пасеровану ріпчасту цибулю, перемішують і формують у вигляді кульок по 3-4 шт. на порцію, панірують у борошні, обсмажують, перекладають у неглибокий посуд в 1-2 ряди, заливають соусом сметанним з томатом і тушкують 8-10 хв.

Правила відпуску

У баранчик або підігріту мілку столову тарілку кладуть гарнір картоплю відварну, поряд - тефтельки, политі соусом, в якому їх тушкували, посипають подрібненою зеленню петрушки або кропу.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: форма кульок, поверхня рівна без тріщин, має підсмажену шкірочку, вироби укладені на тарілку по 3-4 шт. на порцію, залиті соусом, збоку розміщений гарнір. Смак і запах тушкованої риби, смак ніжний, з ароматом цибулі, риби, соусу, без присмаку хліба і горілого соусу. Колір світло-сірий. Консистенція щільна, соковита, однорідна, без грубої сполучної тканини і сухожилок.

Корисні поради до ЛПР № 14

Щоб варені страви з риби мали добрий смак і аромат, рибу краще варити у бульйоні з рибних відходів. Не варіть рибу в алюмінієвому посуді, вона буде мати неприємний смак. Воду, в якій вариться риба для відпуску гарячою, треба солити більше, ніж для відпуску холодною. При варінні м'якоть риби поглинає дуже мало солі, а під час охолодження у відварі - майже всю сіль і добре просолюється. Рибу, м'якоть якої має червоний колір, перед варінням скропіть оцтовою кислотою, і при нагріванні м'якоть риби не втратить кольору. Не доливайте воду при варінні риби: від цього вона стане не смачною. Не використовуйте для варіння порційні шматки, нарізані з філе риби без шкіри і

кісток: вони швидко розварюються. Не варіть рибу довго і на сильному вогні: переварена риба суха, без смаку, розкришується від бурхливого кипіння, м'якоть стає твердою.При варінні риба не поглинає смаку і аромату пряноців та ароматичних овочів, з якими вариться. Проте цей смак і аромат переходить у відвар. Якщо варену рибу охолодити у цьому відварі, вона набуде смаку й аромату прянощів та ароматичних овочів. До вареної риби добре подавати салати і хрін. Риба, зварена на парі, смачніша, ніж зварена у воді; у ній зберігаються майже всі смакові й ароматичні речовини. Жирну рибу краще смажити основним способом. Не використовуйте для смаження скумбрію, ставриду, тунця: м'якоть стане малосоковитою, щільною, твердою. Цю рибу краще варити або припускати. Неприємний смак під час смаження риби зникне, якщо в олію покласти обчищену і нарізану скибочками картоплину. Смажена риба набуде специфічного аромату і смаку, якщо в розігріту олію додати трошки розтертого мускатного горіха. Якщо вироби з котлетної маси при смаженні розкришуються, і їх неможливо перевернути, то спершу їх треба обсмажити з одного боку, а потім охолодити до кімнатної температури і згодом перевернути й обсмажити з другого боку. Не проколюйте виделкою вироби під час смаження,- з них буде витікати сік, і вони стануть сухими.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні страв з м'яса і риби

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
1	Порційні шматки риби деформувались при варінні.	На шкірі не зробили надрізи.	Щоб риба не деформувалася при варінні, на шкірі слід зробити 2-3 надрізи
2	Варена риба кістлява, несмачна.	Використали рибу з великим вмістом дрібних кісток.	Рибу з великим вмістом дрібних кісток не варять (карась, вобла, окунь)
3	Відварна риба, суха розкришується.	Варили довго на великому вогні.	Дотримуватись строків варіння, варити при слабкому кипінні.
4	Риба відварна суха, малосоковите.	Варили занадто довго.	Час приготування порційних шматків риби 10-15 хв

Лабораторно-практична робота № 15

Тема: Приготування страв з риби способом запікання та тушкування

Мета роботи: формування вмінь і навичок приготування страв з риби способом запікання та тушкування, розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій страви;організації робочого місця;технології приготування страв з риби;попередження недоліків у приготуванні страв та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії та гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне забезпечення: м'ясорубка, каструлі місткістю0,5 л, 1 л, 2л, сковорідки, сотейник, обробні дошки «ОС» і «РС», копистка, сито, ложка столова, лопатка металева, шумівка, ножі кухарської трійки, кухарська голка;посуд для відпуску: баранчики, мілкі столові тарілки,

закусочні тарілки, соусники.

Інструкційно-технологічні картки приготування страв з риби.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №3.

Виконати такі технологічні операції:

1. Приготувати і оформити для відпуску такі страви:

-риба лососевих порід, смажена на грилі;

-риба, смажена в тісті;

-короп фаршированний;

-карасі, запечені під сметанним соусом;

-риба, фарширована порційними шматками;

-ковбаски рибні севастопольські.

2. Дати оцінку якості приготовлених страв.

Виконати дослідницьку роботу:

а) приготувати частину риби в тісті, попередньо не замаринувавши її;

б) приготувати частину риби фаршированої порційними шматками без додавання яєць у фарш.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.З якою метою додають оцет при варінні осетрини?

2.Що додають для поліпшення смаку при припусканні риби?

3.Який жир використовують для смаження риби у фритюрі?

4.Який набір продуктів для тіста кляр?

5.Який спосіб теплової обробки використовують для приготування коропа фаршированого?

6.Яку паніровку використовують для приготування риби фрі?

7.Соус якої консистенції використовують для запікання карасів?

Група поділяється на 7 бригад

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує рибу лососевих порідсмажену на грилі.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує рибу припущену з соусом біле вино і гарніром.

Бригада 3. (робоче місце № 3) готує рибу, смажену в тісті.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує коропа фаршированого.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує карасів, запечених під сметанним соусом.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує рибу, фаршировану порційними шматками з гарніром та соусом.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує ковбаски рибні севастопольські зі

складним гарніром.

Послідовність організації робочих місць при приготуванні страв

1. Отримати необхідний посуд, інвентар.
2. Організувати робоче місце, а саме:сировину викласти у підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;розробку дошку покласти перед собою на відстані на 5-6 см від краю стола. Інші необхідні інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або у шухляду.
3. Дотримуватись правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Риба лососевих порід смажена на грилі

1.Пласти риби нарізати на шматки масою 200 г.

2.Змастити шматки риби олією.

3.Викласти рибу на розігрітий гриль.

4.Смажити 3 хв, перевернути.

5.Обсмажену сторону посолити та поперчити.

6.Готову рибу зняти з решітки, посолити другу сторону.

7.Рибу викласти на тарілку.

8.Прикрасити шматками лимону та листям салату.

9.Відпустити

Риба, припущена з соусом біле вино

1.Рибу нарізати на порційні шматки зі шкірою без кісток або на порційні шматки з шкірою без хрящів.

2.Покласти в посуд в один ряд шкірою донизу.

3.Підлити гарячу воду або бульйон (0,3-0,5 л на 1 кг риби).

4.Додати біле коріння, цибулю ріпчасту, сіль, спеції, грибний відвар і припускати 10-15 хв.

5.Відпустити: на підігріту до 40°С мілку столову тарілку покласти грінку, на грінку - шматок припущеної риби, на неї нарізані шматочки варених грибів; все залити соусом біле вино, поряд - гарнір (картопля відварна, овочі відварні з жиром), прикрасити гілочкою зелені; соус біле вино можна подати окремо.

Риба, смажена в тісті

1.Рибу розібрати на чисте філе.

2.Нарізати брусочками завтовшки 1-1,5 см, довжиною 8 см.

3.Посолити, додати перець, дрібно нарізану зелень петрушки, олію, лимонну кислоту, перемішати.

4.Поставити на 20-30 хв. у холодне місце.

5.Приготувати тісто кляр:

а) просіяти борошно;

б) розвести теплим молоком або водою (20-30°С),

в) розмішати до однорідної консистенції;

г) додати трохи олії, жовтки яєць, сіль, перемішати;ґ) залишити на 20 хв., тісто накрити;

д) перед смаженням у тісто додати збиті білки і перемішати.

6.Нагріти фритюр до температури 170-180°С.

7.Підготовлену рибу за допомогою кухарської голки занурити в тісто кляр і опустити у фритюр.

8.Смажити 3-5 хв.

9.Коли риба спливе на поверхню жиру, вийняти її шумівкою і дати стекти жирові.

10. Відпустити: на блюдо покласти вирізану паперову серветку, на неї - гіркою смажену рибу, прикрасити гілочками петрушки, підсмаженими у фритюрі, скибочками лимона, окремо подати соус томатний або соус майонез з корнішонами.

При приготуванні цієї страви звернути увагу:

а) щоб співвідношення води і борошна було 1:1;

б) щоб не було грудочок: рідину вливати в борошно, а не навпаки;

в) не збивати білок, поки не нагріється фритюр.

Короп фаршированый

1.Коропа випотрошити через спинку, зробивши вздовж спинного плавника глибокі надрізи до реберних кісток і обережно, не пошкоджуючи шкіри, видалити кістки і нутрощі так, щоб все м’ясо залишилось біля шкіри.

2.Видалити зябра, очі.

3.Рибу промити.

4.Приготувати начинку:

а) відварити гриби, вийняти з відвару, промити;

б) варені гриби дрібно нашаткувати;

в)цибулю дрібно нарізати;

г) підсмажити гриби разом з цибулею;

г)грибний відвар процідити, довести до кипіння і зварити у ньому розсипчасту кашу (гречану або рисову);

д) у готову, охолоджену до 40-60°С кашу, додати підсмажені гриби з цибулею, сирі яйця, чорний мелений перець, сіль і все ретельно перемішати.

5.Нафарширувати рибу начинкою.

6.Зашити ниткою.

7.Посолити.

8.Запанірувати в борошні.

9.Обсмажити з обох боків до утворення рум’яної шкірочки.

10.Довести до готовності у жаровій шафі.

11.Зняти нитки.

12.Нарізати на порційні шматки.

13.Відпустити: на порційне блюдо покласти порційні шматки коропа, полити маслом і посипати зеленню.

Карасі, запечені під сметанним соусом

1.Обчищеного і промитого карася посолити.

2.Запанірувати у борошні.

3.Обсмажити з обох боків.

4.Картоплю нарізати кружальцями.

5.Посмажити.

6.Приготувати сметанний соус середньої консистенції.

7.Порційну сковорідку змастити жиром.

8.Посередині покласти смажену рибу, навколо викласти смажену картоплю, залити сметанним соусом, посипати сухарями, збризнути вершковим маслом.

9.Запекти в жаровій шафі.

10.Відпустити: у порційній сковорідці, яку ставлять на застелену серветкою закусочну тарілку.

Риба фарширована порційними шматками

1.Випотрошити рибу через отвір від голови.

2.Промити.

3.Нарізати на порційні шматки (кругляки).

4.З кожного шматка вирізати м’якоть, не пошкоджуючи шкіри.

5.Приготувати фарш:

а) м’якоть риби пропустити крізь м’ясорубку разом із замоченим у воді або молоці хлібом;

б) додати дрібно нарізану пасеровану ріпчасту цибулю, часник і ще раз пропустити крізь м’ясорубку;

в) у фарш додати розм’якшений маргарин, жовток, мелений перець і все ретельно перемішати, додати збитий білок і знову перемішати.

6.Підготовлені шматки шкіри наповнити фаршем.

7.Сотейник змастити жиром.

8.На низ покласти шар овочів, далі - шар риби.

9.Залити гарячим бульйоном або водою, щоб риба була покрита на 1/3, закрити кришкою.

10.Тушкувати на плиті при слабкому кипінні.

11.Відпустити: на порційне блюдо або мілку тарілку покласти шматок фаршированої риби, поряд - гарнір (відварну картоплю), полити соусом, прикрасити зеленню.

Ковбаски рибні севастопольські

1.Рибу розібрати на чисте філе.

2.Пропустити двічі крізь м'ясорубку з додаванням шпику і часнику.

3.Додати сіль, перець мелений, все перемішати.

4.Масу вибити.

5.Розпорціонувати

6.Сформувати ковбаски.

7.Запанірувати у льєзоні і сухарях.

8.Смажити у напівфритюрі.

9.Довести до готовності у жаровій шафі.

10. Відпустити: на мілку столову тарілку покласти ковбаски, поряд - гарнір (складний); окремо можна подати соус майонез з корнішонами.

Теоретичні відомості

При тепловій обробці риби використовують спеції з розрахунку на порцію: солі -3 г, перцю чорного -0,01 г, лаврового листа -0,01 г. При відпуску рибні страви посипають подрібненою зеленню петрушки, селери або кропу (1-3 г нетто на порцію) або оформляють гілочкою зелені.

ІНСТРУКТЦІЙНО – ТЕХНЛОГІЧНІ КАРТКИ

Риба лососевих порід смажена на грилі

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Лосось	213	128	639	384
або сьомга	200	128	600	384
або горбуша	210	128	630	384
Маса готової риби	-	100	-	300
Листя салату	-	50	-	150
Лимон	-	50	-	150
Вихід:		100/50/50		300/150/150

Технологія приготування

Рибу нарізають порційними шматками – стейками зі шкіркою. Розгортають рибу таким чином, щоб шкірочка опинилася в середині шматка. Кожен шматочок змащують олією, щоб він не приставав до решітки грилю. Викладають рибу на розігрітий гриль та обсмажують протягом 3 хв з однієї сторони, перевертають, обсмажену сторону солять та перчать. Через 3 хв рибу знімають з гриля та солять іншу сторону.

Правила відпуску

На мілку столову тарілку кладуть порційний шматок риби, поряд – листя салату та шматок лимону.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: порційний шматок риби зберіг форму. Смак – насичений рибний, злегка солодкуватий. Запах – рибний, ледь відчутний запах диму. Колір -світло-рожевий. Консистенція – пружна, соковита.

Риба припущена з соусом біле вино

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	239	122	717	366
або форель	200	122	600	366
або осетр	128	123	744	369
Цибуля ріпчаста	5	4	15	12
Петрушка (корінь)	6	4	15	12
або селера (корінь)	6	4	18	12
Маса припущеної риби	-	100	-	300
Печериці свіжі	28	21/15	84	63/45
Грінки	-	20	-	60
Гарнір	-	150	-	450
Соус	-	75	-	225
Вихід:		100/75/15/150		

Технологія приготування

Рибу, нарізану на порційні шматки, зі шкірою без кісток або на порційні шматки зі шкірою без хрящів, попередньо ошпарені, кладуть у посуд в один ряд, підливають гарячу воду або грибний бульйон, солять, додають цибулю ріпчасту, коріння, спеції, грибний відвар і припускають 10-15 хв.

Правила відпуску

На підігріту до 40°С мілку столову тарілку кладуть грінку з пшеничного хліба, на грінку - шматок припущеної риби, на неї - нарізані шматочки варених грибів, поливають соусом. Поряд кладуть гарнір - картоплю відварну, овочі відварні з жиром.

Соус біле вино можна подати окремо в соуснику.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: порційні шматки риби з шкірою без кісток або хрящів, на поверхні риби допускаються згустки білків. Смак ніжний, трохи кислуватий. Запах специфічний, з ароматом грибного бульйону. Колір від білого до світло-сірого. Консистенція м’яка.

Риба, смажена в тісті

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	140	67	420	201
або осетр	145	64	435	192
Кислота лимонна	0,2	0,2	0,6	0,6
Олія	2	2	6	6
Петрушка (зелень)	3	2	9	6
Борошно пшеничне	30	30	90	90
Молоко або вода	30	30	90	90
Олія	2	2	6	6
Яйця	60	55	180	165

Кулінарний жир	15	15	45	45
Маса тіста	-	90	-	270
Маса риби смаженої в тісті	-	150	-	450
Соус	-	50	-	150
Вихід:		150/50		450/150

Технологія приготування

Філе риби без шкіри і кісток або хрящів нарізають на шматки товщиною 1-1,5 см і довжиною 8 см. Потім рибу маринують 20-30 хв. з додаванням олії, змішаної з лимонною кислотою, сіллю, перцем чорним меленим і дрібно нарізаною зеленню петрушки. Просіяне борошно розводять теплим молоком або водою (температура 20-30°С), розмішують, щоб не було грудочок, додають трохи олії, жовтки яєць, сіль, все перемішують і залишають на 20 хв. для набухання клейковини. Перед смаженням у тісто додають збиті білки і розмішують. Підготовлену рибу за допомогою кухарської голки занурюють у тісто і смажать в жирі (фритюрі), нагрітому до 180°С.

Правила відпуску

На тарілку кладуть паперову серветку, на яку гіркою викладають рибу. Соус подають окремо.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - риба у вигляді брусочків, обсмажена в тісті у фритюрі, зберігає форму, без деформацій та тріщинок, кляр міцно тримається; укладена фігурно, оформлена лимоном, зеленню; окремо подано соус. Смак в міру солоний, характерний для певного виду риби, без стороннього присмаку і гіркоти. Запах - специфічний. Колір - світло-золотистий, на розрізі - білий або кремовий. Консистенція - пухка, оболонка смаженої риби пориста.

Короп фаршированний

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Короп	234	60	402	180
Гриби сушені	8	8/16	24	24/48
Цибуля ріпчаста	10	8/4	30	24/12
Жир	3	3	9	9
Рис	7	7/20	21	21/60
або крупи гречані	9	9/20	27	27/60
Яйця	60	55	180	165
Перець чорний	0,01	0,01	0,03	0,03
Борошно пшеничне	5	5	15	15
Маса напівфабрикату	-	115	-	345
Жир	7	7	21	21
Маса смаженої риби	-	100	-	300
Масло вершкове	5	5	15	15

Вихід:		100/40		300/120

Технологія приготування

З підготовленого коропа через спинний розріз виймають нутрощі, а після промивання - кістки. Для фаршу варені гриби шаткують і обсмажують разом з дрібно нарізаною цибулею. На грибному бульйоні варять розсипчасту кашу, додають до неї гриби, сирі яйця, перець, сіль і перемішують. Цим фаршем наповнюють коропа, зашивають, панірують в борошні, обсмажують і доводять до готовності в духовій шафі. Перед подаванням рибу нарізають на порції, знявши нитки.

Правила відпуску

Подають на порційному блюді, поливають маслом і посипають зеленню. Додатково на гарнір подають припущену з маслом моркву - 50 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - порційні шматки риби мають рівномірно добре підсмажену шкірочку, не підгорілу або пересохлу. Смак - специфічний, з присмаком сушених грибів. Запах - характерний для риби, з ароматом грибів і смаженої цибулі. Колір шкірочки - рум'яний, м'якоті - сірий. Консистенція - м'яка, соковита.

Карасі, запечені під сметанним соусом

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Карасі	148	89	444	267
Борошно пшеничне	5	5	15	15
Перець чорний	0,01	0,01	0,03	0,03
Олія	8	8	24	24
Маса смаженої риби	-	75	-	225
Картопля	291	218	873	654
Жир	15	15	45	45
Маса смаженої картоплі	-	150	-	450
Соус сметанний	-	75	-	225
Сухарі	5	5	15	15
Вихід:		75/50/150		225/150/450

Технологія приготування

Підготовлених карасів солять, посипають перцем, панірують у борошні й обсмажують. Смажену рибу укладають на порційну сковорідку, змащену жиром, обкладають навколо кружальцями смаженої картоплі, заливають сметанним соусом, посипають сухарями, збризкують вершковим маслом і запікають у жаровій шафі.

Правила відпуску

Подають у порційній сковорідці, в якій запікали, і ставлять на закусочну тарілку з паперовою серветкою.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - добре підсмажена шкірочка, соус злегка загус, але не підсох і не википів. Смак і запах характерний для даного виду риби з

ароматом сметани. Колір шкірочки - рум'яний. Консистенція соковита, не допускається риба і гарнір, які підгоріли.

Риба фаршированна порційними шматками

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сазан	183	108	549	324
або короп	171	108	513	324
або тріска	124	108	372	324
Хліб пшеничний	4	4	12	12
Молоко або вода	5	5	15	15
Цибуля ріпчаста	12	10/5	36	30/15
Маргарин столовий	3	3	9	9
Яйця	20	17	60	55
Часник	0,3	0,2	0,9	0,6
Маса напівфабрикату	-	125	-	375
Маса готової риби	-	100	-	300
Гарнір	-	150	-	450
Соус	-	75	-	225
Вихід:		100/75/150		

Технологія приготування

Підготовлену не пластовану рибу нарізають на порційні шматки: з кожного шматка вирізають м'якоть, не пошкоджуючи шкіри.

Готують фарш: м'якоть риби, пасеровану цибулю, часник, пшеничний хліб, замочений у воді або молоці, пропускають крізь м'ясорубку, додають розм'якшений маргарин, яйця, сіль, мелений перець і все ретельно перемішують.

Наповнюють фаршем підготовлені шматки риби, в сотейник кладуть шар овочів, далі - шар риби, заливають гарячим бульйоном або водою і тушкують їх протягом 15 хв.

Правила відпуску

У баранчик кладуть рибу, поливають соусом, поряд - гарнір (картопля відварна, картопляне пюре, овочі, припущені з жиром). Соус можна подати окремо (томатний, томатний з овочами, сметанний).

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - риба у вигляді порційних шматків, полита соусом, гарнір акуратно викладений на тарілку. Смак характерний для січеної риби. Запах - специфічний, з ароматом спецій, часнику, соусу. Колір - світло-сірий. Консистенція - м'яка, соковита

Ковбаски рибні севастопольські

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Філе куряче	94	81	282	243
Білий амур	169	81	507	243

Шпик	21	20	63	60
Часник	3	2	9	6
Яйця	1/5 шт.	8	3/5 шт.	24
Сухарі пшеничні	15	15	45	45
Маса напівфабрикату	-	125	-	375
Жир	15	15	45	45
Маса готових ковбасок	-	100	-	300
Масло вершкове	5	5	15	15
Соус майонез	-	20	-	60
Гарнір	-	150	-	450
Вихід:		100/20/150		300/60/450

Технологія приготування

Рибу розбирають на чисте філе, пропускають два рази крізь м'ясорубку з додаванням шпику і часнику, заправляють сіллю, перцем, перемішують і вибивають, формують у вигляді ковбасок, панірують у льєзоні, сухарях і смажать у напівфритюрі, доводять до готовності в жаровій шафі.

Правила відпуску

На підігріту до 40°С мілку столову тарілку кладуть ковбаски, поливають їх вершковим маслом, поряд викладають складний гарнір. Окремо можна подати соус майонез.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: вироби у формі ковбасок, зберегли форму, поверхня з рум'яною шкірочкою. Смак специфічний. Запах - риби з ароматом часнику. Коліршкірочки коричневий, на розрізі від білого до сірого. Консистенція соковита, м'яка, пухка, однорідна.

Оформлення та відпуск страв з риби

Готові страви з відварної і смаженої риби оформляють гілочкою зелені, листям салату. Крім того, для оформлення рибних страв можна використати такі продукти: лимон, маслини, свіжі овочі, ракові або крабові шийки, гриби. Продукти, використані для оформлення страви, повинні бути включені до інструктивно-технологічної картки.

Крім основного гарніру, до страв з риби рекомендується подавати і додатковий гарнір. Для додаткового гарніру використовують свіжі, солоні чи мариновані огірки, або помідори, салат з капусти, салат зелений. Вихід додаткового гарніру за II колонкою 75 г. Норма продуктів на додатковий гарнір повинна бути включена до Інструктивно-технологічної картки. Додатковий гарнір подається окремо на закусочній тарілці.

Страви з тушкованої риби посипають подрібненою зеленню.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР №15

Не варіть осетрову рибу порційними шматками; її слід варити лише

ланками. Щоб фаршированa риба мала гарний колір, рекомендується припускати її з додаванням промитого лушпиння цибулі, а щоб поліпшити смак, можна припускати її у змащеному жиром сотейнику, на дно якого покласти тонкі шматочки сирого буряка, моркви, цибулі, на них - шматочки фаршированої риби (в один ряд). Для смаження у фритюрі краще використовувати тверді і міцні породи риб: судака, сома, окуня морського, хека. Для поліпшення смаку і аромату, а також для розм'якшення сполучної тканини рибу слід замаринувати. Хека, тріску та іншу мало жирну рибу краще смажити в тісті, воно захищатиме її від висихання: м'якоть риби стає ніжною і смачною. Морську рибу перед смаженням скропіть лимонним соком: вона стає ніжною і смачною. Якщо жарова шафа нагріта недостатньо, риба буде не соковитою, а шкірочка - блідою. Для фритюру краще використовувати суміш тваринного жиру й олії.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні страв з риби

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Тісто в страві риба в тісті щільне.	Зробили густе тісто, рано додали збиті білки, одразу додали все яйце.	Збиті білки ввести в тісто безпосередньо перед смаженням: консистенція тіста повинна бути, як густа сметана.
2	Риба в тісті має шкірочку або жирна, а всередині сира.	Опустили тісто в дуже гарячий фритюр, або низька температура жиру.	Смажити рибу в жирі, нагрітому до температури 170-180 ?С.
3	Риба, смажена в тісті, має кислий смак.	Додали багато оцту чи лимонної кислоти при маринуванні риби.	Дотримуватись норми закладки продуктів.
4	Карасі запечені в сметані не мають рум'яної кірочки.	Недостатньо нагріли жарову шафу, мало часу запікали.	Запікати карасів при температурі 250-280 ?С протягом 15-20 хв. до утворення рум'яної кірочки.
5	Короп фаршированний містить реберні кістки, не видалені нитки.	Коропа випотрошили через спинку але не видалили реберні кістки; після теплової обробки не видалили нитки.	Коропа випотрошити через спинку, видалити кістки, щоб все м'ясо залишилося біля шкіри; після теплової обробки видалити нитки.
6	Короп фаршированний в середині сирий.	Не довели до готовності.	Після об смаження поставити коропа у жарову шафу і довести до готовності.
7	Риба фарширована має присмак хліба.	Додали багато хліба.	На 1 кг. риби (чисте філе) брати 100-150 г. хліба.
8	Фарширована риба має щільну консистенцію.	Поклали сирі яйця, а не додали збиті білки.	В кінці додати у масу збиті в густу піну білки.
9	Ковбаски рибні севастопольські не мають запаху часнику.	Не додали часник.	Масу готувати з додаванням часнику.
10	Ковбаски рибні севастопольські з різким запахом.	Готували зі скумбрії, ставриди.	Не використовувати морську рибу з різким запахом.

11	Карасі, запечені в сметані, сухі без соусу.	Випив соус.	Запікати до загусання соусу, не допускаючи його випікання.

Лабораторно – практична робота № 16

Тема: Приготування страв з м'яса

Мета: засвоєння знань про харчову цінність страв з м'яса, їх класифікація; формування вмінь і навичок приготування страв з м'яса способом варіння, смаження, запікання; розрахунку сировини для приготування заданої кількості порцій страви;організації робочого місця;технології приготування страв з м'яса;попередження недоліків у приготуванні страв та проведення бракеражу;економного використання сировини, електроенергії, води;дотримання вимог санітарії та гігієни, бюджету часу, технічних вимог безпеки праці.

Матеріально-технічне забезпечення: каструлі місткістю 0,5 л, сковорідки, сотейник, керамічні горщики, ножі кухарської трійки, розробні дошки «ОС» і »МС», м'ясорубка, копистка, ложка столова, лопатка металева;посуд для відпуску: баранчики, порційні сковорідки, мілкі столові тарілки, закусочні тарілки, соусники.

Інструкційно-технологічні картки приготування страв з м'яса.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №4.

Виконати такі технологічні операції:

1. Приготувати, оформити такі страви: битки українські з тушкованою картоплею, печеня київська, крученики волинські, біфштекс січений з гарніром, биточки по-селянськи з гарніром, битки київські з гарніром, бефстроганов з гарніром.

2. Дати оцінку якості приготовленим стравам.

Виконати дослідницькі завдання:

а)При приготуванні печені київської вирізку яловичини замінити частиною м'яса першого сорту. Поясніть, чому змінюється технологія приготування.

б)Напівфабрикат біфштекса січеного запанірувати в борошні. Обсмажити панірований і не панірований напівфабрикат. Порівняти якість.

в)Для бефстроганов на замовлення вирізку замінити частиною м'яса першого сорту. Як змінюється технологія і чому?

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Як приготувати масу для биточків по-селянськи?

2.Які особливості відпуску битків українських?

3.Який фарш використовують для кручеників волинських? Як його приготувати?

4.Який набір продуктів використовують для печені київської?

5.Який вид м'яса використовують для битків київських?

6.Який складний гарнір подають до біфштексу січеного?

7.Які особливості відпуску бефстроганов на замовлення?

Група поділяється на 7 бригад. (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує битки українські з тушкованою картоплею.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує печеню київську.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує крученики волинські.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує біфштекс січений з гарніром.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує биточки по-селянськи згарніром.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує битки київські з гарніром.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує бефстроганов з гарніром.

Послідовність організації робочого місця при приготуванні страв з м'яса

1.Отримати необхідний посуд, інвентар, інструмент, а саме: розробні дошки «ОС», «МС», ножі, сковорідки, сотейники, керамічні горщики, м'ясорубку, копистку, ложку столову, лопатку металеву та ін.

2.Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти у підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б)розробну дошку покласти перед собою на відстані 5-6 см від краю стола;

в)праворуч розташувати необхідні інструменти, інвентар; інші інструменти, інвентар, посуд покласти на полицю столу або в шухляду;

г) дотримуватися правил санітарії та гігієни, технічних вимог безпеки праці.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Битки по-селянськи

1.Яловичину (II сорт) пропустити крізь м'ясорубку.

2.Додати воду, сиру або прив'ялену ріпчасту цибулю (нарізати дрібними кубиками), сіль, перець.

3.Перемішати та сформувати биточки (товщина 0,5-1 см), округло-приплюснутої форми.

4.Запанірувати у борошні.

5.Обсмажити (до утворення шкірочки).

6.Сушені гриби зварити, бульйон процідити.

7.Нарізати дрібними кубиками сиру цибулю, варені гриби.

8.Спасерувати цибулю з томатом, додати туди гриби.

9.У сотейник викласти битки, зверху - пасеровані овочі з томатом.

10.Все залити грибним бульйоном (на ‘/2 об’єму).

11.Тушкувати 15-20 хв.

12.Відпустити.

Битки українські

1. Свинину I сорту нарізати порційними шматками (2 шт. на порцію).

2.Відбити та надати округло-приплюснутої форми.

3.Посипати сіллю, перцем, обсмажити до шкірочки.

4.На дно сотейника покласти шматочки сала, битки.

5.Зверху покласти злегка підсмажену цибулю (нарізану соломкою).

6. Все залити бульйоном.

7. Тушкувати 15-20 хв. 8. Готову страву заправити дрібно нарізаним часником. 9. Чорний хліб без шкоринки обсмажити з двох сторін (нарізати у формі кружалець). 10. Відпуск: на хліб викласти битки з салом і цибулею, поряд гарнір - тушкована картопля.

Крученики волинські

1.Яловичину (II сорт) нарізати ° по 2-3 шматочки на порцію (товщина 1-1,5 см).

2.Відбити до товщини 0,5 см.

3.Шматочки м’яса посолити, зверху покласти тушковану капусту.

4.Надати форми ковбасок.

5.Перев’язати ниткою (білою).

6.Запанірувати в борошні.

7.Обсмажити до утворення шкірочки.

8.Крученики викласти в сотейник.

9.Зверху покласти скибочки сала.

10.Залити гарячою водою (‘Д об’єму).

11.Тушкувати до розм’якшення м’яса.

12.Готові крученики звільнити від ниток.

13.Відпустити з салом, полити соком.

Фарш

1.Білоголову капусту нарізати соломкою.

2.Злегка обсмажити.

3.Додати воду (на $^1/_3$ об’єму), пасеровану цибулю (соломкою) з томатом.

4.Тушкувати до готовності.

5.Довести до смаку.

Печеня київська

1. Обчищену, помиту картоплю обсмажити до шкірочки (дрібна, ціла).

2. Покласти у керамічний горщик.

3. Зверху – 2 шматочки (кубиками) напівобсмаженої яловичини (вирізка).

4. Додати зварені сушені гриби (кубиками).
5. Цибулю нарізати кубиками, спасерувати з томатом.
6. Покласти на м’ясо гриби, цибулю, дрібно нарізану зелень, сіль, перець.
7. Залити грибним бульйоном, сметаною.
8. Закрити кришкою, тушкувати до готовності.
9. Відпустити.

Корисні поради

1 Якщо замість вирізки використовують другий сорт м’яса, його треба нарізати кубиками, обсмажити до шкірочки з цибулею і томатом, залити гарячою водою, тушкувати майже до готовності.

2 Потім всі продукти покласти у горщечок (далі технологія приготування така, як зазначено вище).

Битки київські

1. Свинину нарізати без ребер по 2-3 шматочки на порцію (товщина 1-1,5 см).
2. Відбити до товщини 0,5 см.
3. Надати овально-приплюснутої форми.
4. Посолити, поперчити.
5. Запанірувати в борошні, змочити в яйцях.
6. Обсмажити.
7. Відпустити.

Біфштекс січений

1.М’ясо яловичини (II сорт) пропустити крізь м’ясорубку.

2.Сало нарізати дрібними кубиками (щоб воно рівномірно перемішалося з м’ясом, його кладуть у холодну воду).

3.Змішати м’ясо, сало, сіль, перець, воду.

4.Масу вимішати.

5.Сформувати битки (товщина - 1,5-2 см).

6.Обсмажити (у жарову шафу не ставити).

7.Відпустити.

Бефстроганов з гарніром

1. М’ясо нарізати під кутом 30° шматочками товщиною 1 см.
2. Відбити до товщини 0,5 см.
3. Нарізати поперек волокон у формі брусочків.
4. Добре розігріти сковорідку з жиром.
5. Обсмажити м’ясо (шар не більше 5 см).
6. Перекласти у порційні сковорідки.
7. Додати пасеровану цибулю (соломкою).

8. Залити сметанним соусом, додати кетчуп, сіль, перець
9. Прокип’ятити 5-10 хв.
10. Відпустити.
11. Гарнір подати окремо на порційній сковорідці.

Теоретичні відомості

ІНСТРУКТЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Битки селянські

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	95	70	285	210
Вода	7	7	21	21
Цибуля ріпчаста	12	10	36	30
Перець	0,01	0,01	0,03	0,03
Борошно	5	5	15	15
Вага напівфабрикату	-	90	-	270
Жир	6	6	18	18
Гриби сушені	4	4	12	12
Цибуля ріпчаста	30	23	90	69
Томат-пюре	6	6	18	18
Жир	4	4	12	12
Гарнір	-	150	-	450
Вихід:		75/50/50		225/150/150

Технологія приготування

Яловичину пропустити крізь м’ясорубку, додати воду, сиру січену цибулю, сіль, перець, перемішати. Сформувати биточки, запанірувати у борошні, обсмажити. Варені сушені гриби дрібно нарізати, обсмажити з цибулею й томатом-пюре.

У сотейник викласти обсмажені биточки, додати цибулю з грибами, томатом, залити грибним бульйоном, тушкувати.

Правила відпуску

Відпускають у баранчику, на биточки кладуть обсмажені гриби, цибулю з томатом.

Поряд гарнір - тушкована картопля. Баранчик ставлять на закусочну тарілку, між ними кладуть серветку.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - биточки круглої форми. Смак - м’яса, грибів. Запах - грибів. Консистенція - соковита.

Битки українські

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свинина	87	74	261	222
Жир	4	4	12	12
Готова страва	-	75	-	225

Сало шпик	10	10	30	30
Цибуля ріпчаста	20	17	60	54
Жир	3	3	9	9
Перець	0,01	0,01	0,03	0,03
Часник	105	1	4,5	3
Готові сало, цибуля	-	30	-	60
Хліб для грінок	30	30	90	90
Жир	3	3	9	9
Готові грінки	-	25	-	75
Гарнір	-	150	-	450
Зелень	3	3	9	9
Вихід:		75/30/25/150		225/90/75/450

Технологія приготування

Свинину нарізати порційними шматками, надати форми битків, посипати сіллю, перцем і злегка обсмажити. На дно сотейника покласти шматочки сала, поверх - битки, на них - злегка підсмажену цибулю. Все залити бульйоном, тушкувати до готовності. Заправити часником.

Правила відпуску

Битки з цибулею і салом викладають на підсмажені скибочки чорного хліба. Гарнір - тушкована картопля.

Вимоги до якості

Смак тушкованого м'яса, злегка гострувати. Запах часнику. Консистенція: страва соковита, м'ясо м'яке.

Крученики волинські

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	169	125	507	375
Капуста білоголова	138	110	414	330
Цибуля ріпчаста	10	8	30	24
Томат-пюре	10	10	30	30
Жир	5	5	15	15
Цукор	1	1	3	3
Оцет 9%	2	2	6	6
Перець	0,01	0,01	0,03	0,03
Вага фаршу	-	100	-	300
Борошно	5	5	15	15
Вага напівфабрикату	-	230	-	690
Жир	5	5	15	15
Сало шпик	25	25	75	75
Вихід:		280/20		760/60

Технологія приготування

Порційні шматки яловичини (2-3 на порцію), відбити, посолити,

покласти на них тушковану капусту, загорнути, перев'язати ниткою, запанірувати в борошні, обсмажити. Викласти в сотейник, покрити скибочками сала, додати воду і тушкувати до готовності.

Правила відпуску

Готові крученики звільнити від ниток, подавати зі скибочками сала і соком, одержаним при тушкуванні.

Вимоги до якості

Смак – злегка гострувати. Запах – тушкованого м'яса та капусти. Консистенція – крученики зберегли форму, м'які, соковиті.

Печеня київська

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	161	119	483	357
Картопля	200	150	600	450
Гриби сушені	15	15	45	45
Цибуля ріпчаста	35	29	105	87
Томат-пюре	15	15	45	45
Жир	20	20	60	60
Сметана	50	50	150	150
Перець	0,01	0,01	0,03	0,03
Зелень	3	3	9	9
Вихід:		250		750

Технологія приготування

Дрібну картоплю обсмажити, покласти в порційний горщик, зверху - 2 шматочки напівобсмаженої вирізки, варені дрібно нарізані гриби, цибулю, пасеровану з томатом-пюре, січену зелень, сіль, перець, залити сметаною, грибним відваром. Страву довести до готовності у жаровій шафі.

Правила відпуску

Печеню подають у горщику, який ставлять на підставну закусочну тарілку, а між ними кладуть серветку.

Вимоги до якості

Смак - злегка гострувати. Запах - грибів. Консистенція - страва соковита, овочі, м'ясо - м'які.

Битки київські

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свинина	106	90	318	270
Перець	0,01	0,01	0,03	0,03
Борошно	4	4	12	12
Яйця	? шт..	10	? шт..	30
Вага напівфабрикату	-	75	-	225
Жир	10	10	30	30
Масло вершкове	5	5	15	15

Гарнір	-	150	-	450
Зелень	-	3	-	9
Вихід:		75/150/3		225/450/9

Технологія приготування

Корейку свинини нарізати по 2-3 шматочки на порцію, відбити, посолити, посипати перцем, запанірувати в борошні, змочити в яйцях, обсмажити.

Правила відпуску

Перед подаванням битки полити вершковим маслом. Гарнір - комбінований.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - форма овальна, паніровка не відстає, рум'яна шкірочка. Смак м'яса, в міру солоний. Запах м'яса. Консистенція м'ясо соковите.

Біфштекс січений з гарніром

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина (бокова і зовнішня частини, лопатка)	109	80	327	240
Шпик	12	12	36	36
Молоко або вода	7	7	21	21
Перець	0,04	0,04	0,12	0,12
Сіль	1,2	1,2	3,6	3,6
Маса напівфабрикату	-	100	-	300
Жир тваринний	7	7	21	21
Маса смаженого біфштекса	-	70	-	210
Гарнір	-	150	-	450
Вихід:		70/150		210/450

Технологія приготування

М'ясо, нарізане на шматки, пропускають крізь м'ясорубку, додають шпик, нарізаний кубиками 5х5 мм, сіль, перець, воду або молоко, вимішують, вибивають, порціонують масу, надають округло-приплюснутої форми і смажать.

Правила відпуску

На підігріту мілку столову тарілку викладають гарнір - смажену картоплю, поряд - біфштекс. Прикрашають гілочками зелені петрушки.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - біфштекс округло-приплюснутої форми, поверхня і краї рівні, без тріщин, политий м'ясним соком, збоку розміщений гарнір. Смак і запах в міру солоний, з ароматом, характерним для даного виду м'яса. Консистенція соковита, однорідна.

Бефстроганов з гарніром

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто

Яловичина (вирізка, товстий, тонкий краї, верхній і внутрішній шматки тазостегнової частини)	162	119	486	357
Телятина	180	119	540	357
Цибуля ріпчаста	43	36	129	108
Маргарин столовий	10	10	30	30
Маса пасерованої цибулі	-	18	-	54
Борошно	5	5	15	15
Сметана	30	30	90	90
Кетчуп	4	4	12	12
Маса смаженого м’яса	-	75	-	225
Маса соусу і пасерованої цибулі	-	75	-	225
Гарнір	-	150	-	450
Вихід:		75/75/150		225/225/450

Технологія приготування

М’ясо нарізати широкими шматками, відбити до товщини 5-8 мм і нарізати брусочками довжиною 30-40 мм, масою по 5-7 г. Підготовлені шматочки кладуть тонким шаром на сковороду з жиром, розігрітим до 150-160°С, смажать до утворення рум’яної шкірочки протягом 3-4 хв., з’єднують з пасерованою ріпчастою цибулею, заливають сметанним соусом, додають кетчуп, сіль, перець і доводять до кипіння.

Правила відпуску

Подавати на порційній сковороді разом з соусом, посипати зеленню, гарнір - смажену картоплю - подати окремо (на порційній сковорідці). Сковорідку поставити на підставну закусочну тарілку, між ними - серветку.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - готове м’ясо однакової форми і розміру, залите соусом; гарнір укладений акуратно. Смак і запах смаженого м’яса з ароматом сметани, пасерованої цибулі і спецій. Колір сірий або коричневий. Консистенція м’яка, соковита.

Варіанти гарнірів до страв із м’яса

Картопля тушкована

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	1133	850	170	127	510	361
Морква	125	100	19	15	57	45
Цибуля ріпчаста	190	160	28	24	85,5	72
Томат-пюре	60	60	9	9	27	27
Жир	75	75	11	11	33	33
Перець	0,1	0,1	0,01	0,01	0,03	0,03
Лавровий лист	0,05	0,05	0,7	0,7	0,21	0,21
Вихід:				150		450

Технологія приготування

Картоплю, моркву нарізати кубиками, обсмажити. Потім картоплю змішати з морквою, сирою дрібно нарізаною цибулею, бульйоном, пасерованим томатом і тушкувати до готовності. В кінці тушкування додати сіль, перець, лавровий лист.

Картопля смажена (з сирої)

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля брусочками, скибочками, часточками, кубиками	1932	1449	290	217	870	687
Жир тваринний кулінарний, олія	100	100	15	15	45	45
Вихід:				150		450

Технологія приготування

Сиру картоплю нарізають брусочками, часточками, скибочками або кубиками, промивають у холодній воді, обсушують, смажать на сковороді з розігрітим жиром шаром 4-5 см 15-20 хв., періодично помішуючи, до утворення рум'яної шкірочки, солять.

Складні гарніри

Картопля смажена – 50. Морква тушкована з яблуками або чорносливом – 50. Горошок або квасоля відварні – 50. Вихід: 150

Картопля смажена – 50. Гриби в сметанному соусі – 50. Кукурудза консервована – 50. Вихід: 150

Капуста цвітна відварна – 50. Морква тушкована з яблуками – 30. Горошок зелений – 30. Картопля смажена – 40. Вихід: 150

До страв з м'яса можна подавати: крокети, смажені кабачки, баклажани, помідори, відварну брюсельську капусту. Для смаження картоплі можна використати складні форми нарізки: спіраль, стружку, часничок.

Як додатковий гарнір використовують свіжі або консервовані овочі: томати, огірки, редис, листя салату, салати з білоголової або червоноголової капусти та ін.

Додатковий гарнір подають окремо на закусочній тарілці з розрахунку 75 г на 1 порцію (II колонка «Збірника рецептур страв та кулінарних виробів»).

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР № 16

Під час тушкування м'яса не знімайте часто кришку, знижується температура. Смажити м'ясо треба у добре нагрітому жирі, інакше не утвориться шкірочка, вироби будуть несмачні. (Показник добре нагрітого жиру: якщо шматочок хліба покласти у жир, навколо нього утворилася піна і

хліб спливає на поверхню та підсмажується до рум'яного кольору, можна закладати м'ясо.). Під час смаження часто не перевертайте вироби - це заважає утворенню шкірочки. М'ясо дрібними шматочками під час смаження не соліть (витікає сік), не перчіть (перець згорає, втрачає аромат, надає м'ясу гіркоти). Готовність смаженого та тушкованого м'яса визначають по прозорому соку. Не пересмажуйте м'ясо: від цього погіршується його смак і зовнішній вигляд. Щоб м'ясо при смаженні не прилипало до сковороди, по-кладіть у жир кілька кружалець моркви. Не використовуйте для смаження м'ясо, яке містить багато сполучної тканини, бо під час смаження воно скрутиться і стане твердим: краще його тушкувати. Тушкування м'яса має переваги порівняно з варінням і обсмажуванням. При цьому способі приготування значно краще зберігаються загальні смакові властивості м'яса, аромат приправ. Не забувайте обсмажити м'ясо до рум'яної шкірочки перед тушкуванням: шкірочка запобігає швидкому проникненню пари всередину шматка та виділенню з нього екстрактивних і поживних речовин у підливу. Перед тушкуванням за кілька годин змастіть м'ясо яловичини гірчицею: воно матиме приємний смак. Якщо при тушкуванні додати томатне пюре, гранатовий сік або лимонну кислоту, м'ясо швидше розм'якшиться, буде соковитішим і смачнішим. Тушкуйте м'ясо при закритій кришці, щоб не вивітрився його аромат. Не допускайте бурхливого кипіння рідини при тушкуванні: м'ясо втратить аромат, а рідина швидко википить. Якщо при тушкуванні м'яса википіла рідина, долийте гарячого бульйону або води.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Крученики волинські втратили форму, розгорнулися	Погано відбили м'ясо, забули перев'язали ниткою.	М'ясо відбити до 0,3 – 0,5 см., сформовані ковбаски перев'язати.
2	Битки українські злегка гірчать.	Заправили часником і страву тушкували.	Часник закладають у готову страву.
3	Печеня київська не соковита, м'ясо тверде.	Тушкували довго або при високій температурі, википіла рідина. Використали не вирізку, а м'ясо сорту, що містить багато сполучної тканини.	Тушкувати 15-20 хв., слід тушкувати, щоб грибний бульйон та сметана не википали. Якщо м'ясо I сорту, але не вирізка, його попередньо треба протушкувати, а потім закладати у горщик.
4	Битки київські сухі.	Після смаження поставили у жарову шафу.	Битки не доводять до готовності у жаровій шафі (вони за паніровані у яйцях). При необхідності їх можна накрити кришкою і залишити на краю плити.
5	Бефстроганов сухий, не соковитий.	М'ясо пересмажили, або при смаженні посолили, або смажили товстим шаром.	Дотримуватись температури смаження 150-160ºС, не солити, смажити шаром не більше 4-5 см.

6	Битки селянські мають неприємний запах, змінили колір.	Напівфабрикати довго зберігали.	Готувати напівфабрикати треба безпосередньо перед тепловою обробкою тому, що до фаршу входить сира цибуля.
7	Біфштекс січений сухий.	Пересмажили або поставили у жарову шафу.	Не паніровані вироби не ставлять у жарову шафу. Щоб біфштекс був смачнішим, його перед смаженням потрібно запанірувати у борошні.

Лабораторно-практична робота № 17

Тема: Страви з яєць, сиру. Холодні закуски

Мета: засвоєння знань про харчову цінність страв з яєць, сиру, холодних закусок, особливості організації роботи холодного цеху; формування вмінь та навичок приготування страв з яєць та сиру та холодних закусок, робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підібрати інструмент, інвентар посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;дотримуватись правил санітарії та гігієни, правил безпеки праці;розвивати самостійність, вміння орієнтуватися у виробничих умовах;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне та методичне забезпечення: розробні дошки «ОС», сито, ніж, каструлі, кухарська лопатка, сковорідка, шумівка, дерев'яна копистка, качалка.

Інструкційно-технологічні картки приготування страв з яєць і сиру.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Вивчити теоретичні відомості згідно лекції №6 і №10.

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати страви: сирники, вареники ліниві, вареники з сиром, бутерброди, вінегрет, рибу під маринадом, оселедця з цибулею.

2.Оформити страви та провести бракераж.

Виконати дослідницьку роботу:

а)зважити сирі та зварені вареники з сиром, пояснити, за рахунок чого збільшилася маса;

б)зварені овочі для вінегрету змішати всі разом;

в)змішати всі овочі для вінегрету, крім буряка: буряк потримати окремо 10-15 хв. у олії, потім додати і пояснити різницю у кольорі вінегрету.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Назвіть набір продуктів для сирників.

2.Як приготувати тісто для вареників з сиром?

3.Як визначити готовність вареників?

4.Правила підбору хліба при приготуванні бутербродів.

5.Як приготувати маринад овочевий з томату?

6.Як приготувати фарш з сиру для вареників?

7.З чим можна відпустити оселедця, крім ріпчастої цибулі?

Група поділяється на 6 бригад (6 робочих місць).

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує сирники зі сметаною.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує запіканку сирну.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує салат овочевий.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує оселедця з цибулею.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує вінегрет.

Бригада б (робоче місце № 6) готує бутерброди-омлети, бутерброди зі смаженим яйцем.

Послідовність технологічною процесу приготування страв

Сирники з сметаною

Для приготування сирників використовують жирний сир. Зі знежиреного сиру слід відтиснути зайву вологу.

1.Сир протерти.

2.Яйця з цукром розтерти

3.Підготовлений сир змішати з ^{2}/з норми борошна.

4.Додати сіль, яйця з цукром.

5.Перемішати.

6.Сформувати валики завтовшки 5-6 см.

7.Порізати упоперек.

8.Обкачати у борошні.

9.Надати форму биточків завтовшки 1,5 см.

10.Обсмажити.

11.Довести до готовності у жаровій шафі (5-7 хв.).

12.Відпустити.

Вареники ліниві

Якщо вареники готують у великій кількості, не слід у масу класти цукор: вона розріджуватиметься.

1.Сир протерти.

2.Змішати з борошном, сіллю, цукром, яйцями.

3.Переміщати.

4.Розкачати шаром 10-12 мм.

5.Розрізати на смужки 2-2,5 см.

6.Нарізати на шматочки у вигляді прямокутників або ромбиків.

7.Відварити у слабо кип’ячій підсоленій воді 4-5 хв.

8.Вийняти шумівкою.

9.Відпустити.

Вареники з сиром

Приготування тіста

1.Просіяти борошно.

2.Замісити 1 - 1,5 % борошна для підсипання стола при формуванні.

3.Додати суміш води або молока з яйцями, сіль (можна додатицукор).

4.Замістити тісто.

5. Накрити марлею і залишити на 40 хв. для набухання клейковини. Тісто набуде більшої еластичності, легше розкачуватиметься.

Підготовка фаршу

1.Сир протерти.

2. Додати сіль, цукор, яйця, борошно.

3. Перемішати і сформувати кульки.

Формування вареників, витримування напівфабрикатів і варіння

1.Тісто сформувати валиком, нарізати на шматочки.

2.Розкачати на 1 -1,5 мм.

3.На тісто покласти кульки фаршу.

4.Сформувати вареники у вигляді напівмісяця.

5.Варити у підсоленій воді 5-7 хв. при слабкому кипінні.

6.Вареники вийняти шумівкою.

7.Перемішати з розтопленим вершковим маслом.

8.Відпустити.

Бутерброди

1.Пшеничний хліб нарізають навскіс скибочками завтовшки 1-1,5 см та масою 40 г.

2.Змащують розм'якшеним вершковим маслом.

3.Зверху кладуть м'ясні варені продукти.

4.Бутерброд можна приготувати без вершкового масла.

5.Прикрасити зеленим салатом, гілочками петрушки, кропу, скибочками свіжих огірків, томатів тощо.

В інструктивно-технологічну картку треба додатково включити продукти, які використовують для оформлення.

1.Хліб краще використовувати формовий без шкоринок.

2.Хліб нарізати скибочками 5-6 см завширшки і 0,5 см завтовшки.

3.Поверхню смужки хліба змастити вершковим маслом.

4.Укласти тоненькі скибочки риби.

5.Накрити другою смужкою хліба, змащеною вершковим маслом.

Вінегрет овочевий

1.Зварити картоплю, буряк, моркву.

2.Очистити, нарізати скибочками.

3.Солоні огірки нарізати скибочками.

4.Ріпчасту цибулю - півкільцями.

5.Квашену капусту відтиснути, нашаткувати.

6.Овочі з'єднати, перемішати.

7.Заправити салатною заправкою.

8.Відпустити.

Риба під маринадом

1. Рибу розібрати на філе зі шкірою.

2.Нарізати на порційні шматки.

3.Посолити, поперчити, запанірувати у борошні.

4.Обсмажити на олії.

5.Довести до готовності у жаровій шафі.

6.Рибу залити маринадом і охолодити.

7.Відпустити.

Приготування маринаду

1.Цибулю і коріння нарізати соломкою.

2.Олію нагріти до 120°С.

3.Закласти цибулю.

4.Пасерувати 5-7 хвилин.

5.Додати моркву.

6.Пасерувати 5-7 хвилин.

7.Додати томат-пюре.

8.Пасерувати ще 10 хвилин.

9.Влити рибний бульйон, оцет.

10.Варити 15-20 хвилин.

11.За 5-7 хв. до кінця варіння покласти сіль, цукор, лавровий лист, перець, гвоздику, корицю.

Оселедець з цибулею

1.Розібрати оселедець на чисте філе.

2.Нарізати тоненькими шматочками.

3.Покласти в оселедницю.

4.Зверху прикрасити частиною цибулі, нарізаної кільцями.

5.Решту цибулі покласти поруч.

6.Оселедця і цибулю полити салатною заправою.

7.Відпустити.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницьк роботи

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО – ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Сирники

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сир	152	152	456	456
Борошно пшеничне	20	20	60	60
Яйця	1/8 шт.	5	1/3 шт.	15
Маргарин столовий	5	5	15	15
Маса напівфабрикату	-	170	-	510
Маса готових сирників	-	150	-	450

Технологія приготування

Сир протирають, додають розтерті з цукром яйця, розчинений у воді ванілін, додають $^2/_3$ норми борошна і добре вимішують.

З підготовленої маси формують валики завтовшки 5-6 см., нарізають упоперек, обкачують у борошні, надають форму биточків товщиною 1,5 см. Смажать основним способом з обох боків до утворення золотистої шкірочки, доводять до готовності у жаровій шафі (5-7 хв.).

Правила відпуску

Подають сирники по 2-3 шт. на порцію, на підігрітих мілких столових тарілках, посипають цукром. Сметану можна подати окремо або покласти острівцем біля сирників.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - форма кругла, приплюснута, без тріщин. Смак і запах - солодкий, запах сиру, ванілін. Колір на поверхні золотистий, на розрізі - злегка жовтуватий. Консистенція однорідна, м’яка, пухка.

Вареники ліниві

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Вареники ліниві напівфабрикат	-	190	-	570
Маса варених вареників	-	200	-	600
Сметана	25	25	75	75

Вареники ліниві (напівфабрикат)

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сир	837	820	477	467
Борошно	115	115	65	65
Яйця	1,5 шт.	60	¾ шт.	34
Цукор	60	60	34	34
Сіль	8	8	4,5	4,5

Технологія приготування

У протертий сир додати борошно, яйця, цукор, сіль. Все перемішати до однорідної маси, розкачати її пластом завтовшки 10-12 мм. Нарізати смужки шириною 25 мм. Смужки нарізати на прямокутники або трикутники. Відварити у

підсоленій воді 4-5 хв.

Правила відпуску

У підігрітий баранчик покласти ліниві вареники, зверху полити сметаною.

Вимоги до якості

Вареники зберегли форму, не деформуються і не злипаються. Смак солодкий без надмірної кислоти. Колір білий. Консистенція - м'яка, пухка.

Вареники з сиром

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Тісто для вареників	82	82	246	246
Фарш	104	103	312	309
Маса варених вареників	-	200	-	600
Сметана	25	25	75	75

Фарш з сиру для вареників

Продукти	1000		309	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сир	841	833	262	257
Яйця	2 шт.	80	½ шт..	25
Цукор	80	80	25	25
Борошно	40	40	12	12
Ванілін	0,1	0,1	0,03	0,03

Тісто для вареників

Продукти	1000		246	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно	695	695	171	171
Яйця	1 1/3 шт.	53	¼ шт..	14
Молоко або вода	270	270	67	67
Сіль	12	12	3	3

Технологія приготування

Просіяти борошно. У воді або молоці розчинити сіль, яйця, змішати з борошном і замішувати тісто доти, доки воно не набуде однорідної консистенції. Перед формуванням тісто витримати 30-40 хв.

Вареники сформувати (на 10-11 г тіста-12-13 г фаршу на 1 шт.), варити в підсоленій воді при слабкому кипінні 5-7 хв.

Правила відпуску

У підігрітий баранчик покласти 7-8 шт. на порцію, полити сметаною.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - вареники мають форму напівмісяця, міцно склеєні краї. Поверхня гладенька, без розривів. Смак і запах - характерні для виробу з прісного тіста, з ароматом сиру. Колір оболонки - білий, фарш білий, злегка

жовтуватий. Консистенція - м’яка, фарш соковитий.

Оселедець з цибулею

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Оселедець	73	35	219	105
Цибуля ріпчаста	36	30	108	90
Заправка для салатів	-	20	-	60

Технологія приготування

Філе оселедця нарізають тоненькими шматочками під кутом 30°. Зверху посипають ріпчастою цибулею, нарізаною тонкими кільцями. Поливають заправкою для салатів.

Правила відпуску

Оселедця відпускають в оселедниці або на закусочній тарілці.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - філе оселедця нарізане тонкими шматочками, зверху посипане ріпчастою цибулею. Смак і запах - в міру солоний, аромат оселедця. Колір - властивий оселедцю. Консистенція оселедця щільна, м’яка.

Заправка для салатів

Продукти	1000		60	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Олія рослинна	350	350	21	21
Оцет 3-відсотковий	650	650	39	39
Цукор	45	45	2,7	2,7
Перець	2	2	0,12	0,12
Сіль	20	20	1,2	1,2

Вінегрет овочевий

Продукти	1000		300	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картопля	289	210	87	63
Буряк	191	150	57	45
Морква	126	100	38	30
Огірки солоні	188	150	56	45
Капуста квашена	214	150	64	45
Цибуля ріпчаста	179	150	54	45
Олія рослинна	100	100	30	30

Технологія приготування

Варені почищені овочі, почищені солоні огірки нарізати скибочками. Квашену капусту перебрати, віджати, нашаткувати. Цибулю нарізати півкільцями. Овочі змішати, заправити олією.

Правила відпуску

У салатник кладуть вінегрет, зверху посипають подрібненою зеленню.

Вимоги до якості

Овочі нарізані скибочками, цибуля напівкільцями, капуста нашаткована. Смак і запах - кислувато-гострий. Колір - відповідає кольору овочів, які входять до вінегрету, злегка рожевий від буряку.

Маринад овочевий з томатом

Продукти	1000		225	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морква	625	500	140	115
Цибуля ріпчаста	238	200	55	47
Томатне пюре	200	200	46	46
Олія рослинна	100	100	23	23
Оцет 3-відсотковий	300	300	69	69
Цукор	30	30	7	7
Бульйон рибний	100	100	23	23

Технологія приготування

Овочі нарізають соломкою, пасерують на олії, додають томат-пюре, пасерують ще 7-10 хв. Вливають рибний бульйон, оцет та проварюють 15-20 хв. За 5-7 хв. до кінця варіння додають лавровий лист, сіль, цукор.

Риба смажена під маринадом

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Окунь морський	127	89	381	267
Борошно пшеничне	5	5	15	15
Олія рослинна	5	5	15	15
Маса смаженої риби	-	75	-	225
Цибуля зелена	13	10	39	30
Маринад	-	75	-	225

Технологія приготування

Рибу розібрати на філе зі шкірою без реберних кісток, нарізати на порції. Підготовлені шматки риби запанірувати у борошні і обсмажити. Смажену рибу розкласти на порції, залити маринадом і посипати подрібненою зеленою цибулею.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - червоний маринад однорідний, рівномірно покриває рибу, шматки риби обсмажені, мають рум'яну шкірочку. Смак і запах - гострувати, спецій. Консистенція риби - ніжна, соковита.

Закриті бутерброди з рибними гастрономічними продуктами

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кета або чавича солона	46	30	138	90
Масло вершкове	10	10	30	30
Хліб	50	50	150	150

Технологія приготування

Закриті бутерброди готуються з двох шматочків хліба. На один шматочок хліба намазують масло, кладуть кету і накривають другим.

Правила відпуску

Бутерброди подають на закусочній тарілці, покритій серветкою.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - прямокутна форма, між двома шматочками хліба викладена риба. Смак і запах - солоний з присмаком риби, без зайвих запахів. Консистенція рибних продуктів - м'яка, ніжна.

Бутерброди з відварними м'ясними продуктами

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	65	48	195	144
або свинина	59	50	177	150
або телятина	71	47	213	141
Маса варених м'ясопродуктів	-	30	-	90
Хліб	30	30	90	90

Технологія приготування

На скибку хліба товщиною 1-1,5 см укладають відварні м'ясні продукти, нарізані тонкими шматочками.

Правила відпуску

Відпускають на закусочній тарілці з серветкою.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - форма прямокутна, поверхня м'ясних продуктів не повинна бути завітрена, не допускається зміна кольору.Колір, смак і запах - властивий даному виду м'яса; смак солонуватий, без стороннього присмаку і запаху.

Корисні поради до ЛПР № 17

Якщо сир кислуватий, то цукор в тісто не кладуть, а посипають ним готову страву. Якщо сир дуже кислий, залийте його такою ж кількістю молока і потримайте 1 год., потім перекладіть його у тканину, а зверху покладіть гніт. Від крохмалю сирники стають твердими, а від цукру розпливаються. При приготуванні вареників з вологого сиру частину борошна можна замінити манною крупою, і вона поглине зайву вологу.

Для вінегрету на гарнір до оселедця краще використовувати мариновану ріпчасту цибулю. Вона м'яка, соковитіша і не така гостра. Для збереження кольору овочів, які входять до складу вінегрету, можна буряк окремо змастити олією, а потім з'єднати з іншими овочами. Дуже солоний або сухий оселедець вимочують у молоці або в холодному міцному чаї.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні страв з сиру, яєць, холодних закусок

№	**Проблема**	**Причина**	**Шляхи попередження**
1	Сир у варениках щільний, крупинками.	Сир не протерли.	Сир перед тепловою обробкою ретельно протерти.
2	Сирники щільні, тугі.	Додали багато борошна, довго місили масу.	Довго не перемішувати масу, щоб не набухли білки борошна.
3	Ліниві вареники розпливлись.	Мало борошна, яєць, багато цукру.	Дотримуватись норми закладки продуктів; при масовому

			приготуванні цукор в масу не класти, а посипати ним готові вареники.
4	Хліб у закусочних бутербродах твердий.	Підсмажили черствий хліб.	Хліб слід брати не дуже м'який, бо він погано нарізається, і не черствий, бо при смаженні він затвердіє.
5	Вінегрет має малиновий колір.	Рано заправили і перемішали.	Заправляти вінегрет безпосередньо перед відпуском, окремо потримати буряк в олії.
6	Картопля у вінегреті склеїлась.	Зварену картоплю нарізали гарячою.	Зварені овочі охолодити, а потім нарізати.
7	Оселедець солоний і твердий.	Не вимочили.	Оселедець вимочити у воді або молоці.
8	Риба під маринадом малосоковита.	Густий маринад з овочами або його мало використали.	На 100г смаженої риби взяти 100г маринаду. При приготуванні маринаду додати рибний бульйон.

Лабораторно-практична робота № 18

Тема: Приготування холодних страв і закусок

Мета:формування вмінь і навичок приготування холодних страв і закусок відповідно до рецептури, формування вмінь робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підбору інструментів, інвентарю, посуду;організації робочого місця;дотримання правил ведення технологічного процесу;економного використовувати електроенергію, воду, сировину;виконання правил санітарії та гігієни, правила безпеки праці;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення: м'ясорубка, стіл, сковорідка, сотейник, каструля, лотки, сито, кондитерський мішок з насадками, кухарська лопатка, розробні дошки, ножі, карбовочний ніж, набір виїмок для оформлення страв; посуд для відпуску: закусочні тарілки, оселедниці, салатники, креманки, баранчик, розетка.

Інструкційно-технологічні картки приготування холодних страв і закусок.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати страви: бутерброди (канапе, рулети), салат «Дністер», салат-коктейль фруктовий, оселедця натурального з картоплею, паштет з печінки, яйця фаршировані, оселедця січеного.

2.Оформити страви та провести бракераж.

Виконати дослідницьку роботу:

а) для приготування паштету використати свинячу печінку, попередньо її не обробивши. Які можуть бути наслідки і як їх уникнути?

б) для приготування січеного оселедця його попередньо розібрали на чисте філе і вимочили у воді. Поясніть, яка помилка допущена в технології приготування.

Скасти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Який набір продуктів потрібен для салату «Дністер»?

2.Як приготувати бутерброд-рулет?

3.Чим фарширують яйця?

4.Як приготувати паштет?

5.Як відпускають салати-коктейлі?

6.Який набір продуктів для оселедця січеного?

7.В якому посуді відпускають оселедця з картоплею та маслом?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1). Готує бутерброди: канале, рулети.

Бригада 2 (робоче місце № 2). Готує салат «Дністер».

Бригада 3 (робоче місце № 3). Готує салат-коктейль фруктовий.

Бригада 4 (робоче місце № 4). Готує оселедця натурального з картоплею та маслом.

Бригада 5 (робоче місце № 5). Готує паштет.

Бригада 6 (робоче місце № 6). Готує яйця фаршировані.

Бригада 7 (робоче місце № 7). Готує оселедця січеного.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Канапе

1.Не дуже м’який хліб обчистити від скоринки.

2.Нарізати уздовж батона на смужки завтовшки 1-1,5 см.

3.Обсмажити на вершковому маслі, не засушуючи смужки хліба.

4.Охолодити.

5.Змастити тоненьким шаром вершкового масла.

6.Укласти по всій довжині м’ясні, рибні або інші продукти 0,5-1 см завширшки, товщиною 2-3 мм.

7.Прикрасити.

8.Смужки нарізати у вигляді прямокутників, ромбів, трикутників по 2-6 шт. на порцію масою 80 г або надати виробам форми кружалець діаметром 4 см.

9.Відпустити на пиріжковій тарілці або блюді, застелених паперовою серветкою.

Бутерброд-рулет з маслом із шинки

1.Хліб зачистити від шкоринки і нарізати на шари у формі прямокутника завтовшки 0,5-0,8 см.

2.Приготувати начинку: масло із шинки: розм’якшити масло, потерти

мускатний горіх, варену шинку дрібно посікти, натерти сир, розм'якшене масло з'єднати з прянощами, шинкою і сиром, перемішати.

3.Кожен шар хліба намастити густим шаром начинки.

4.Щільно згорнути рулетом, щоб не залишилось порожнини.

5.Загорнути в целофан або пергаментний папір.

6.Поставити в холодильник на 3-4 год.

7.Рулет нарізати упоперек на тоненькі скибочки.

8.Відпускати на пиріжковій тарілці або блюді.

Салат «Дністер»

1.Підготовлену білоголову капусту нашаткувати.

2.Капусту покласти в широку каструлю, додати оцет, сіль (15 г на 1 кг капусти), нагріти, безперервно помішуючи, доти, доки вона не осяде і не набуде рівномірного матового кольору.

3.Капусту охолодити.

4.Заправити цукром.

5.Нарізати ковбасу і цибулю соломкою.

Оформлення холодних страв, закусок та салатів.

Холодні страви прикрашають листям салату, гілочками петрушки, кропу, солодким перцем тощо.

Салати прикрашають продуктами, які входять до його складу. Для оформлення використовують формочки, спеціальні ножі. Додаткові продукти для прикрашання страв необхідно ввести в рецептуру.

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Канапе з рибними гастрономічними товарами, ікрою, сиром

Продукти	Канапе					
	З буженини і окостом		З сиром і окостом		З паюсною ікрою	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Хліб пшеничний	45	30	45	30	45	30
Масло вершкове	5	5	10	10	10	10
Окіст копчений	20	15	20	15	-	-
Буженина	20	20	-	-	-	-
Ікра паюсна	-	-	-	-	10,2	10
Сьомга солона	-	-	-	-	-	-
Сир	-	-	16,5	15	-	-
Огірки свіжі	13	10	-	-	19	15
Яйця	-	-	? шт..	10	2/5 шт.	15
Вихід:	3-5 шт.	80	3-5 шт.	80	3-5 шт.	80

Технологія приготування

1 Канапе з сиром і окостом. Довгі смужки сиру й окосту викладають по краях шматочків намащеного маслом хліба, між ними розміщують дрібно

січені яйця і зелень. Оформлюють маслом. Нарізають.

2 Канапе з буженіною і окостом. Смужки підготовленого хліба покривають тонким шаром вершкового масла. Буженину і окіст укладають смужками по краях хліба. Серединку оформлюють огірком, зеленню. Нарізують.

3 Канапе з паюсною ікрою. Смужки підготовленого хліба покривають тонким шаром вершкового масла. Зверху укладають ікру, шматочки огірка і січені яйця. Оформляють маслом і зеленню. Смужки хліба нарізають на шматочки різної геометричної форми.

Правила відпуску

Подають канапе на блюдах, вазах з пласкими краями, на малих столових або закусочних тарілках, які покривають паперовими серветками. Температура відпуску - 7-14 °С. Готують перед реалізацією.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - продукти акуратно нарізані, зачищені і викладені на шматок хліба завтовшки 1 -1,5 см. Смак і запах - властивий використаним продуктам. Консистенція - хліб не черствий, поверхня гладенька.

Бутерброд-рулет з маслом і шинкою

Продукти	450		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Хліб пшеничний	400	268	89	60	267	180
Масло із шинки	200	200	44	44	132	132
Вихід:				100		300

Технологія приготування

Хліб зачищають від шкоринки і нарізають на шари у формі правильного прямокутника завтовшки 0,5-0,8 см Кожен шар гарно змащують маслом з шинки, щільно згортають рулетом, загортають в целофан або пергаментний папір і ставлять на 3-4 год. в холодильник. Після охолодження рулет нарізають на окремі тонкі скибочки упоперек.

Правила відпуску

Скибочки рулету кладуть на пиріжкову тарілку або блюдо. Оформлюють.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - рулет нарізаний скибочками, щільно згорнений, без порожнин, шари однакової товщини. Смак і запах - характерний для шинки з ароматом масла. Колір начинки - рожевий. Консистенція - м’яка.

Масло з шинки

Продукти	1000		132	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло вершкове	700	700	92	92
Сіль	30	30	4	4
Білий перець	17	17	2	2
Мускатний горіх	10	10	1,3	1,3

Шинка (варена)	288	280	38	37
Сир	49	45	6,5	6

Технологія приготування

Розм'якшене масло з'єднують з прянощами, дрібно посіченою вареною шинкою та тертим сиром, все ретельно перемішують.

Салат «Дністер»

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста білоголова свіжа	695	555	70	56	210	168
Оцет	30	30	3	3	9	27
Цукор	10	10	1	1	3	3
Ковбаса копчена	154	150	15,4	15	46	45
Горошок зелений, консервований	154	100	15,4	10	46	30
Цибуля ріпчаста	60	50	6	5	18	15
або зелена	63	50	6	5	18	15
Соус майонез	150	150	15	15	45	45
Перець чорний	0,1	0,1	0,01	0,01	0,03	0,03
Яйця	1 ? шт..	54	1/8 шт.	5	3/8 шт.	15
Вихід:				100		300

Технологія приготування

Білоголову капусту шаткують, прогрівають з оцтом, сіллю, охолоджують і заправляють цукром. Капусту змішують з частиною ковбаси, нарізаної соломкою, зеленим горошком, нарізаною соломкою цибулею, заправляють майонезом і меленим чорним перцем.

Правила відпуску

Салат кладуть у салатник гіркою, оформлюють вареними яйцями, ковбасою, зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - продукти нарізані соломкою, салат викладений гіркою і оформлений яйцями, ковбасою, зеленню. Смак і запах - продуктів, що входять до складу салату. Колір - властивий продуктам, які є в салаті. Консистенція овочів - хрумка.

Салат-коктейль фруктовий

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблука	83	58	249	174
Апельсини	30	23	90	69
Ківі	20	17	60	51
Родзинки	8	8	24	24
Цукор	15	15	45	45

Лимон	35	26	105	78
Горіхи	17	12	51	36
Вершки 30% жирності	20	20	60	60
Вихід:		150		450

Технологія приготування

Яблука, апельсини обчистити від шкірочки і насіння, а ківі - від шкірочки. Нарізати скибочками; яблука збризнути лимонним соком. Родзинки перебирати, промити, замочити, охолодити. Горіхи почистити, подрібнити, підсушити. Все покласти шарами в креманку. Прошарки заправити лимонним соком з цукром. Поверхню салату полити збитими вершками, посипати горіхами, прикрасити лимоном.

Правила відпуску

Відпускають в креманці, яку ставлять на пиріжкову тарілку з паперовою серветкою.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - продукти викладені в креманку шарами з урахуванням кольорової гами; прошарки змащені лимонним соком з цукром; на поверхні салату - збиті вершки, горіхи. Смак і запах - характерний для продуктів, які входять до складу салату; солодкуватий. Колір - притаманний природному кольору плодів та вершкам. Консистенція плодів - м'яка, яблук - хрумка.

Паштет з печінки

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Печінка яловича	1240	1029/700	124	103/70	372	309/210
Масло вершкове	75	75	8	8	24	24
Шпик	104	100	10,4	10	31,2	30
Цибуля ріпчаста	119	100/50	12	10/5	36	30/15
Морква	93	74/50	9	7/5	27	21/15
Яйця	? шт..	20	1/20 шт.	2	3/20 шт.	6
Молоко	50	50	5	5	15	15
Вихід:				100		

Технологія приготування

Нарізані цибулю, моркву підсмажують зі шпиком до напівготовності, додають нарізану печінку, спеції, все смажать і пропускають крізь м'ясорубку з дрібною решіткою, додають ^{2}/з норми розм'якшеного вершкового масла, молоко або бульйон, сіль, перець і ретельно вимішують. Формують у вигляді батона. Оформляють маслом і січеним яйцем. Нарізають на порції.

Правила відпуску

Відпускають на закусочній тарілці або блюді.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - паштет сформований у вигляді батона, оформлений

маслом і січеним яйцем. Смак - в міру солоний, з присмаком печінки. Запах - з ароматом овочів. Колір - коричневий. Консистенція - однорідна, без грудочок.

Яйця фаршировані оселедцем і цибулею

Продукти	**1 порція**		**3 порції**	
	брутто	**нетто**	**брутто**	**нетто**
Яйця	½ шт.	30	1,5 шт.	90
Оселедець	10	5	30	15
Цибуля ріпчаста	6	5	18	15
або цибуля зелена	6	5	18	15
Маса фаршированого яйця	-	30	-	90
Горошок зелений консервований	38	25	84	75
Огірки свіжі	25	20	75	60
Майонез	10	10	30	30
Вихід:		100		300

Технологія приготування

Яйце, зварене круто, розрізають повздовж, видаляють жовток, протирають його і з'єднують з м'якоттю оселедця і цибулею, пропущеними крізь м'ясорубку (оселедця попередньо вимочують). Отриману масу заправляють частиною майонезу, а потім кладуть у білок замість жовтка; з нижньої частини білка зрізують невеликий шматочок так, щоб яйце було стійким, і поливають майонезом, який залишився.

Правила відпуску

Подають на закусочній тарілці. Поряд з яйцем викладають овочі. Оформляють овочами і зеленню. Страву можна відпускати без овочів.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: яйце зафаршироване, полите майонезом, форма яйця збереглась. Смак і запах характерний для продуктів, які входять до складу страви. Колір фаршу – кремовий, яйця – білий. Консистенція соковита, ніжна.

Фарш грибний

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Гриби сушені	410	410	4	4	12	12
Маса варених грибів	-	820	-	8	-	24
Олія	50	50	0,5	0,5	1,5	1,5
Цибуля ріпчаста	100	84	1	0,8	3	2,4
Маса пасерованої цибулі	-	42	-	0,4	-	1,2
Борошно	10	10	0,1	0,1	0,3	0,3

Перець чорний мелений	0,2	0,2	0,002	0,002	0,006	0,006
Сіль	20	20	0,2	0,2	0,6	0,6
Вихід:				10		30

Технологія приготування

Сушені білі гриби ретельно промивають, замочують, а потім відварюють. Отриманий відвар проціджують і використовують для приготування білого соусу. Варені гриби миють, обсушують, дрібно нарізають. Подрібнені гриби злегка підсмажують, додають пасеровану цибулю, перець, сіль, соус і все ретельно перемішують.

Оселедець натуральний з картоплею і маслом

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Оселедець	73	35	219	105
Картопля	103	77	309	231
Маса вареної картоплі	-	75	-	225
Масло вершкове	15	15	45	45
Вихід:		35/75/15		

Технологія приготування

Філе оселедця (м'якоть) нарізають тоненькими шматками. Картоплю відварюють.

Правила відпуску

Шматки оселедця викладають на тарілку для оселедця у вигляді цілої риби, приклавши хвіст і оброблену голову, прикрашають зеленню петрушки.

Окремо в баранчику, який ставлять на закусочну тарілку з паперовою серветкою, подають гарячу відварну картоплю, цілу або обточену бочечками, политу олією або зі шматочками вершкового масла - у розетці. Картоплю посипають посіченою зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - оселедець без шкіри і кісток, нарізаний тоненькими шматками; варена картопля обточена бочечками. Смак і запах - характерний для оселедця, смак - солонуватий. Колір оселедця - сірий, картоплі - жовтуватий. Консистенція - м'яка.

Оселедець січений

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Оселедець	938	450	94	45	282	135
Хліб пшеничний	140	140	14	14	42	42
Молоко або вода	140	140	14	14	42	42
Цибуля ріпчаста	143	120	14	12	42	36
Яблука свіжі	143	100	14	10	42	30
Масло вершкове	50	50	5	5	15	15
Оцет 3%	30	30	3	3	9	9

Вихід:				100		300

Технологія приготування

Філе оселедця (м'якоть), яблука, обчищені від шкірки з видаленими насіннєвими гніздами, ріпчасту цибулю нарізають, додають замочений в молоці або воді віджатий білий хліб і пропускають крізь м'ясорубку. В отриману масу додають масло, оцет, перемішують і вибивають.

Правила відпуску

Відпускають в оселедниці, сформувавши масу у вигляді оселедця.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - готова оселедцева маса сформована у вигляді оселедця. Смак - в міру солоний, злегка гострий. Запах з ароматом оселедця. Колір сірий. Консистенція однорідна, без грудочок.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідниць роботи

Корисні поради до ЛПР № 18

Ікра (паюсна, зерниста) не підсохне і залишиться свіжою протягом 7-10 днів, якщо її поверхню залити тонким шаром олії або покласти зверху 2-3 скибочки лимона, а посуд накрити папером і зав'язати. Твердий сир при тривалому зберіганні на холоді втрачає вологу і стає сухим і занадто твердим. Такий сир можна освіжити, поклавши його на деякий час у молоко. При нарізуванні м'якого сиру ніж змочують гарячою водою. Нарізаний твердий сир швидко обвітрюється і підсихає, тому його нарізують за 20-30 хв. до реалізації. Замість хліба для канапе можна використовувати воловани, корзиночки та печиво-крекери.

Для салатів-коктейлів нарізані продукти не перемішують, а укладають в креманку шарами з урахуванням кольорової гами. Щоб нарізані для салату яблука не потемнішали, збризкують їх лимонною кислотою або соком лимона. Шкіру з оселедця знімають в напрямку від голови до хвоста. Якщо вона погано знімається, слід потримати оселедця 5-10 хв. у холодній воді. Твердий і сухий оселедець міцного посолу вимочують спочатку у холодній воді (він набухає і стає соковитішим), а потім у молоці (молоко розм'якшує м'якоть); ніжний і м'який оселедець міцного посолу вимочують у міцній заварці чаю (дубильні речовини чаю запобігають розм'якшенню м'якоті при вимочуванні). На гарнір до оселедця використовують мариновану ріпчасту цибулю. Вона м'якша, соковитіша і не така гостра.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Паштет гірчить.	Використали свинячу печінку, яловичу	Використовувати печінку яловичу, якщо ж використовуєте свинячу печінку, то її необхідно обшпарити.
2	Паштет має жовтуватий колір.	Додали багато моркви.	Дотримуватись норм закладки продуктів.
3	Консистенція	Пересмажили печінку,	Печінку злегка підсмажити,

	паштету неоднорідна з крупинками.	погано, погано подрібнили.	протушкувати до готовності, охолодити і двічі пропустити крізь м'ясорубку з решіткою з малими отворами.
4	Оселедець січений солоний.	Використали солоного оселедця.	Дуже солоні оселедці вимочити у холодній воді або молоці.
5	Закусочні бутерброди високі.	Хліб нарізали товстими скибочками.	Хліб нарізали скибочками завтовшки 1 см.
6	Салат «Дністер» пустив сік.	Рано заправили салат, невірно підготували капусту.	Салат заправляти безпосередньо перед відпуском. Капусту прогріти з оцтом і сіллю.
7	В салаті вітамінному потемніли яблука.	Не дотримались правил зберігання обчищених яблук.	Обчищені яблука зберігали в підкисленій воді.
8	Салат-коктейль фруктовий має неприбавливий зовнішній вигляд.	Фрукти викладені без урахування кольорової гами.	Викладати фрукти в креманку шарами з урахуванням кольорової гами.
9	Салат-коктейль фруктовий пустив сік.	Дрібно нарізали фрукти.	Фрукти нарізати скибочками середньої товщини.

Лабораторно – практична робота № 19

Тема:Солодкі страви. Вироби з тіста

Мета: засвоєння знань про значення солодких страв, виробів з тіста їх класифікація, характеристика сировини; формування вмінь та навичок приготування солодких страв та страв із тіста; формування вмінь робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підібрати інструмент, інвентар посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;розвивати самостійність, вміння орієнтуватися у виробничих умовах;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення: обробні дошки, каструлі, сотейники, листи, сковороди, сито, качалки, ножі, дерев'яні копистки, металеві лопатки.

Інструкційно-технологічні картки приготування солодких страв та страв з тіста.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Підібрати необхідний інструмент, інвентар, посуд та організувати робоче місце.

2.Приготувати напої: чай, різні способи подачі; компот (три різновиди). Вироби з тіста: пиріжки смажені, млинчики, оладки, млинці.

3.Дати якісну оцінку напоям та виробам з тіста.

Виконати дослідницьку роботу:

а) заварити чай відстояною водою (відстоювали не менш ніж одну добу);

б)заварити чай водою з крану, порівняти якість заварки,пояснити;

в) порівняйте щойно замішане дріжджове тісто з готовим тістом після закінчення бродіння; поясніть, чому тісто збільшилося в об'ємі, набуло приємного спиртового запаху; за якими ознакам ви визначили готовність тіста?

Скласти звіт про роботу.

Скласти проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1. Співвідношення рідини і борошна для млинчиків.
2. Співвідношення рідини і борошна для оладків.
3. Правила заварювання чаю.
4. Як приготувати опару? Співвідношення сировини в опарі.
5. Особливість приготування узвару з сухофруктів.
6. Як приготувати фарш яблучний?
7. Особливості приготування компотів зі свіжих ягід

Група поділяється па 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує чай; різні способи подачі.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує компот, три різновиди.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує пиріжки печені.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує пиріжки смажені.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує млинчики з варенням.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує оладки.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує млинці.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Чай, різні способи подачі

1. Фарфоровий чайник сполоснути окропом.
2. Насипати чай.
3. Залити окропом на третину об'єму, закривають кришкою.
4. Накрити серветкою.
5. Дати настоятися 5-10 хв.
6. Долити чайник окропом.
7. Відпустити.
8. Відпустити чай з молоком, лимоном, варенням. В чашку до чаю налити молоко. Додати цукор. На склянку: чаю -150 г, молока -50 г, цукру -15г.

Корисні поради

Не зберігайте сухий чай з продуктами, що мають гострий запах: він легко поглинає сторонні запахи. Покладіть у коробочку, де зберігається чай, шкірочку лимона або апельсина. Від цього він стане ароматним. Не ставте заварений чай на гарячу плиту: він стає міцнішим, але втрачає смак і аромат. Якщо чай подається з молоком, то налийте молоко в чашку до чаю, а цукор покладіть згодом. Не кладіть у чай багато цукру - він поглинає вітамін В.

Узвар із сухофруктів

1.Сухофрукти розсортувати.

2.Промити.

3.Великі сушені груші розрізати.

4.Покласти у цукровий сироп груші і яблука.

5.Варити 20 хв. до розм'якшення фруктів.

6.Додати вишні, сливи.

7.Варити 10-15 хв.

8.Додати родзинки.

9.Варити 4-5 хв.

10.Охолодити і настояти 5-6 годин.

Компот із полуниць

1.Полуниці помити, видалити плодоніжку.

2.Приготувати цукровий сироп (цукор, лимонна кислота).

3.Полуницю залити гарячим сиропом.

4.Настояти 30-40 хв.

Компоти зі свіжих плодів

1. Яблука чи груші нарізати часточками.
2. Приготувати цукровий сироп.
3. Фрукти закласти в сироп.
4. Варити 6-8 хв.
5. Додати вишню або черешню.
6. Довести до кипіння.

Корисні поради:

Підготовлені для узвару плоди і ягоди варіть у цукровому сиропі, щоб зберегти їх приємний аромат і смак. Узвар із сушених плодів і ягід буде смачнішим та ароматнішим, якщо його зварити за 10- 12 год. до реалізації і настояти на холоді. Під час настоювання у відвар переходять смакові й ароматичні речовини з плодів та ягід. Узвар із яблук буде смачнішим, якщо додати до нього корицю. При варінні узварів краще зберігатимуться вітаміни, якщо плоди і ягоди закладати в підкислений лимонною кислотою сироп, що сильно кипить.

Пиріжки печені

Тісто, приготоване опарним способом

1. Вода або молоко (60 % від норми).
2. Нагріти до 35-40°С.
3. Розчинити у воді дріжджі (100 %), цукор (4 %), борошно
4. (40 %).
5. Замісити опару (консистенція густої сметани).
6. Поверхню посипати борошном.

7. Поставити для бродіння на 2 години (при tº 35-40°С).

8. В готову опару додати решту рідини з борошном.

9. Замісити тісто.

10. Перед закінченням замішування додати розтоплений маргарин.

11. Тісто залишити для бродіння на 2-3 години.

12. Поки тісто підходить, його слід обім'яти 2-3 рази.

Готовність опари визначається так:

- у процесі бродіння опара збільшується в об'ємі у 2-2,5 рази, на всій поверхні з'являються бульбашки, які лопаються;

- у готовій опарі бродіння сповільнюється, бульбашок на поверхні менше, опара осідає;

- у готового тіста поверхня опукла, приємний спиртовий запах, тісто відстає від посуду та рук;

Формування пиріжків

1. Тісто ділять на шматочки (стіл посипають борошном).

2. Надають форму кульок.

3. Вистоюють 5-6 хв.

4. Розкатують до товщини 0,5-1 см.

5. На середину укладають фарш (протертий сир, яйця, борошно, цукор, ванілін).

6. Формують пиріжок (форма човника).

7. Вистоюють 20-30 хв.

8. Поверхню змащують яйцем.

9. Випікають при температурі 200-240°С.

Пиріжки смажені

Тісто безопарне

1. Воду або молоко нагріти до температури 35-40°С.

2. Розвести у теплій воді та процідити цукор, сіль, яйця, дріжджі.

3. Все змішати з борошном.

4. Замісити тісто протягом 7-8 хв.

5. Наприкінці замішування ввести розтоплений маргарин.

6. Вистоювати тісто 3-4 години.

7. Зробити 1-2 рази обминку:

- Першу обминку роблять, коли тісто збільшиться в об'ємі у 1,5 рази;

- готове тісто однорідне, нема грудочок, тісто легко відстає від рук і стінок посуду;

- пиріжки смажені формують на столі, змащеному олією;

- форма пиріжків у вигляді півмісяця;

- смажать у фритюрі 2-3 хв. при температурі 175-180°С.

Фарш із печінки

1. Пасерувати цибулю.
2. Змішати з обсмаженою печінкою.
3. Все пропустити через м'ясорубку.
4. Обсмажити.
5. Додати сіль, перець, білий соус.

Млинчики з варенням

1. Борошно просіяти.
2. У воді або молоці розвести сіль, цукор, яйця, процідити.
3. З'єднати з борошном, поступово вливаючи рідину.
4. Збити до однорідної маси.
5. При утворенні грудочок тісто процідити.
6. Млинчики смажити на змащених жиром сковородах з одного боку.
7. На підсмажену сторону покласти фарш.
8. Надати форму прямокутника.
9. Обсмажити на маргарині з обох боків.
10. Відпустити.

При приготуванні тіста для млинчиків слід додержуватися норми води або молока, а саме: на 1 кг борошна - 2-2,5 л.

Оладки

1. У воді розчинити сіль, цукор.
2. Додати розведені дріжджі.
3. Все з'єднати, процідити.
4. Додати залишок води (35-40°С), борошно.
5. Перемішати до однорідної маси.
6. Тісто поставити у тепле місце для бродіння на 3-4 години.
7. Зробити 1-2 обминки.
8. Оладки смажать по 3 штуки на порцію, завтовшки 5-6 мм.

При приготуванні тіста для оладків слід додержуватися норми співвідношення води та борошна 1:1.

Млинці

Тісто для млинців готується, як для оладків, але співвідношення борошна та рідини - 1:1,65. Крім того, в тісто додають розтоплений жир (наприкінці замішування).Щоб млинці були більш пористими, наприкінці бродіння додають збиті білки яєць та запарюють тісто киплячим молоком.

Звіт про роботу

№	Назва страви виробу	Відповідність вимог якості	Дефекти страви виробу	Результати дослідницьк роботи

Теоретичні відомості
ІНСТРУКЦІЙНО – ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Пиріжки печені

Продукти	Маса нетто на 10 шт.
Тісто	640
Борошно на підсип	19
Фарш	450
Жир для змащування листів	3,5
Меланж для змащування пиріжків	20
Борошно	409
Цукор	29
Маргарин	44
Меланж	44
Сіль	5
Дріжджі	15
Вода	109
Фарш	
Сир	187
Яйця	18
Борошно	9
Цукор	18
Ванілін	0,2
Фарш яблучний	
Яблука свіжі	187
Цукор	45
Вихід на одну порцію	100

Технологія приготування

В каструлю вливають підігріту до 35-40°С воду, додають розведені у воді, проціджені дріжджі, всипають трохи борошна, 4 % цукру і перемішують до одержання однорідної консистенції. Поверхню опари посипають борошном, каструлю накривають кришкою і залишають на 2,5-3 год. для бродіння. Коли опара збільшиться в об'ємі в 2-2,5 разиі починає опадати, до неї додають залишок рідини з розведеними сіллю, цукром, яйцями, потім все перемішують, всипають залишок борошна і замішують тісто. Перед закінченням замісу додають розтоплений маргарин. Каструлю закривають кришкою і залишають на 2,5 год.

Далі з підготовленого тіста формують кульки потрібної ваги, дають їм постояти 5-6 хв. і розкачують товщиною 0,5-1 см На середину кожної кульки кладуть фарш і защипують края, надаючи форми човника. Сформовані пиріжки укладають швом донизу на змащений жиром лист. За 5-10 хв. до випікання змащують яйцем. Пиріжки випікаються при 200-240°С.

Фарш з сиром: сир протирають, додають яйця, борошно, цукор, ванілін і все це добре перемішують. Фарш яблучний: яблука чистять, видаляють насіння, нарізають кубиком і пересипають цукром.

Правила відпуску

Якщо подають одну порцію, то на пиріжковій тарілці, три порції-на блюді, застеленому серветкою.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: видовжена форма з загостреними кінцями, поверхня змащена яйцем, гладенька, без тріщин. Смак та запах приємний, солодкуватий, без зайвих запахів та присмаків. Консистенція м'яка. Колір світло-коричневий.

Чай з лимоном

Продукти	**1 порція**	**3 порції**
Чай (заварка)	50	150
Вода	150	450
Цукор	15	45
Лимон	7	21
Вихід:	200/15/7	400/45/21

Технологія приготування

Чай заварюють у фарфоровому чайнику. Відпускають у склянках або чашках. Наливають заварку чаю і доливають окропом. Цукор, лимон подають окремо в розетці.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - прозорий напій; подають в чайних склянках або чашках, лимон -в розетці. Смак і запах - (без цукру) приємний з терпкістю, аромат тонкий. Колір - коричневий. Консистенція - рідка, однорідна.

Чай можна подавати з молоком (50 г) або вершками (25 г) на 1 порцію. Молоко або вершки подають окремо в молочнику. Молоко можна долити у склянку з чаєм.

Компот з полуниць

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Полуниця	59	50	177	150
Вода	142	142	426	426
Цукор	30	30	90	90
Лимонна кислота	0,1	0,1	0,3	0,3
Вихід:		200		600

Технологія приготування

Полуницю миють, видаляють плодоніжку.

Приготування сиропу

У гарячій воді розчиняють цукор, додають лимонну кислоту, доводять до кипіння, проварюють 10-12 хвилин, проціджують. У креманку кладуть полуницю та заливають гарячим сиропом, настоюють 30-40 хв.

Вимоги до якості полуниць.

Зовнішній вигляд - сирі ягоди розкладають у креманки і заливають сиропом. Смак і запах кисло-солодкий, з ароматом полуниці. Колір полуничний. Консистенція ягід м'яка, співвідношення густої та рідкої частини 1:3 або 1:5.

Компот із свіжих плодів

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблука	68	60	204	180
Айва чи груші	66	60	198	180
Вода	142	142	426	426
Черешня або вишні	63	60	189	190
Слива	67	60	191	180
Абрикоси	70	60	210	180
Вода	132	132	396	396
Цукор	30	30	90	90
Кислота лимонна	0,2	0,2	0,6	0,6
Вихід:		200		600

Технологія приготування

Яблука чи груші миють, видаляють насіннєві гнізда, нарізають часточками (щоб плоди не темнішали, тримають їх в підкисленій воді).

Приготування сиропу

У гарячій воді розчиняють цукор, додають лимонну кислоту, доводять до кипіння, проварюють 10-15 хвилин. У підготовлений сироп занурюють плоди. Варять не більше 6-8 хвилин. Яблука (антонівка) та достиглі груші не варять, оскільки вони швидко розварюються. Черешню чи вишню перебирають, видаляють кісточки, закладають у гарячий сироп і доводять до кипіння.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - сироп прозорий, яблука, груші нарізані часточками, без насіння: черешня, вишня у цілому вигляді, без плодоніжок, зберегли форму. Смак і запах - кисло-солодкий, аромат того продукту, з якого приготували компот. Колір - в залежності від виду плодів. Консистенція сиропу - рідка, плодів і ягід - м'яка.

Компот із суміші сухофруктів

Продукти	1000	250
Яблука, груші, чорнослив, урюк, курага, родзинки та інше	125	31,2
Яблука, груші, чорнослив, урюк, курага, родзинки та інше	310	77,5
Цукор	100	25
Кислота лимонна	1	0,25
Вода	960	240
Вихід:	960	240

Технологія приготування

Підготовлені сухофрукти розсортувати за видами, промити. У киплячий сироп покласти груші (великі розрізати), варити 20 хв., додати яблука і варити ще 20 хв., потім покласти інші сухофрукти (крім родзинок) і варити 10-15 хв., ввести родзинки і варити 4-5 хв. Можна додати лимонну кислоту. Охолодити до 10°С і настоювати 5-6 годин. Відпуск - подають у склянках. Рідина та сухофрукти у співвідношенні 3:1.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд сухофрукти зварені до повної готовності,зберегли

форму. Смак і запах кисло-солодкий, аромат суміші сухофруктів. Колір рідини від світлого до темно-коричневого.

Млинці

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно пшеничне	72	72	216	216
Яйця	1/10 шт.	4	13	12
Цукор	3	3	9	9
Маргарин	3	3	9	9
Вода	115	115	345	345
Дріжджі	3	3	9	9
Сіль	1,5	1,5	4,5	4,5
Маргарин	5	5	15	15
Масло вершкове або сметана або джем	10 20 20	10 20 20	30 60 60	30 60 60
Маса тіста	-	195	-	585
Маса готових млинців	-	150	-	450
Вихід з сметаною або джемом		150/20		450/60

Технологія приготування

У воді (температура 35-40°С) розчинити сіль, цукор, дріжджі. Все процідити, з'єднати з просіяним борошном, розмішати до однорідної консистенції. Наприкінці замішування додати розтоплений маргарин. Тісто поставити у тепле місце для бродіння на 3-4 години. Зробити одне-два обминання. Перед закінченням, бродіння додати збиті білки та запарити тісто киплячим молоком. Смажать млинці на сковорідках з двох сторін, по три штуки на порцію. Товщина млинця не більше 3 мм.

Правила відпуску

Відпускають у мілких столових тарілках, підігрітих до 40°С. Млинці укладають гіркою, окремо у соуснику подають сметану.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - кругла форма, добре пропечені, на порцію - три штуки. Смак - в міру солоний, солодкуватий. Запах - властивий тісту. Колір - поверхня золотиста. Консистенція - пухка.

Пиріжки з дріжджового тіста, смажені у фритюрі

Продукти	Нетто	
	100 шт.	10 шт.
Тісто дріжджове	5100	510
Фарш	2500	250
Олія для змащування	25	2,5
Жир для смаження	600	60
Вихід:		75

Технологія приготування

Підготовлене тісто охолоджують до 10°С, щоб воно не перекисло під час

формування з нього виробів. На столі, змащеному олією, з тіста роблять джгут, потім порціонують на шматочки масою 50 г, надають їм форми кульок, розкладають на столі і вистоюють 5-6 хв. Після вистоювання кулькам надають форму коржиків завтовшки 4-5 мм. На середину кладуть начинку, згинають їх удвоє, з'єднують краї, надають виробам форми півмісяця, укладають на лист і ставлять в тепле місце для вистоювання на 20-30 хв. Кладуть у підігрітий до 175-180°С фритюр і смажать 2-3 хв. У процесі смаження вироби перевертають і смажать до утворення на всій поверхні рівномірної золотистої шкоринки. Готові пиріжки виймають шумівкою, щоб стекла олія.

Вимоги до якості

Вироби з тіста повинні мати правильну форму, рівномірну поверхневу шкоринку, яка щільно прилягає до м'якоті, без тріщин і надривів. Тісто добре просмажене, еластичне. Поверхня не потріскана. Смак і запах повинні відповідати виробу і його складу.

Безопарне дріжджове тісто

Продукти	**Нетто**	
	1000	**510**
Борошно	605	303
Цукор	39	20
Маргарин	20	11
Сіль	10	5
Дріжджі	19	9,5
Вода	332	166

Фарш з печінки

Продукти	1000		250	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Печінка	1630	1353	407	338
Маргарин столовий	60	60	15	15
Цибуля ріпчаста	100	84	25	21
Борошно	10	10	2,5	2,5
Перець	0,5	0,5	0,1	0,1
Сіль	10	10	2,5	2,5

Технологія приготування

Оброблену печінку обсмажити, змішати з пасерованою цибулею. Пропустити через м'ясорубку, обсмажити на листі, додати сіль, перець, білий соус, перемішати.

Млинчики з варенням

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Млинчики (напівфабрикат)	-	100	-	300
Варення	50,5	50	151,5	150
Маса напівфабрикатів	-	150	-	450

Маргарин	6	6	18	18
Маса смажених млинчиків	-	135	-	405
Рафінадна пудра	5	5	15	15
або сметана	20	20	60	60
Вихід:		135/5		

Технологія приготування

Яйця, сіль, цукор розвести у холодному молоці (50 % норми), всипати борошно, розмішати до однорідної маси, поступово додаючи молоко. Тісто процідити. Млинчики смажать на змащених жиром сковорідках діаметром 24-26 см. Млинчики обсмажують з однієї сторони і охолоджують. На підсмажену сторону кладуть фарш, згортають у вигляді прямокутника, обсмажують з обох боків.

Правила відпуску

Відпускають млинчики по 2 шт. на порцію на мілкій столовій тарілці. Сметану подають в соуснику.

Оладки

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно пшеничне	85	85	255	255
Молоко або вода	85	85	255	255
Яйця	1/10 шт.	4	3/10 шт.	12
Цукор	3	3	9	9
Сіль	2	2	6	6
Дріжджі	2,5	2,5	7,5	7,5
Маргарин столовий	9	9	27	27
Маса готових оладків	-	150	-	450
Сметана	20	20	60	60
Вихід:		150/20		450/60

Технологія приготування

У невеликій кількості води чи молока, нагрітих до 35°С, розчиняють сіль, цукор, додають розведені дріжджі, суміш проціджують, з'єднують з борошном, яйцями та замішують до утворення однорідної маси. Замішане тісто залишають в теплому місці (25-30°С) на 1-2 години. Під час бродіння тісто перемішують.

Оладки смажать з обох боків на підігрітих чавунних сковорідках, змащених жиром. Відпускають по три штуки зі сметаною.

Правила відпуску

Подавати на тарілці для других страв, температура тарілки -40^{в}С. Сметану подавати окремо в соуснику.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - підсмажені з обох боків до рум'яного кольору. Консистенція на розрізі - однорідна, маса без грудочок, пухкі. Смак - солодкуватий.

Корисні поради до ЛПР № 19

Пам'ятайте: якщо в дріжджовому тісті мало цукру, то на виробах не утвориться рум'яна шкірочка. Надлишок цукру сповільнює процес бродіння: вироби з такого

тіста погано пропікаються, розпливчасті, з щільним м’якушем.

Якщо в тісті багато солі або цукру, слід замісити нову порцію тіста без солі або цукру, а потім з’єднати з пересоленим чи перецукрованим тістом і ретельно вимісити його.

Вироби з тіста, що перекисло (перестоялося), мають кислуватий присмак і запах, потріскану поверхню, бліду шкоринку, твердий м’якуш і розпливчасту форму

Дріжджове тісто не буде прилипати до рук, якщо їх заздалегідь змастити олією.

Вироби з рідкого тіста погано пропікаються. Вироби, які недостатньо вистоялися, будуть дрібними, погано пропікатимуться, шкоринка потріскається, оскільки на-початку випікання при високій температурі кондитерської печі процес бродіння відбувається дуже інтенсивно. Вироби починають збільшуватися в об’ємі, а шкоринка, яка утворилася, тріскається.

Дрібні вироби з дріжджового тіста випікайте при високій температурі (260°-280°С) протягом 8-10 хв., оскільки вони швидко прогріваються і не встигають висохнути, поки утвориться шкоринка; великі здобні вироби випікайте при пониженій температурі (200°-230°С) довше, щоб вони рівномірно пропеклися. При високій температурі швидко утворюється шкоринка, а вироби будуть сирими. Визначити температуру в духовці можна, поклавши на її дно тонкий аркуш паперу. Якщо він повільно (близько 5 хв.) почне рум’яніти - температура середня, якщо стане коричневий -висока. Щоб вироби з тіста при випіканні не підгоріли, під лист із тістом покладіть лист із сіллю.

Якщо при випіканні вироби з тіста дуже рум’яніють, накрийте їх вологим папером і продовжуйте випікати при нижчій температурі до повної готовності. Готовність випечених виробів можна перевірити, встромивши в них дерев’яну тонку паличку. Якщо тісто не прилипає до неї - воно випечене. Щоб випечені вироби з тіста були м’якими, їх слід ще гарячими накривати тканиною.

Типові помилки та шляхи їх попередження при приготуванні солодких страв та виробів з борошна

№	Проблема	Причина	Шляхи попередження
1	Чай має не властивий йому запах.	Не дотримувались товарного сусідства при зберіганні.	Не зберігати сухий чай з продуктами, що мають гострий запах.
2	Чай каламутний, не має аромату.	Використали для заварювання тверду воду.	Використовувати м’яку воду або тверду воду і довго кип’ятити, щоб пом’якшити її.
3	Чай темний, має неприємний запах.	Заварку кип’ятили.	Не слід кип’ятити заварений чай.
4	Кава чорна малоароматна.	Не підсмажили зерна або довго їх зберігали.	Перед заварюванням кави зерна підсмажити при температурі 180-200°С до коричневого кольору.
5	Кава гірка з присмаком горілого.	Підгоріли зерна.	Дотримуватись технології обсмажування зерен

6	Оболонка для налисників товста, сирувата.	Тісто для налисників густе.	Слід готувати рідке тісто у співвідношенні 1: 2,5
7	Оболонка для налисників має неоднорідну консистенцію.	Додали одночасно всю рідину, погано перемішали.	Розмішувати борошно з частиною рідини до однорідної маси, влити решту молока, перемішати і процідити тісто..
8	Оладки кислі на смак..	Тісто перекисло (перебродило)	Випікати оладки після збільшення тіста в об'ємі в 2,5 рази.
9	Дріжджове тісто гірчить.	Тісто бродило довго при низькій температурі.	Для бродіння тісто ставлять в приміщенні з температурою 35-40°С.
10	Пиріжки при випіканні розтріскались, мають бліду шкоринку.	Вироби не розстоялись.	Сформовані вироби слід розстоювати протягом 20-30 хв.
11	Пиріжки пересушені.	Випікали при низькій температурі.	Дрібно штучні вироби випікати при температурі 250-280°С.
12	Пиріжки смажені мають підсмажену шкоринку, а всередині сирі.	Смажили в дуже гарячому жирі.	Нагріти фритюр до температури димоутворення, злегка охолодити і смажити вироби..
13	Смажені пиріжки мають світлу шкоринку, жирні.	Смажили в недостатньо нагрітому жирі.	Нагріти жир до температури 170-180 °С.

Лабораторно-практична робота № 20

Тема: Приготування солодких страв

Мета:формування вмінь та навичок приготування солодких страв, формування вмінь робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;підбирати інструмент, інвентар, посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення: столи, ванни, фритюрниця, ваги, холодильна шафа, кухонний промаркований посуд (каструлі, листи, форми), інвентар (шумівка, вінчики, лопатка, дерев'яні копистки, сито, друшляк), інструмент (малий ніж кухарської трійки, карбувальний ніж, виїмка для видалення насіннєвого гнізда); посуд для відпуску страв: вазочки, креманки, десертна тарілка.

Інструкційно-технологічні картки.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати, оформити такі страви: желе з плодами консервованими, мус яблучний на манній крупі, мус з журавлини, крем ванільний, шарлотку з яблуками, яблука в тісті, пудинг рисовий.

2.Дати оцінку якості приготованих страв.

Виконати дослідницькі завдання:

а) частину маси для мусу збити при температурі нижче 40°С, пояснити результати;

б) для крему ванільного частину яєчно-молочної суміші проварити на водяній бані при температурі 90-95 °С, пояснити результати.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Як підготувати желатин для желе?

2.Яка норма желатину на 1 кг желе?

3.Яка різниця в технології приготування желе та мусу?

4.Яка температура збивання мусу?

5.Як підготувати хліб для шарлотки з яблуками?

6.Як приготувати тісто кляр для яблук у тісті?

7.Яка особливість приготування пудингів?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує желе з консервованими плодами.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує мус яблучний на манній крупі.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує мус з журавлини.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує крем ванільний.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує шарлотку з яблуками.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує яблука в тісті.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує пудинг рисовий.

Послідовність технологічного процесу приготування страв

Крем ванільний

1. Вершки 35-відсоткової жирності охолодити.
2. Ванілін розтерти з цукровою пудрою.
3. Желатин замочити у холодній кип’яченій воді (1:8) на 1-1,5 години.
4. Залишок води відтиснути крізь марлю.
5. Замочений желатин розчинити (злегка підігріти), охолодити.
6. Міксером збити вершки до утворення пухкої маси.
7. Всі компоненти з’єднати.
8. Щоб вийняти крем з форми, її треба занурити в теплу воду на 1-2сек.
9. Покласти у креманку.

10.Полити шоколадним сиропом.

Шарлотка з яблуками

1.З батона зрізати шкірочку.

2.Нарізати його скибочками.

3.Залишок хліба нарізати дрібними кубиками, злегка підсушити.

4.Зробити суміш: яйця, цукор, молоко (добре розмішати).

5.Хліб замочити у цій суміші (скибочками) з одного боку.

6.Яблука почистити, вийняти зернята, нарізати кубиками.

7.Змішати яблука, підсушений хліб, корицю, цукор.

8.Форму змастити жиром.

9.Обкласти дно та стінки форми скибочками намоченого хліба (змоченим боком до дна і стінок).

10.Усередину форми покласти яблучну начинку.

11.Зверху закрити змоченими скибочками хліба (змочений бік догори).

12.Поверхню просочити солодкою сумішшю, що залишилася.

13.Запікати при 180-200°С до утворення золотистої шкірочки.

14.Готову шарлотку витримати у формі 10 хв.

15.Нарізати на порції.

16.Полити абрикосовим соусом або соус подати окремо.

Мус яблучний на манній крупі

1.Воду довести до кипіння.

2.Закласти нарізані дрібно яблука без шкірки та насіннєвого гнізда.

3.Зварити.

4.Яблука протерти, з’єднати з відваром.

5.Додати цукор, лимонну кислоту, довести до кипіння.

6.Ввести тоненькою цівкою просіяну манну крупу, постійно помішуючи.

7.Варити 15-20 хв.

8.Охолодити до 40°С.

9.Збити до густої пінистої маси.

10.Розлити у форми, охолодити.

11.Подавати у креманках.

12.Полити сиропом.

Желе з плодами консервованими

1.З компоту злити сироп.

2.Змішати з водою, цукром, попередньо замоченим та відтиснутим желатином, лимонною кислотою.

3.Все довести до кипіння.

4.Процідити.

5.Фрукти нарізати скибочками.

6.Укласти у форму.

7.Залити желе.

8.Охолодити.

9.Занурити на 1-2 сек. у гарячу воду.

10.Перекласти у креманку.

Яблука в тісті

1.З яблук зняти шкірочку, видалити насіннєве гніздо.

2.Нарізати кружальця товщиною 0,5 см.

3.Пересипати цукром.

4.Жир нагріти до 170°С.

5.Для тіста кляр просіяти борошно.

6.У молоці розчинити цукор, жовток, трошки солі, сметану.

7.Цю суміш необхідно поступово вливати у борошно, розмішуючи, щоб не було грудочок.

8.Білок охолодити, збити міксером до пишної маси (збільшується у 4-5 разів, добре тримається на вінчику). Алюмінієвий посуд не використовувати.

9.Збитий білок покласти у тісто, обережно перемішати.

10.Яблука занурити у тісто.

11.Смажити у фритюрі (приготувати шумівку).

12.Десертну тарілку покрити серветкою.

13.Гіркою викласти яблука у клярі, посипати цукровою пудрою.

Мус з журавлини

1.Журавлину перебрати, помити, обшпарити.

2.Протерти крізь волосяне сито.

3.Сік поставити у холодильник.

4.Вичавки залити водою.

5.Проварити 5-10 хв.

6.Процідити.

7.Додати цукор, підготовлений желатин (див. крем ванільний).

8.Довести до кипіння.

9.Охолодити до 30-40°С.

10.Додати сік.

11.Збити міксером (маса збільшиться у 4-5 разів).

12.Перекласти у форми або у креманки.

13.Охолодити (поставити у холодильник на 1-1,5 год.), при відпуску полити сиропом.

Пудинг рисовий

1.Рис перебрати, промити теплою водою.

2.Закласти рис у підсолену воду, проварити 10 хв.

3.Долити кипляче молоко. Треба зварити в’язку кашу (з розрахунку на 1 кг рису 3,7 л рідини).

4.Родзинки промити, замочити у холодній воді для набухання.

5.Ванілін розчинити у теплій воді.

6.Жовтки добре розтерти з цукром (маса біліє, не відчуваються кристали цукру),

7.Форму змастити жиром, обсипати сухарями.

8.Змішати в’язку кашу (70°С) з родзинками, ваніліном, вершковим маслом, цукатами, розтертим жовтком з цукром.

9.Білок треба охолодити, збити до стійкої пишної маси.

10.Обережно перемішати з кашею.

11.Викласти у підготовлену форму.

12.Зверху змастити сумішшю сметани і жовтка.

13.Зробити виделкою або ложкою малюнок.

14.Запікати при 250-280"С.

15.Перед відпуском потримати пудинг у формі 10- 15 хв.

16.Вийняти з форми, нарізати на порційні шматки.

17.Відпустити з сметаною.

Теоретичні відомості

ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ КАРТКИ

Крем ванільний ІІ варіант

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Вершки 35% жирності	700	700	140	140	420	420
Цукрова пудра	200	200	40	40	120	120
Желатин	20	20	4	4	12	12
Ванілін	0,15	0,15	0,03	0,03	0,09	0,09
Вода	160	160	32	32	96	96
Вихід:				200		600

Технологія приготування

Вершки охолодити, збити у пишну густу масу. Ванілін розтерти з цукровою пудрою, додати у збиті вершки і при помішуванні влити тоненькою цівкою злегка охолоджений розчинений желатин. Крем розлити у форми, охолодити.

Правила відпуску

Форму з кремом занурюють у теплу воду на декілька секунд. Крем викладають на вазочку або на десертну тарілку. Можна полити сиропом шоколадним (30 г на порцію)

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: крем має форму тієї формочки, в якій охолоджується. Колір білий. Запах ваніліну. Смак кисло-солодкий. Консистенція густа пориста маса.

Сироп шоколадний

Продукти	1000	90
	нетто	нетто
Цукор	525	47
Какао-порошок	110	10
Ванілін	0,5	0,04
Вода:	500	45

Технологія приготування

Какао-порошок розтерти з цукром, додати гарячу воду, розмішати. Суміш довести до кипіння. Ванілін розчинити в теплій воді (1:20), додати у готовий шоколадний сироп, охолодити.

Шарлотка з яблуками

Продукти	**850**		**1 порція**		**3 порції**	
	брутто	**нетто**	**брутто**	**нетто**	**брутто**	**нетто**
Яблука	500	350	117	82	351	246
Хліб білий	325	325	76	76	228	228
Молоко	150	150	35	35	105	105
Цукор	100	100	23	23	69	69
Яйця	60	50	15	12	30	36
Кориця	1	1	0,2	0,2	0,6	0,6
Масло вершкове	50	50	12	12	36	36
Маса готової шарлотки		850				
Соус		150		30		
Вихід:				200/30		600/90

Технологія приготування

Яблука очистити від шкірочки, зернят, нарізати дрібними кубиками, додати цукор. З хліба зрізати шкоринку. Хліб нарізати скибочками товщиною 0,5 см. Залишок хліба нарізати дрібними кубиками, підсушити.

Скибочки хліба з однієї сторони змочити у суміші яєць, молока, цукру. Цим хлібом обкласти дно та стінки обмащеної жиром форми.

Яблука змішати з підсушеним хлібом, корицею, цукром. Цей фарш викласти у форму зверху накрити скибочками хліба, запекти. Поверхню просочити солодкою сумішшю, що залишили, запікати при 180-200 °С.

Правила відпуску

Готову шарлотку витримують у формі 10 хв., потім викладають на десертну тарілку (цілу на блюдо). Шарлотку поливають абрикосовим соусом (30 г на порцію).

Вимоги до якості

Колір - на поверхні золотистий, на розрізі колір хліба жовтуватий, а яблучної маси сірувато-коричиевий. Смак - кисло-солодкий. Аромат -

яблук, кориці. Консистенція - шкірочка шарлотки хрустка, скибочки хліба м'які, начинка ніжна, соковита.

Соус абрикосовий

Продукти	1000		90	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курага	110	110	10	10
Вода	400	400	36	36
Цукор	600	600	54	54

Технологія приготування

Курагу перебрати, промити, залити холодною водою і залишити на 2-3 години. Зварити, протерти, додати цукор, проварити до загусання, охолодити.

Мус яблучний на манній крупі

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйця	341	300	68	60	204	180
Цукор	150	150	30	30	90	90
Крупа манна	80	80	16	16	48	48
Кислота лимонна	1,5	1,5	0,3	0,3	0,9	0,9
Вода:	750	750	150	150	450	450
Вихід:				200		600

Технологія приготування

З яблук вийняти насіння, дрібно нарізати їх, зварити. Відвар процідити, яблука протерти, все змішати, додати цукор, кислоту та тоненькою цівкою всипати просіяну манну крупу. Все проварити 15-20 хв., охолодити до 40°С, збити до густої піно подібної маси. Розлити у форми, охолодити.

Правила відпуску

Викладають у креманку або у вазочку. Поливають сиропом (20 г на порцію).

Вимоги до якості

Колір білий. Смак солодкий. Консистенція дрібнопориста, ніжна, злегка пружна.

Желе з плодами консервованими

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Персики консервовані	50	50	150	150
Сироп з консервованого компоту	40	40	120	120
Вода	60	60	180	180
Цукор	10	10	30	30
Желатин	3	3	9	9
Лимонна кислота	0,1	0,1	0,3	0,3
Вихід:		150		450

Технологія приготування

Сироп з консервованого компоту змішати з водою, цукром,

підготовленим желатином, довести до кипіння, додати лимонну кислоту, процідити. Персики нарізати скибочками, викласти у форму, залити желе, охолодити.

Правила відпуску

Подають у креманках або вазочках. Можна полити сиропом (20 г на порцію).

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - фрукти в желе акуратно нарізані, викладені у вигляді малюнка. Форма желе відповідає формочці, в якій його готували. Смак і запах тих продуктів, з яких готують желе. Консистенція драглеподібна, однорідна.

Яблука в тісті

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблука	100	70	300	210
Цукор	3	3	9	9
Борошно	20	20	60	60
Яйця	60	55	180	165
Молоко	20	20	60	60
Сметана	5	5	15	15
Цукор	3	3	9	9
Сіль	0,2	0,2	0,6	0,6
Жир	10	10	30	30
Маса смажених яблук	-	130	-	390
Цукрова пудра	10	10	30	30
Вихід:		130/10		390/30

Технологія приготування

З яблук зняти шкірочку, видалити насіннєве гніздо, нарізати кружальцями 0,5 см завтовшки, посипати цукром. Занурити у тісто кляр, обсмажити у фритюрі до золотистої шкірочки.

Правила відпуску

Яблука подають на десертній тарілці, яка застелена серветкою, посипають цукровою пудрою.

Вимоги до якості

Смак яблук - кисло-солодкий, тіста - солодкуватий. Колір - на поверхні золотистий, всередині білий. Консистенція яблук - ніжна, шкірочка хрустка.

Пудинг рисовий

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Рис	48	48	144	144
Молоко	75	75	225	225
Вода	80	80	240	240
Цукор	15	15	45	45
Яйця	20	20	60	60

Масло вершкове	10	10	30	30
Родзинки	10,5	10	31,5	30
Сухарі	5	5	15	15
Сметана	5	5	15	15
Ванілін	0,01	0,01	0,03	0,03
Маса напівфабрикату	-	240	-	720
Маса готового пудингу	-	200	-	600
Варення	-	30	-	90
Вихід:		200/30		600/90

Технологія приготування

Зварити в'язку кашу, охолодити до 60-70°С, додати цукати, розтерті жовтки з цукром, родзинки, ванілін, вершкове масло, масу перемішати, додати збиті білки. Форму змастити жиром, посипати сухарями, викласти масу, змастити сумішшю яйця і сметани, запікати при 250-280°С.

Правила відпуску

Пудинг подають на десертній тарілці, зверху або поруч - варення.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - пудинг з підрум'яненою шкірочкою без тріщин, на розрізі - жовтуватий. Смак солодкуватий. Аромат ванілі. Консистенція м'яка, кірочка хрустка.

Мус із журавлини

Продукти	1000		1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Журавлина	281	200	56	40	168	120
Цукор	160	160	32	32	96	96
Желатин	27	27	5,7	5,7	16	16
Вода	740	740	148	148	444	444
Вихід:				200		600

Технологія приготування

Журавлину помити, обшпарити, протерти. Вичавки залити водою, проварити 5-10 хв., процідити, додати цукор, підготовлений желатин, довести до кипіння, охолодити до 30-40°С, додати сік, збивати до пишної маси. Розлити у форми, охолодити.

Правила відпуску

Форму з мусом занурюють на $^{2}/_{3}$ об'єму у теплу воду (на декілька секунд). Викладають у креманку або вазочку, поливають сиропом (на порцію -20 г).

Вимоги до якості

Смак кисло-солодкий. Колір рожевий. Консистенція дрібнопориста, ніжна, злегка пружна.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти страви	Результати дослідницької роботи

Корисні поради ЛПР № 20

Для приготування желе желатин або агароїд замочують у восьми частинах холодної води і залишають на 1-1,5 години для набухання. Перед використанням залишок води зливають, желатин злегка відтискують. Готове желе охолоджують при 2-8°С 1-1,5 години, а перед подаванням желе виймають з формочки, опустивши її на 2-3 сек у гарячу воду, витирають стінки і дно формочки, струшують, перевертають і обережно перекладають у креманку або на десертну тарілку. Вино або лимонний сік значно покращують смак плодово-ягідного желе, мигдаль - молочного. Масу для мусу охолоджують до 30-40°С і збивають до утворення стійкої пухкої маси.

При приготуванні мусу яблучного на манній крупі крупу треба просіяти і варити у відварі яблук не менше 15-20 хв. Обчищенні яблука не потемнішають, якщо до теплової обробки їх покласти у холодну ледь підкислену лимонною кислотою воду. Збивайте білки яєць спочатку повільно, поступово прискорюючи темп збивання. Якщо білки яєць збиваються погано, додайте кілька краплин лимонної кислоти. Не використовуйте для збивання білків емальований або алюмінієвий посуд. Визначити правильність збитого мусу можна таким чином: на вінчику маса тримається «шапкою».

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Желе розм'якшилося, з нього виділилася рідина.	Порушили строк зберігання.	Готове желе зберігати на холоді не більше 12 год.
2	Желе каламутне.	Каламутний відвар плодів чи ягід або неякісний желатин.	Желе слід освітляти яєчним білком (24 г на 1000 г желе). Білок змішують з однаковою кількістю перевареної холодної води, вливають у сироп і проварюють 8-10 хв. При слабкому кипінні, проціджують.
3	При збиванні мусу знизу утворився шар желе.	Не та температура, при якій збили мус.	Оптимальна температура збивання мусу 30-40ºС.
4	У страві «яблука в тісті» тісто не пухке.	Погано збили білок або заклали його у тісто задовго до смаження.	Для збивання білки треба охолодити, не використовувати старі яйця, слідкувати, щоб у білку не було краплинок жиру. Збитий білок закладати у тісто перед смаженням.
5	При застиганні желе утворилися грудочки.	Посуд, в який влили желе для застигання, був дуже холодний.	Посуд повинен бути кімнатної температури.
6	Пудинг рисовий сирий.	Запікали в дуже гарячій шафі, на поверхні швидко утворилася щільна кірочка.	Запікати пудинг треба при 180-200ºС.
7	Тісто кляр у страві «яблука в тісті»	Смажили у холодному фритюрі.	Температура смаження у фритюрі повинна бути 170ºС.

	насичене жиром.		
8	Пудинг рисовий після теплової обробки втратив форму.	Для пудингу зварили рідку кашу.	Треба зварити в'язку кашу, з розрахунком на 1 кг. крупи – 3,7 л. води.

Лабораторно-практична робота № 21

Тема: Приготування виробів з тіста

Мета:формування вмінь та навичок приготування виробів з тіста, формування вмінь робити перерахунок сировини на задану кількість виробів;підбирати інструмент, інвентар, посуд;організувати робоче місце;дотримуватися правил ведення технологічного процесу;економно використовувати електроенергію, воду, сировину;виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;проводити бракераж виробів.

Матеріально-технічне забезпечення:стіл, жарова шафа, плита, качалка, сито, дерев'яна копистка, шумівка, кондитерські дошки, ножі, листи, сковорідка, каструлі.

Інструкційно-технологічні картки.

Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.– М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

Порядок виконання роботи

Виконати такі технологічні операції:

1.Приготувати вироби з тіста, відпустити, провести бракераж.

2.Виконати дослідницьку роботу: відібрати частину замішаного дріжджового тіста, залишити його для бродіння, але не робити обминань; при збільшенні тіста в об'ємі у 2,5 рази сформувати ватрушки; після випікання порівняти з ватрушками з тіста, яке при бродінні обминали, зробити висновки.

Скласти звіт про роботу.

Складання проекту на страву за вибором.

Дати відповідь на запитання:

1.Як приготувати тісто для чебуреків?

2.Як приготувати рибний фарш?

3.Яка особливість у приготуванні біляшів?

4.Як приготувати тісто для пирога?

5.Чому сформовану кулеб'яку залишають для вистоювання на 20-30 хв?

6.Яка температура випікання ватрушок?

Група поділяється на 7 бригад (7 робочих місць)

Бригада 1 (робоче місце № 1) готує пиріг напіввідкритий з прісного здобного тіста.

Бригада 2 (робоче місце № 2) готує ватрушки з сиром.

Бригада 3 (робоче місце № 3) готує кулеб'яку з м'ясом.

Бригада 4 (робоче місце № 4) готує рулет з маком.

Бригада 5 (робоче місце № 5) готує розтягаї з рибою.

Бригада 6 (робоче місце № 6) готує біляші.

Бригада 7 (робоче місце № 7) готує чебуреки.

Послідовність організації робочого місця при приготуванні виробів з тіста

1.Отримати необхідний посуд, інвентар, інструмент.

2.Організувати робоче місце, а саме:

а) сировину викласти в підготовлений посуд, дотримуючись товарного сусідства;

б) вимити стіл та інструмент гарячою водою;

в) перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна;

3. Викладач показує прийоми:

а) замішування тіста (дріжджового);

б) порціонування тіста;

в) приготування фарші в;

г)формування виробів;

ґ) випікання виробів.

Послідовність технологічного пронесу приготування виробів з тіста

Чебуреки

1. Замісити тісто:

а)у просіяне борошно додати нагріте до 30-35°С молоко, сіль і замішувати тісто до однорідної консистенції;

б) залишити тісто на 30-40 хв, накривши його, для набухання клейковини і надання еластичності і пластичності.

2.Поділити тісто на шматки масою 60 г.

3.Розкачати у вигляді коржиків на столі, змащеному олією.

4.Приготувати фарш:

а)сиру баранину разом з ріпчастою цибулею пропустити крізь м'ясорубку;

б) додати сіль, перець, воду і все ретельно перемішати.

5.На коржики покласти фарш по 50 г.

6.Краї з'єднати, надаючи виробам форми напівмісяця.

7.Нагріти фритюр до температури 170°С.

8.Смажити.

9.Відпустити.

Розтягаї з рибою

1.Приготувати дріжджове тісто опарним способом.

2.Сформувати кульки масою 120 г.

3.Вистояти протягом 5-10 хв.

4.Розкачати на круглі коржі.

5.Приготувати фарш:

а)чисте філе риби нарізати на шматки і припустити;

б) подрібнити ножем;

в)спасерувати дрібно нарізану цибулю;

г)приготувати густий білий соус;

г) з'єднати з подрібненою рибою, додати січену зелень, пасеровану цибулю, білий соус і ретельно перемішати.

6.На середину коржів покласти фарш по 40 г.

7.Краї тіста защипати джгутиком так, щоб середина виробу залишилася відкритою.

8.Сформувати розтягаї, укласти на змащений жиром лист.

9.Дати вистоятись 20-30 хв. у теплому місці.

10.Змастити яйцем.

11.Дати вистоятись 5 хв.

12.Випікати протягом 8-10 хв. при температурі 240 °С.

13.Відпустити.

Біляші

1.Приготувати дріжджове тісто опарним способом

2.Готове тісто поділити на шматочки масою 40 г.

3.Приготувати фарш:

а)м'ясо пропустити крізь м'ясорубку з крупною решіткою;

б) додати дрібно січену ріпчасту цибулю, сіль, перець, воду, перемішати до однорідної консистенції.

4.Розкачати тісто у формі коржа.

5.На середину коржа покласти фарш масою 48 г.

6.Надати виробам округлої форми, защипуючи краї так, щоб було видно фаршу.

7.Жир розігріти до температури 170°С.

8.Біляші укласти на сковороду з жиром отвором донизу.

9.Обсмажити з обох боків до готовності.

10. Відпустити.

Рулет з маком

1.Приготувати тісто опарним способом.

2.Поділити на шматки масою 500 г.

3.Вистояти 5-8 хв.

4.Приготувати макову начинку:

а)мак промити теплою водою;

б) залити водою і варити 10-15 хв.;

в) відкинути на сито, промити;

г)обсушити на тканині;

ґ) пропустити крізь м'ясорубку;

д) додати цукор, яйця, добре перемішати.

5. Тісто розкачати на прямокутний пласт довжиною 30 см, (товщина пласта з одного боку повинна бути 3-4 см, з іншого - 6-8 см).

6.На пласт рівномірно нанести шар макової начинки 140- і 50 г, при цьому кінці пласта на відстані 2 см від краю не покривати начинкою, змастити яйцем.

7.Завернути пласт тіста в рулет.

8.Укласти на змащений жиром лист швом донизу, щоб відстань між рулетами була до 15 см.

9.Поставити в тепле місце для вистоювання на 20-30 хв.

10.Змастити яйцем, зробити проколи в кількох місцях.

11.Вистояти 5- 10 хв.

12.Випікати рулет при температурі 200-220°С протягом 25-30 хв.

13.Охолодити.

14.Нарізати на порції.

Пиріг напіввідкритий з **прісного тіста** з **яблуками**

1.Масло розтопити до консистенції густої сметани.

2.Змішати масло з цукром.

3.Поступово додати в цю масу меланж, змішаний зі сметаною.

4.Все збити.

5.Всипати просіяне борошно, змішане з содою (з загальної кількості борошна 7 % залишити на підпил).

6.Тісто швидко замісити до однорідної консистенції.

7.Посипати стіл борошном, розкачати тісто рівномірно (товщина -2 см).

8.Лист або сковороду змастити жиром.

9.Викласти шар тіста (1/4 частину тіста залишити для смужок).

10.Зверху покласти фарш з яблук.

11.Тісто, яке залишилось, розкачати до товщини 5-6 мм.

12.Нарізати з тіста смужки шириною 1,5-2 см.

13.Смужки укласти на пиріг, починаючи з одного кута по діагоналі до протилежного кута. Спочатку смужки укладають в одному напрямі на відстані 1,5-2 см, потім – в іншому напрямі, щоб утворилася сітка.

14.Смужки змастити меланжем.

15.Випікати пиріг при температурі 200-210°С 30-40 хв.

Кулеб'яка

1.Просіяти борошно, взяти 40 % від загальної кількості.

2.Молоко або воду (60 % від норми) нагріти до 35-40°С.

3.У воді чи молоці розчинити 100 % дріжджів, 4 % цукру (від норми).

4.Всипати борошно, перемішати.

5.Поверхню опари посипати борошном, накрити кришкою, поставити для бродіння на 2,5-3 години, температура - 35-40°С. Опара повинна збільшитися в об’ємі в 2-2,5 рази.

6.Додати решту рідини з розчиненими сіллю, цукром, яйцями.

7.Всипати решту борошна.

8.Замісити тісто.

9.Перед закінченням замішування додати розтоплений маргарин.

10.Закрити кришкою, залишити для бродіння на 2-3 години.

11.Тісто обминати 2-3 рази (перше обминання зробити через 1 - 1,5 години).

12.Поділити тісто на шматки.

13.Шматок тіста розкачати товщиною 1 см, шириною 18-20 см, довжиною 35 см.

14.По всій довжині покласти фарш.

15.Краї тіста защипати.

16.Перекласти на лист рубцем донизу.

17.Прикрасити шматочками тіста.

18.Змастити яйцем.

19.Залишити для вистоювання на 20-30 хв, 28-32°С.

20.Перед випіканням виріб проколоти у 5-6 місцях.

21.Випікати при температурі 220°С, 35-45 хв.

22.Поверхню готової кулеб’яки можна змастити вершковим маслом.

Ватрушки

1.Готове дріжджове тісто розкачати джгутом діаметром 3 см, поділити на шматки (дотримуватися ваги).

2.Сформувати шматки у кульки.

3.Укласти швом донизу на лист, змащений маслом, на відстані 6-8 см.

4.Залишити для вистоювання на 10-15 хв.

5.Потім дерев’яним товкачиком діаметром 5 см зробити заглиблення.

6.Потовщені краї змастити яйцем.

7.У заглиблення покласти фарш (можна з кондитерського мішка).

8.Випікати при температурі 230-250°С.

Теоретичні відомості
ІНСТРУКЦІЙНО-ТЕХНЛОГІЧНІ КАРТКИ

Рулет з маком

Продукти	1000	
	брутто	нетто
Борошно	475	475
Цукор	75	75
Масло вершкове або маргарин	50	50
Яйця	60	55
Дріжджі	7	7
Вода	250	250
Борошно для підпилу	25	25
Олія для змащування дека	3	3
Яйця для змащування виробів	10	10
Мак	200	200
Цукор	150	150
Вихід	1 шт.	1250

Технологія приготування

Тісто готують опарним способом. Ділять на шматки масою 500 г, вистоюють 5-8 хв і розкачують на прямокутний пласт довжиною 30 см, товщина пласта з одного боку повинна бути 3-4 см, з іншого 6-8 см (це роблять для того, щоб зовнішній шар тіста був товстіший і зберіг рулет від розривання).

На пласті рівномірно розміщують шар макової начинки (140-150 г), при цьому кінці пласта на відстані 2 см від краю не покривають начинкою і змащують яйцем. Підготовлений пласт тіста загортають в рулет. Для попередження розривів шари тіста не слід витягувати.

Рулети рубцем донизу укладають на лист, змащений жиром. Відстань між рулетами повинна бути 13-15 см, щоб рівномірно утворювалась рум'яна шкірочка, і шари тіста боків рулету не розривались. Після укладання на лист рулет вирівнюють обома руками і ставлять в тепле місце (30-40°С) для вистоювання, а за 10 хв. до випікання змащують його яєчним жовтком (білки використовують при замісі тіста), проколюють в 4-5 місцях для полегшення видалення пари і випікають при температурі 200-220°С протягом 25-30 хв.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: поверхня виробу глянцево-коричнева з проколами, без розривів, рулет має продовгувату форму з тупими кінцями: довжина його 30-33 см, ширина 8-9 см; висота 5-6 см; м'якушка добре пропечена, 3-4 шари маку добре видно, виріб нарізано на шматки, краї шматків без надривів, начинка не розсипається і розміщена у формі спіралі.

Пиріг напіввідкритий з прісного здобного хліба

Продукти	1000
Борошно	600
Цукор	300
Масло вершкове	100
Сметана	180

Меланж	52
Сода	18
Фарш	500

Фарш з яблук

Продукти	1000		500	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблука свіжі	1186	830	593	415
Цукор	200	200	100	100

Технологія приготування

Цукор змішують з маслом, розтопленим до консистенції густої сметани, поступово додають меланж, змішаний зі сметаною. Все збивають. У цю масу додають просіяне борошно, змішане з содою (7 % борошна треба залишити на підпил). Місять недовго - до отримання однорідного тіста.

З тіста формують руками прямокутний шматок, який кладуть на стіл, посипаний борошном, качалкою розкачують від середини у всі сторони. Пласт повинен бути однакової товщини -2 см.

Викладають на лист, змащений жиром, зверху кладуть фарш (у яблуках видаляють насіннєве гніздо, шкірочку, нарізають скибочками, додають цукор). Фарш прикривають смужками з тіста у вигляді решітки. Смужки змащують меланжем. Випікають при температурі 200-210°С.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - виріб круглої форми, рівномірно змащений яйцем, добре пропечений. Колір золотистий. Консистенція тісто щільне, легко ламається.

Кулеб’яка

Продукти	**1000**	**100**
Тісто дріжджове	600	60
Борошно на підпил	18	18
Фарш	530	53
Меланж для змащування кулеб’яки	10	10
Жир для змащування листів	25	2,5

Тісто дріжджове

Продукти	**10000**	**1000**
Борошно	641	385
Цукор	34	20
Маргарин	29	17
Меланж	34	20
Сіль	10	6
Дріжджі	19	11
Вода	258	155

Фарш м’ясний

Продукти	1000		530	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яловичина	1709	1258	906	668

або свинина	1303	1110	690	588
Маргарин	40	40	21	21
Цибуля ріпчаста	119	100	63	53
Маса пасерованої цибулі	-	50	-	26
Борошно	10	10	5	5
Перець	0,5	0,5	0,3	0,3
Сіль	10	10	5	5
Зелень	9	7	5	4

Технологія приготування

Тісто розкачують шаром 1 см завтовшки і 18-20 см завширшки. На середину кладуть фарш, краї з'єднують. Сформовану кулеб'яку кладуть рубцем донизу на змащений жиром лист, прикрашають смужками з тіста, приклеївши їх меланжем. Залишають для вистоювання на 20-25 хв.

Перед випіканням кулеб'яку змащують меланжем, проколюють в декількох місцях. Випікають вироби 35-45 хв. при температурі 220°С. Перед подаванням кулеб'яку нарізають на порції по 100 або 150 г.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - висота кулеб'яки не менше 5 см; товщина шару тіста 5-6 мм; фарш розподілений рівномірно; кулеб'яка добре пропечена, пухка. Колір світло-коричневий. Не допускається кислий запах тіста.

Ватрушка

Продукти	100 шт. по 75 г	10 шт. по 75 г
Тісто дріжджове	5800	580
Борошно на підпил	174	17
Фарш	3000	300
Меланж для змащування	150	15
Жир для змащування листів	25	2,5

Тісто дріжджове

Продукти	**100 шт. по 75 г**	**10 шт. по 75 г**
Борошно	641	372
Цукор	34	20
Маргарин	9	17
Меланж	34	20
Сіль	10	6
Дріжджі	19	11
Вода	258	150

Фарш з сиру

Продукти	1000		400	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сир	841	833	280	278
Яйця	2 шт.	80	7/10 шт.	27
Цукор	80	80	27	27
Борошно	40	40	14	14

Ванілін	0,1	0,1	0,03	0,03

Технологія приготування

З тіста формують кульки, укладають на змащений жиром лист. Залишають для неповного вистоювання, потім дерев'яним товкачиком (діаметром 5 см) роблять заглиблення, яке заповнюють фаршем. Ватрушки ставлять в тепле місце для вистоювання, змащують їх меланжем, випікають 6-8 хв. при температурі 230-240°С.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - виріб круглої форми. Колір коричневий, з блискучими краями. Консистенція тісто добре пропечене.

Розтягаї з рибою

Продукти	100 шт. по 143 г		10 шт. по 143 г	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно пшеничне	7800	7800	780	780
В тому числі на підпил	312	321	31	31
Цукор	300	300	30	30
Маргарин столовий	400	400	40	40
Меланж сіль	700	700	70	70
Дріжджі (пресовані)	140	140	14	14
Вода для замісу тіста	2800	2800	280	280
Маса тіста (оболонки)	-	12000	-	1200
Фарш	-	4000	-	400
Жир для змащування листків	25	25	2,5	2,5

Технологія приготування

Дріжджове тісто готують опарним способом. З готового тіста формують кульки масою 120 г, вистоюють протягом 5-10 хв. і розкачують на круглі коржі, на середину яких кладуть фарш по 40 г. Краї тіста защипують джгутиком так, щоб середина залишилась відкритою. Сформовані розтягаї кладуть на змащений жиром лист, дають вистояти, потім змащують їх яйцем і випікають при температурі 230-240°С 8-10 хв.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - вироби мають форму човника, всередині відкритий фарш, рівномірно засмажену верхню шкірочку, без тріщин, надривів. Смак і запах - характерний для даного виробу, приємний, без сторонніх присмаків і запаху. Колір скоринки - світло-золотистий або світло-коричневий. Консистенція - тісто добре пропечене, еластичне, при легкому натискуванні пальцем набуває первинної форми, не крихке, рівномірно пористе, без порожнин.

Фарш рибний

Продукти	1000		400	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Окунь морський	155	1026	622	410
або тріска	1405	1026	562	410

або сом	2280	1026	912	410
або судак	2138	1026	855	410
або філе хека	1115	1026	466	410
Маса готової риби	-	841	-	336
Цибуля ріпчаста	150	126	60	50
Маргарин	100	100	40	40
Маса пасерованої цибулі	-	63	-	25
Борошно пшеничне	10	10	4	4
Маргарин столовий	100	100	40	40
Петрушка зелень	9	7	4	3
Перець чорний мелений	0,5	0,5	0,2	0,2
Сіль	12	12	5	5

Технологія приготування

Філе окуня морського, або тріски, або сома, або судака без шкіри і кісток, або філе сазана промислового виробництва нарізають на шматки і припускають. Готову рибу подрібнюють, додають пасеровану цибулю, зелень петрушки, білий соус і ретельно перемішують.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: фарш рибний з частинками цибулі. Смак і запах приємний, характерний для даного виду фаршу, без сторонніх присмаків і запахів. Колір сірий. Консистенція м’яка, соковита, злегка розсипчаста.

Біляші

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно пшеничне	80	80	240	240
Вода або молоко	40	40	120	120
Дріжджі	2	2	6	6
Цукор	2	2	6	6
Сіль	1	1	3	3
Маса тіста	-	120	-	360
Яловичина (котлетне м’ясо)	149	110	447	330
або баранина	154	110	462	330
Цибуля ріпчаста	24	20	72	60
Перець чорний мелений	0,5	0,5	1,5	1,5
Сіль	2	2	6	6
Вода	15	15	45	45
Маса фаршу	-	144	-	432
Маса напівфабрикату	-	264	-	-
Олія для смаження	17	17	51	51
Вихід:		240		720

Готове дріжджове тісто, приготовлене опарним або безопарним способом, розробляють на коржики масою 40 г, на середину коржика кладуть 48 г фаршу, надають виробам округлої форми, защипуючи краї так, щоб було

видно фарш.

Для фаршу м’ясо пропускають крізь м’ясорубку з великою решіткою, додають дрібно січену ріпчасту цибулю, сіль, перець, воду, перемішують до однорідної консистенції.Біляші укладають на сковороду з розігрітим жиром отвором донизу і смажать до готовності з обох сторін.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд - форма кругла, поверхня матова, незабруднена, без підгорілості, посередині видно начинку, поверхня злегка зморщена. Смак і запах - характерний для свіжо смаженого дріжджового тіста, м’яса і цибулі, без присмаку гіркого жиру. Колір - від світло-жовтого до світло-коричневого. Консистенція начинки - соковита, м’яка. Основа добре пропечена, без закалу, слідів непромісу. Біляші пухкі, при легкому натискуванні відновлюють початкову форму.

Чебуреки

Продукти	100 шт. по 110 г		10 шт. по 110 г	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Борошно пшеничне	4500	4500	450	450
Молоко	1750	1750	175	175
Маса тіста	-	6000	-	600
Баранина	5035	3600	504	360
Цибуля ріпчаста	893	750	89	75
Вода	750	750	75	75
Сіль	75	75	8	8
Перець чорний мелений	10	10	1	1
Маса фаршу	-	5000	-	500
Маса напівфабрикату	-	11000	-	1100
Олія або жир фритюрний	850	850	85	85
Олія для змащування інвентарю	25	25	3	3

Технологія приготування

Замішують тісто, розкачують у вигляді коржиків масою 60 г на змащеному олією столі, кладуть на них по 50 г фаршу, краї з’єднують, надаючи виробам форму напівмісяця. Для фаршу баранину і цибулю пропускають крізь м’ясорубку, заправляють сіллю, перцем і розводять водою. Смажать чебуреки у фритюрі.

Вимоги до якості. Зовнішній вигляд - вироби мають форму напівмісяця, поверхня незабруднена, без підгорілості, злипів, розривів. Смак і запах характерний для свіжо смаженого прісного тіста, м’яса, цибулі; не допускається присмак згірклого жиру. Колір шкірочки - від світло-жовтого до коричневого, начинки - сірий. Консистенція начинки - м’яка, соковита.

Звіт про роботу

№	Назва страви	Відповідність до ви якості	Дефекти страви	Результати дослідниц роботи

Корисні поради до ЛПР № 21

Рідка сметана робить прісне здобне тісто загнутим, вироби будуть грубі, тому беріть густу сметану. При розкачуванні прісного здобного тіста шар повинен бути однакової товщини, тому що при випіканні тонкі місця згорять, а товсті - не пропечуються. Нестача масла робить прісне здобне тісто малорозсипчастим, а нестача яєць - менш пухким. Готовність випечених виробів можна перевірити, проколюючи їх дерев'яною тонкою паличкою. Якщо тісто не прилипає до неї - воно випечене. Готовність опари визначають за зовнішніми ознаками: бродіння починає сповільнюватися, бульбашок на поверхні менше, опара осідає. Якщо вироби погано вистоялися, то у процесі випікання вони ущільнюються, стають дрібними, на поверхні утворюються тріщини.

Якщо вироби дуже довго вистоювалися, то вони будуть розпливчасті, без глянцю. Для поліпшення зовнішнього вигляду виробів поверхню перед випіканням за 5-10 хв. змащують яйцем, яйцем з молоком або меланжем. Найкраще змащувати вироби жовтками. Поверхню слід змащувати обережно, щоб не прим'яти вироби. Здобне прісне тісто буде пишнішим, якщо до нього додати жовтки, розтерті з цукром. Здобне тісто буде яскраво-жовтим, якщо додати в нього жовтки, розтерті з сіллю, які стояли на холоді 10-12 год. До начинки з маку додайте манну крупу: вона вбере надлишок вологи. Не соліть свіжу білоголову капусту до смаження: з неї буде виділятися волога, а це погіршить якість начинки.

Доброякісне борошно повинно бути сухим, м'яким, білого або ледь кремуватого кольору. При стискуванні в кульку такого борошна утворюється грудочка, яка відразу розсипається. Від води воно не темніє. Смак борошна визначають, покуштувавши його кінчиком язика. Доброякісне пшеничне борошно має смак крохмалю. Якщо борошно дуже солодке, його отримали з зерна, що проросло, кислуватий смак має борошно із зерна, що відсиріло або запарене, а гіркуватого присмаку набуває борошно при зберіганні в поганих умовах. При зберіганні вироби черствіють, оскільки крохмаль, втрачає воду, при цьому м'якушка стає меншою.

Типові помилки та шляхи їх попередження

№	Проблема	Причини	Шляхи їх попередження
1	Пиріг з прісного здобного тіста. Виріб щільний, тісто не піднялося.	Довго замішували тісто та формували виріб.	Кислоту треба розчинити у воді, змішати з маслом, яйцями, цукром, всипати змішане з содою борошно. Тісто замішувати швидко. Така технологія доцільна, якщо при приготуванні тіста не використовують сметану.
2	Ватрушки. Погано зарум'янилися, м'якуш грубий.	Тісто перекисло. Довго знаходилося у теплому приміщенні.	Дотримуватися часу бродіння. Опарне тісто готове через 5 – 6 годин.
3	Кулеб'яка із дріжджового тіста.	При приготуванні тіста не підігріли продукти.	При приготування дріжджового тіста яйця треба підігріти в теплій воді.

	Не пишна.		Молоко, борошно, посуд повинні бути теплими, але молоко, жир не повинні бути гарячими, бо дріжджі гинуть. Жир, сіль не треба тримати поріч з дріжджами, бо знижується їх газоутворююча властивість.
4	Рулет з маком. Не має рум'яної кірочки. Виріб розпливчатий, грубий м'якуш.	Мало цукру, багато жиру.	Додержуватись рецептури.
5	Чебуреки. Мають неприємний запах, гіркуватий присмак.	Для смаження використовували нерафіновану гірку олію.	Для фритюру використовують рафіновану олію або суміш олії та тваринного жиру.
6	Біляші. Мають гіркий присмак. Мають форму округло-приплюснутого пиріжка.	Тісто бродило довго при низькій температурі. Закрили фарш з усіх сторін.	Для бродіння поставили тісто в тепле приміщення (25ºС). Надати виробам округлої форми, але так, щоб фарш було видно.

Частина 3. Проекти виробів

Проект страви піцца «QuattroStagione»

Піцца (італ. *pizza*) – італійська національна страва у вигляді відкритого пирога, зазвичай круглої форми, який покривається томатною пастою та сиром і запікається. В піцу можуть додаватися різні інгредієнти: м'ясо, шинка, салямі, морські продукти, овочі, фрукти, гриби, зелень та ін. Для виготовлення піци використовують дріжджове тісто. Всі продукти для піци ріжуться маленькими шматочками, подібними один до одного. Заготівлю для піци виготовляють руками, без допомоги качалки, завдяки чому тісто стає пухкішим. Випікають піццу в печах на дровах дерев місцевих порід, каштана, клена та ін. Печі мурують з туфу (місцевої вулканічної породи). Сучасні печі виготовляють зі спеціальних сортів кераміки. Температура в печі сягає 350°С. В печі вогонь підтримується цілодобово, за винятком її ремонту.

Спеціальні заклади, що спеціалізуються на приготуванні піцци, називаються піццеріями. Кухар, що готує піцу називається піцайоло.

Піцца поширилась по всьому світі і стала інтернаціональною стравою. Піцца – одна серед найпопулярніших страв у світі. Найвищий рівень споживання піци зафіксовано у США. Багато народів розробили свої національні варіанти піци. В Індії в неї додають маринований імбир, фарш із баранини і соєвий сир. У Японії їдять піццу з вуграми й кальмарами, у Пакистані – з гострим карі. Мешканці Коста-Ріки віддають перевагу піці з кокосами, а бразильці – піцці із зеленим горошком.

Історія виникнення піци

Винахід піцци приписують давньоримському полководцю та гурману Лукуллу. Звані бенкети зробили Лукулла більш знаменитим, ніж його військове ремесло. Неаполітанці дотепер цінують страви, які колись прикрашали його бенкетний стіл. Однією із цих страв була піцца «а ля наполетана». Вона становила собою золотаво-жовтий пиріг з кислого тіста, спечений на деревному вугіллі.

Греція нарівні з Італією змагається за звання батьківщини піцци. У Древній Греції почали запікати плоскі коржі з тіста разом з начинкою м'ясо, маслини, молочні продукти тощо. Ця грецька піцца називалася «plakuntos».

Одного разу влітку в Неаполі королева савойська Маргарита гуляла зі своєю родиною парком Каподімонте. Вона неодноразово чула про піццу й вирішила, зрештою, її скуштувати. Місцевий піццайоло був дуже улещений тим, що сама королева вирішила покуштувати саме його піццу, і спеціально для неї спік піцу за новим рецептом. Відтоді піцца з помідорами, сиром моцарела та листям базиліку називається як «Піцца

Маргеріта». До того ж, кольори цих продуктів: червоний, білий та зелений символізують прапор Італії.

Тісто та начинка

Для приготування піцци використовується дріжджове прісне тісто. Згідно з класичним рецептом, на 1,8 кілограма борошна потрібно один літр води. Кількість дріжджів залежить від того, скільки часу виділяється на те, щоб тісто підійшло, а також від температури та вологості повітря.

Типові складники начинки: сир моцарела, пармезан, рікотта, пекоріно та ін. Гриби, яйця, салямі, шинка сиров'ялена та варена, сосиски, сира свиняча ковбаса, тунець, філе анчоусів, морепродукти, артишоки, солодкий та гострий перець, баклажани, помідори, броколі, цибуля, часник, орігано, базилік, каперси.

Класичні види піцци

Піцца Маргарита – для її приготування беруться певні компоненти: помідори Сан-Марцано, оливкова олія, сир моцарела, базилік, сіль.

Піцца Маринара – названа на честь рибалок, які традиційно їли її на сніданок, заправляється помідорами, часником, оливковою олією, орігано.

Піцца пепперoні – найпопулярніша піца в Америці. Свою назву одержала завдяки начинці з пікантної італійської ковбаси пепперoні. Назва ковбаси походить від італійського найменування маленьких гострих перчиків (*pepperoni*), і в самій Італії піца пепперроні подається саме з перчиками, а не з ковбасою.

Піцца Аль Тонно – з тунцем.

Піцца фунгі – з грибами, частіше всього з печерицями.

Кальзоне (*Calzone*) – «закрита» піца. При її виготовленні боки піци защипують у вигляді «вареника» або «конверта». Під хрусткою скоринкою така піцца повністю зберігає аромат використаних продуктів. Типовою начинкою для неї є сир рікотта та томатна паста.

Характеристика варіантів

Ми обрали 4 види піцци, що користуються найбільшим попитом у відвідувачів закладу. Вони належать до класичних видів піцци, а саме:

Варіант №1. Піцца «Маргарита»

Інгредієнти:

Тісто-основа

Томати

Соус томатний

Сир пармезан

Базилік

Фото 1. Піцца «Маргарита»

Варіант № 2. Піцца «Наполітана»

Фото 2. Піцца «Наполітана»

Інгредієнти:

Тісто-основа

Соус томатний

Мідії

Креветки

Кальмари

Лосось копчений

Сир моцарелла

Розмарин

Варіант № 3. Піцца «Капрічіоза

Фото 3. Піцца «Капрічіоза»

Інгедієнти:

Тісто-основа

Соус томатний

Артишоки

Оливки зелені та чорні

Гриби

Сир пармезан

Варіант № 4. Піцца «Діабло»

Фото 4. Піцца «Діабло»

Інгредієнти:

Тісто-основа

Соус томатний

Салямі

Томати

Перець калабрійський гострий

Сир моцарелла

Аналіз обраних варіантів дає можливість зробити наступні висновки. Для усіх варіантів приготування піцци є набір обов'язкових інгредієнтів, а саме: тісто-основа, що являє собою дріжджове тісто, приготовлене безопарним способом; томатний соус та сир. Спільним для усіх видів піцци є також процес приготування – випікання у глиняній печі безпосередньо на дровах. Подається піцца гарячою.

Проаналізувавши попередні варіанти, ми пропонуємо власний варіант страви. Піца «QuattroStagione» («Чотири сезони») – класичний вид італійської піцци, суть якої полягає у тому, що корж тіста умовно поділяється на 4 сектори, кожен з яких відповідає порі року: зима, весна, літо, осінь. Відповідно на кожному секторі розкладають інгредієнти, які певним чином відповідають сезону. Але насправді ці інгредієнти можуть бути довільними і поєднуватися у відповідності до смаку гостей. Тому ми пропонуємо власний

варіант піцци, який увібрав усі найкращі показники попередніх варіантів.

Фото 5. Піцца «QuattroStagione»

Власний варіант

Піцца «QuattroStagione»

Інгредієнти:

Тісто-основа

Соус томатний

Сектор «Весна»: базилік, пармезан, зелені оливки

Сектор «Літо»: салямі, гострий перець, моцарелла

Сектор «Осінь»: шампіньйони, томати, пармезан

Сектор «Зима» (морепродукти, чорні оливки, пармезан)

За бажанням гості можуть комбінувати інгредієнти у відповідності до власного смаку, додавати або ж видаляти з переліку певні складові. Випікається піцца, як було зазначено вище, у печі та подається гарячою.

Калькуляція страви

Піцца «QuattroStagione» готується у двох варіантах: 525 г та 1050 г (так звана «метрова піцца для великої компанії»)

Таб. 1. Кількість використаних продуктів

Інгредієнти	Для піци 525 г (у грамах)	Для піци 1050 г (у грамах)
Тісто-основа	100	200
Томатний соус	25	50
Оливки зелені	15	20
Базилік свіжий	10	20
Каперси	25	50
Салямі	50	100
Гострий перець	50	80
Шампіньйони	50	100
Томати	25	50
Асорті з морепродуктів	50	100
Оливки чорні	25	50
Пармезан	30	60
Моцарелла	50	100

Таб. 2. Вартість продуктів

Інгредієнти	Для піци 525 г (у грн)	Для піци 1050 г (у грн)
Тісто-основа	5	10
Томатний соус	2,5	5
Оливки зелені	1,5	2,0
Базилік свіжий	1,5	2,0
Каперси	4	8
Салямі	9	18
Гострий перець	8	16
Шампіньйони	2	4

Томати	2	4
Асорті з морепродуктів	5	10
Оливки чорні	2	5
Пармезан	7	14
Моцарелла	8	16
Всього	57,5	114,0

Процес приготування піцци містить додаткові затрати: оплата працівників закладу, амортизація обладнання, орендна плата, комунальні послуги, податки. Таким чином собівартість страви становитиме відповідно 57,5 грн та 114,0 грн. Для отримання прибутку вартість піцци повинна становити відповідно 92 грн та 158 грн. Рентабельність страви відповідно: 28% та 46%. Таким чином страва, яку ми запропонували, має високі органолептичні показники, не потребує додаткових затрат з приготування і може бути включена до меню закладу.

2. Проект страви «Деруни в горшечку»

Деруни – картопляні млинці, що мають велику популярність в українській кухні, особливо в північних та західних районах України. Основним інгредієнтом страви є терта картопля. Власне, від способу приготування млинців й походить назва деруни. Деруни є традиційною частиною святкового столу на Благовіщеня (тільки пісні, без сметани й інших скоромних продуктів). Картопля є «національним продуктом» українців (з неї готують страви як у домашніх умовах, так і в закладах громадського харчування); з неї можна приготувати велику кількість страв, але на відміну від картоплі пюре та смаженої картоплі, страва «Деруни» має оригінальний вигляд та високі смакові якості. Саме тому, ми обрали цю страву у якості об'єкту нашого дослідження.

Історія виникнення дерунів

Деруни поширені в кулінарії багатьох народів під різними назвами та в різних варіаціях. Назва страви, як правило, відображає спосіб її приготування чи вказує на головну складову – картоплю.

В українців деруни відомі також під назвами «терті (картопляні) пля́цки», «терчаники», «тертюхи»; на сході України більш вживаною назвою є «дра́ники», «драча́ники». Також вживають назви: «кизлики», «ґуглі», «кремзлики» (Закарпаття), «бабка», «пертушаники» (на Київщині) «гейзебубели». Своєрідний варіант страви – кнедлі, де до тертої сирої картоплі додають картопляне пюре і вже з нього формують напівфабрикати, які варять у воді.

У білорусів та росіян цю страву називають «дранікі» та «драники»

відповідно. У Білорусі дранікі вважаються однією з національних страв. На відміну від України, у Білорусі дранікі часто готують з прошарком м'яса. У поляків – «placki ziemniaczane».

У чехів аналог дерунів називають брамборачками (bramborák). На відміну від української страви, їх смажать у фритюрі. Цікаво, що у чехів існує принаймні вісім регіональних назв дерунів: Strouhanec (з грубо натесаної бульби), Vošouch (з грибами, або вудженим м'ясом з Шумавського плоскогір'я, та району довкола міста Пльзень), Báč (з району Простейова), Kramflek (з підгір'я Орлицьких гір), Křapáč, Nalešnik (з району Пряшова, що у Словаччині і межує з Україною), Prskanec (з району Бенешова), Smrazky (в районах Хрудим і Глинсько).У словаків – «zemiaková placka».

У євреїв поширена страва латкес (левівот). На відміну від українських дерунів, при приготуванні латкес додають більше яєць та розтерту мацу. Євреї традиційно вживають цю страву під час свята Ханука, хоча вона й не відіграє значної ролі під час ритуалу. Цей звичай, очевидно, виник тому, що під час свята відзначається чудо горіння олії у Храмі древнього Ізраїлю, а тому надається перевага смаженій їжі.У литовців популярні цепеліни, диджукукуляй. До них, на відміну від українських дерунів, додають м'ясну начинку, а після підсмажування варять.

У німців - Kartoffelpuffer. У румунів - tocinei. Поширені на півночі Румунії, зокрема Молдавії. У шведів – raggmunk або råråkor. У швейцарців - Rösti. Страва, власне, не оформлена у вигляді млинців, хоч і готується з аналогічних компонентів, а, швидше, нагадує гарнір. У США – Hash brown чи Potato pancakes. Hash brown продукуються промисловістю та розповсюджуються через мережу супермаркетів В ірландців – Boxty.

Характеристика варіантів

Проаналізувавши різноманітні рецепти приготування страв з картоплі, ми обрали 2 види страви дерунів: деруни з грибами, деруни з м'ясом.

Варіант №1. Деруни з грибами

Інгредієнти:

Картопля – 1 кг
Гриби свіжі – 300 гр.
Цибуля – 200 г
Борошно – 2 ст.л.
Яйце – 1 шт
Перець
Сіль
Для смаження – рослинна олія.

Фото 6. «Деруни з грибами»

Технологія приготування страви

Картоплю почистити, натерти на терці з дрібними отворами, додати яйце, борошно, сіль, перець, подрібнений часник та перемішати. На сковорідку налити олію, розігріти та за допомогою ложки викласти оладки з картопляної маси. Випікати на розігрітій сковорідці до утворення рум'яної скоринки.

Цибулю порізати кубиками, гриби порізати шматочками. Спасерувати на олії протягом 5 хв, додати гриби. Посолити та поперчити, готувати протягом 7-10 хв.

На підігріту тарілку викладають порцію дерунів, посипають їх грибами, поряд кладуть гілочку петрушки. Подають гарячими зі сметаною.

Таб. 1. Вартість продуктів

Інгредієнти	Для 1 порції (у грн.)	Для 4 порцій (у грн)
Картопля	1,5	6
Гриби	5,50	22
Цибуля	0,70	2,8
Борошно	1	4
Яйце	0,30	1,2
Перець	0,50	2
Сіль	0,2	0,8
Всього	9,7	38,8

Процес приготування дерунів містить додаткові затрати: оплата працівників закладу, амортизація обладнання, орендна плата, комунальні послуги, податки. Таким чином собівартість страви становитиме відповідно 11,7 грн та 45,4 грн. Для отримання прибутку вартість дерунів повинна становити відповідно 13,5 грн та 50,5 грн.

Варіант № 2. Деруни зі шкварками

Інгредієнти:

Картопля – 1 кг
Яйце – 2 шт
Борошно – 2-3 ст. л.
Часник – 3-4 зубчика
Морква – 0,2 кг
Олія – 0,2 л
Сіль, перець
Грудинка копчена – 300 г
Цибуля – 100 г
Сметана – 200 г
Зелень петрушки – 15 г
Сіль, перець

Фото 7. «Деруни зі шкварками»

Технологія приготування страви

Картоплю почистити, натерти на терці з дрібними отворами, додати яйце, борошно, сіль, перець, подрібнений часник та перемішати. Випікати на розігрітій сковорідці до утворення рум'яної скоринки.

Приготувати шкварки. Грудинку порізати кубиками, цибулю порізати півкільцями. Обсмажити грудинку, додати цибулю та смажити до утворення золотистої скоринки.

На підігріту тарілку викладають порцію дерунів, посипають їх шкварками, поряд кладуть гілочку петрушки. Подають гарячими зі сметаною.

Таблиця 2. Вартість продуктів

Інгредієнти	**Для 1 порції (у грн.)**	**Для 4 порцій (у грн)**
Картопля	1,5	6
Грудинка	2,50	10
Цибуля	1,70	7,8
Борошно	1	4
Яйце	0,40	1,6
Перець	0,50	2
Сіль	0,2	0,8
Сметана	2,5	10
Всього	10,3	42,2

Враховуючи додаткові витрати на оплату заробітної плати працівників закладу, амортизацію обладнання, орендну плату, комунальні послуги та податки, собівартість даної страви становитиме відповідно 18,5 грн та 62,2 грн.

Варіант № 3. Деруни по-царськи

Інгредієнти:

Картопля – 1 кг
Яйце – 2 шт
Борошно – 2-3 ст. л.
Часник – 3-4 зубчика
Олія – 0,2 л
Сіль, перець
Сьомга слабосолена – 200 г
Цибуля – 100 г .
Сметана – 200 г
Зелень кропу – 15 г

Фото 8. «Деруни по-царськи»

Технологія приготування страви

Картоплю почистити, натерти на терці з дрібними отворами, додати яйце, борошно, сіль, перець, подрібнений часник та перемішати. На

сковорідку налити олію, розігріти та за допомогою ложки викласти оладки з картопляної маси. Випікати на розігрітій сковорідці до утворення рум'яної скоринки.

Сьомгу порізати смужками та сформувати у вигляді квітки.

На підігріту тарілку викласти картопляники, на них – сьомгу та прикрасити петрушкою. Подають гарячими зі сметаною.

Таблиця 3. Вартість продуктів

Інгредієнти	**Для 1 порції (у грн.)**	**Для 4 порцій (у грн)**
Картопля	1,5	6
Сьомга слабосолена	10,0	40
Цибуля	1,70	7,8
Борошно	1	4
Яйце	0,40	1,6
Перець	0,50	2
Сіль	0,2	0,8
Сметана	2,5	10
Всього	20,3	71,2

Враховуючи додаткові витрати на оплату заробітної плати працівників закладу, амортизацію обладнання, орендну плату, комунальні послуги та податки, собівартість даної страви становитиме відповідно 32,5 грн та 92,2 грн.

Розглянувши та проаналізувавши обрані варіанти, ми пропонуємо власний проект страви, що включає інгредієнти попередніх варіантів, має схожу технологію приготування, але має меншу собівартість продуктів та більш презентабельний вигляд. За смаковими якостями наш варіант страви не поступається банкетним стравам, що подають у закладах громадського харчування. Ми пропонуємо проект страви «Деруни в горшечках»

Власний варіант

Деруни в горщику

Інгредієнти:

Картопля – 1 кг

Яйце – 2 шт

Борошно – 2-3 ст. л.

Часник – 3-4 зубчика

Грудинка копчена – 200 г

Сметана – 200 г

Олія – 0,2 л

Сіль, перець

Фото 9. «Деруни в горщечку»

Послідовність приготування

Грудинку нарізати на невеликі шматочки. Покласти на суху розігріту

сковороду і смажити, помішуючи, до готовності, близько 15 хвилин. Перекласти на тарілку.

Гриби нарізати пластинками, цибулю – півкільцями. Покласти на ту ж сковороду, де смажилася грудинка і смажити, помішуючи, до м'якості, близько 5 хвилин. На дно кожного горщика викласти по 5 дерунів, промазаних сметаною.

Накрити двома дерунами (промазати їх сметаною), накрити кришечками і відправити в духовку на 15 хвилин. У готову страву додатково додати сметану і посипати свіжою зеленню.

Таблиця 4. Вартість продуктів

Інгредієнти	**Для 1 порції (у грн.)**	**Для 4 порцій (у грн)**
Картопля	1,5	6
Грудинка	2,50	10
Цибуля	1,70	7,8
Борошно	1	4
Яйце	0,40	1,6
Перець	0,50	2
Сіль	0,2	0,8
Сметана	2,5	10
Всього	10,3	42,2

Таким чином, наш варіант включає інгредієнти попередніх варіантів, має схожу технологію приготування, але має меншу собівартість продуктів та більш презентабельний вигляд. За смаковими якостями наш варіант страви не поступається банкетним стравам, що подають у закладах громадського харчування. Ми пропонуємо проект страви «Деруни в горшечках».

3. Проект страви «Круасан з джемом»

Характеристика варіантів

На базі ДНЗ «Уманський професійний аграрний ліцей» асортимент хлібобулочних виробів досить широкий: здобні вироби, булочки, кекси. Ми проаналізували рецептури та популярність серед покупців цієї продукції, та визначили, що такий вид хлібобулочних виробів як рогалик не користується попитом серед населення. Рецептура цього виробу нескладна: борошно, дріжджова закваска, цукор, вода та яєчний порошок.

Фото 10. Рогалики з повидлом

Процес виготовлення рогаликів

Технологічна картка на виготовлення рогалика

Сировина	Маса брутто/нетто
Борошно	73 / 73
Дріжджі	5 / 5
Цукор	15 / 15
Яєчний порошок	27 / 27
Вода	120 / 120
Яблучний джем	50 / 50
Всього	**290 / 290**

Вартість 1 рогалика складає 4,4 грн. Не дивлячись на низьку вартість виробу та його користь для харчування населення, попитом рогалики не користуються.

На основі вищезазначених висновків ми пропонуємо власний проект страви: круасан з джемом.

Історія виникнення круасану

Круасан – традиційний для французької кухні, невеликий хлібобулочний кондитерський виріб у формі півмісяця з начинкою або без. Попри надзвичайну популярність уфранцузівіфранкомовнуназву, згідно з однією з історичних версій круасани вперше виготовили віденські пекарі у 1689 році, хоча хліб у формі півмісяця був популярний і раніше, наприклад, за Середньовіччя на Сході (існують навіть версії, що такий хлібець у формі півмісяця-символу у винайдено саме мусульманами).

Булочки у формі півмісяців випікалися в Австрії щонайменше з 13 століття. Але початком нинішньої популярності круасанів можна вважати 1839, коли австрійський артилерійський офіцер серпня Цанг відкрив в Парижі «Віденську пекарню», де пекли такі булочки.

Існує легенда, що в 1683 році віденський пекар Пітер Вендлер вперше зробив булочку на честь перемоги Австрії над Османською імперією. Османський військо обложило Відень; пекарі, що працювали ночами і готували для городян свіжі булочки до ранку, почули шум від мотик і кирок, -зрозуміли, що турки роблять підкоп під стінами міста. Вчасно попередивши про це солдат, вони зірвали план ворога.

У 1770 році круасан вперше з’явився у Франції. Це трапилося завдяки переїзду туди Марії-Антуанетти, яка і стала засновницею традиційного французького сніданку. Але віденський і французький круасани – це все ж два різних вироби. Адже з Відня – тільки форма виробу, а виготовили його вперше з листкового тіста з маслом саме французькі кухарі, і це сталося на початку XX століття.

Популярність круасану поширилася настільки швидко, що незабаром з'явилося ціле «сімейство» подібних дріжджових і листкових булочок, наприклад, равлик з родзинками, слойка з яблучним пюре, слойка з шоколадом і т. д. Незвичайний рогалик спочатку був сприйнятий покупцями як новомодне явище, проте з часом на круасан була покладена місія символізму Французької кулінарії.

У французькій кухні і навіть культурі в цілому круасан є своєрідним національним символом. У Франції традиційним є вживання круасанів на сніданок разом з філіжанкою кави або какао. Крім того, круасани, зазвичай, входять до сніданкових меню більшості готелів світу, розрахованих на приймання відвідувачів з Європи.

Тісто та начинка

Круасани випікаються з листкового тіста, до складу якого входять пекарські дріжджі і вершкове масло (жирність масла має бути не меншою за 82%), що робить круасан доволі калорійним і жирним. Круасани можуть бути як без начинки, так і з різноманітним наповненням – найчастіше шоколадна глазур, джем, горіхова суміш, сир тощо.

Технологічна картка

Сировина	**Маса брутто/нетто**
Борошно	510 / 500
Дріжджі сухі	5 / 5
Цукор	15 / 15
Яєчний порошок	25 / 25
Вода	125 / 125
Сіль	10 / 10
Маргарин	200 / 200
Яблучний джем	100 / 100
Всього	**990 / 980**

Таким чином ми отримаємо 5 круасанів по 196 г кожен.

Технологія приготування

Дріжджі, сіль і цукор з'єднати з борошном.Додати яєчний порошок і воду -ретельно перемішати до однорідної маси і вимісити тісто 3-4 хвилини.Сформувати кулю і зробити хрестоподібний надріз зверху;викласти половину маргарину та, накривши частиною тіста, розкачати його. Так повторити для всього маргарину.

Готове тісто залишити на 15 хв. Потім розкачати його у пласт товщиною 1,5 см, розрізати на смужки у формі трикутників. Викласти начинку (яблучне варення) та згорнути у формі рогалика. Випікати при температурі 180º. Подавати гарячими на сніданок.

Вартість продукту

Сировина	Вартість (грн)
Борошно	1,5
Дріжджі сухі	0,3
Цукор	0,16
Яєчний порошок	0,2
Вода	0,3
Сіль	0,1
Маргарин	4,2
Джем апельсиновий	2
Всього	**6,8**

Фото 11. Круасани з апельсиновим джемом

Отже, вартість 1 круасану становитиме 6,8 грн, а відповідно 10 круасанів коштує 68,8 грн. Така ціна є значно нижчою, а якість продукту та його популярність значно вища. Спеціального обладнання, особливої технології, та досвідчених фахівців виробництво круасанів не потребує, тож підприємство не понесе додаткових затрат. Саме тому ми пропонуємо ввести товар «Круасан з джемом» до асортименту товарів, що виробляє ДНЗ «Уманський професійний аграрний ліцей».

Питання для самоконтролю

Тема: *«Первинна обробка овочів»*

1. Послідовність первинної обробки овочів: сортування, миття, обчищення, нарізування певними формами. Особливості обробки овочів в залежності від кулінарного використання.

2. Прийоми нарізування. Кулінарне призначення форм нарізки. Інструменти, інвентар, посуд, що використовується при обробці овочів та грибів. Порядок обробки солоно-квашених, сушених та свіжоморожених овочів. Порядок обробки грибів.

Тема: *«Теплова обробка продуктів»*

1. Теплова кулінарна обробка продуктів. Її види та призначення. Процеси, які відбуваються в продуктах під час теплової обробки: зміни в білках, жирах, вуглеводах, вітамінах.

2. Способи теплової обробки продуктів. Варіння та його різновиди.

3. Смаження та його різновиди. Комбіновані способи теплової обробки.

4. Допоміжні способи обробки продуктів, їх використання.

Тема: «Перші страви»

1. Значення перших страв для харчування. Класифікація перших страв. Технологія приготування бульйонів, їх види, особливості приготування.

2. Заправні супи, загальні правила їх приготування.

3. Супи з крупами, макаронними виробами, грибами, бобовими.

4. Супи-пюре, кулеші.

5. Молочні супи, правила варіння та відпуску молочних супів.

6. Солодкі супи на фруктових відварах. Холодні супи.

7. Супи з концентратів: особливості приготування, вимоги до якості.

Тема: «Соуси»

1. Значення соусів для харчування людини. Характеристика й класифікація соусів. Приготування бульйонів.

2. Види борошняних пасеровок, їх приготування.

3. Приготування соусів з борошном: основного червоного, основного білого, грибного, молочного, сметанного.

4. Соуси без борошна, їх приготування.

Тема: «Страви і гарніри з круп, бобових та макаронних виробів»

1. Значення страв і гарнірів з круп, бобових і макаронних виробів для харчування людини.

2. Підготовка круп, бобових та макаронних виробів до варіння, зміни, що відбуваються під час варіння.

3. Загальні правила варіння каш. Приготування каш різної консистенції.

Тема: «Страви з каш, технологія їх приготування»

1. Способи варіння макаронних виробів та страви з них.

2. Страви з бобових.

Тема: «Страви та гарніри з овочів»

1. Значення страв і гарнірів з овочів для харчування людини. Процеси, що відбуваються під час теплової обробки овочів.
2. Страви й гарніри з варених овочів.
3. Страви і гарніри з припущених овочів.
4. Страви і гарніри із смажених овочів.
5. Страви й гарніри з тушкованих овочів.
6. Страви з запечених овочів та грибів.

Тема: «Первинна обробка риби»

1. Види риби, її класифікація. Технологічний процес первинної обробки риби з кістковим скелетом, його стадії, особливості обробки лускатої та безлускової риби. Розбирання риби на кругляки, філе.
2. Обробка риби для фаршірування, обробка риби з хрящовим скелетом.
3. Приготування різноманітних рибних напівфабрикатів – з філе, січеної та котлетної рибних мас. Використання рибних відходів. Морепродукти.
4. Рибні гарячі страви
5. Значення рибних страв для харчування. Процеси, що відбуваються при тепловій обробці риби.
6. Страви з вареної риби.
7. Страви з припущеної риби.
8. Страви із смаженої риби.
9. Тушковані рибні страви.
10. Страви із запеченої риби.
11. Страви із січеної і котлетної мас.

Тема: «Первинна обробка м'яса»

1. Класифікація м'яса, що надходить на підприємства харчування, його розподіл за термічним станом. Технологічний процес первинної обробки м'яса.
2. Кулінарний розбір яловичої напівтуші, туші свині та використання їх частин у кулінарії.
3. Приготування м'ясних напівфабрикатів. Напівфабрикати з яловичини та свинини. Приготування січеної натуральної і котлетної мас, напівфабрикати з них.
4. Обробка субпродуктів, їх використання. Обробка птиці, способи заправляння перед тепловою обробкою, напівфабрикати з птиці. Котлетна маса, напівфабрикати з неї.

Тема: «М'ясні гарячі страви»

1. Значення м'ясних страв для харчування. Процеси, що відбуваються при тепловій обробці м'яса.
2. Загальні правила варіння м'яса, варені м'ясні страви.

3. Правила смаження м’яса та смажені м’ясні страви.

4. Загальні правила тушкування м’яса та тушковані м’ясні страви.

5. Загальні правила запікання м’яса та запечені м’ясні страви.

6. Страви з січеної та котлетної мас. Страви із субпродуктів.

9. Страви з птиці: варені, смажені та тушковані.

10. Страви з яєць та кисломолочного сиру

Тема: «Значення страв з яєць і кисломолочного сиру для харчування людини»

1. Варіння яєць і його різновиди. Страви з яєць, технологія їх приготування.

2. Страви з кисломолочного сиру, їх асортимент та технологія приготування: сирники, вареники, запіканки, бабки.

Тема: «Холодні страви й закуски»

1. Значення холодних страв і закусок в харчуванні людини. Підготовка продуктів та особливості подавання закусок.

2. Бутерброди їх різновиди, оформлення.

3. Салати з сирих і варених овочів, вінегрети. Закуски з овочів та грибів.

4. Рибні закуски, асортимент, правила оформлення.

5. Холодні страви й закуски з м’яса і субпродуктів, технологія приготування, відпуск.

6. Закуски з сиру та яєць.

Тема: «Солодкі страви і напої»

1. Значення солодких страв у харчуванні, класифікація солодких страв, правила відпуску натуральних плодів та ягід. Узвари, їх різновиди.

2. Солодкі страви з желеподібними речовинами: технологія приготування, відпуск.

3. Гарячі солодкі страви: технологія приготування.

4. Гарячі та холодні напої: технологія приготування, відпуск.

Тема: «Страви і вироби з борошна»

1. Харчова цінність страв і виробів з борошна. Зміни, що відбуваються у борошні при замішуванні тіста та тепловій обробці. Технологічні властивості борошна. Розпушувачі тіста. Приготування начинок.

2. Страви з борошна – вареники, галушки, локшина домашня, налисники, оладки.

3. Способи приготування дріжджового тіста, розбирання тіста, формування виробів, випікання. Асортимент виробів з дріжджового тіста.

4. Пісочне, заварне, бісквітне тісто, особливості їх приготування.

Література

1. Димань Т.М. Безпека продовольчої сировини і харчових продуктів: підручник / Т.М. Димань, Т.Г. Мазур. – К.: ВЦ «Академія», 2011. – 520 с.

2. Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. К.: Вища шк., 1995. - 550 с.

3. Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: ООО «Дом славянской книги», 2015 р. – 576 с.

4. Павх С. Культура харчування. Технологія приготування кулінарних страв: навч.-метод. посібник / Степанія Павх. – Тернопіль: Х.: Ранок, 2009. – 187 с.

5. Ростовський В.С., Дібрівська Н.В., Пасенко В.Ф. Збірник рецептур. – К.: Центр учбової літератури, 2010. – 320 с.

6. Циганенко В.О. Домашні кондитерські вироби: [рецепти кондитерських виробів] / В.О. Циганенко, А.Т. Ратушенко, О.І. Здобнов. – К.: Кондор, 2011. – 249 с.: іл.

7. Шумило Г.І. Технологія приготування їжі: навч. посібник.: рек. МОН України як навч. посіб. для студентів навч. Закладів І-ІІ рівнів акредитації / Г.І. Шумило. – К.: Кондор, 2011. – 504 с.