# Содержание

# 

# 58. Пути повышения витаминной ценности кулинарной продукции

# 111. Опишите особенности производства полуфабрикатов из птицы централизованным способом. Укажите отходы, получаемые на каждом этапе обработки, их рациональное использование

# 169. Составьте технологическую схему приготовления солянки сборной мясной жидкой

# 229. Приготовление, оформление и отпуск яичных блюд

# 281. Опишите биологические активные вещества, содержащиеся в чае и кофе

# 293. Какое количество сушеных белых грибов нужно взять для приготовления 200 порций выходом по 250 г супа-лапши грибной (рецептура № 152.2(1)

# Список литературы

# 58. Пути повышения витаминной ценности кулинарной продукции

Для повышения витаминной ценности блюд, улучшения их вкуса и аромата необходимо использовать свежую зелень (укроп, петрушка, сельдерей, пастернак) 2-3 г нетто на порцию или салат, зеленый лук 5-10 г на порцию, при этом, соответственно, увеличивается выход блюд.

Нормы расхода соли на одно блюдо в диетах 1, 2, 5, 9, 15 составляют 0,8 г на порцию, на диеты 7, 8, 10 - 0,5 г; в супах - 3-5 г на 1 литр супа, в молочных супах -3 г.

Вместо уксуса в рецептурах рекомендуется лимонная кислота (2 % раствор). Для приготовления 1 литра раствора 20 г лимонной кислоты растворяют в 980 г теплой кипяченой воды.

В том случае, если данный нормативный документ используется при организации питания в образовательных учреждениях общего и коррекционного типа, детских домах и школах-интернатах, учреждениях начального и среднего профессионального образования, ассортимент продуктов может быть расширен в соответствии с приложением 1.

Обязательным условием для качественного приготовления блюд и кулинарных изделий является использование сырья, отвечающего требованиям государственных и отраслевых стандартов, технических условий, гигиеническим требованиям к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов, и другой действующей нормативно-технической документации.

При использовании стандартного сырья, отличающегося от предусмотренного в рецептурах, норма вложения сырья должна определяться в соответствии с таблицами, приведенными в данном сборнике.

В случае поступления пищевых продуктов других кондиций, в том числе новых видов и импортных товаров, нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья определяются предприятиями самостоятельно, путем контрольных проработок. Контрольные проработки проводятся комиссионно и оформляются соответствующими актами.

В сборник включены нормативные материалы, позволяющие определить расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых блюд, размеры потерь при тепловой обработке, продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов, условия хранения и сроки реализации наиболее часто используемых продуктов.

# 

# 111. Опишите особенности производства полуфабрикатов из птицы централизованным способом. Укажите отходы, получаемые на каждом этапе обработки, их рациональное использование

Централизованное производство полуфабрикатов позволяет более рационально организовать их изготовление, повысить производительность труда поваров, создать поточные линии, лучше использовать производственные площади и отходы, а также сократить затраты на приготовление пищи.

Заготовочные предприятия общественного питания предназначены для выработки полуфабрикатов, готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий. В соответствии с Ведомственными нормами технологического проектирования заготовочных предприятий общественного питания по производству полуфабрикатов, кулинарных и кондитерских изделий основными типами заготовочных предприятий являются:

фабрика полуфабрикатов и кулинарных изделий с объемом перерабатываемого сырья 15; 25 и 40 т. в смену — высокомеханизированное производство по централизованной выработке полуфабрикатов высокой степени готовности, готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий для обеспечения комплексного снабжения ими предприятий общественного питания. Производственный процесс осуществляется промышленным способом с использованием поточно-механизированных линий, высокопроизводительного оборудования и прогрессивной системы товародвижения (функциональных емкостей, передвижных стеллажей и контейнеров);

специализированные цехи — самостоятельное высоко механизированное производство по централизованной выработке полуфабрикатов высокой степени готовности из какого-либо одного вида сырья (мяса, рыбы, птицы, овощей и картофеля), готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий для обеспечения ими предприятий общественного питания; мощность и производственный процесс в них соответствуют аналогичным цехам фабрики полуфабрикатов и кулинарных изделий;

предприятие полуфабрикатов и кулинарных изделий с объемом перерабатываемого сырья 3; 5 и 10 т в смену — централизованное производство по выработке полуфабрикатов высокой степени готовности, готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий для обеспечения ими предприятий общественного питания. Они отличаются тем, что производственный процесс в них осуществляется с использованием серийно выпускаемых машин и механизмов, функциональных емкостей, передвижных стеллажей и контейнеров. Строительство этих предприятий целесообразно осуществлять в ограниченных масштабах из-за трудности механизации производственных процессов вследствие небольшой мощности.

# 

# 169. Составьте технологическую схему приготовления солянки сборной мясной жидкой

# 

**Подача на стол**

**Каперсы**

**Огурцы**

**Кости**

**Специи, соль**

**Зелень**

**Чеснок**

**Лимон**

**Сметана**

**Сливочное масло**

**Томат-пюре**

**Маслины**

**Заправка**

**Петрушка**

**Морковь**

**Приготовление бульона**

**Мясо 550 г**

**Нарезать, обжарить**

**Солянка мясная жидкая**

# 229. Приготовление, оформление и отпуск яичных блюд

Средний стандартный вес яйца — 40 г, причем на долю белка приходится примерно 56%, желтка — 32% и скорлупы — 12% веса.

Когда вы видите на скорлупе яйца цветной штемпелек с обозначением числа и месяца, — это либо отборные (весом не менее 54 г), либо обыкновенные (не менее 40 г) диетические яйца, снесенные не более 5 дней тому назад.

Различают столовые яйца трех видов: свежие (хранятся до 30 суток с того момента, как снесены); холодильниковые (хранятся более 30 суток на холодильнике) и известкованные (хранившиеся в известковом растворе)

Все куриные яйца, диетические и столовые, делятся на 1-ю и 2-ю категории, различаемые по качеству и весу. Яйца 2-й категории весят меньше и несколько ниже по качеству, но и они вполне доброкачественные и безусловно свежи.

Промышленность вырабатывает из яиц яичный порошок и яичный меланж.

В яичном порошке не более 6—7% влаги, он заменяет свежее яйцо, так как в нем сохраняются все его питательные и вкусовые свойства. Весовое соотношение яичного порошка и свежего яйца 1:5.

Яичный меланж представляет собой тщательно приготовленную замороженную смесь белка с желтком, хранящуюся в запаянных жестяных банках.

В кулинарии яйца широко применяются и для приготовления самостоятельных блюд, и как составная часть многих вторых блюд, закусок, изделий из теста, сладких блюд и т. п.

Яичный белок, кроме того, используют как связующее (в тесте, запеканке, оладьях) и как осветляющее вещество (в бульонах).

Широкое использование яиц для приготовления самостоятельных блюд и начинок, в соусы, приправы, тесто, фарши и т.д. объясняется не только высокой питательностью этого продукта, но и отличными его вкусовыми качествами. Диетические яйца следует предпочесть другим в детском и диетическом питании. Диетические яйца считаются наилучшими для тех кушаний, в состав которых входят взбитые белки (суфле, воздушные пироги, бисквиты и т. п.), а также для варки всмятку и для яичницы-глазуньи, так как белки этих яиц быстро взбиваются в стойкую пышную пену, а в яйцах, сваренных всмятку, и в яичницах-глазуньях чувствителен даже малейший привкус «лежалости» яйца.

Столовые свежие и холодильниковые яйца вполне пригодны для варки «в мешочек» и вкрутую, для изготовления различных яичниц и омлетов, для добавления в соусы, фарши, начинки, тесто и т. п. Известкованные яйца можно отличить по внешнему виду: хрупкая, неровная поверхность скорлупы этих яиц покрыта тонким налетом извести, что обнаруживается по следам на руке при легком трении яйца.

Известкованные яйца доброкачественны. Можно приготовить из них смешанные омлеты, сварить их вкрутую, добавить в фарши и начинки и использовать в изделия из теста.

Употребление в пищу недостаточно свежих яиц может стать причиной желудочно-кишечного заболевания. Одно недоброкачественное яйцо или даже часть его может привести в негодность большое количество продуктов теста, соуса или других кулинарных изделий.

Только диетические яйца и яйца, срок снесения которых известен и исчисляется не более чем 10 днями, не нуждаются в дополнительной проверке. Все остальные нужно тщательно просмотреть, так как яйца неустойчивы в хранении.

Первым и главным признаком доброкачественности яиц является прозрачность, отсутствие затемнений и пятен при разглядывании их на свет.

В магазине, где продаются яйца, обычно бывает специальное приспособление («овоскоп»), с помощью которого покупатель может проверить качество яиц.

При покупке яиц на рынке их также следует просмотреть на свет, поднеся к глазам и прикрыв сверху ладонью.

При хранении яиц через поры скорлупы испаряется жидкость и внутри яйца образуется пустота, заполненная воздухом, так называемая пуга. Чем длительнее хранение, тем больше пуга. Одновременно с проникновением воздуха через скорлупу, в особенности загрязненных яиц, в их содержимое проникают микробы, вызывающие быструю порчу.

Продолжительное хранение вызывает также разжижение белка. В этом случае желток яйца всплывает и прикрепляется к стенке скорлупы. Нередко именно в этом месте и появляется плесень, которая в виде затемнения или пятна видна при просматривании яиц на свет.

Разжижение белка и разрушение оболочки желтка, которые также возникают при длительном или неправильном хранении, приводят к смешиванию белка и желтка, в результате чего яйцо приобретает неприятный вкус и запах затхлости, «лежал ости».

Наличие этого запаха даже при отсутствии других признаков порчи является показателем того, что продукт испорчен и использовать его нельзя.

Наиболее распространенный и простой способ приготовления яиц — варка их в скорлупе всмятку, в мешочек, вкрутую. Перед варкой яйца следует обмыть в теплой воде и, если они подаются на стол в скорлупе, оставшиеся на них пятна оттереть солью.

В кипяток погружать яйца нужно все сразу, пользуясь для этого шумовкой и сеткой.

Яйца, сваренные всмятку и в мешочек, подают на тарелке, предварительно положив на нее салфетку. Одновременно ставят на стол рюмки фарфоровые или из пластмассы. Рюмки служат подставками для яиц во время еды.

# 281. Опишите биологические активные вещества, содержащиеся в чае и кофе

Чай - это совершенно уникальная и "живая" сущность. Чай -- это и модель и средство протекания сакрального времени. Чай - это символический центр, вокруг которого становятся возможными общение и взаимопроникновение культур.

Чай производится из молодых листьев и почек чайного растения Camellia siensis. Существуют две принципиальные разновидности чая: мелколистовой китайский (Camellia siensis siensis) и крупнолистовой ассамский (Camellia siensis assamica). Выращиваются также гибриды этих разновидностей.

Согласно легенде чай был известен в Китае приблизительно с 2700 года до н.э. Тысячелетиями чай использовался в качестве лекарственного напитка, приготовляемого кипячением свежих листьев в воде, но примерно в III веке нашей эры чай превратился в повседневный напиток и началось промышленное выращивание и производство чая. Первое описание способов выращивания, производства и потребления чая относится к 350 году н.э.

Биологически активные вещества чая регулируют обменные процессы в организме, чай обладает выраженным эффектом при кожных заболеваниях. Антилипидный чай особенно хорошо зарекомендовал себя при лечении ожирения и целлюлита.

Антилипидный чай применяют совмещая с диетами разгрузочными, так и отдельно. Для этого один пакетик чая опустить в стакан кипятка на 15-20 минут, закрыв стакан блюдцем, затем мелкими, небольшими глотками пить чай. Принимать желательно чай утром и в первой половине дня [3, 144].

Согласно многовековой культуры чаепития Китая рекомендуется в момент чаепития сосредоточиться и думать о том, как теплый, живительный чай промывает Ваши сосуды, кишечник, печень, суставы и т. д. Очищает и выводит шлаки, снижает уровень липидов, уменьшает вес, увлажняет кишечник, улучшает стул. Антилипидный чай для снижения веса эффективно регулирует функции организма, ускоряет разложение жиров организма, тем самым обеспечивая эффект снижения веса.

Чаи классифицируются в зависимости от региона происхождения - Китайский, Цейлонский, Японский, Индонезийский и африканский чаи, либо по менее крупному месту произрастания - Дарджилинг (Darjeeling), Ассам (Assam) и Нилгри (Nilgris) в Индии, Ува (Uva) и Димбула (Dimbula) в Шри Ланке, Кимун (Keemun) в Ши-Мене (Chi-men) в китайской провинции Анвей (Anhui), Еншу (Enshu) в Японии.

Чаи также классифицируются по размеру обработанного листа. В результате традиционной обработки получают цельнолистовые (крупнолистовые) сорта и менее крупные (измельченные) сорта (брокены).

Теперь чай произрастает более чем в тридцати странах, а пьют его практически везде.

По мнению ботаников, чайное растение происходит из областей предгорий Тибета. Дикорастущие формы встречаются между 15 и 40 градусами северной широты, однако ареал распространения в культуре выходит за эти пределы. Границами распространения культурных растений чая в мире считают параллели 49 градусов сев. ш. и 30 градусов южн. ш. Существование сейчас в странах Азии многообразия форм растений - результат, с одной стороны, влияния экологических условий местности и, с другой стороны, гибридизации местного и интродуцированного материала. Распространение культуры на север сопровождалось сменой древовидной формы растения на кустовидную. Одновременно у него развилась морозоустойчивость.

Чай - это недорогой напиток, дешевле даже, чем обычная минеральная вода. Тем не менее, чай - это натуральный, свежий, успокаивающий напиток. Настоящий чай изготавливается из растения Camellia sinensis, и перед тем как выбрать какой-либо сорт чая, проверьте этикетку, чтобы убедиться в том, что вы приобретаете настоящий черный или зеленый чай.

Многие сорта чая предлагают в своем составе сухофрукты и травяные примеси, которые не сохраняют аромат и другие отличительные качества этого настоящего, божественного напитка. Берите только самый свежий чай, так как, в отличие от вина, чай со временем теряет свой аромат, "характер" и остальные отличительные качества. Исследования показывают, что свежий чай содержит значительно большее количество антиоксидантов. Выбирайте чай, который импортирован непосредственно из страны, где он выращивался, и был упакован свежим, на месте.

Выберите, насколько это возможно, самый свежий сорт чая. Если вы желаете в полной мере насладиться процессом приготовления чая, выбирайте листовой чай, а если времени вам не хватает - используйте чайные пакетики, содержащие аналогичный аромат.

Качество воды, использующейся при заваривании, также определяет вкусовые характеристики вашего чая. Всегда используйте только свежую холодную воду из крана, а если вода в месте вашего проживания "жесткая" - используйте ключевую. Вода, вскипяченная дважды, не будет содержать достаточного количества кислорода и элементов, необходимых для наиполнейших вкусовых характеристик чая.

Наполните чайник достаточным количеством воды, примерно 220 миллилитров на чашку, для того, чтобы обеспечить необходимое количество порций.

Вскипятите воду, и как только появятся первые пузырьки, налейте в предварительно нагретый керамический или фарфоровый чайник, из расчета один чайный пакетик на человека, или в кружку на один пакетик чая. Для листового чая используйте одну полную ложку чая на человека и одну на чайник.

Процесс заваривания чая является наиважнейшим, так как при этом усиливается его аромат, превращая воду в ни с чем не сравнимый напиток. При заваривании чайных пакетиков или листового чая, фарфоровый чайник для заварки является наилучшим местом для приготовления чая. В случае, если вы не используете чайник для заварки, то кружка с крышкой также будет неплохим вариантом, так как аромат свежего чая не должен испаряться в процессе своего приготовления.

Перемешайте чай и подождите три-четыре минуты. Время заваривания может варьироваться в зависимости от желаемого вкуса и крепости. Чай не должен завариваться менее трех минут. Три минуты - если вы хотите чашку некрепкого чая, а пять минут - крепкая, темная заварка. Надлежащее заваривание предоставит вам полный, изысканный вкус и аромат, а кроме того, и лечебный эффект натурального продукта.

Свое имя кофейное дерево получило от названия горной местности на юго-западе Эфиопии — Каффа, где и было впервые обнаружено еще за 1000 лет до н.э. Выращивают эти вечнозеленые деревья в экваториальной области. «Кофейный пояс» простирается от 10° северной и до 10° южной широты, в него вошли свыше 50 государств Азии, Африки, Америки, Океании и Карибского региона.

Кофейное дерево относится к семейству мареновых. Среди них на род кофе приходится около 60 видов, но культивируются только два из них — Арабика (Coffea arabica) и Робуста (Coffea canephora).

Нежная и чувствительная к любым изменениям климатических условий Арабика растет не ниже 900 м над уровнем моря на горных склонах, что усложняет удобрение и обрезку деревьев, сбор и транспортировку урожая. Плоды арабики содержат больше ароматических масел и в два раза меньше кофеина, чем плоды робусты.

Робуста растет на высоте от 200 м над уровнем моря и более устойчива к изменениям температурного режима и количества осадков. Плантации не требуют большого ухода и отличаются высокой урожайностью. Cодержание кофеина в зернах Робусты достигает 4,5 %.

Кофейное дерево достигает в высоту 7-8 м, однако, чтобы растение росло в ширину, на плантациях его обрезают до 2-4 м. Зерна кофе представляют собой косточки ягод кофе, т.е. семена кофейных деревьев. Кофейное зерно окружено четырьмя оболочками: плотной блестящей наружной кожицей темно-красного цвета, мякотью, жесткой оболочкой-капсулой, в которую заключены оба зерна, а также тонкой серебристой пленкой, покрывающей каждое из двух, плотно прижатых друг к другу зерен.

Зерна проращивают в питомнике, а затем высаживают в открытый грунт. Растения начинают плодоносить через 5 лет. Цветы кофейного дерева белого цвета, запах схож с запахом жасмина. Цветение кофе начинается в сухой период и продолжается до первых дождей. Плоды Арабики созревают через 5-8 месяцев, плоды Робусты — через 9-11 месяцев. В период созревания цвет плода меняется: с зеленого на желтый, и затем — на красный.

Кофейные плоды должны быть переработаны сразу после сбора урожая, чтобы избежать порчи. Производители используют 2 метода переработки: сушку на солнце и промывку (мойку).

Сухой способ. Ягоды сушат под открытым солнцем несколько недель. Высыхая, наружная оболочка и мякоть отделяются от внутренней части. Затем сырье поступает в устройство, которое продувает зерна мощным потоком воздуха. На зернах остается только серебристая пленка, в которой они могут находиться до обжарки. Кофе, обработанный сухим способом, дает при приготовлении большую плотность и менее стабильные вкусовые качества, чем зерна мокрой обработки.

Мокрый способ. Ягоды погружают в контейнер и заливают водой на 12-36 часов, до начала брожения. После замачивания зерна кофе промывают проточной водой и раскладывают сушиться под солнцем. При длительном замачивании кофе приобретает сложный ароматный букет с фруктовой кислинкой.

Кофейные зерна внутри ягоды скреплены по два оболочкой-капсулой. После обработки эту капсулу механически удаляют, а зерна сортируют по размеру, просеивая их через сита с отверстиями разного диаметра. В процессе просеивания также удаляют дефектные зерна и механические примеси — мелкие камешки и кусочки веток.

Зерна после сортировки представляют собой коммерческий продукт — необжареный «зеленый» кофе, расфасованный в джутовые мешки по 60 кг.

Качество напитка оценивают по оттенкам вкуса и аромата, по плотности и присутствию кислинки, которые вместе образуют сортовой букет. Вдохнув кофейный аромат, подержав кофе во рту, дегустатор может безошибочно определить регион произрастания кофейного дерева, сорт кофе, технологию его обработки.

Вкус и аромат. Несмотря на то, что вкус и аромат — понятия субъективные, профессиональные дегустаторы кофе используют для оценки этих категорий свыше 30 терминов. Вот только некоторые из них: винный, карамельный, терпкий, утонченный, пикантный, шоколадный. Совокупность аромата, вкуса и послевкусия образует букет напитка.

Послевкусие — это вкусовые тона, которые ощущаются во рту после того, как кофе выпит. Насыщенные, плотные кофейные напитки обладают и ярко выраженным послевкусием.

Плотность (она же насыщенность, экстрактивность, полнота, консистенция) зависит от вида и происхождения кофе.

Кислотность (кислинка). В кофе присутствует много кислот: яблочная, лимонная, молочная, уксусная, хинная. фосфорная и хлорогенная. Именно их совместное действие определяет кислотность — яркость и искристость напитка, подчеркивает его высокое качество.

Пищевая ценность кофе невелика — всего 9 килокалорий на 100 г напитка, однако, как источник минеральных веществ, главным образом калия, кофе играет важную роль. Кофе также — носитель витаминов Р, необходимых для укрепления кровеносных сосудов. Чашка кофе содержит 20% суточной потребности организма в этом витамине.

Кофе, сваренный из Робусты, отличается значительной крепостью и грубоватым кофейным ароматом. Кофе из Арабики имеет интенсивный сложный аромат, напоминающий цветы, фрукты, мед, шоколад.

Как правило, потребителю предлагают не один сорт кофе в чистом виде, а смесь нескольких сортов.

Смешивание сортов преследует очень важную цель — создать желаемый и вполне определенный вкус и аромат кофе.

Смешивание — это искусство, которое основано не только на знаниях и опыте, но и на интуиции.

Один из важнейших аспектов смешивания — «свадьба» между Арабикой и Робустой. Арабика — превосходный сорт с богатым вкусом и прекрасным ароматом, но в нем почти вдвое меньше кофеина и жиров, чем в зернах сорта Робуста. Робуста же менее ароматна, но дает более полный и экстрактивный настой.

Таким образом, Арабика и Робуста, смешаные в различных пропорциях, дают широкий спектр вкусов и ароматов кофейных напитков.

Накрывая стол для кофе, обычно пользуются кофейным сервизом. Для каждого гостя с левой стороны ставят тарелку под пирожное или торт, а с правой — кофейную чашку с блюдцем. При этом ручка чашки должна находиться справа и быть параллельной краю стола. Чайная ложка должна находиться на блюдце за чашкой, ручкой также направо. Вилочка или ложечка для торта должна находиться справа от тарелки. На кофейном столе обязательно должны быть сливки (или горячее молоко) и сахар.

Кофе с молоком подают не в кофейных, а в чайных чашках или стаканах с подстаканниками. Так же подают и кофе по-венски, добавляя перед употреблением напитка взбитые сливки.

Кофе-гляссе подают в коническом стакане емкостью 250 миллилитров с шариком мороженого. Стакан с гляссе ставят на тарелку, покрытую резной бумажной салфеткой. Рядом кладут десертную ложку для мороженого и две соломинки для кофе.

Особая специфика присуща подаче кофе по-восточному. Его готовят в турке с сахаром и подают вместе с гущей. Сначала необходимо снять чайной ложкой пену, налить кофе из турки в чашку, затем сверху переложить из чайной ложки пену.

Ни в коем случае нельзя размешивать напиток. Чашку с кофе ставят перед гостем, справа от него на пирожковой тарелке помещают стакан с холодной кипяченой водой, которую иногда немного подкисливают лимоном.

# 293. Какое количество сушеных белых грибов нужно взять для приготовления 200 порций выходом по 250 г супа-лапши грибной (рецептура № 152.2(1)

Учитывая то, что по рецептуре № 152.2(1) [2] требуется для приготовления 1 порции 10 г грибов и учитывая то, что происходит разваривание продукта, нам потребуется

10\*2,5\*200=5000

Нам потребуеся 5 кг сушеных грибов.

# 

# Список литературы

1. Панкова Л.А., Петровский А.М., Шнейдерман М.В. Организация экспертиз. - М.: Наука, 1984.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. М.: Хлебпродинформ, 1994.
3. Справочник технолога общественного питания / А.И. Мглинец. М.: Колос, 2001.
4. Теплов В.И., Сероштан М.В., Боряев Е.В., Панасенко В.А. Коммерческое товароведение. М.: Издательский Дом «Дашков и Ко», 2001.
5. Технология производства продукции общественного питания / Под ред. Р.П. Коновалова. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2004.