АНО СПО «Омский колледж предпринимательства и права»

## Цикловая комиссия информационных и естественнонаучных дисциплин

**Курсовая работа**

**по дисциплине «Технология продукции общественного питания»**

**Тема: Разработка технологического процесса приготовления блюд Японской кухни**

**Содержание**

Введение

1. Теоретический раздел

1.1 Характеристика сырья, используемого для изготовления блюда

1.2 Составление технологической карты разрабатываемого блюда

2. Экспериментальный раздел

2.1 Расчёт пищевой ценности сырьевого набора, используемого для приготовления блюда

2.2 Расчёт пищевой ценности готового блюда

2.3 Анализ пищевой ценности готового блюда

2.4 Требования к оформлению и подаче

Заключение

Библиографический список используемой литературы

**Введение**

Японская кухня — национальная кухня японцев. Отличается предпочтением натуральных, минимально обработанных продуктов, широким применением морепродуктов, сезонностью, характерными блюдами, специфическими правилами оформления блюд, сервировкой, застольным этикетом. Блюда японской кухни, как правило, являются ключевой достопримечательностью для туристов из других стран. Бытует много мнений о том, что определяет японскую кухню, так как повседневная пища японцев за последние столетия сильно изменились, многие блюда (например, ставший практически национальным японским блюдом рамэн) появились в Японии в конце XIX — начале XX века или даже позже. В Японии термин «японская кухня» обозначает традиционные японские продукты, похожие на те, которые существовали до конца национального затворничества в 1868 году.

Японская национальная кухня объединила в себе массу многовековых традиций, ценностей и несравненный дух народа Японии. Японская национальная кухня достаточно выразительно отличается от какой либо иной кухни в мире. Для большинства современных европейцев, японская, традиционная еда покажется настолько экзотичной, словно, скажем, для среднестатистического японца - наша, отечественная кухня. Преимущественный секрет такой непревзойденности в японской кухне, в первую очередь, заключен в тщательном и правильно подборе всех продуктов, а также в невероятной эстетике сервировки стола и подачи блюд, кроме того, еще и в особой японской философии, которая и заложена в основу японской национальной кухни.

Наиболее ценное из всего, что есть на столе у японского гурмана - это продукты, сотворенные не человеком, а самой матушкой природой, те продукты, которые сохраняют свои изначальные и естественные особенности. То, что было сотворено самой природой, никак не сможет соперничать по своим уникальным вкусовым и полезным качествам с чем-либо другим. На традиционном японском столе, в сравнении с русским, никогда не получится отыскать какой-либо «тяжелой» пищи, тем более, с огромными порциями. Практически все порции в японской кухне распределяются таким образом, дабы избежать перенасыщения и ненужного излишества в питании. Огромным размерам блюд многие японцы предпочтут обильное разнообразие. Японцы любят, когда их обеденная трапеза состоит сразу из нескольких компактных блюд с абсолютно разным вкусом, которые, к тому же, расставлены с особым эстетическим вкусом. Как правило, употребление еды в традиционной японской семье, являет собой процесс, такой же грациозный, как и проведение традиционной японской чайной церемонии.

Полный обед включает рис, два вида супов и не менее пяти видов различных закусок (в зависимости от торжественности случая и возможностей устроителя их число может доходить до десятка и даже более). Минимальный званый обед предполагает наличие риса, супа и не менее чем трёх видов закусок. Понятие «главного блюда» в японском обеде отсутствует.

Как обязательная часть обеда всегда подаётся зелёный чай. Чай пьют и перед, и во время, и после трапезы. В приличествующих случаях подаётся спиртное, традиционным видом которого является сакэ.

Традиционно в Японии принимают пищу за низким столом, сидя перед ним на татами в позе сэйдза (сидя на пятках, выпрямив спину). Для мужчин в неофициальной обстановке допустимой является поза агура («по-турецки», скрестив ноги перед собой). На татами нельзя сидеть развалившись, не следует вытягивать ноги под стол. Впрочем, в настоящее время и дома, и, тем более, в заведениях общественного питания, чаще обедают за обычными столами европейского типа, сидя на стульях или табуретках.

Традиционно все кушанья выставляются на стол сразу. В этом случае рис ставится слева, суп — справа, в центре стола располагаются блюда из морепродуктов и мяса, вокруг них — соленья и маринады. Ёмкости с соусами и приправы обычно ставят справа от того блюда, к которому они предназначаются. Маленькие тарелочки ставят с правой стороны, более крупные и глубокие — слева. Сакэ подаётся в кувшинчиках, подогретым. Большинство блюд имеют комнатную температуру — исключение составляют рис, супы и некоторые мясные блюда.

Расставляя блюда на столе, стараются, чтобы они образовывали красивую композицию. В частности, принято чередовать округлую посуду с прямоугольной, светлую — с тёмной.

Если стол не накрывается предварительно, то блюда подаются в следующей последовательности:

* Рис;
* Сасими — подаётся до любых блюд с сильным вкусом, чтобы не перебить вкус сырой рыбы;
* Суп — подаётся обычно сразу после блюд из сырой рыбы, но есть его допускается на любом этапе трапезы;
* Несырые блюда всех видов, суши, роллы;
* Блюда с сильным вкусом, с большим количеством специй.

В некоторых дорогих японских ресторанах заказанные блюда готовятся поваром из сырых ингредиентов прямо в присутствии клиента. Для этого непосредственно у стола для еды находится рабочее место повара, с поверхностью для жарки и всем необходимым для приготовления и оформления блюд.

1. **Теоретический раздел**
   1. **Характеристика сырья, используемого для изготовления блюда**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование пищевого сырья | ОСТ, ГОСТ, МРТУ, РСТ, ТУ и др. | Показатели качества |
| Рис | ГОСТ 6292-93 | Требования к качеству: белый с различными оттенками;запах,свойственный рисовой крупе, без посторонних запахов, незатхлый, не плесневый; вкус, свойственный рисовой крупе, без посторонних привкусов,не кислый, не горький. Влажгость крупы не более 15,5%,доброкачественное ядро 99,7%(для экстра и высшего), 99,4% (для I), 99.1% (для II), 99,0%(для III), зараженность вредителями хлебных запасов не допускается, металломагнитная примесь не более 3мг/кг |
| Печень свиная(субпродукты) | ТУ 9212-460-00419779-99 | Это побочные продукты убоя, представляющие собой внутренние органы в части тела животного не входящие в состав туши. Они предназначены для реализации в розничной торговли, в сети общественного питания, для промышленной переработки. По пищевой ценности и вкусовым достоинствам выделяют: субпродукты 1 категории (печень, почки языки, мозги, сердце, вымя, диафрагма, мясо-костный хвост крупного и мелкого рогатого скота и мясная обрезь) и 2 категории (свиной желудок, рубец, калтык, сычуг, лёгкие, головы, трахея, селезёнка, свиные ноги, говяжий путовый сустав, губы, уши, мясо-костный свиной хвост). |
| Растительное масло | ГОСТ 1129-93 | В зависимости от способа обработки и показателей качества масло подсолнечное подразделяют на виды: не рафинированное ,гидратированое, рафинированное недезодорированое, рафинированное дезодорированное. Мрафинированые дезодорированные масла прозразные,без осадка,со вкусом со вкусом обезличенного масла,без запаха, недезедорированое – с запахом,присущим данному маслу. |
| Мука пшеничная | ГОСТ 26574-85 | Вырабатывается из мягкой пшеницы или из мягкой пшеницы с примесью твердой не более 20%,подразделяется на сорта:крупчатку, высший, первый, второй, обойную. Требования к качеству: цвет от белого до светло-серого; запах, свойственный пшеничной муке, без посторонних запахов,не затхлый,не плесневелый; вкус ,свойственный пшеничной муке, без посторонних привкусов, не кислый, не горький. Зараженность вредителями хлебных запасов не допускается. |
| мандарины | ГОСТ 4428-82 | Деление на товарные сорта не предусмотрено. Требования к качеству: плоды должны быть чистыми,без механических повреждений, повреждений болезнями и вредителями,светло-оранжевой или оранжевой окраски, допускается наличие плодов с прозеленью, не более3/4 поверхности, со слабой коричневой пятнистостью площадью не более 2 см2. Размер плода по наибольшему диаметру должен быть не менее 38мм. |

**1.2 Составление технологической карты разрабатываемого блюда**

**Технологическая карта**

**Наименование блюда «Рис с печенью и мандаринами»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование  продуктов | На 1 порцию | | |
| Масса брутто,  г | Масса нетто,  г | Масса готового продукта, г |
| Печень | 84 | 75 |  |
| Рис | 50 | 50 |  |
| Горошек зеленый консервированый | 25 | 25 |  |
| Растительное масло | 15 | 15 |  |
| Мука пш. | 10 | 10 |  |
| Перец красный молотый | 1 | 1 |  |
| Соевый соус | 20 | 20 |  |
| Мандарины | 54 | 40 |  |
| Выход: |  |  | 210 |

**Технологический процесс приготовления**

Отварить рис. Горошек потушить и смешать с рисом, добавить соевого соуса и поставить в теплое место.

Печень очистить от пленок, вымыть, обсушить, нарезать тонкими ломтиками или брусочками, посыпать красным перцем, обвалять в муке, обжарить с обеих сторон в сильно разогретом растительном масле. Мандарины также слегка обжарить в оставшемся от печени масле, но можно использовать и свежие.

На блюдо уложить слой риса. Сверху на него уложить слой печени и полить оставшимся соевым соусом. На печень красиво уложить дольки мандаринов.

**2. Экспериментальный раздел**

**2.1 Расчёт пищевой ценности сырьевого набора, используемого для приготовления блюда**

Расчет производится на основании справочника «Химический состав российских пищевых продуктов» (2002), под ред. Проф. И.М Скурихина, проф. В.А. Тутельяна по формуле:



где n- содержание пищевых веществ в 100 г, продукта, г или мг

q- масса продукта согласно рецептуре блюда, г

Пример расчета содержания белков в рисе:

q=200г, n=14

г.



Пример расчета содержания жиров в рисе:

q=200г, n=7г

г



и т.д. расчеты приводятсяв таблице №3.

**2.2 Расчет пищевой ценности готового блюда**

Тепловая обработка является основным способом технологического процесса производства кулинарной продукции, при котором повышается усвояемость, происходит размягчение продуктов. Воздействие теплоты приводит к разрушению вредных микроорганизмов и некоторых токсинов, что обеспечивает необходимую санитарно-гигиеническую безопасность продуктов и микробиологическую стойкость продукта в хранении.

При тепловой обработке разрушаются витамины и некоторые биологически активные вещества, частично извлекаются и разрушаются белки, жиры, минеральные вещества и могут образовываться нежелательные вещества. Таким образом задача рационально приготовления пищи заключается в том, чтобы нужная цель была достигнута при минимальной потере полезных свойств продукта.

Потери пищевых веществ при тепловой обработке определяется по формуле:



Где Nи – содержание исследуемого вещества в сырьевом наборе, г (мг, мкг)

П - потери по табличным значениям

Общая пищевая ценность определяется по формуле:



Количество пищевых веществ после тепловой обработки определяется по формуле:



Где Nи\* - количество пищевого вещества после тепловой обработки

Nи – количество пищевых веществ в сырьевом наборе

П – потери (%) при тепловой обработки

Пример расчета содержания пищевых веществ после тепловой обработки:

Содержание белка в рисе:

Nи = 3,5 гр.; П = 4 %



Содержание жира в рисе:

Nи = 0,5гр.; П= 1%



**2.3 Анализ пищевой ценности блюда**

На основании данных полученных в таблице 3, необходимо проанализировать пищевую ценность сырьевого набора, входящего в рецептуру блюда, потери, происходящие при тепловой обработке , а также пищевую ценность готового блюда.

Удельный вес БЖП высчитывается пропорцией:

Всего белков – 100%

Белки (Животного происхождения) – x



Удельный вес ЖРП высчитывается пропорцией:

Всего жиров – 100%

Жиры (Растительного происхождения) – x



При расчете удельного веса белков животного происхождения учитывают только белоксодержащие продукты животного происхождения. Оптимальным является содержание в блюде 50% белков животного происхождения. Фактически в данном блюде 54,24% белков животного происхождения, что максимально приближено к оптимальному значению.

При расчете удельного веса жиров растительного происхождения также следует учитывать только растительные жиры. Оптимальным является содержание 30% жиров растительного происхождения, обеспечивающих поступление в организм полиненасыщенных жирных кислот, жирорастворимых витаминов.

Фактически в данном блюде 18,22% жиров растительного происхождения, что в 1,5 раза меньше оптимального значения. Следует рекомендовать в дневной рацион блюда, содержащие растительные жиры

Согласно принципам рационального питания для удовлетворения оптимальной потребности организма человека в белках, жирах, углеводах их соотношение в рационах должно быть 1:1, 2:4. В данном блюде соотношение белков, жиров, углеводов - 1:0,34:2,03 , что не соответствует формуле сбалансированного питания. Для соответствия формуле сбалансированного питания в течение дня нужно съесть салат, который оптимизирует содержание жиров, так же надо съесть сладкое блюдо, которое оптимизирует содержание углеводов.

Пищевая ценность блюда в 100 граммах по белкам, жирам и углеводам – удовлетворительная.

Исследуя витаминный и минеральный состав можно выделить по норме суточной потребности: железо – удовлетворительное содержание, кальций – очень низкое, фосфор – удовлетворительное, а так же по энергетической ценности – удовлетворительное. Для удовлетворения суточной потребности в кальцие нужно в рецептуру блюда включить овощи, которые содержат большое количество кальция (салат, лук, морковь).

**2.4 Требования к оформлению и подаче**

Температура подачи - 65°С.

Показатели качества

Внешний вид: рис рассыпчатый, горошек не разваренный, имеет правильную форму. Печень, мандарины так же правильной формы, не пережаренные.

Цвет: Свойственен продуктам, входящих в состав блюда.

Вкус: необычный, общий вкус в меру соленый, слегка островатый,с нотками цитрусовых.

Запах: приятный, свойственный соевому соусу и печени, с ароматом цитрусовых.

**Заключение**

В курсовой работе разработано горячее второе блюдо Японской кухни. Во введении была раскрыта сущность развития Японской кухни, её особенность и обычаи японцев.

В теоретическом разделе произведена характеристика сырьевого набора на основании ГОСТов. При составлении технологической карты были учтены отходы и потери при первичной тепловой обработки каждого сырья. Технологическая схема приготовления блюда составлялась с указанием последовательности всех операций применяемых в процессе приготовления блюда.

В экспериментальном разделе произведены расчеты пищевой ценности сырьевого набора, исходя из химического состава продуктов входящих в состав блюда. На основе этих данных произведен расчет пищевой ценности готового блюда с учетом потерь пищевых веществ при тепловой обработке. В итоге произведен анализ пищевой ценности блюда.

Особо выделен удельный вес белков животного происхождения, который максимально приближен к оптимальному значению. В целом при употреблении блюда в течение дня с блюдами, содержащими высокое кол-во жиров и углеводов потребность организма человека в пищевых веществах будет удовлетворительная.

**Библиографический список используемой литературы**

1. ГОСТ Р 507763-95. Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия.
2. СанПин 2.3.3.5.560-96. Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов СПб, 1998 – 268с.
3. Скурихин И.М. Все о пище с точки зрения химика: Справ. Издание./ И.М. Скурихин, А.П. Нечаев – М., 1991 - 288с.
4. Скурихин И.М. Химический состав российских пищевых продуктов./ И.М.Скурихин, В.А.Тутельян, - 2002г.
5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Для предприятий общественного питания. М - 1982г – 720с.
6. Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи./ Н.И. Ковалеы, М.Н. Куткина, В.А. Кравцова –М, 2005 - 468с.
7. http://www.gotovim.ru/national/japan/22524.shtml мир кулинарных открытий
8. http://ru.wikipedia.org/wiki/ Японская\_кухня