**СОДЕРЖАНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ

1. ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА

2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

2.1. Рецептура блюда, технологическая карта

2.2. Технологическая схема

2.3. Характеристика сырья, его обработка и хранение.

2.4. Приготовление полуфабрикатов

2.5. Тепловая обработка

2.6. Технология приготовления блюда

2.7. Эстетика оформления и способы подачи блюда

2.8. Требование к качеству, условия и сроки хранения блюда

2.9. Использованное оборудование: инвентарь, инструкции0

3. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА И САНИТАРИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ПРИЛОЖЕНИЯ

# ВВЕДЕНИЕ

С незапамятных времен человек научился готовить мясо птицы. Затем человек одомашнил птицу. С целью ее дальнейшего использования в приготовлении пищи.

Блюда из курицы мало того, что всегда очень вкусны и просты в приготовлении, так еще и обладают низкой калорийностью. Курица-это диетическое мясо.

Нет хозяйки, которая не умела бы готовить курицу. Многообразие блюд из курицы поражает воображение.

Курица за последние годы стала в нашей стране популярным продуктом. И это не удивительно - куриное мясо вкусное и полезное, быстро готовится.

Курица - самая загадочная птица, если рассматривать царство пернатых с точки зрения кулинара-эмигранта.

Во-первых, оказалось, что все читанное нами в зарубежной литературе - неправда. Точнее, плебейское невежество живущих впроголодь переводчиков. Выяснились, что все эти "я, пожалуй, съем кусочек цыпленка" и "приготовьте мне сэндвич с цыпленком" - на самом деле всего лишь обычная курица. То есть именно "кусочек курицы" заказывает официанту героиня, а герой вовсе не такой изысканный, как казалось раньше, так как ест банальный бутерброд с курицей. Нас-то, как и переводчиков, учили в школе, что chicken - это цыпленок, а курица - hen. Во-вторых, все мы выросли в сознании, что курица дороже, благороднее и престижнее мяса. И если в урожайные на крупный рогатый скот годы говядина стоила рубль девяносто килогpамм, то за курицу приходилось платить по 2.50. Одно время торговали скороспелыми бройлерами по 1.60, но их покупали неохотно. Бройлеры осуществили идею акселерации в зоологии, и средняя особь была ростом с семилетнего мальчика, а вкусом не напоминала ничего. Самых разборчивых отпугивал радикальный синий цвет бройлеров, и без дрожи их покупали только работники медицинскил учреждений.

Уже в Италии стало ясно, что нас долгие годы держали в темноте. Курица оказалась дешевле картошки, автобусного билета, почтовой марки. Эмиграция ринулась на куриц и приехала в Америку с устойчивым отвращением к этой птице, которая и тут стоит втрое дешевле творога.

Многие в течение долгих лет совершали обратный путь - назад, к курице. Реабилитация курицы произошла уже на новом уровне, согласно законам полузабытой диалектики. Теперь, когда мы можем не считать эту домашнюю птицу ни деликатесом, ни бросовым товаром, надо уверенно сказать, что именно иэ курицы удобнее всего приготовить прекрасный обед, если нет времени возиться и есть смысл сэкономить. Возьмите крупные куски курицы и крупно порезанный лук: 2 средних луковицы на фунт птицы. На дно кастрюли положите маленький кусок масла, лавровый лист, перец горошком. курицу, лук - ни капли воды! - посолите, поставьте на слабый огонь и уйдите.

Займитесь уборкой, любовью, самообразованием - на кухне все произойдет без вашего участия. Часа через полтора вы получите прекрасное сочное блюдо, к которому хорош любой гарнир: отварная картошка, рис, макароны. Курица в луковом соусе хороша тем, что ее можно готовить часто, разнообразя добавками. Например, сразу можно положить в кастрюлю два-три сушеных гриба. Другой вариант - за пять минут до снятия с огня добавить полстакана сметаны, 3-4 долькн чеснока, горсть нарезанной петрушки или кинзы, чайную ложку сухого базилика, майорана или тмина, полстакана вина - любая из этих добавок дает новое блюдо, так как луковый соус активно воспринимает добавление специй и пряностей.

# 1. ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА

Блюда фаршированная курица подается как горячее и холодное блюдо. Но это блюда подано в горячем виде. Кожа курицы наполнена фаршем куриным и бараньим мясом. Куриная кожа нигде не порвана и сохранила свою форму. На разрезе видно изюм, рис, пассированный лук. Гарнир подается картофель жареный, картофельное пюре, зеленый горошек, тушеная капуста. И все это блюдо украшено листочками петрушки.

Калорийность: 453 ккал.

Выход: 150


# 2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

##

## 2.1. Рецептура блюда, технологическая карта

Фаршированная курица

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование продуктов | Норма продуктов на порцию | Расчет количества порции |
| Брутто | Нетто | 10 | 20 | 30 | 50 | 60 | 100 |
| Количество продукции (нетто) кг |
| Курица | 94 | 45 | 450 | 900 | 1350 | 2250 | 2700 | 4500 |
| Баранина | 110 | 79 | 790 | 1580 | 2370 | 3950 | 4740 | 7900 |
| Изюм | 10 | 10 | 100 | 200 | 300 | 500 | 600 | 1000 |
| Лук репчатый | 5 | 5 | 50 | 100 | 150 | 250 | 300 | 500 |
| Рис | 38 | 38 | 380 | 760 | 1140 | 1900 | 2280 | 3800 |
| Масло слив | 7 | 7 | 70 | 140 | 210 | 350 | 420 | 700 |
| Яйцо | 1 шт | 40 | 400 | 800 | 1200 | 2000 | 24000 | 40000 |
| Молоко | 35 | 35 | 350 | 700 | 1050 | 1750 | 2135 | 3500 |
| Соль, перец, корица | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,5 | 0,6 | 1 |
| Масса готовой фаршированной курицы | - | 75 |
| Выход | - | 150 |

## 2.2. Технологическая схема


## 2.3. Характеристика сырья, его обработка и хранение

Курица, мышечная ткань сельскохозяйственной птицы, имеет мелковолокнистое строение, содержит коллагена и эластина вдвое меньше, чем баранина. Жир имеет низкую температуру плавления. Большое количество экстрактивных веществ обуславливают особые вкусовые качества птицы. В мясе молодой птицы экстрактивных веществ меньше, чем у взрослой, поэтому для приготовления бульона лучше использовать взрослую, но не старую птицу.

Из старой птицы бульоны получаются мутные и неароматные. Е используют в основном для варки и тушения, молодую – для жарки.

Механическая кулинарная обработка сельскохозяйственной птицы состоит из следующих операций: оттаивания, опаливания, удаления головы, шейки, ножек, потрошения, промывания.

Размораживание. Мороженые тушки птицы по возможности расправляют, укладывают на столы или стеллажи в один ряд так, чтобы тушки не соприкасались между собой. Оттаивание при температуре 8-150 С, 8-10 часов.

Опаливание. На поверхности тушки птицы имеются волоски, остатки перьев и пух, которые необходимо удалить. В начале тушки обсушивают полотенцем или тканью. Можно обсушить потоком теплого воздуха, затем натирают отрубями или мукой для того, чтобы волоски приняли вертикальное положение и их легче было опаливать. Опаливают над некоптящимся пламенем осторожно, чтобы не повредить кожу.

Удаление головы, шеи и ножек. Перед потрошением у полупотрошенной курицы отрубают голову, между вторым и третьим шейным позвонками. Затем на шее со стороны спины делают продольный разрез кожи, освобождают шею от кожи и отруюат шею по последнему шейному позвонку так, чтобы осталось вместе с тушкой. У кур и цыплят кожу отрезают с половины шейки.

Ножки отрубают, по заплюсневый сустав. Крылья у птицы отрубают, как правильно, по локтевой сустав.

Потрошение. Для потрошения делают продольный разрез в брюшной полости от конца грудной кости (киль) до анального отверстия. Через образовавшееся отверстие удаляют желудок, печень, сальник, легкие, почки, а зоб и пищевод удаляют через горловое отверстие. У птица, поступающей в потрошеном виде, удаляют сальник, легкие, почки. После потрошения вырезают анальное отверстие и участки мякоти, пропитанные желчью.

Промывание. Выпотрошенную птицу промывают проточной холодной водой, имеющей температуру не выше 150 С. При промывании удаляют загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей. Промывать продолжительное время не рекомендуется, так как это вызовет большие потери пищевых веществ. Промытую птицу для обсушивания укладывают на противни разрезом вниз, чтобы стекла вода.

Рис – это обработанные в шлифовальных машинках зерна шелушенного риса, у которых полностью удаляют цветковые пленки, кладовые и семенные оболочки, большая часть алейронового слоя и зародыша.

Рис перебирают, отделяя примеси и необрушенные зерна, промывают. Мелкий и дробленный рис просеивают для удаления мучели, которая придает изделиям горьковатый привкус и мажущую консистенцию. Рисовую крупу промывают теплой и горячей водой (1:1, 1:2), остальную – теплой, меняют воду до трех раз. Дробленые и плющеные крупы не промывают, так как ухудшается вкус и консистенция каши. После промывки в крупах остается 10-30% воды.

Хранят крупу в сухом месте, хорошо вентилируемых складских помещениях при температуре 12-170 С, относительность влажности воздуха 70% до 10 суток.

Лук репчатый. Это самый распространенный вид луковых овощей. Луковица состоит из донца, от которого вниз отходят корни, а вверх – листья в виде мясистых чешуй. Снаружи луковица покрыта несколькими сухими окрашенными чешуями - рубашкой, предохраняющей мясистые чешуи от высыхания и повреждения микроорганизмов.

Репчатый лук сортируют, отрезают нижнюю часть – донце и шейку, затем снимают сухие чешуйки и промывают в холодной воде. На крупных предприятиях для очистки лука устанавливают специальные шкафы с вытяжкой, которая удаляет эфирные масла. Лук можно очистить при температуре 1200-13000С, затем очищают в моечно-очистительных машинах и дочищают вручную. Лук нарезаю непосредственно перед тепловой обработкой, так как он быстро вянет и улетучиваются эфирные масла.

Яйцо куриное состоит из трех основных частей: скорлупы (примерно 12% массы яйца), белка (56%) и желток (32%).

Поверхность яйца покрыта подскорлупной пленкой, а под скорлупой расположена подскорлупная оболочка, которая препятствует проникновению бактерии внутрь яйца. Скорлупа пронизана порами и содержит углекислые и фосфорно-кислые кальций, магний, органические вещества.

Белок яйца покрыт белочной оболочкой. В свежесношенном яйце белочная оболочка и подскорлупной оболочки плотно прилегают друг к другу. В результате снижения температуры яйца после снесения белок и желток уменьшается в объеме, а на тупом конце между оболочками появляется воздушная камера. Яичный белок имеет тягучую консистенцию и состоит из чередующихся жидкости и плотных слов. количество плотного белка является показателем качества и поддерживается в центре яйца. Состоит желток из чередующихся светлых и темных слоев. На поверхности расположен зародыш.

Обработка. Перед тепловой обработкой куриное яйцо проверяют на доброкачественность, просматривая их с помощью светового овоскопа. Годные к употреблению яйца промывают или протирают с солью, чтобы скорлупа яйца не треснула.

Молоко по способу тепловой обработки коровье молоко делится на пастерилизованное и стерилизованное. Тепловой обработке молоко подвергают для обезвреживания находящихся в нем микроорганизмов и повышения его стойкости при хранения.

##

## 2.4. Приготовление полуфабрикатов

У тушки курицы надрезать кожу вдоль спины, снять ее, отделить филе и мякоть вместе с бараниной пропустить через мясорубку.

Рис сварить до полуготовности, посолить.

Лук порубить и спассеровать в масле.

Изюм помыть. Яйцо смешать с молоком.

Мясо, рис, изюм, лук и льезон смешать и заправить перцем и корицей. Этим фаршем наполнить кожу и снять разрез.

## 2.5. Тепловая обработка

Варкой называют нагревание пищевых продуктов в жидкости (воде, молоке, бульоне, отваре) от температуры 1000С или в среде насыщенного водяного пара. При этом используют наклитные и стационарные котлы, кастрюли, сотейники. При варке в котлах с герметически закрывающейся крышкой повышается давление и температура до 1100С.

Варка основным способом производится, когда продукт полностью погружают в жидкость (при варке супов, бульонов и т.п.). Нежелательно варить продукты при бурном кипении. Это приводит к быстрому выкипанию жидкости, эмульгированию жира и нарушению формы вареного продукта.

Если кипение слабое, большое количество растворимых веществ переходит из продуктов в жидкость. Процесс варки ускоряется, если посуду плотно закрывают крышкой (температура достигает 101-1020С).

Пассерование – обжаривание продуктов при температуре 10-1200С без образования поджаристой корочки. Пассеруют коренья, лук, томат, муку для сохранения красящих веществ, эфирных масел или увеличения количества водорастворимых веществ снижение вязкости.

##

## 2.6. Технология приготовления блюда

Курица фаршированная

Взять 2 курицы, содной курицы снять кожу следующим образом: сделать надрез на спине и снимать кожу подрзая ножом вместе с мясом, крыльями и ножками, потом ножки вытянуть из кожи и удалить все оставшиеся косточки, подрезать филейчики, из которых вынуть пленки, разровнять мясо ровно на все места молотком, предварительно смочив мясо молоком; на те места где красное мясо наложить слои белого.

Из второй курицы приготовить кнель: всю мякоть провернуть в машинку 4 раза, прибавить булки, размоченной в молоке и отжатой, провернуть еще два раза и протереть сквозь решето, прибавить 1 цельное яйцо и выбивать на льду прибавляя понемногу 3/4 стакана сливок, бить пока мясо будет воздушное и глянцовитое; затем посолить, поперчить, потереть на терк немного мускатного ореха, положить 1 стол. ложкуцельных фисташек, все вымешать.

Разложить оболочку на столе, выложить на нее половиау кнели, посредине положить полоской половинки крутых яиц, по краям копченый язык, нарезанный длинненькими квадратиками, соединенными с кусочками шпига, 1/4 ф. шампиньонов набросать по всему целыми, выложить остальную кнель. сравнять и зашить незаметным швом, затем завернуть в салфетку не очень туго и зашить. На дно кастрюли положить кости от кур (чтобы салфетка не пригорала), сверху положить курицу, прибавить кореньев (без луку), залить холодной водой, чтобы только покрылась курица, варить 2 часа (если индейка - 3 часа), соль класть через 1/2 часа с момента закипа. Когда готова, остудить в этом же бульоне, потом вынуть и вытащить нитки. Приготовить ланспик: бульон из курицы процедить и поставить на плиту, когда закипит, положить желатину на каждый стакан ланспика 5-6 листиков, которвый прежде вымочить и отжать, прокипятить 1 раз с желатином, приготовить оттяжку: на 8 стак. ланспика взять 4-5 белков, подбить их с 1/2 стак. воды. Прибавить в ланспик 1/2 стак. уксусу, потом влить ниточкой оттяжку, дать 1 раз сильно прокипеть и отставить на легкий огонь на 10-15 мин., затем процедить и остудить. Приготовить провансаль из 1/4 ф. пров. масла (см. обед №24), приготовить соус майонез из 2-х стак. ланспика, 2 стол. ложек сметаны и 2 стол. лож. провансаля.

У курицы удалить оставшиеся суставы на ножках и крылышках, разрезать на куски наискось в 1 палец толщиною, сложить на блюдо, соединить куски, ятобы курица приняла прежнюю форму, сколоть спицей, залить майонезом, остудить и повторять заливать раза три, если майонез застывает, то распустить его в теплой воде. Когда совсем залито сверху, убрать из фунтика ланспиком, который нужно мелко изрубить и спрыснуть для связи теплой водой, убрать трюфелями, нарезанными копеечками, брусникой, свежим салатом и кругом блюда обложить штуканами из ланспика.

При подаче курицу нарезать на два-три куска на порцию, положить на блюдо и гарнировать овощами.

Жареная курица, фаршированная рисом и шпинатом

Время приготовления: 35 мин + 2 часа 30 мин

Калорийность: В каждой порции: около 645 калорий, 56 г белка, 27 г углеводов, 34 г жиров (из них 9 г насыщенных), 215 мг холестерина, 925 мг натрия.

Ингредиенты: На 8 порций:

2 ст. ложки растительного масла

1 луковица, нарезанная кубиками

200 г риса быстрого приготовления

300 г замороженного нарубленного шпината, разморозить и отжать воду

2 ст. ложки свежего лимонного сока

1 курица (цыпленок-бройлер) (около 3,1 кг), потроха и шейку оставить для другой цели

1 ч. ложка тертой лимонной цедры

1 ч. ложка сушеного розмарина, измельчить

1 ч. ложка соли

1/2 ч. ложки молотого черного перца

Приготовьте начинку: разогрейте в трехлитровой касгрюле на среднем огне 1 ст. ложку масла. Добавьте лук и жарьте до золотистого цвета. Приготовьте рис в кастрюле с луком, следуя инструкциям на упаковке, по без сливочного масла. Добавьте в сваренный рис шпинат и лимонный сок.

Нагрейте духовку до 180ПС. Ложкой слегка начините грудную полость курицы. Закройте отверстие кожным лоскутом, прикрепите кожу к спинке 1—2 палочками. Положите курицу грудкой вверх и поднимите крылья к шее, затем загните их под спинку, чтобы они были зафиксированы.

Ложкой начините брюшную полость. Закройте отверстие кожей, закрепив ее при необходимости палочками. Свяжите ноги и хвост шнуром. (Оставшуюся начинку запекайте в небольшой закрытой термостойкой посуде в последние 30 минут приготовления птицы.)

Положите курицу грудкой вверх на решетку в средний противень. Смешайте лимонную цедру, розмарин, соль, перец и оставшуюся 1 ст. ложку масла. Натрите курицу этой смесью. Воткните термометр для мяса в самую толстую часть бедра ближе к туловищу, стараясь не коснуться кости кончиком термометра.

Жарьте, время от времени поливая соком, около 2 1/2 часа Когда курица станет золотистой, накройте ее свободно фольгой. Начните проверять на готовность последние 30 минут термической обработки. Курица готова, когда термометр покажет 74,5—77°С и сок, вытекающий из самой толстой части бедра, проткнутого ножом, будет прозрачным. Выложите курицу на теплое блюдо. Дайте постоять 15 минут; не охлаждайте. Не выливайте мясной сок. Приготовьте подливу на сковороде. Подавайте курицу с начинкой и подливой.

Можно проверить курицу па готовность, воткнув нож в самую толстую часть бедра; вытекающий сок должен быть прозрачным. Для абсолютной точности используйте термометр для мяса; курица готова, когда термометр покажет 74,5—77°С.

Снимите с противня решетку. Добавьте к мясному соку на противне 60 мл вермута. Доведите до гашения на сильном огне, размешивая, чтобы растворить поджаренные комочки. Добавьте 300 мл куриного бульона и кипятите 3 минуты. Перелейте бульонную смесь в мерную кружку или разделитель для подливы; дайте постоять несколько секунд, пока жир не отделится от жидкости. Верните 2 ст. ложки жира на противень, снимите и удалите остальной жир. Добавьте на противень 2 ст. ложки пшеничной муки и варите на медленном огне, помешивая, 1 минуту Постепенно влейте, помешивая, бульонную смесь и по 1/2 ч. ложки соли и молотого черного перца. Снова доведите до кипения, помешивая; кипятите 1 минуту. Получается около 300 мл.

##

## 2.7. Эстетика оформления и способы подачи блюда

Фаршированную курицу отпускают на тарелки для вторых блюд с жареными картофелем, картофельное пюре, припущенными овощами.

##

## 2.8. Требование к качеству, условия и сроки хранения блюда

Поверхность тушек птицы должны быть чистая, без остатков перьев и «пеньков», без слизи, сухая, жир бледно-желтый, клюв блестит. Допускаются незначительные ожоги кожи, два-три пореза кожи длиной не более 2 см. Цвет и запах – свойственные данному виду птицы, без постороннего запаха. Консистенция мякоти – плотная, упругая. Тушки не должны иметь сгустков крови и участков, пропитанных желчью.

Цвет, вкус и запах крупы должны быть свойственными данному виду крупы, без посторонних запахов и привкусов.

Лук репчатый должен иметь луковицы вызревшие, здоровые, сухие, чистые, целые, однородные по форме и окраске, с хорошо подсушенными верхними чешуйками, высушенной шейкой длиной не более 5 см.

Скорлупа диетического яйца или столового яйца должна быть чистой, неповрежденной. Допускается на скорлупе диетического яйца наличие единичных пятне и полосок.

Диетическое яйцо при температуре не выше 200С и не ниж 00С, столовые – при температуре не выше 200С, в холодильниках яйца хранят при температуре от 0 до 20С и при относительной влажности воздуха 85-88%ю

Молоко должно быть в виде однородной жидкости без осадка. Молоко топленое и пастерилизованное 4 и 6%-ной жидкости без остоя сливок. Цвет белый со слегка желтоватым оттенком, топленое – с кремовым оттенком, нежирное со слегка синеватым оттенком. Вкус и запах чистые, без посторонних привкусов и запахов.

Хранят молоко при температуре 2-60С в течение 36 часов, стерилизованное – при температуре 200С в течение 10 дней.

##

## 2.9. Использованное оборудование: инвентарь, инструкции

|  |  |
| --- | --- |
| Оборудование | Правило техники безопасности |
| Плитка электрическая ПЭ-0,51 | Проверить санитарно-техническое состояние, наличие заземления, резинового коврика и пакетных выключателейЗапрещается оставлять в конфорке незагруженными на режиме нагреваПоверхность должна быть ровной, без трещинПо окончании работы плитку отключить и провести санитарную уборку |
| Инвентарь | Инструменты |
| 1. Нож | 1. Ложка столовая |
| 2. Доска разделочная | 2. Лопатка |
| 3. Сковородка |
| 4. Кастрюля |
| 5. Тарелка |

# 3. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА И САНИТАРИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Каждый работник ПОП должен вырабатывать привычку к чистоте. Он должен приходить на работу в определенной одежде и обувь носить чистую, подбирать волосы под колпак или косынку, не закалывать одежду булавкой.

Все работники общественного питания обязаны содержать свое тело в чистоте. Важнейшее значение имеют чистые руки. Они обязаны коротко стричь ногти, мыть руки после работы с сырыми продуктами, снимать одежду перед выходом в туалет, а после этого мыть руки с мылом, а затем ополоснуть в 2%-ном растворе хлорки.

Перед работой и после нее принимать душ с мочалкой и мылом. Работник обязан выполнять ряд правил:

-содержать одежду в чистоте в течение дня;

-не класть в карманы посторонние предметы;

-нельзя пользоваться булавкой;

-не ходить в санодежде в туалет;

-менять одежду по мере загрязнения;

-перед выходом из цеха санодежду снять, а перед входом надеть и вымыть руки;

-хранить санодежду отдельно от личной, обувь должна быть легкой, удобной и без каблуков.

Личная гигиена – это ряд санитарных правил, которые должны соблюдать работники общественного питания. Выполнение правил личной гигиены имеет важное значение в предупреждении загрязнения пищи микробами, которые могут стать причиной возникновения заразных заболеваний и пищевых отравлений у потребителей.

Личная гигиена работников повышает культуру обслуживания потребителей и служит важным показателем общей культуры предприятия общественного питания.

Правилами личной гигиены предусмотрен ряд гигиенических требований к содержанию тела, рук, полости рта, к санитарной одежде, санитарному режиму предприятия, медицинскому освидетельствованию работников общественного питания.

Содержание тела в чистоте – важное гигиеническое требование. Участвует в дыхательном процессе и выделении продуктов обмена. Загрязняясь от пота, выделением кожно-жировой смазки, слушивающегося эпителия, пыли и микробов, кожа плохо функционирует, ухудшая самочувствие человека. Кроме того, грязь может стать причиной возникновения гнойничковых заболеваний и загрязнения микробами обрабатываемой кожи.

Поэтому всем работникам ПОП, особенно поварам, кондитерам, официантам не обходимо содержать тело в чистоте. Рекомендуется ежедневно перед работой принимать гигиенический душ с использованием мыла и мочалки или непосредственно перед работой тщательно вымыть руки до локтя.

Внешний вид рук работников пищеблока должен отвечать следующим требованиям: коротко стриженные ногти, без лака, чистое подногтевое пространство. Запрещается носить украшения и часы. Официанты, кроме того, должны иметь ухоженные ногти, систематически делать производственный маникюр. На раках поваров могут оказаться болезнетворные микробы (сальмонеллы, дизентерийные палочки), яйца глистов. Поэтому руки следует мыть и дезинфицировать перед началом работы, после посещения туалета, при переходе от обработки сырья к обработке готовой пищи.

В комплект санитарной одежды повара входят: куртка или халат, колпак или марлевая косынка, фартук, полотенце, косынка для вытирания пота, брюки или юбка, специальная обувь.

Санитарную одежду надевают в определенной последовательности, добиваясь аккуратного внешнего вида. Головной убор должен полностью закрывать волосы.

Лица при поступлении на работы на ПОП и уже работающие на нем в соответствии с Приказом Минздравмедпрома РФ от 14.03.1996. «о порядке проведений предварительных и периодических медицинских осмотров работников и медицинских регламентах допуска к профессии» обязаны проходить следующие медицинские осмотры и обследования: осмотр дерматовенерологом – 2 раза в год, обследование на туберкулез – 1 раз в год, исследование крови на сифилис (Рв) – 1 раз в год, мазки на гонорею – 2 раза в год, исследования на бактерионоосительство возбудителей кишечных инфекций, серологическое обследование на брюшной тиф – не реже 1 раза в год.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Общественное питание как отрасль народного хозяйства представляет собой совокупность предприятий, объединенных по характеру перерабатываемого сырья и выпускаемой продукции, организации производства и формы обслуживания населения. Общественное питание выполняет три взаимосвязанные функции: производство готовой продукции, ее реализацию и организацию потребления. Деятельность предприятий общественного питания в процессе выполнения этих трех функций характеризуется рядом признаков, сближающих их с предприятиями пищевой промышленности и розничной торговли.

Среди предприятий массового питания основное место занимают рестораны, кафе, бары. Они играют заметную роль в организации отдыха населения. Туда приходят не только для того, чтобы поесть, но и отметить юбилей, важное событие в жизни человека, того или иного коллектива, провести свадебное торжество, деловую или официальную встречу, просто отдохнуть в кругу близких людей.

Радушно встретить, быстро и вкусно накормить людей, создать им все условия для полноценного отдыха — такова задача работников этих предприятий.

Предприятия массового питания, расположенные в гостиницах, аэропортах, железнодорожных вокзалах, на теплоходах, занимают ведущее место в организации питания туристов, в том числе иностранных. Широкое распространение получает автотуризм — путешествие на автобусах или автомобилях с остановками в кемпингах, во время которых туристы питаются в ресторанах, кафе, барах.

Постоянно растет число людей, становящихся материально обеспеченными и способными потратить некоторое количество денег на проведение своего досуга вне дома.

От правильной и четкой организации работы обслуживающего персонала предприятий массового питания зависят настроение и самочувствие всех, кто пользуется их услугами.

В современных условиях актуальным становится глубокое и всестороннее изучение состояния предприятий массового питания. Основными задачами предприятий общественного питания являются наиболее полное удовлетворение спросов населения, улучшения качества выпускаемой продукции, повышение культуры обслуживания.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анфимова Н.А., Татарская Л.Л. Кулинария. – М.: Просвещение, 2002.
2. Бордунов В.В. Товароведение, 1987 г.
3. Вуколова М.В. Горячий цех предприятия общественного питания. - М.: Изд-во Рос. экон. Акад., 1995.
4. Ермакова В.И. Кулинария. – М.: Просвещение, 1993.
5. Ершок А.Н., Юрченко А.Ф. Технологическое оборудование предприятий общественного питания. - М., Экономика, 1991.
6. Золин В.П. Технологическое оборудование предприятий общественного питания. – М., Просвещение, 1999.
7. Иванова А.В. Горячий отпуск блюд. – М., Кулинар, 2001.
8. Матюхин З.П. Основы питания, гигиены и физиологии. – М.: Просвещение, 1999.
9. Никуленкова Т.Т., Маргелов В.Н. Проектирование предприятий общественного питания. - М., Экономика, 1999..

# ПРИЛОЖЕНИЯ

**Национальная зарубежная кухня**

**Куриное филе, фаршированное по-еврейски**

В средиземноморской кухне кедровые орешки применяются довольно широко.

С орешками можно приготовить салат. Измельченные орешки, смешанные с другими специями, используют при приготовлении шаурмы.

Но особенно широко используются орешки при приготовлении фаршей и начинок. Кстати, таким фаршем наполняют одно из любимых блюд сефардских евреев - кубе. И в нашем рецепте орешки применяются для фарша.

Куриное филе тонко тонко отбить.

Кедровые орешки слегка обжарить на сковороде. Обжарить, мелко порезанный, лук до золотистого цвета. Добавить грибы и продолжать жарение.

Добавить говяжий фарш, чуть бульона и припустить на маленьком огне минут 10. Заправить солью, черным перцем, корицей и мускатом. Вбить яйцо и всыпать кедровые орешки.

Все тщательно перемешать и полученным фаршем начинить филе, придав ему форму шариков.

Уложить их на противень и полить бульоном. Запекать в духовке среднего жара в течение 20 минут.

**Курица фаршированная по-грузински**

Тушку курицы фаршируют отварным рисом с размельченным кизилом, солью и пассерованным на масле луком, зашивают и жарят над углями.

Курятина 220, кизил сушеный (без косточек) 30, рис 20, лук репчатый 15, масло сливочное 20, соль.

**Курица под соусом. Карачаево-Черкессия**

1 курица, 400 г сметаны, 40 г пшеничной муки, 2 небольшие луковицы, 60 г сливочного масла, 160 г бульона, красный молотый перец, чеснок, соль. Подготовленную курицу разделить на кусочки, залить водой и сварить до готовности. На процеженном бульоне, полученном от варки птицы, приготовить соус, для чего просеянную муку спассеровать до кремового цвета. Добавить горячий бульон (1/4 нормы) и вымешать до однородной массы. Постепенно влить оставшийся бульон. Затем ввести сметану, соль, перец, варить примерно 5 минут. Процедить и добавить мелко нарезанный лук. Довести соус до готовности и положить в него мелко нарезанный чеснок.

**Курица с тушеным картофелем по-татарски**

1 курица, 1,5 кг картофеля, 100 г лука, 150 г моркови, 1 стакан бульона, перец, соль. Сварить курицу целиком. Очистить картофель и разрезать клубни пополам. Сварить их в отдельной посуде. Нарезанные кружочками морковь и лук поджарить на масле. Готовый картофель уложить на сковороду, на него уложить куски курицы, а сверху - поджаренную с луком морковь. Полить все это стаканом куриного бульона. Закрыть сковороду крышкой и поставить тушиться на 30 минут.

**Курица по-казахски**

1 курица, 300 г мякоти баранины, 2 ст. л риса, 1 ст. л изюма, 2 яйца, 3/4 стакана молока, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 1/4 ч л корицы, черный молотый перец, зелень, соль. Курицу обработать, не разрезая брюшка, хорошо промыть, сделать надрез вдоль спины и снять кожу с костей вместе с мякотью. Оставшееся на костях мясо тоже снять и вместе с бараниной пропустить через мясорубку. Добавить сваренный до полуготовности рис, мелко нарезанный обжаренный лук, промытый изюм, взбитые с молоком яйца, заправить солью, перцем, корицей. Все хорошо перемешать. Полученным фаршем заполнить снятую с костей кожу, разрез зашить. Завернуть тушку в салфетку, перевязать шпагатом, положить в подсоленный бульон и варить на слабом огне до готовности, следя за тем, чтобы курица не переварилась. Готовую курицу охладить в том же бульоне, снять салфетку и красиво нарезать тушку на порции.

**Курица, тушенная с орехами и чесноком**

**Северная Осетия**

280 г куриного мяса, 5 г сливочного масла, 60 г репчатого лука, 90 г грецких орехов, 15 г чеснока, зелень петрушки, чабера, соль. Подготовленную курицу нарезать на кусочки весом около 30-40 г, обжарить, залить горячей водой, добавить пассерованный репчатый лук, нарезанный полукольцами, сметанный соус и тушить в течение 15-20 минут. За 5-10 минут до готовности положить измельченные грецкие орехи и чеснок, перец, мелко нарезанную зелень петрушки и чабера.

**Жужя думлимя. Цыпленок по-уйгурски**

1 цыпленок, 1 ч. л. специй, соль. Для приправы: 50 г лука, 50 г чеснока, 100 г сладкого и горького перца, 100 г помидоров. Разделить цыпленка на 16 частей. Хорошо разогреть казан, положить мясо, потом овощи и залить 0,5 л воды. После закипания огонь убавить и тушить в течение 20-30 минут. Выложить на тарелку и посыпать зеленым луком.

**Курица с земляными орехами. Нигерия и Конго**

2 небольшие курицы, 300 г земляных орехов, 2 луковицы, 1 кг вареного риса, 2 картофелины, 6 сваренных вкрутую яиц. Разделить кур на порции, положить в кастрюлю, залить небольшим количеством кипящей воды и варить в течение 30 минут. Добавить земляные орехи и хорошо размешать. Мелко нарезать лук, разрезать на четыре части картофель. Добавить в кастрюлю с курицей. Посолить и варить до готовности. На тарелку положить разрезанное кружками вареное яйцо, сверху уложить рис, а на нем разместить куски курицы и полить соусом, в котором она варилась. Гарнировать свежими огурцами или бананами.

**Тушеный цыпленок с луком. Малайзия**

1 цыпленок, 6 ст. л. соевого соуса. 1/2 ч. л. имбирного порошка, 3 больших луковицы, 1 ч. л. сахара, немного воды. Положить подготовленного цыпленка в кастрюлю, добавить соевый соус, имбирь и 1 стакан воды. Закрыть крышкой и тушить 30 минут на медленном огне. Добавить в кастрюлю нарезанный кольцами лук и тушить еще 10 минут.

**Муркабоб. Таджикистан**

1 курица, 100 г жира, 8 средних картофелин, 2 небольшие луковицы, 1 морковка, 1 ст. л. томата-пюре, зелень, пряности, соль. Подготовленную курицу разделить на кусочки по 30-40 г, обжарить на сковороде до образования румяной корочки, добавить нарезанный кольцами лук, морковь и жарить. Через 5 минут заправить томатом-пюре и жарить еще 5 минут. Затем добавить дольки картофеля, влить воду, чтобы она покрывала продукты, заправить пряностями, посолить и тушить на медленном огне до готовности. При подаче посыпать рубленой зеленью.

**Курица, тушенная с картофелем. Кабардино-Балкария**

660 г курицы, 60 г маргарина, 600 г картофеля, 100 г репчатого лука, лавровый лист, 200 г сметаны, зелень петрушки, красный молотый перец, черный перец горошком, соль. Разделить тушку курицы на порции и обжарить на маргарине. Затем положить в посуду, добавить картофель, нарезанный дольками, нашинкованный репчатый лук, красный и черный перец, соль, залить водой или бульоном, закрыть крышкой и тушить до готовности. За 10-15 минут до окончания тушения положить лавровый лист и в конце тушения добавить сметану. Посыпать зеленью петрушки.

**Курица, тушенная в томатном пюре. Саудовская Аравия**

1 курица, 50 г томата-пюре, 40 г сливочного масла, соль. Подготовленную курицу разделить на порционные куски и обжарить на сливочном масле, после чего переложить в кастрюлю, заправить пассерованным томатом и тушить, накрыв крышкой, до мягкости. Готовую курицу выложить на сухой противень и подсушить в духовом шкафу до образования румяной корочки.

**Казан кебаб из птицы. Узбекистан**

1 курица, гусь или индейка, 5 ст. л. топлёного масла, 2 луковицы, 1 стакан зелени укропа и кинзы, 1/2 стакана воды, соль. Подготовленную птицу разделить на куски и посолить. В казане перекалить масло, уложить послойно куски мяса и нарезанный кольцами лук, перемешанный с рубленой зеленью, добавить немного воды, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне в течение часа.

**Цыпленок карри. Бангладеш**

850 г цыпленка, 60 г сливочного масла, 200 г лука, 10 г чеснока, 15 г томата-пюре, 80 г молока, 10 г специй, пряности, соль. Обработанного цыпленка поварить 20 минут, затем разрезать на маленькие кусочки. В кастрюле разогреть масло, добавить пассерованные до золотистого цвета лук и чеснок, кусочки цыпленка, бульон, пряности (в том числе порошок карри), томат-пюре, молоко, соль, специи и тушить 35 минут, периодически помешивая. На гарнир подать припущенный рис.

**Цыпленок с пряностями. Индия**

1 цыпленок, 50 г сливочного масла, 50 г репчатого лука, горстка муки, щепотка карри, 90 г яблок, 240 г риса, 60 г сливочного масла (для риса), соль. Цыпленка разрубить на порционные куски, посолить и слегка обжарить на масле. Бланшированный лук спассеровать, добавить муку, кэрри, небольшое количество бульона, посолить, перемешать. Подготовленным соусом залить цыпленка, положить очищенные и нарезанные ломтики сладких яблок и тушить до готовности. Готовое мясо переложить на блюдо и полить протертым вместе с яблоками и овощами соусом, который должен быть без комочков и не очень густым. Гарнировать рисом.

**Тушеный цыпленок. Египет**

1 цыпленок, 100 г растительного масла, 50 г лука, 150 г свежих грибов, 150 г помидоров, 250 г домашней лапши, зелень, специи, соль. Подготовленные куски филе и ножки цыпленка обжарить на растительном масле, добавить мелко нарезанный лук, грибы и зелень, залить стаканом бульона и проварить, затем добавить мелко нарезанные помидоры и тушить в течение 15-20 минут до мягкости. Подать с домашней лапшей.