

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чернігівський національний технологічний університет

Кафедра харчових технологій

ОСНОВИ КУЛІНАРНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ
ДО ВИКОНАННЯ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ
для студентів спеціальності 181 – Харчові технології

Обговорено і рекомендовано
на засіданні кафедри
харчових технологій
Протокол № __ від _____2017

Чернігів ЧНТУ 2017

Основи кулінарної майстерності. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт для студентів спеціальності 181 – Харчові технології / Укл.: М.П.Ксенюк , О.І. Сиза – Чернігів: ЧНТУ, 2017. – 39 с.

Укладачі: КСЕНЮК МАРІЯ ПАВЛІВНА, старший викладач
СИЗА ОЛЬГА ІЛЛІВНА, доктор технічних наук, професор

Відповідальний за випуск: СИЗА ОЛЬГА ІЛЛІВНА, завідувач кафедри харчових технологій, доктор технічних наук, професор

Рецензент: Хребтань Олена Борисівна, кандидат технічних наук, доцент кафедри товарознавства, експертизи, митної справи та торгівлі Навчально-наукового інституту управління та адміністрування Чернігівського національного технологічного університету

ЗМІСТ

Вступ	4
Розподіл кількості годин для виконання лабораторних робіт	5
Лабораторна робота № 1 Технологія приготування та відпуск супів. Бракераж супів.....	6
Лабораторна робота № 2 Приготування рибних смажених страв.....	13
Лабораторна робота № 3 Приготування та відпускання страв із яєць і свіжого сиру. Бракераж готових страв.....	19
Лабораторна робота № 4 Холодні страви і закуски. Приготування бутербродів з інноваційними елементами оформлення	23
Лабораторна робота № 5 Приготування виробів з прісного тіста.....	30
Додаток А	38
Рекомендована література	39

Вступ

«Основи кулінарної майстерності» – нормативна дисципліна, яка закладає основи для подальшого вивчення майбутніми технологіями харчових виробництв профільних дисциплін, а саме: «Технологія оздоровчих харчових продуктів», «Технологія харчових виробництв» та інш.

Даний практикум містить 5 лабораторних робіт з основ кулінарної майстерності, які укладено за програмними питаннями курсу "Основи кулінарної майстерності" для студентів спеціальності 181 – Харчові технології. В методичних вказівках наведені лабораторні роботи з деяких основних розділів курсу, які включають: методику дослідження органолептичних показників якості приготовлених страв, фактичних втрат сировини та порівняння їх з нормованими. Передбачається також приготування страв з метою вивчення правил подачі, відпуску і їх естетичного оформлення.

Розділи містять інформаційний матеріал для засвоєння теми, мету роботи, матеріально-технічне забезпечення, хід виконання роботи та питання для самоконтролю. В лабораторних роботах приведена технологічно-інструкційна карта приготування їжі, технологія приготування страви, вимоги до якості. Після приготування страв, їх оформлення і відпуску проводиться їх дегустація за органолептичними показниками, робляться висновки.

При виконанні лабораторних робіт студенти використовують знання та навички, що були здобуті з предметів: товарознавство сировини, харчова хімія, санітарія, гігієна підприємств харчової промисловості, основи фізіології і гігієни харчування.

Структура лабораторних робіт дозволяє проводити їх без додаткових вказівок, що особливо актуально в зв'язку з необхідністю підготовки студентів до самостійного вирішення проблем в науково-дослідницькій та практичній роботі. Перед тим, як приступити до виконання лабораторних робіт, кожний студент повинен ознайомитися з правилами роботи і технікою безпеки у харчовій лабораторії (Додаток А).

Для виконання лабораторної роботи студент повинен бути підготовлений. Для цього він самостійно готується і пише звіт у відповідності до цих методичних вказівок. Звіт повинен містити: назву лабораторної роботи, її мету, короткі теоретичні відомості (не більше 0,5-1стор.), експериментальну частину з результатами виконаних робіт.

Для більш глибокого засвоєння теоретичного матеріалу, протягом семестру студенти виконують різні завдання за індивідуальними варіантами (РР – розрахункова робота, реферати). Це надає викладачам можливість контролю за самостійною роботою студентів та перевіряти своєчасність підготовки їх до лабораторних занять. У питання для самоконтролю внесені питання самостійної роботи студентів.

Лабораторний практикум визначає той необхідний мінімум знань, які повинен засвоїти студент на лабораторних заняттях. Більш детальні відомості в області різних розділів основ кулінарної майстерності студенти одержують в лекційних курсах.

Розподіл кількості годин для виконання лабораторних робіт

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Технологія приготування та відпуск супів. Бракераж супів	4
2.	Приготування рибних смажених страв	4
3.	Приготування та відпускання страв із яєць і свіжого сиру. Бракераж готових страв	4
4	Холодні страви і закуски. Приготування бутербродів з інноваційними елементами оформлення	2
5	Приготування виробів з прісного тіста	4
	Разом	18

Лабораторна робота № 1

Технологія приготування та відпуск супів. Бракераж супів

1.1 Мета роботи: сформувати практичні уміння та навички з приготування картопляних та молочних супів і закріплення теоретичних знань з технології приготування та подавання супів.

1.2 Матеріально-технічне оснащення: каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, сито, розробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки столові глибокі та мілкі, сировина.

1.3 Короткі теоретичні відомості

В Україні перші страви (супи) набули широкого поширення. За древньою традицією супи вживаються на початку обіду. Пояснюється це тим, що в них містяться в розчиненому виді речовини, що підсилюють секрецію травних залоз і готують травну систему для засвоєння їжі організмом. Таким чином, супи, насамперед, є стравами, що збуджують апетит; їх смаку, зовнішньому вигляду, аромату треба надавати великого значення.

Супи класифікують по декількох ознаках: по характеру рідкої основи, по температурі подачі, по способу приготування. Солодкі супи в літній період подають холодними, а узимку - гарячими.

Подають гарячі супи в підігрітих до 40°C глибоких столових тарілках, з підтарільником, прозорі бульйони без гарніру – у бульйонних чашках, солянки – у металевих супових мисках. Холодні супи подають в охолоджених до 12°C глибоких тарілках з підтарільником.

Технологічний процес готування заправних супів складається з декількох етапів: приготування бульйону; підготовка гарніру, проварювання гарніру в бульйоні, заправка супу.

За температурою подачі супи поділяють на холодні і гарячі. Температура подавання гарячих супів + 75°C, якщо супи заправляють л'езоном, то в цьому випадку температура подавання їх +65-+70°C, а температура подавання холодних супів +12-+14°C.

Норма відпустки супів коливається від 250 до 400 грамів, а в поодиноких випадках – 500 грамів, що залежить від типу підприємства й виду самого супу. Супи відпускають в різному посуді, а саме: в супових мисках, бульйонних чашках, столових глибоких тарілках, супницях, керамічних глечиках.

Подають супи на стіл також у різному посуді:

- глибоких столових тарілках з різного матеріалу;
- порцелянових і фаянсових бульйонних чашках;
- керамічних і глиняних глечиках;
- порцелянових і фаянсових кісе;
- у супницях з різного матеріалу.

Порцеляновий посуд для супів підігрівають в апаратах для підігрівання тарілок до температури +65-+70°C. У глибоких столових тарілках можна подавати всі види супів, а в бульйонних чашках прозорі і пюреподібні супи. При банкетному обслуговуванні в бульйонних чашках можна подати і заправні

супи такі, як розсольники, солянки. При подаванні супів на стіл глибокі столові тарілки ставлять на дрібні столові тарілки, а бульйонні чашки – на блюдця.

Поділ супів за температурою подачі

Найпоширенішою є група гарячих супів. Вона поділяється на чотири підгрупи:

на бульйонах і відварах;

на молоці;

на хлібному квасі, сироватці, кислому молоці тощо;

на фруктових і ягідних відварах;

Гарячі супи – температура подачі становить 75 °С.

Холодні супи – температура подачі становить 14 °С.

Поділ супів за технологією приготування:

заправні (борщі, щі, розсольники, солянки, картопляні, круп'яні, овочеві супи);

пюреподібні (супи-пюре);

прозорі;

молочні;

Поділ супів за рідкою основою:

на бульйонах (м'ясному, м'ясо-кістковому, кістковому, із птиці, риби, грибів);

овочевих відварах;

молоці;

квасі і кисломолочних продуктах;

фруктових відварах.

1.4 Експериментальна частина

Визначити тривалість приготування різних видів супів і провести їх органолептичну оцінку

1.4.1 Хід роботи

1.4.1.1. Приготувати суп картопляний



Таблиця 1.1– Технологічно - інструкційна карта страви *суп картопляний*

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Картопля	600	450	Сировина відповідає вимогам НТД
Морква	25	20	
Ріпа	40	30	
Петрушка (корінь)	13	10	
Цибуля ріпчаста	24	20	
Цибуля-порей	26	20	
Томатне пюре	10	10	
Кулінарний жир або жир тваринний топлений харчовий	10	10	
Бульйон або вода	700	700	
Вихід		1000	

Технологія приготування

1. Картоплю нарізають кубиками, часточками або брусочками.
2. Кладуть у киплячий бульйон або воду.
3. Доводять до кипіння.
4. Додають нарізані кубиками або соломкою і пасеровані з томатним пюре ріпчасту цибулю, моркву, петрушку.

5. Варять до готовності (12-15 хв.).

6. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають спеції і сіль.

Юшку можна готувати без томатного пюре. Вона буде смачнішою, якщо замість томатного пюре використати свіжі помідори.

Цю юшку найкраще готувати з рибою і рибними продуктами. Якщо готують юшку з грибами, варені гриби нарізують скибочками або соломкою, злегка обсмажують і кладуть разом з пасерованими овочами.

Перед подаванням у тарілку кладуть м'ясо або рибу, наливають юшку, посипають зеленню.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – на поверхні скалки жиру, овочі нарізані кубиками.

Колір – помаранчевий.

Консистенція – овочі м'які, але не переварені.

Смак і запах – пасерованих та варених овочів і спецій.

1.4.1.2. Приготувати суп овочевий



Таблиця 1.2– Технологічно - інструкційна карта
Найменування страви: Суп овочевий

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000 г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Капуста білоголова	100	80	Сировина відповідає вимогам НТД
Картопля	267	200	
Цибуля ріпчаста	24	20	
Цибуля-порей	26	20	
Морква	50	40	
Петрушка (корінь)	27	20	
Горошок зелений консервований	46	30	
Помідори свіжі	94	80	
Маргарин столовий	20	20	
Бульйон або вода	750	750	
Вихід		1000	

Технологія приготування

1. Капусту нарізати шашками, картоплю – кубиками або часточками, моркву і петрушку – часточками, скибочками, ріпчасту цибулю і томати – часточками.
 2. Дрібно нарізану моркву, цибулю пасерувати з жиром.
 3. У киплячий бульйон покласти картоплю, нарізану часточками.
 4. Довести до кипіння.
 5. Додати нарізану капусту.
 6. Варити 5-7 хв.
 7. Покласти пасеровані овочі, часточки томатів.
 8. За 5-7 хв. до закінчення варіння додати зелений горошок, сіль, спеції.
- Подаючи на стіл, юшку наливають у тарілку і посипають зеленню

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – овочі зберегли форму нарізки.

Колір – прозорий.

Консистенція – овочі м'які.

Смак і запах – пасерованих овочів і спецій.

1.4.1.3 Приготувати суп картопляний з бобовими



Таблиця 1.3– Технологічно - інструкційна карта
Найменування страви: суп картопляний з бобовими

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000 г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Картопля	333	250	Сировина відповідає вимогам НТД
Квасоля або горох лущений	81	80	
або чечевиця	101	100	
або горошок зелений консервований	154	100	
Цибуля ріпчаста	48	40	
Морква	50	40	
Петрушка (корінь)	13	10	
Кулінарний жир	20	20	
Бульйон або вода	650	650	
Вихід		1000	

Технологія приготування

1. Картоплю нарізують великими кубиками, моркву і петрушку – малими, цибулю дрібно січуть.
2. Коріння та цибулю пасерують.
3. Квасолю, горох перебирають.
4. Миють.
5. Замочують у холодній воді на 5-8 годин.
6. Варять у посуді з закритою кришкою до розм'якшення

7. У киплячий бульйон або воду, кладуть бобові
8. Доводять до кипіння.
9. Додають картоплю, через 8-10 хв пасероване коріння та цибулю
10. Варять до готовності.
11. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Перед подаванням суп наливають у тарілку, посипають подрібненою зеленню.

Зелений горошок закладають разом з пасерованими овочами.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – бульйон каламутний, горох майже розварений.

Колір – часточки жиру на поверхні жовтого кольору.

Консистенція – овочі м'які.

Смак і запах – відповідають вареним бобовим з картоплею.

1.4.1.4. Приготувати суп молочний з крупами



Таблиця 1.4 – Технологічно - інструкційна карта
Найменування страви: суп молочний з крупами

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000 г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Молоко	500	500	Сировина відповідає вимогам НТД
Вода	550	550	
Крупа рисова	60	60	
або манна, кукурудзяна, хлоп'я вівсяні	60	60	
або ячна, гречана, перлова, пшоно	80	80	
Масло вершкове	8	8	
Цукор	10	10	
Вихід		1000	

Технологія приготування

1. Крупи перебирають.
2. Рисову, кукурудзяну, ячну, перлову крупи, пшоно, пластівці вівсяні „Геркулес” варять у підсоленій воді до напівготовності 10-15 хв.
3. Вливають гаряче молоко.
4. Додають сіль, цукор.
5. Варять до готовності.

Готуючи суп з ячною або манною крупною, просіяні крупини засипають тоненькою цівкою в суміш молока з водою, додають сіль, цукор. Варять 5-7 хв. до готовності.

Кукурудзяну, перлову крупини можна варити у воді до готовності, потім відціджують і закладають у суміш молока і води, доводять до кипіння, кладуть сіль, цукор.

При подаванні суп наливають у тарілку, додають вершкове масло.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – крупини повністю розварені, але зберегли форму, на поверхні кульки вершкового масла.

Колір – білий.

Консистенція – крупини м'які.

Смак і запах – кип'яченого молока з ароматом вершкового масла, без присмаку і запаху підгорілого молока.

1.4.2 Обробка результатів

Органолептичні показники якості: зовнішній вигляд, колір, консистенція, смак і запах.

Кількість порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

Використані спеції:

Вид напівфабрикату з яким подається суп картопляний:

1.5 Висновки

1.6 Питання для самоконтролю

1. Як класифікують перші страви?
2. Які супи готують в Україні?
3. Що спільного в їх приготуванні?
4. Чим вони відрізняються між собою?
5. Який посуд використовують для подавання перших страв?
6. Які види молока вам відомі?
7. Які супи називаються заправними?
8. Назвіть органолептичні вимоги до супів?
9. Яка температура подавання супів?
10. Назвіть основні стадії приготування супів.

Лабораторна робота № 2

Приготування рибних смажених страв

2.1 Мета роботи: сформувати практичні уміння та навички з приготування страв із риби.

2.2 Матеріально-технічне оснащення: м'ясорубка, сотейник, каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, обробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки для других страв, паперові серветки, сировина.

2.3 Короткі теоретичні відомості

2.3.1 Технологія приготування відвареної риби

Для варіння використовують цілі тушки риб з головою або без голови, ланки осетрової риби і порційні шматочки. Для поліпшення смаку додають біле коріння, ріпчасту цибулю, моркву, лавровий лист, перець. При варінні лососевих риб і форелі у воду додають столовий оцет для збереження кольору (10 г на 1 л води). При варінні риби тріски, ставриди, сома, лина, шуки, використовують огірковий розсіл або шкірочку солоних огірків, щоб м'ясо набуло ніжної консистенції.

Співвідношення води на 2дм³ 1 кг риби, при температурі 85-90 °С, тривалість варіння великої риби - 1-1,5 год., дрібної - 15-20 хв. Готовність визначають кухарською голкою в найтовстішій частині, має виділитися прозорий сік.

2.3.2 Технологія приготування тушкованої риби

Тушковану рибу готують з додаванням нашаткованої моркви, петрушки, ріпчастої цибулі, томатного пюре, оцту, олії, цукру, рибного бульйону. Перед закінченням тушкування за 10-15 хв. додають спеції і прянощі з розрахунку на 1 порцію: солі – 3 г., перцю чорного горошком – 0,01 г., лаврового листа – 0,01 г., гвоздики – 0,01 г., кориці – 0,01 г.

Тушкують рибу сирого або смаженою. Використовують цілу дрібну рибу, порційні шматки кругляки, філе з шкіркою кістками, можна тушкувати солону вимочену рибу, а також морську. Тривалість тушкування дрібної риби – 3-4 години, порційні шматочки – 40-60 хвилин. Готовність визначають за м'якістю кісток

2.3.3 Технологія приготування припущеної риби

Припускають у невеликій кількості рідини цілими тушками (форель, стерлядь, судак, щуку, рибу фаршировану), ланками та порційними шматочками у рибних казанах з решітками або сотейниками при закритій кришці. Для припускання використовують рибу, яка не має різко виражений специфічний смак і запах.

Рибу кладуть на решітку рибного казана або сотейник, дно змащують маслом в один ряд; цілу рибу черевцем до низу, ланки осетрової - шкіркою до низу, порційні шматочки під кутом 30°. Щоб зберегти форму фаршировану рибу

при припусканні, з обох боків її прикріплюють шпагатом на дві дерев'яні палички.

Рибу заливають водою або рибним бульйоном (0,3 на 1 кг), щоб рідина вкрила третину об'єму. Цілу рибу і ланки заливають холодною водою, порційні – гарячою, додають біле коріння, ріпчасту цибулю, спеції. Посуд з рибою щільно закривають і доводять до кипіння і припускають при слабкому нагріванні: порційні шматочки – 10-15 хв., ланки, цілу і фаршировану рибу – 25-45 хв. Внутрішні шари риби повинні прогрітися до температури не нижче 80 °С.

2.4 Експериментальна частина

Визначити тривалість приготування різних страв із риби та втрати маси риби при її приготуванні; визначити їх органолептичну оцінку

2.4.1 Хід роботи

2.4.1.1 Приготувати рибу смажену в тісті



Таблиця 2.1 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: риба смажена в тісті

№ п/п	Найменування сировини	Витрати сировини, г		Вимоги до якості
		брутто	нетто	
1	Філе риби	140	67	Сировина повинна відповідати вимогам НТД
2	Борошно	30	30	
3	Олія соняшникова	2	2	
4	Кислота лимонна	0,2	0,2	
5	Яйце	40	30	
6	Вода	30	30	
	Вихід:	-	100	

Технологія приготування

Філе без шкіри й кісток або порційні шматки без шкіри й хрящів нарізають на шматочки товщиною 1-1,5 см довжиною 5-6 см. Рибу маринують 20-30 хвилин у рослинному маслі, сметаню з лимонною кислотою, сіллю, перцем і дрібно нарізаною зеленню. Просіяне борошно розводять теплим молоком або водою з

температурою 20-30°C, розмішують, щоб не було грудок, додають рослинне масло, жовтки яєць, сіль і залишають на 10-15 хвилин для набрякання клейковини. Перед смаженням в тісто вводять збиті білки й розмішують.

Підготовлену рибу за допомогою кухарської голки занурюють у тісто й жарять у фритюрі при температурі 180-190°C. При відпустці рибу кладуть в виді піраміди або колодязя, поруч скибочка лимона. Соус томатний, майонез із корнішонами подають окремо.

Вимоги до якості

Риба добре прожарена, але соковита. Тісто пористе, пишне. Колір світло-золотавий.

Неприпустимі дефекти – темне фарбування обсмаженої риби.

Неприпустимий смак і запах пересмаженого фритюру.

2.3.1.2. Приготувати піджарку з палтуса



Таблиця 2.2 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: піджарка з палтуса

№ п/п	Найменування сировина	Витрати сировини, г		Вимоги до якості
		брутто	нетто	
1	Філе палтуса	315	150	Сировина повинна відповідати вимогам НТД
2	Борошно	6	6	
3	Масло	30	30	
4	Цибуля	56	50	
5	Картопля	263	150	
6	Помідори	100	100	
7	Часник	1	1	
8	Перець	0,3	0,3	
9	Зелень	5	5	
	Вихід:	-	375	

Технологія приготування

Філе палтуса нарізають великими смужками, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні й обсмажують на соняшниковій олії. Готову рибу змішують з окремо підсмаженою картоплею. Все це викладають на тарілку і прикрашають підсмаженими половинками помідора, посипають зеленню петрушки із дрібно нарізаним часником.

Вимоги до якості

Обсмажене філе, змішане з обсмаженою картоплею й цибулею, прикрашене половинкою помідори, обсмаженого на маслі й посипано дрібно нарізаною петрушкою із часником.

2.4.1.3 Приготувати рибу смажену із зеленим маслом



Таблиця 2.3 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: риба смажена із зеленим маслом

№ п/п	Найменування сировини	Витрати сировини, г		Вимоги до якості
		брутто	нетто	
1	Шар чистого філе риби	282	192	Сировина повинна відповідати вимогам НТД
2	Борошно	6	6	
3	Льезон	6	6	
4	Біле панірування	15	15	
5	Сіль кухонна	1	1	
6	Цукор білий кристалічний	2	2	
7	Лимон	1	1	
8	Зелене масло	10	10	
	Вихід:	-	223	

Технологія приготування

Чисте філе риби нарізають у вигляді стрічки шириною 4-5 см, товщиною 1см, довгої 15-20 см, злегка відбивають, панірують у борошні, льезоні й білому паніруванні. Напівфабрикат згортають із двох сторін, надають йому форму вісімки й сколюють металевою шпажкою.

Підготовлений напівфабрикат опускають у розігрітий жир, смажать до утворення рум'яної скоринки, потім виймають із жиру, видаляють шпажку, а рибу доводять до готовності в жаровій шафі. Смажену рибу гарнірують картоплею фрі. На рибу укладають кружечок зеленого масла, добре охолодженого, прикрашають зеленню і часточкою лимона. Okремо подають соус томатний. Блюдо відпускають відразу ж після готування, щоб зелене масло зберегло свою форму.

Вимоги до якості

Порційний шматок риби у формі вісімки, зверху якого покладений кружечок зеленого масла, оформлений зеленню й часточкою лимона. Поверхня має піджарену скоринку ясно-коричневого кольору. Консистенція м'яка, соковита. Смак і запах специфічний, без стороннього присмаку.

2.4.1.4 Приготувати рибу смажену із цибулею по лєнінградські



Таблиця 2.4 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: риба смажена із цибулею по лєнінградські

№ п/п	Сировина	Витрати сировини, г		Вимоги до якості
		брутто	нетто	
1	Картопля	263	150	Сировина повинна відповідати вимогам НТД
2	Цибуля ріпчаста (смажена)	44	35	
3	Порційні шматки риби	286	155	
4	Борошно	6	6	
5	Олія рослинна	6	6	
	Вихід:	-	352	

Технологія приготування

Картоплю варять у шкірочці, (охолоджують, очищають, нарізають кружечками й обсмажують по обидва боки. Ріпчасту цибулю нарізають

кільцями, панірують в борошні й варять у фритюрі до золотавого кольору.

Порціонний шматок риби варять основним способом і доводять до готовності в жаровій шафі. Смажену рибу укладають на порціонну сковороду в середину, навколо – смажена картопля кружечками, а на рибу кладуть кільця смаженої цибулі.

Вимоги до якості

Риба повинна бути рівномірно обсмажена з усіх боків, цибуля не горіла і ні в якому випадку із запахом і смаком пересмаженого фритюру. Золотава картопля кружками, що зберегла форму.

2.4.1.5 Приготувати рибу смажену на рожні



Таблиця 2.5 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: риба смажена на рожні

№ п/п	Сировина	Витрати сировини		Вимоги до якості
		брутто	нетто	
1	Лосось	384	254	Сировина повинна відповідати вимогам НТД
2	Сметана	1	1	
3	Цибуля ріпчаста	48	40	
4	Зелень петрушки	5	5	
5	Лимон	7	7	
	Вихід:	-	150	

Технологія приготування

Порційні шматки риби без шкіри й кісток ошпарюють, промивають. Посипають сіллю й одягають на шпажку, рожен змазують сметаною й смажать на грилі. При відпуску гарнірують дрібно нарізаною цибулею, зеленню петрушки й часточками лимона, окремо в соуснику можна подати кетчуп, майонез.

Вимоги до якості

Порційні шматки, рівномірно обсмажені на рожні

Гарніруються дрібно нарізаною цибулею й зеленню кропу із часточкою лимону.

2.4.2 Обробка результатів

Органолептичні показники якості:

Кількість приготовлених порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

2.5 Питання для самоконтролю

1. Значення рибних страв у харчуванні людини?
2. Як змінюються основні речовини, що містяться в рибі при тепловій обробці?
3. Як варять і відпускають рибу?
4. Поясніть, чому припущена риба смачніша, ніж варена?
5. Як визначити готовність смаженої риби?
6. Як підготувати рибу для припущення? Для тушкування? Для смаження?
7. З яким гарніром краще відпустити смажену рибу?
8. При якій температурі смажать рибу основним способом та як визначити її готовність?
9. При якій температурі смажать рибу у фритюрі?
10. З яким гарніром відпускають рибу, смажену у фритюрі?
11. Як підготувати рибу до запікання?
12. Як приготувати запечену рибу?
13. Назвіть вимоги до якості смаженої риби?

Лабораторна робота № 3

Приготування та відпускання страв із яєць і свіжого сиру. Бракераж готових страв

3.1 Мета роботи: поглибити теоретичні знання, сформувати практичні уміння та навички з приготування страв із яєць і свіжого сиру.

3.2 Матеріально-технічне оснащення: каструлі різної ємності, сковорідки, шумівку, обробні дошки, лотки, друшляк, розливні, мірні та столові ложки, сито, столові тарілки та прибори, сировина.

3.3 Короткі теоретичні відомості

Яйця – продукт високої харчової і біологічної цінності, оскільки в них містяться всі поживні речовини, які потрібні людині для нормальної життєдіяльності.

За способом теплової обробки страви з яєць поділяють на відварні, смажені і запечені.

При нагріванні білок і жовток яйця змінюються, зсідаються. При температурі 50-55°C з'являються перші ознаки зсідання білка (денатурації) – часткове помутніння; при 55-60°C каламутним стає весь білок; при 60-65°C він помітно загусає; при 65-75 °C перетворюється на драглеподібну ніжну рухливу

масу, яка при нагріванні до температури 75-85°C ущільнюється, а при подальшому нагріванні утворені драгли поступово твердіють. При температурі 80-85°C білок міцнішає, при 95-100°C його міцність майже не змінюється. На відміну від білків м'яса і риби яєчний білок при нагріванні не виділяє води.

Жовток починає загусати лише при температурі 70 °С, оскільки жир його має низьку температуру топлення і знаходиться у стані ніжною емульсії.

При приготуванні страв із суміші білків і жовтків з додаванням молока або води температура, при якій відбувається денатурація білків, також підвищується до 70-75 °С, маса залишається ніжною, завдяки чому страви легше засвоюються організмом, порівняно з білком яйця, звареного круто.

Додавання солі знижує температуру зсідання білків, тому при смаженні яєчні на поверхні жовтка утворюються білі плями у тих місцях, де потрапила сіль.

При тривалому варінні яєць (понад 10 хв.) білок частково розпадається, виділяючи сірководень, який із залізом жовтка утворює сірчисте залізо, при цьому верхній шар жовтка темніє.

Швидке охолодження зварених яєць у воді перешкоджає сполученню сірководню із залізом, колір поверхні жовтка майже не змінюється.

Сир – цінний продукт харчування. До складу його входять органічні (молочні) кислоти, мінеральні речовини, зокрема солі фосфору і кальцію, вітаміни А, Е групи В.

Білки жиру повноцінні, містять усі незамінні амінокислоти, сприятливо впливають на жировий обмін. Завдяки лікувальним властивостям білків, які входять до складу сиру, а також високому вмісту мінеральних речовин страви з сиру рекомендується використовувати у дитячому і дієтичному харчуванні, при захворюваннях печінки, нирок, шлунка, атеросклерозу.

Сир використовують для приготування холодних і гарячих страв. Застосовують жирний, напівжирний і знежирений сир.

3.4 Експериментальна частина

3.4.1 Хід роботи

Визначити втрати при тепловій обробці сирників. Фактичні результати порівняти з нормативними та пояснити розбіжності.

3.4.1.1 Приготувати яєчню натуральну

Рецептура: яйця – 3 шт., маргарин або вершкове масло – 10г.

Вихід – 114 г



Технологія приготування

На добре розігріту (140-160°C) порціонну сковороду з вершковим маслом обережно випустити підготовлені яйця, не порушуючи цілісності жовтка, посипати сіллю (на 1 яйце 0,25 г солі) і смажити 3-5 хвилин. Жовток повинен залишитися напіврідким. Сіль використовують дрібно і посипають нею тільки білок, оскільки на жовтку від солі залишаються білі плями. Частина солі можна додати у жир, щоб білок не набухав. Жовток при смаженні можна посипати перцем.

Подають яєчню у порціонній сковорідці, яку ставлять на закусочну тарілку з паперовою серветкою, іноді перекладають у тарілку, поливають вершковим маслом, посипають зеленню.

Вимоги до якості

Яєчня зберігає форму і має напіврідкий жовток. Краї яєчні не підсушені. Жовток не містить білих плям від солі, збережена правильна форма жовтка.

3.4.1.2 Приготувати яєчню з сухарями

Рецептура: яйця – 2 шт., сухарі житні або пшеничні – 5г, маргарин або вершкове масло – 10 г. Вихід – 90 г.

Технологія приготування

На подрібнені й обсмажені сухарі випускають яйця і ставлять на 4-5 хвилин у жарову шафу.

Подаючи на стіл, посипають подрібненою зеленню.

Вимоги до якості

Яєчня зберігає форму і має напіврідкий жовток. Краї яєчні не підсушені. Жовток не містить білих плям від солі, збережена правильна форма жовтка.

3.4.1.3 Приготувати омлет натуральний



Рецептура: яйця – 80 г., молоко чи вода – 30 г, омлетної маси – 110 г, маргарин столовий – 5 г, маса готового омлету – 105 г, масло вершкове або маргарин – 5 г. Вихід – 110 г

Технологія приготування

Готують омлетну масу. Для цього підготовлені яєчні продукти з'єднують з молоком і сіллю, добре розмішують, злегка збивають до утворення піни.

На добре розігріту чавунну сковороду з вершковим маслом швидко виливають підготовлену омлетну масу і смажать до повного її загусання. Коли нижня частина омлету підсмажиться

Вимоги до якості

Омлет смажений має світло-жовтий колір, хвилясту поверхню, пухку

соковиту консистенцію. Не допускається відокремлення рідини.

3.4.1.4 Приготувати сирники



Рецептура: сир – 152 г, борошно пшеничне – 20 г, яйця – 1/8 шт., маса напівфабрикату – 180 г, маргарин – 5 г, маса готових сирників – 150 г, сметана або варення – 20 г, масло вершкове – 5 г; або цукор – 10 г; або сметана – 20 г; або соус – 75 г. Вихід: 170 г /155 г /180 г /225 г.

Для цієї страви бажано використовувати жирний сир. Сирники готують з цукром і ваніліном, без цукру. Без цукру сирники готують з додаванням картопляного пюре, квасолі, а також, якщо сир з підвищеною вологістю або кислотністю. У протертий сир додати 2/3 борошна, яйця, сіль, цукор, ванілін (0,02 г на порцію, попередньо розчинити у гарячій воді). Масу добре перемішати і сформувати у вигляді биточків 1,5 см завтовшки, запанірувати у борошні, підсмажити основним способом з обох боків. Довести до готовності в жаровій шафі протягом 5-7 хвилин.

Подавати сирники по 2-3 штуки на порцію на підігрітих столових тарілках з цукром, варенням або сметаною. Молочний солодкий соус, або сметану подати окремо або підлити поряд з сирниками.

Вимоги до якості

Гарно підсмажені, не підгорілі, солодкі на смак з присмаком ванілі.

3.4.1.5 Приготувати пудинг із сиру



Рецептура: сир – 152 г, крупа манна – 15 г, цукор – 15 г, яйця – ¼ шт., виноград сушений (родзинки) – 204 г, маргарин столовий або масло вершкове – 5, ванілін – 0,02 г, сухарі – 5 г, сметана – 5 г, маса готового пудингу 200 г, сметана – 20 г, або соус – 75 г. Вихід 220 г

Технологія приготування

У гарячій воді (10-20 см³ на порцію) розчинити ванілін, потім всипати манну крупу і помішуючи заварити. Родзинки перебрати і промити, сир

протерти, білки сирих яєць відділити від жовтків, збити до утворення пухкої стійкої піни, горіхи подрібнити.

У протертий сир додати яєчні жовтки, розтерті з цукром, охолоджену заварену манну кашу або манну крупу, вершкове масло або маргарин, сіль, ванілін, родзинки, горіхи. Масу ретельно перемішати, ввести збиті білки і ще раз обережно перемішати, щоб білки не осіли.

Масу викласти у форму або на лист, змащені маслом і посипані сухарями на $\frac{3}{4}$ об'єму, поверхню вирівняти, змастити сметаною і запікати у жаровій шафі 25-35 хвилин при температурі 200-220°C до утворення на поверхні добре підсмаженої кірочки. Пудинг витримати у шафі 5-10 хв. Для остигання, вийняти обережно з форми (щоб пудинг не осів, і порізати на порції.

Пудинг запечений на листі, розрізати не викладаючи з листа на порційні куски квадратної форми. (1 кусок на порцію).

Подавати у гарячому вигляді на порціонному підігрітому блюді або тарілці зі сметаною, солодким або молочним соусом. Сметану або соус подати окремо у соуснику.

Вимоги до якості

Пудинг повинен мати гладеньку поверхню без тріщин, вкритий рівномірною золотистою скоринкою, колір на розрізі світло-кремовий. Консистенція пухка, однорідна. Смак солодкий.

3.4.2 Обробка результатів

Органолептичні показники якості:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

3.5 Висновки

3.6 Питання для самоконтролю

1. Чим цінні страви з сиру?
2. Як приготувати і подати сирники?
3. Як видалити з сиру для приготування сирників зайву вологу?
4. Які терміни зберігання страв із сиру?
5. Які поживні речовини містяться в яйцях?
6. Чому сирі яйця засвоюються гірше, ніж варені?
7. Які продукти переробки яєць використовують на підприємствах громадського харчування? Дайте їм характеристику.
8. Як приготувати і подати яєчну натуральну
9. Які вимоги до якості страв з яєць?
10. Технологія приготування пудингу із сиру.

Лабораторна робота № 4

Холодні страви і закуски. Приготування бутербродів з інноваційними елементами оформлення

4.1 Мета роботи: сформувати практичні уміння та навички з приготування та подачі бутербродів з інноваційними елементами оформлення

4.2 Матеріально-технічне оснащення: ножі, обробні дошки, тарілки столові, підноси, шпажки, дерев'яні лотки, серветки, продукти і сировина.

4.3 Короткі теоретичні відомості

Холодні страви і закуски у харчуванні людини мають надзвичайно велике значення. Багато які холодні закуски мають гострий смак (закуси з оселедця, кільки, квашеної капусти, солоних і маринованих грибів та ін.), деякі мають ніжний смак (заливна риба, м'ясо, холодні страви з птиці і дичини та ін.).

До таких страв додають гострі приправи і соуси — гірчицю, хрін, соус майонез тощо.

За характером кулінарної обробки і основним продуктом закуски можна розподілити на такі групи: бутерброди, салати і вінегрети, страви з овочів і грибів, риби, м'яса, яєць.

Для приготування бутербродів використовують пшеничний або житній хліб

з скоринкою або без неї. Хліб повинен бути не дуже м'яким, щоб його можна

було легко нарізати, і не зовсім черствим.

Подають бутерброди на блюдах, вазах з плоскими краями або на малих столових або закусточних тарілках, які покривають паперовими серветками або серветками з тканини.

Бутерброди поділяють на такі основні групи: **відкриті** (прості й асорті), **закриті** (сандвічі), **дорожні закусточні** (канапе) і **гарячі**.

Відкриті бутерброди. Для приготування їх використовують житній хліб - для бутербродів з жирними продуктами (шпиком, корейкою, грудинкою), продуктами, що мають гострий смак (оселедцем, кількою та ін.), і пшеничний.

Для відкритих бутербродів пшеничний батон нарізують скибочками, трохи навскіс, 1-1,5 см завтовшки і масою 30-40 г. Вершкове масло для бутербродів зачищають, тверде - розм'якшують і розтирають. Згідно з розкладкою у масло додають зелень петрушки, лимонний сік, гірчицю, майонез, тертий хрін. Є певні правила нарізування різних продуктів для бутербродів: товсті батони вареної, ковбаси нарізують упоперек одним куском на бутерброд, копчені - навскіс по 2-3 куски; сир твердий - скибочками прямокутної або трикутної форми 2-3 мм завтовшки, шинку - тоненькими кусками, малосолону рибу - навскіс по 1 куску на бутерброд, філе оселедця - навскіс по 2 кусочки, відварне і смажене м'ясо - упоперек волокон тоненькими скибочками 2-3 мм завтовшки, цибулю - кільцями і півкільцями, томати і огірки - тоненькими скибочками, масло - кусочками прямокутної форми. Бутерброди з оселедцем, кількою, шпротами або ікрою оформлюють маслом у вигляді троянди, листочка, зірочки. Продукти, призначені для бутербродів, нарізують не раніш ніж за 30-40 хв до подавання і зберігають на холоді.

Прості відкриті бутерброди готують з одного виду продуктів (наприклад, бутерброд з маслом, з ковбасою, з сиром і т. ін.) **Складні** бутерброди асорті готують з набору декількох продуктів, які добре поєднуються за кольором і смаком. Продукти укладають так, щоб вони повністю покривали хліб. Для

відкритих бутербродів продукти слід розміщувати так, щоб бутерброд було зручно їсти, основний продукт у поєднанні з супутнім повинен добре виділятися.

Закриті бутерброди (сандвічі)

Закриті бутерброди (сандвічі) готують з двох тонких скибочок пшеничного хліба.

Хліб розрізають на смужки шириною 5-6 см, товщиною близько 0,5 см. Для закритих бутербродів добре використовувати штучні булочки вагою 50, 100 г. На смужки хліба наносять тонкий шар вершкового масла, який можна збити, як для крему, і приправити для смаку гірчицею, тертим хрінном соусом і т. п., в залежності від того, з яким продуктом готують бутерброди: шинкою, рибою. На смужки хліба з маслом кладуть тонкі скибочки м'ясних або рибних гастрономічних товарів, м'ясних кулінарних виробів або інших продуктів, накривають іншою такою ж смужкою хліба, притискають лопаткою або ножем (вирівнюючи поверхню). Смужки хліба вирівнюють з боків і нарізають на бутерброди квадратної чи іншої форми. Для закусочних бутербродів звичайно прийнятий розмір і форма сірникової коробки.

Закриті бутерброди, що готуються в дорогу, можуть бути виготовлені більш великого розміру, але не слід робити їх товщі 2-2,5 см.

Закусочні бутерброди на крутонах з листкового тіста (канапе)

З прісного листкового тіста випікають крутони круглої, квадратної, прямокутної, овальної форми діаметром близько 3 см, охолоджують і використовують як основу для приготування закусочних бутербродів (канапе). Маса крутони 25 – 30 г.

Закусочні бутерброди на хлібі (канапе)

Пшеничний або житній хліб для закусочних бутербродів повинен мати достатньо щільну м'якушку, форма якої добре зберігається при нарізці невеликими шматочками.

Хліб звільняють від корок, нарізають смужками товщиною 8 мм, шириною 2-3 см, підсмажують з двох боків на вершковому маслі, охолоджують, грунтують вершковим маслом (або який-небудь олійною сумішшю), на масло укладають багністі смужки гастрономічних продуктів (як би приклеюють їх), після чого смужку хліба розрізають гострим тонким ножем у вигляді квадратів, трикутників, ромбів

Вершкове масло, призначене для закусочних бутербродів, збивають у міксері для додання йому більшої гомогенності. Кожен закусочний бутерброд може бути додатково прикрашений зеленню, ягодами калини, журавлини, майонезом, томатом-пастою, яйцем.

Для закріплення прикрас використовують масло, майонез, томат-пасту. Підготовлені бутерброди розкладають па блюді, вистелене красивою серветкою (полотняною або паперовою), в кожен бутерброд вертикально встромляють пластмасову або дерев'яну шпажку. На одній страві звичайно розташовують закусочні бутерброди кількох видів (асорті): м'ясні, рибні, овочеві.

Гарячі бутерброди

— Найпростіший варіант гарячого бутерброду - той самий холодний, але з

доповненням верхнього шару із сиру, нарізаного тоненькими скибочками або тертого. Цей бутерброд розігрівають у духовці або грилі й вважають готовим після розплавлення сиру.

Приготування грінок теж передбачає гарячу обробку продуктів, здебільшого попереднє підсмаження хліба на сковороді. Грінки виготовляють із булки, батона чи хліба без скоринки. Скибки нарізають завтовшки 1 см, змащують з обох боків вершковим маслом або маргарином і запікають у духовці. Вони мають бути зверху хрусткими, а всередині м'якими.

Грінки можна ускладнити. Можна не змазувати батон маслом, а умочити його перед смаженням з обох боків у суміш яєць, молока та цукру, розтопити масло на сковороді.

Найпростіший спосіб обробки хліба — підсушування його в тостері.

Оформлення і подача

Бутерброди подають у холодному і гарячому вигляді. Продукти укладені рівним шаром на шматку хліба, поверхня гладка. Смак і запах використуваних продуктів природний.

Бутерброди з шинкою, бужениною, ростбіфом доповнюють свіжими огірками, помідорами, корнішонами, майонезом, хрінном. Подають закусочні бутерброди на блюді або вазі, покритих серветкою, гарно оздоблені зеленню.

Продукти для бутербродів підбираються відповідно до пори року. На один і той же бутерброд можна класти кілька видів відповідних за смаком продуктів.

Майже всі бутерброди можна прикрасити зеленню, овочами і фруктами. З овочів для прикраси найбільше підходять червоний редис, огірки, помідори, морква, цибулина, цибуля-порей та ін. Добре для цієї мети використовувати також яйце і сир.

Розкладаючи бутерброди, треба поруч поміщати відмінні за кольором бутерброди, які добре гармонують один з одним, наприклад, поряд з бутербродом з яйцем слід помістити бутерброд з помідорами, а в наступному ряду бутерброд із зеленим огірком, рядом з бутербродом з морквою - бутерброд з шинкою і т. д. Кожен ряд бутербродів може бути різним за формою і величиною. Так, наприклад, маленькі закусочні бутерброди (канапе) декоративні за своєю формою та оздобленням. Треба стежити, щоб бутерброди, загалом, були красивими, привертати увагу і одночасно були простими, зробленими зі смаком і викликали апетит. Один вид бутербродів прикрашають однаковими продуктами.

Бутерброди їдять руками або за допомогою закусочних вилочки і ножа.

4.4 Експериментальна частина

Приготувати бутерброди різних видів і провести їх органолептичну оцінку.

4.4.1 Хід роботи

4.4.1.1 Бутерброди з ковбасою



Ковбаса варена — 31, ковбаса напівкопчена або варено-копчена — 26, хліб — 30. В и х і д — 60/55.

На скибочку хліба укласти тоненько нарізану ковбасу. Бутерброди з вареною ковбасою можна подавати з маслом вершковим, маслом з гірчицею (5 г), прикрасити зеленню.

4.4.1.2 Бутерброди з рибними консервами

Бутерброд зі шпротиами

Бутерброд з червоною рибою



Рибні консерви у маслі (шпроти, сардини) - 25, хліб - 30.. В и х і д —55
На скибочку хліба покласти шпроти або сардини, або іншу рибу. Хліб можна попередньо змастити маслом (5 г). Відкриті бутерброди можна прикрасити листками салату, шпинату, гілочками - петрушки, кропу, скибочками свіжих томатів або солоних огірків, редиски, кусочками свіжого або маринованого перцю та ін. При цьому відповідно збільшують вихід.

4.4.1.3 Бутерброд «Курча»

Продукти: хліб пшеничний, яйце, зварене круто, масло, сир, зелень.

Послідовність приготування

1. Намастити скибочку хліба маслом, зверху покласти сир.
2. Розрізати яйце на дві частини. Зробити зріз зубчастим. Це шкаралупка.
3. Вийняти жовток, розім'яти його. Покласти на бутерброд шкаралупку.
4. У половину шкаралупки покласти гіркою розтертий жовток. Це — курча.
5. Уставити дзьоб із шматочка червоного перцю або моркви. Очі — оливи.
6. Зробити гніздечко з кропу або листочків салату.

4.4.1.4 Бутерброд «Мишенята»

Продукти: хліб пшеничний, круто зварене яйце, масло, сир, зелень, сосиска, морква, оливи.

Послідовність приготування

1. Намастити скибочку хліба маслом, зверху покласти сир.
2. Розрізати яйце на дві частини. Зверху зробити надріз для вушок.
3. Відрізати від сосисок чотири кружальця — це вушка.
4. Вставити в розріз по два кружальця.
5. З моркви вирізати ротик, із олив - очі.
6. З сосиски вирізати хвостики.
7. Зібрати мишенят, покласти на бутерброд.

4.4.1.5 Гарячий бутерброд



Пшеничний хліб -30, шинка - 25, солоний огірок -10, яйця, зварені круто-10, майонез—10, сир -5. В и х і д - 60.

Солоний огірок обчистити від шкірки і дрібно нарізати, з'єднати з вареними дрібно нарізаними яйцями, заправити майонезом і перемішати. На скибочку пшеничного хліба без скоринки покласти 2—3 кусочки шинки, зверху нанести приготовлену суміш і посипати тертим сиром. Запікати у жаровій шафі

4.4.1.6 Домашній бургер



Продукти: Булочка – 1 шт., яловичина -70 г, свинина – 30 г, цибуля – 1шт., часник – 1 зубок, Яйця – 1 шт., гірчиця, сіль, перець, петрушка – за смакос, помідори – 1 шт., сир плавлений 100г.

Послідовність приготування

1. З'єднуємо яловичий і свинячий фарш.
2. Дрібно ріжемо цибулю.
3. Давимо часник.
4. Розбиваємо яйце в м'ясо
5. Додаємо сіль, перець.
6. Всі компоненти ретельно перемішуємо.
7. На середньому вогні на сковороді в олії смажимо декілька плоских котлет
8. Булочку для бургерів розрізаємо навпіл, кладемо на одну із сторін лист салату, потім котлету, шар майонезу, кружок помідора, пластинку плавленого сиру.
9. Зверху накриваємо все це другою половинкою булочки.
10. Подаємо до столу.

4.4.1.7 Приготування канапе



Продукти: Батон, багет або просто свіжий білий хліб, салямі або шинка, оливки, болгарський червоний перець або огірок

Заправка: 120 г вершкового сиру, дві столові ложки сметани, чайну ложку гірчиці. Все злегка збити міксером.

Послідовність приготування:

1. Нарізаємо батон, багет або хліб (можна злегка підсмажити, буде смачніше).
2. Намастити заправкою скибочки хліба.
3. Зверху на намащені скибочки хліба кладемо невеликий шматок шинки.
4. Прикрасити невеликими шматочками оливок, болгарського перцю і огірка.

4.4.2 Обробка результатів

Органолептичні показники якості:

Кількість приготовлених порцій:

Рецептура приготування бутербродів;

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

4.5 Питання для самоконтролю

1. На які основні групи поділяються бутерброди?
2. Які основні вимоги застосовуються до приготування відкритих бутербродів?
3. Як правильно приготувати закриті бутерброди (сандвічі) ?
4. Приготування канапе.
5. Вимоги до приготування гарячих бутербродів.
6. Правила оформлення і подачі бутербродів.

Лабораторна робота № 5 Приготування виробів з прісного тіста

5.1 Мета роботи: сформувані практичні уміння та навички з приготування та подачі виробів з прісного тіста;

5.2 Матеріально-технічне оснащення: каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, сито, обробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки столові мілкі, дерев'яні лотки, сировина.

5.3 Короткі теоретичні відомості

Вироби з тіста висококалорійні, користуються попитом; вони смачні, мають привабливий зовнішній вигляд і аромат. Їх можна використовувати як самостійні вироби, а також подавати до борщів, щів, прозорих бульйонів. Харчова цінність виробів з тіста залежить від вмісту в них вуглеводів (від 32

до 57%), рослинних білків, жирів, які додають у тісто, вітамінів групи РР, В. Проте білки тіста неповноцінні, тому в нього при замішуванні додають молоко і яйця. Приготування виробів з тіста з м'ясним, рибним, сириним фаршами дає змогу підвищити біологічну цінність і мінеральний склад виробів.

До борошняних виробів відносять:

- страви з борошна (вареники, пельмені, млинці, налисники, оладки, локшина);
- вироби з дріжджового тіста (пироги, пиріжки, ватрушки, кулеб'яки, розтягаї);
- кондитерські вироби з бісквітного, листового, пісочного, здобного та заварного тіста (торти, тістечка, пиріжки, воловини).

Класифікація бездріжджового тіста за видом розпушувачів

Розрізняють такі види бездріжджового тіста:

- без розпушувачів (тісто для млинців, млинчиків, вареників, пельменів, галушок, локшини);
- приготовлене з хімічними розпушувачами (пісочне, прісне, здобне тісто для пирогів, пиріжків, тортів, тістечок, сочників, ватрушок, печива, корзиночок);
- приготовлене з використанням механічного розпушування (бісквітне, листове, заварне тісто для тістечок, тортів, рулетів, печива).

За способом приготування бездріжджове тісто може бути ***заварне і незаварне*** (вареники, галушки).

Заварним називається таке тісто, при виготовленні якого борошно або його частину заварюють гарячою водою або сиропом.

5.4 Експериментальна частина

Визначити тривалість приготування різних видів виробів з прісного тіста і провести їх органолептичну оцінку.

5.4.1 Хід роботи

5.4.1.1 Приготувати пельмені з м'ясом



Таблиця 5.1 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: пельмені з м'ясом

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000 г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Для тіста			Сировина відповідає вимогам НТД
Борошно пшеничне	500	500	
Яйця курячі харчові	55	45	
Вода	260	260	
Сіль кухонна	15	15	
Маса тіста		800	
Для фаршу			
Яловичина або свинина (котлетне м'ясо)	650	650	
Цибуля ріпчаста	85,0	70,0	
Перець чорний молотий		0,02	
Сіль	15	15	
Вихід		1000	

Технологія приготування

Приготування тіста

У просіяне борошно додають воду в якій розчиненні сіль, цукор, яйця і замішують тісто однорідної консистенції. Тісто залишають на 20-30 хвилин, закривши серветкою для набухання клейковини і надання йому еластичності.

Приготування фаршу

М'ясо і цибулю подрібнюють на м'ясорубці, додають сіль, перець і ретельно перемішують.

Готове тісто розкачати 1-1,5 мм завтовшки у вигляді смужки 40-50 мм завширшки, змастити сирими яйцями, залишаючи з країв 3 см. На середину змащеної смужки, вздовж неї кладуть рядками кульки фаршу масою 7-8 г на відстані 3-4 см одна від одної. Потім краї змащеної смужки тіста піднімають, накривають фарш, після чого вирізають пельмені спеціальними формочками. Маса однієї штуки 12-13 г. Вирізки тіста без фаршу використовують при повторному розкачуванні.

Сформовані пельмені викладають в один ряд на посипані борошном дерев'яні лотки і до варіння зберігають при температурі не нижче 0°C.

Пельмені варять 5-7 хвилин у киплячій воді. На 1 кг пельменів – 4 дм³ води і 20 г солі, варять при слабому кипінні.

Готові пельмені виймають шумівкою або друшляком, дають стекти волі і відпускають. При відпусканні поливають маслом, оцтом, посипають перцем.

Вимоги до якості

Пельмені правильної форми, однакової величини, поверхня гладенька, добре защиплені. Смак і запах відповідають виробу з прісного тіста, з ароматом начинки. Не допускають сторонні запахи і присмаки. Консистенція – щільна, м'яка, начинка соковита, м'яка.

5.4.1.2 Приготувати вареники з сиром



Таблиця 5.2 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: вареники з сиром

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1000 г		Технологічні вимоги до сировини
	брутто	нетто	
Для тіста			
Борошно пшеничне	695	695	Сировина відповідає вимогам НТД
Яйця курячі харчові	63	53	
Молоко	270	270	
Сіль кухонна	12	12	
Маса тіста		900	
Для сирного фаршу			
Сир	500	400	
Цукор білий кристалічний	30	30	
Сіль кухонна	10	10	
Яйця курячі харчові	55	45	
Маса сирного фаршу		485	
Маса масла вершкового для поливання 1 порції вареників		20	
Вихід		1000	

Технологія приготування

Приготування тіста

У просіяне борошно додають молоко, в якому розчинені сіль, цукор, яйця і замішують тісто однорідною консистенцією. Тісто залишають на 20-30 хвилин, закривши серветкою для набухання клейковини і надання йому еластичності.

Приготування фаршу

Якщо сир містить багато вологи, його загортають у чисту тканину і відтискають під пресом. Сир протерти, додати борошно, сіль, цукор, яйця. Масу добре перемішати і сформувати з неї невеликі кульки.

Готове тісто розкочати 1-1,5 мм завтовшки у вигляді смужки 40-50 мм

завширшки, змастити сирими яйцями або льезоном, залишаючи з країв 4 см. На тісто покласти кульки сирного фаршу на відстані 4 см одна від одної. Піднявши край змащеної смужки тіста, накрити ним фарш., навколо кожної кульки верхній шар притиснути до нижнього і вирізати вареники металевою виїмкою. Обрізки тіста з'єднати і вдруге розкачати. Розкачане тісто можна зразу нарізати невеликими кусочками або за допомогою круглої виїмки. На них покласти фарш і защипати краї. Для формування вареників використовують стіл з дерев'яною поверхнею або широку дошку.

Для варіння вареники зберігають у холодній шафі на дерев'яних лотках посипаних борошном, при температурі від 0 до 6°C.

Вареники кладуть у киплячу підсолону воду (на 1 кг вареників 4 л води) невеликими порціями. Варять доти, поки вареники не спливають на поверхню, протягом 5-7 хвилин при слабкому кипінні. Готові вареники виймають шумівкою, кладуть у посуд з розтопленим вершковим маслом і злегка струшують.

Подавати у підігрітому посуді, полити розтопленим маслом. Можна подати окремо сметану у сметаннику або у соуснику. На 1 порцію йде 7-8 вареників.

Вареники можна готувати з різними начинками.

Інші способи формування вареників:

- тісто розкачують завтовшки 1-1,5 мм, потім з нього вирізають варениці за допомогою виїмки, посередині варениці кладуть начинку, краї зліплюють. При цьому способі залишається багато тіста, яке швидко висихає і його знову треба переробляти;

- тісто розробляють на валик діаметром 2-3 см, ріжуть його на шматочки, кожен обкачують в борошні і розкачують варениці до товщини 1-1,5 мм, потім формують вареники;

- тісто розкачують завтовшки 1-1,5 мм, ріжуть на смужки, потім на квадратики розміром 5x5 см. Начинку кладуть посередині квадрата і зліплюють два протилежні кінці у трикутник;

- тісто розкачують у вигляді прямокутника завтовшки 1-1,5 мм, завширшки 10 см. На одну половинку тіста на відстані 1 см від краю викладають начинку по всій довжині прямокутника на 6-7 см одна від одної. Краї змащують яйцем, накривають начинку другою половиною тіста і виїмкою вирізають вареники. Обрізки тіста з'єднують і повторно розкачують.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: правильна форма – півмісяця, краї добре защипані, поверхня гладенька без тріщин і розривів.

Консистенція: оболонки – щільна, м'яка; начинки – соковита, м'яка.

Колір: оболонки – від світло-сірого до світло-кремового; начинки – відповідає начинці.

Смак та запах: відповідає виробу з прісного тіста з ароматом начинки.

5.4.1.3 Приготувати вареники з картоплею і шкварками



Таблиця 5.3 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: вареники з картоплею і шкварками

Найменування сировини	брутто в грамах	нетто в грамах	Технологічні вимоги до сировини
Тісто для вареників		82	Сировина відповідає вимогам НТД
Начинка з картоплі		103	
Маса сирих вареників		185	
Маса варених вареників		200	
Цибуля ріпчаста	25	21	
Сало шпик	19,8	19	
Маса пасерованої з салом цибулі		25	
Вихід		225	

Для тіста вам знадобиться:

- 3 склянки (350 г) борошна;
- 3-4 ст. ложки сметани;
- 1/2 ч. ложки солі;
- 1/2 ч. ложки соди;
- біля 100 см³ (1/2 склянки) води.

Для начинки:

- 5-6 невеликих картоплин (500 г);
- 2 цибулини;
- 70-100 г вершкового масла;
- мелений перець;
- сіль.

Технологія приготування

1. Приготувати тісто.
2. Зробити з тіста валик.
3. Нарізати валик невеликими шматочками (масою 10-11 г).

4. Розкочати кружальцями завтовшки 1,5-2 мм.
5. Розмістити посередині начинку (12-13 г. на шт.).
6. З'єднати краї.
7. Защипнути, надаючи форму півмісяця.
8. Воду довести до кипіння.
9. Посолити.
10. Скласти вареники у киплячу підсолену воду.
11. Варити 5-7 хв. при слабкому кипінні.
12. Подавати: на підігріту тарілку скласти вареники (7-8 шт. на порцію) і заправити пасерованою із салом цибулею.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд: правильна форма – півмісяця, краї добре защипані, поверхня гладенька без тріщин і розривів.

Консистенція: оболонки – щільна, м'яка, начинки – соковита, м'яка.

Колір: оболонки – від світло-сірого до світло-кремового, начинки – відповідає начинці.

Смак та запах: відповідає виробу з прісного тіста з ароматом начинки.

5.4.1.4 Приготувати млинчики з варенням



Таблиця 5.4 – Технологічно-інструкційна карта
Найменування страви: млинчики з варенням

Найменування сировини	Брутто	нетто	Технологічні вимоги до сировини
	в грамах	в грамах	
Для тіста			Сировина відповідає вимогам НТД
Борошно пшеничне	140	140	
Яйця курячі харчові	1/3 шт.	28	
Молоко	347	347	
Цукор білий кристалічний	8	8	
Сіль кухонна	2,6	2,6	
Маса тіста		300	
Вихід, г, млинчики	50,5	По 100 г кожний	

Начинка:		
Варення		50
Маса напівфабрикату (1 шт.)		150
маргарин		6
Маса смаженого млинчика		135

Технологія приготування

Приготування тіста

Яйця, сіль, цукор розвести у холодному молоці (50% норми), всипати борошно, розмішати до однорідної маси, поступово додаючи молоко. Тісто процідити. При приготуванні тіста для млинчиків слід дотримуватись норми води або молока, а саме: на 1 кг борошна – 2,5дм³.

Млинчики смажать на змащеній жиром сковорідці діаметром 24-25 см. Млинчики обсмажують з однієї сторони і охолоджують. На підсмажену сторону кладуть начинку, згортають у вигляді прямокутника, обсмажують у маргарині з обох боків.

Відпускають млинчики по 2 штуки на порцію на мілкій столовій тарілці. Сметану подають у соуснику.

Вимоги до якості

Млинчики – прямокутної форми, однакової величини, без тріщин, розривів. Смак приємний, солодкуватий. Запах смаженого тіста і варення. Не допускаються сторонні запахи і присмаки. Консистенція – м'яка.

5.4.2 Обробка результатів

Органолептичні показники якості:

Кількість приготовлених порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

Кількість штук виробів в 1 порції:

5.5 Висновки

5.6 Питання для самоконтролю

1. Яким способом готують тісто для млинців?
2. Правила подачі млинців? вареників? пельменів?
3. Як приготувати фарш картопляний зі шкварками?
4. Як підготувати свіжий сир для вареників з сиром?
5. Як підготувати сировину для приготування тіста?
6. Як приготувати тісто для вареників?
7. Як приготувати тісто для млинців?
8. Як приготувати тісто для пельменів?

ДОДАТОК А

Правила роботи в харчовій лабораторії і техніка безпеки

Студенти несуть дисциплінарну відповідальність за неправильну поведінку в лабораторії.

При роботі в харчовій лабораторії необхідно неухильно виконувати правила роботи та техніку безпеки:

- старанно готуватися до кожного лабораторного заняття;
- не входити до лабораторії у верхньому одязі, не класти на столи портфелі, валізки та інші непотрібні для роботи речі;
- не дозволяється носити годинники, каблучки, персні, нігті повинні бути коротко підстрижені, без лаку;
- не дозволяється розчісувати волосся в лабораторії;
- при механічній кулінарній обробці м'яса, риби, овочів необхідно дотримуватись санітарних вимог: сирі і варені продукти обробляти на окремих обробних маркованих дошках;
- у процесі роботи постійно прибирати відходи, періодично прибирати робоче місце, мити посуд, інвентар, руки;
- роботи треба проводити лише в чистому посуді. Посуд необхідно мити відразу після виконання роботи;
- при роботі з електричними приладами необхідно дотримуватись правил роботи з ними, які приводяться інструкціях до будови і роботи електричних приладів;
- категорично забороняється залишати включені прилади без нагляду;
- вимкнути після роботи електронагрівальні прилади, загасити газові пальники, перевірити, чи добре закручені водопровідні крани;
- після закінчення роботи прибирати робочі місця: дерев'яний інвентар ретельно очищують, миють із содою, просушують, а інший інвентар миють, ошпарюють окропом і здають лаборанту.

Рекомендована література

1. Нормативно-технічна документація.
2. Доцяк В.С., Українська кухня.– Львів: «Оріяна нова», 1998. – 557 с.
3. Старовойт Л.Я., Косовенко М.С., Смирнова Ж.М. Кулінарія – К.: Техніка, 1999. – 430 с.
4. Збірник рецептур страв української кухні. – К.: Техніка, 1992.
5. Азбука домашнього господарювання. / Е.О. Блажко, М.Й. Барановський, Д.М. Володарська та ін.; Упоряд. Д.М. Володарська. – К.: Техніка, 1980. – 367 с.
6. Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності. – К.: А.С.К., 2000.
7. Кіросір Л.М., Титаренко В.П. Традиційні українські страви. – Полтава: ПДПУ, 1999. – 120 с.
8. Кравець В.С. Страви з картоплі. – К.: Час, 1991. – 294 с.
9. Карсекін В.В., Колакура М.М. Раціональне харчування в сім'ї. – К.: Техніка, 1986.
10. Майструк П.Н., Дунаевский Г.А. Организация диетического питания. – К.: Здоров'я, 1980. (рос.)
11. Ткач В.В., Пластун А.М. Технологія приготування їжі: практикум. – К.: Центр навчальної літератури, 2004.
12. Сирохман І.В., Задорожний І.М., Пономарьов П.Х. Товарознавство продовольчих товарів. – Київ: Лібра, 1997.– 632 с.
13. Українська кухня. – [3-тє вид., доп.]. – К.: Мистецтво, 1992. – 304 с.
14. Шумило Г.І. Технологія приготування їжі: Навч. посібник. – К.: «Кондор», 2003. – 506 с.