Дата 14.09.2020

Группа: АДП-12

Предмет: МДК 01.01

Тема 1.1: Механическая кулинарная обработка овощей ,плодов и грибов.

Преподаватель: Кречетова Анна Григорьевна  
Почта: [akre4etova@yandex.ru](mailto:akre4etova@yandex.ru)

Задание: 1) Прочитать материал.

2) Кратко законспектировать.

3) Выполнить тест.

**Технологическая последовательность выполнения механической кулинарной обработки квашеной капусты, соленых огурцов, сушенных и замороженных овощей и плодов.**

***Сушеные овощи.*** В сушеном виде поступают картофель, свекла, морковь, лук, зелень петрушки и укропа. Овощи сушат огневым способом и методом сублимации. При огневой сушке овощи уменьшаются в объеме и изменяют свои свойства. Перед использованием такие овощи замачивают, полностью заливая их водой, чтобы не разрушился витамин С, а овощи, содержащие дубильные вещества, не потемнели. Сушеную зелень петрушки и укропа без предварительной обработки добавляют в блюда для ароматизации. Сушеный лук сначала сбрызгивают водой, чтобы он набух, затем используют для пассерования. Сушеную морковь, свеклу, картофель перебирают, ошпаривают, заливают холодной водой и дают набухнуть 1-3 ч. Подготовленные овощи варят в той же воде, в которой замачивали, чтобы сохранить питательные вещества.

***Свежемороженые овощи.*** В замороженном виде поступают зеленый горошек, фасоль стручковая, томаты, кабачки, перец, кукуруза, картофель, свекла, цветная капуста, зелень и др. Быстрозамороженные овощи сохраняют естественные свойства продуктов: вкус, аромат, цвет, внешний вид. Содержание питательных веществ в них при правильном хранении не изменяется. Замороженные овощи хранят при температуре от —12° до — 18° С. Перед тепловой обработкой их, не размораживая, освобождают от упаковки и используют для варки и жаренья.

***Квашеную капусту***отжимают от рассола, перебирают, отделяют крупные куски кочерыжки и моркови, измельчают их, затем соединяют с капустой и все измельчают. Очень кислую капусту промывают в холодной воде.

***Соленые огурцы***промывают холодной водой. У мелких соленых и маринованных огурцов отрезают место прикрепления плодоножки. Используют их целиком или нарезают кружочками. У крупных огурцов очищают кожицу, разрезают вдоль на 4 части и вырезают семена. Нарезают их ломтиками, ромбиками — для приготовления солянок, салатов, почек по-русски, соломкой — для рассольников, мелкими кубиками — для холодных блюд, крошкой — для соусов.

**ПОДГОТОВКА ОВОЩЕЙ ДЛЯ ФАРШИРОВАНИЯ**

Овощи играют важную роль в питании человека: улучшают процесс пищеварения, поддерживают кислотно-щелочное равновесие и жидкостный обмен в организме. Являясь одним из основных источников витаминов, они также богаты углеводами, минеральными, ароматическими, вкусовыми веществами, органическими кислотами. Для приготовления овощных блюд, предлагаемых как в холодном, так и в горячем виде, используют овощи целиком, либо измельчены или подвергнутые фаршированию.

Для фарширования чаще всего используют кабачки, перец, баклажаны, помидоры, капусту, огурцы.

Кабачки фаршируют порционными кусками или целиком. Кабачки промывают, отрезают плодоножку, нарезают поперек на цилиндры высотой 4-5см, удаляют семенное гнездо, кладут в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности 3-5 минут, вынимают, охлаждают и наполняют фаршем.

Подготовленные полуфабрикаты кабачков наполняют фаршем, укладывают на подготовленную порционную сковороду, смазанную маслом, и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-2800С.

При отпуске порционную сковородку или баранчик ставят на столовую мелкую тарелку с салфеткой. Стол сервируют столовой вилкой и ножом.

Для фарша: пассерованный репчатый лук соединяют с вареным рисом и мелкорублеными отварными яйцами, добавляют соль, перец, зелень петрушки или укропа и перемешивают.

Помидоры для фарширования берут зрелые, плотной консистенции, среднего размера. После промывания у них срезают верхнюю часть вместе с плодоножкой, вынимают семенное гнездо с частью мякоти, дают стечь соку, посыпают солью, перцем и наполняют фаршем.

Помидоры, подготовленные для фарширования, наполняют фаршем, укладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, сверху посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают маслом и запекают 15-20 минут в жарочном шкафу при температуре 250 - 280 0С.

Для фарша: подготовленные белые грибы или шампиньоны мелко нарезают и обжаривают с мелко нарезанным семенным гнездом помидоров. Лук репчатый нарезают соломкой и пассеруют. Рисовую крупу отваривают. Затем все соединяют, добавляют соль, молотый перец, зелень петрушки, можно мелко нарубленный чеснок. При отпуске порционную сковороду ставят на столовую мелкую тарелку с салфеткой, поливают соусом молочным. Стол сервируют столовой вилкой и ножом.

Перец промывают, делают надрез вокруг плодоножки и удаляют плодоножку с семенным гнездом, снова промывают, кладут в кипящую подсоленную воду на 1-2 минуты, вынимают, охлаждают и наполняют фаршем.

Для фарша: морковь и репчатый лук, нарезанные соломкой, пассеруют, добавляют свежие помидоры или томатное пюре и пассеруют вместе. Затем соединяют с отварным рисом, кладут соль, перец, зелень петрушки и перемешивают. Подготовленный перец наполняют фаршем, укладывают на порционную сковороду, заливают соусом молочным и запекают в жарочном шкафу до готовности.

При отпуске порционную сковороду ставят на столовую мелкую тарелку с салфеткой. Стол сервируют столовой вилкой и ножом.

Баклажаны сортируют, отрезают плодоножку, промывают, разрезают вдоль пополам, или поперек на цилиндры, удаляют мякоть вместе с семенным гнездом и наполняют фаршем. Мелкие баклажаны можно фаршировать целиком.

Подготовленные полуфабрикаты баклажанов наполняют фаршем, укладывают в один ряд на порционную сковороду, смазанную жиром, подливают небольшое количество бульона или воды и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Для фарша: морковь, петрушку и лук нарезают соломкой или мелким кубиками, пассеруют, в конце пассерования добавляют чеснок, соль, перец и перемешивают, кладут мелко нарезанные вареные яйца или жареные грибы.

При отпуске баклажаны подают на порционной сковороде, поставленной на столовую мелкую тарелку с салфеткой, поливают соусом сметанным, посыпают измельченной зеленью. Стол сервируют столовой вилкой и ножом.

Кочаны капусты для голубцов лучше использовать рыхлые. У капусты после зачистки из целого кочана вырезают кочерыжку, кочан промывают. Подготовленную капусту кладут в кипящую воду, варят до полуготовности, вынимают, дают стечь воде, охлаждают, разделяют на листья, убирают утолщенную часть листа, кладут фарш, заворачивают.

Подготовленные полуфабрикаты голубцов укладывают на разогретую с жиром порционную сковороду, обжаривают, заливают соусом сметанным и запекают в жарочном шкафу.

Для фарша: морковь и лук шинкуют соломкой, пассеруют, соединяют с вареным рисом, вареными мелкорублеными грибами, добавляют соль, перец, зелень петрушки и перемешивают, можно положить яйца.

При подаче голубцы подают на порционной сковороде, поставленной на столовую мелкую тарелку, поливают соусом, в котором их варили. Стол сервируют столовым ножом и вилкой.

**ТЕСТ**

*Тест по теме: «Механическая кулинарная обработка овощей»*

I.  Отнесите овощи к соответствующей группе:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. Корнеплоды  2. Пряные  3. Плодовые  4. Томатные  5. Луковые  6. Капустные  7. Клубнеплоды | а) картофель  б) базилик  в) морковь  г) тыква  д) капуста цветная  е) редис  ж) лук репчатый | з) кабачки  и) капуста белокочанная  к) томат  л) батат  м) чеснок  н) свекла  о) брокколи | п) хрен  р) огурцы  с) баклажаны  т) укроп  у) перец  ф) сельдерей  х) эстрагон |

II. Для чего сортируют и калибруют  овощи?

III. Для чего моют овощи перед очисткой?

IV. Зачем капусту кладут в соленую воду?

V. Укажите правильную последовательность механической кулинарной обработки овощей:

1.мытье

2. нарезка

3. сортировка

4. калибровка

5. очистка

VI. В каком цехе производят механическую кулинарную обработку овощей?

1. Мясной цех

2. Овощной цех

3. Холодный цех

VII. Какое оборудование расположено в овощном цехе?

VIII. Какие вещества содержат  следующие овощи:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Картофель  2. Морковь  3. Лук  4. Капуста | а) крахмал  б) сахар  в) минеральные вещества  г) белки | д) витамин С  е) фитонциды  ж) каротин  з) витамин В |

IX. Почему при хранении на воздухе очищенный картофель постепенно темнеет?

X. Что необходимо сделать, чтобы очищенный картофель не потемнел?