|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| . | Дата | Содержание задания | Краткое описание выполнен  ных работ | Отзыв наставника  на рабочем месте | Оценка и замечания мастера |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | 20.04 | ***Тема 1. Ознакомление с предприятием***.  Ознакомление с типом предприятия, контингентом, составом помещений и их назначением, взаимосвязью. Изучить характер перерабатываемого сырья, ассортимент выпускаемой продукции. Изучить правила санитарии, ТБ при работе с технологическим оборудованием. |  |  |  |

Предприятие общественного питания – кафе «Лето» частного предпринимателя Луганской Л.К выполняет определенные функции по обслуживанию населения (изготовление и реализация продукции, организация потребления).

Это предприятие с законченным циклом производства, в котором осуществляются все стадии переработки сырья и организуется выпуск готовой продукции для реализации ее населению в торговых залах.

Кафе «Лето» – предприятие общественного питания с разнообразным, широким ассортиментом блюд, закусок, кондитерских, вино-водочных изделий, фруктов, фруктовых и минеральных вод, соков, мороженого, коктелей. В них сочетается организация питания с отдыхом. В кафе широко практикуется изготовление блюд, закусок по индивидуальному заказу, а также национальных блюд.

В зависимости от уровня обслуживания и степени оснащенности, а также по размерам наценок это предприятие относится к первой категории.

Кафе организует обслуживание банкетов, праздничных вечеров, свадеб. Вечером организуются эстрадные выступления.

Кафе располагает банкетным залом, баром с барной стойкой.

На фасаде здания имеется вывеска с названием «Лето». У входной двери размещена табличка с режимом работы. Подъезд хорошо освещен. Режим работы с 12.00 до 1.00 установлен с учетом создания наибольших удобств для населения. Кафе работает в две смены. На основании установленного режима работы кафе составляются графики выходов на работу для работников.

Кафе оснащен необходимым для его деятельности оборудованием, инвентарем, мебелью, посудой, укомплектован штатом: заведующий производством, повар, мойщик посуды, официанты , уборщик, бухгалтер- калькулятор, контролер-кассир, дворник-гардеробщик.

Рационально используется площадь зала, производственных складских и подсобных помещений. Помещения отвечают техническим, санитарным, противопожарным требованиям.

Кафе расположено в центре города в парке культуры и отдыха.

Кафе выполняет не только производственные, но и торговые функции, т.е. не только производит разнообразные блюда, но и организует реализацию и потребление их населением. Для отпуска потребителям свежеприготовленных блюд организуется их выпуск небольшими партиями по мере спроса.

Спрос потребителей на продукцию меняется в зависимости от целого ряда факторов (сезона, дней недели, праздничные дни, дни выплаты зарплаты и др.). Поэтому для правильного определения объема производственной программы и ассортимента выпускаемой продукции принимается во внимание спрос потребителей. В часы наибольшего притока посетителей на отдельных участках производства сосредотачивают большее количество людей, используя совмещение профессий и принципы взаимозаменяемости работников.

В кафе установлена бесцеховая структура производства. Здесь все производственные процессы осуществляют две бригады, которые подчиняются завпроизводством. Такая организация труда позволяет более эффективно использовать поваров, практиковать совмещение профессий.

Специфика работы предприятий общественного питания позволяет определить некоторые общие требования к производственным помещениям и организации рабочих мест на производстве. Все производственные помещения кафе подразделены на заготовочные (овощной, мясо-рыбный), доготовочные (горячий и холодный), подсобные, вспомогательные (раздаточные).

**Правила по технике безопасности.**

Правильно надень полагающуюся санодежду , волосы убери под головной убор.

1. Приведи в порядок рабочее место, не загромождай проходов.
2. Осмотри инвентарь, убедись в исправности, требуй от администрации изъятия и замены непригодного инвентаря.
3. Не работай на машинах и аппаратах, устройство которых не знаешь и работать тебе не поручено.
4. Работай на мясорубке только со специальным приспособлением или кольцом загрузочной воронки.
5. Для проталкивания мяса на шнек машинки пользуйся деревянным пестиком, не проталкивай мясо руками.
6. Не работай на фаршемешалке без специального приспособления, не допускай ее пуск при открытой крышке.
7. При пользовании универсальными машинами – насадку крепления сменных механизмов производи при выключенном моторе.
8. При работе на овощерезке и протирочных машинах пользуйся предохранительной крышкой или решеткой в загрузочной воронке.
9. Разделку замороженного мяса производи после его оттаивания.
10. Для разрубки мяса используй колоду с ровной поверхностью.
11. Для опалки птицы и дичи не пользуйся паяльными лампами.
12. При работе с ножом будь осторожен, правильно держи руку и нож при обработке продуктов. Ножи храни в специальных чехлах.
13. Выемку рыбы из ванны производи специальным проволочным черпаком.
14. Требуй, чтобы поверхность кухонной плиты была ровной без выступов.
15. Передвигай посуду с жидкостью на поверхности плиты без рывков.
16. Следи за тем, чтобы поставленные на плиту жиры не вспыхнули.
17. При обжарке котлет, пирожков и других п/ф клади их с наклоном от себя.
18. При опускания в кипящий жир картофеля и других овощей не допускай попадания в жир воды.

**Правила личной гигиены.**

Обязательным условием для работников предприятий общественного питания является соблюдение правил личной гигиены. К работы на ПОП допускаются только лица прошедшие медицинское обследование. Работники ПОП обязаны следить за чистотой рук, коротко стричь ногти, пользоваться только чистой санитарной одеждой.

Перед началом работы повар должен тщательно вымыть руки с мылом и продезинфицировать их раствором хлорной извести. Санитарную одежду нельзя закалывать булавками, нельзя хранить в карманах посторонние вещи. Волосы необходимо убирать под колпак или косынку. Ношение часов и драгоценностей запрещается.

Перед посещением туалета санитарную одежду обязательно снимают, а после посещения моют руки мылом и слабым раствором хлорной извести. Санитарную одежду следует хранить в специально отведенном месте, чтобы она не соприкасалась с личными вещами работников.

Курение разрешается только в специально отведенных местах.

Каждый работник должен содержать в образцовом порядке свое рабочее место и строго соблюдать правила личной гигиены.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. | 21.04 | ***Тема 2. Овладение навыками обработки овощей и грибов***.  Ознакомление с организацией рабочих мест в овощном цеху. Правила эксплуатации и ТБ при работе на механизмах. Обработка картофеля, корнеплодов. Формы нарезки. Использование этих форм. Установление процента отходов при очистке овощей. Условия и сроки хранения.  Обработка капустных, листовых овощей, лука. |  |  |  |

Я ознакомилась с организацией рабочих мест в овощном цехе, правилами эксплуатации и ТБ при работе на механизмах в овощном цехе.

Производство п/ф из овощей организуется в овощном цехе. Овощной цех предназначен для первичной обработки овощей и изготовления овощных полуфабрикатов. В овощной цех овощи поступают в следующем ассортименте: картофель, луковые овощи (лук репчатый, лук зеленый , лук-батун), чеснок, капустные овощи( капуста белокачанная и краснокачанная, цветная),салатные и шпинатные овощи (щавель, салат), зелень(укроп, петрушка), тыквенные овощи ( кабачки, огурцы),томатные овощи( перец стручковой(острый и сладкий), помидоры, баклажаны),корнеплоды(свекла, морковь, редис, белые коренья). Овощи поступают свежими, не увядшими, без признаков гнили.

Он расположен на первом этаже, рядом с кладовой овощей. В цехе установлены подтоварники деревянные для складирования овощей в таре, ванна с проточной водой. В цехе предусмотрены следующие помещения: отделение мытья и очистки картофеля и овощей, отделение доочистки картофеля и овощей, охлаждаемая камера п/ф. Овощной цех размещен на одном уровне со складом. Овощной цех оснащен производственными столами, ножами.

Картофель в столовую поступает не очищенный. Его очищают от кожуры вручную, с помощью ножа. При этом важно соблюдать ТБ с режущим инструментом. Очищенный картофель моют. Хранят в воде 3-4 часа При длительном хранении картофель темнеет.

При очистке картофеля важно следить за его качеством, удаляя испорченные места, глазки. Повторно качество проверяется при мойке картофеля.

В столовую поступают корнеплоды: свекла и морковь. В овощном цеху имеются ножи, разделочные доски, столы для работы с корнеплодами.

Существуют основные формы нарезки корнеплодов: кубиками, ломтиками, соломкой, дольками, брусочками… также изучила фигурные формы нарезки овощей: звездочки, спиральки и др. фигурная форма нарезки используется в основном в ресторанах, кафе для улучшения внешнего вида блюда, для украшения салатов.

Корнеплоды должны быть чистыми, свежими, без заболеваний, без повреждений, без механических повреждений, без вредителей, полностью очищенными от ботвы. Овощи по мере поступления моют, очищают и нарезают. Моют овощи в ванне, к которой подведен кран с холодной водой.

Хранят в лотках, противнях, покрытых влажной тканью или полиэтиленом, чтобы не увядали.

Предельно допустимые отходы при очистке свеклы и моркови составляют: до 31 декабря- 20%, с 1 января- 25 %. У картофеля количество отходов зависит от качества, которое снижается при хранении. Поэтому установлены следующие нормы отходов при очистке картофеля в зависимости от сезона: до 1.09 – 20%, с 1.09 до 31.10 – 25 %, с 1.11 до 31.12 – 30 %, с 1.01 по 28.02 – 35 %, с 1.03 – 40 %.

*Самостоятельная работа.*

К капустным овощам относятся белокочанная, краснокочанная, савойская, брюссельская, цветная капуста, брокколи, кольраби.

У белокачанной, краснокачанной и савойской капусты зачищают верхние загрязненные листья. Срезают верхнюю часть и удаляют внутреннюю часть кочерыжки. Опускают в холодную подсоленную воду на 20 – 30 минут для удаления гусениц и снова промывают. У кольраби срезают кожицу с остатками листьев. У цветной и брокколи срезают стебель, поврежденные и загрязненные части соцветия. У брюссельской срезают качанчики и зачищают их непосредственно перед тепловой обработкой. У всех капустных удаляют гусениц.

У репчатого лука отрезают донце, шейку и зачищают от чешуи. У зеленого лука-порея удаляют корешки и пожелтевшие листья. Если поступает лук-севок у него удаляют донце, шейку, очищают и используют целыми головками для приготовления маринадов, некоторых соусов и жарке в жире. Очистка репчатого лука, чеснока, хрена должна осуществляться на специальных столах с вытяжными устройствами.

Листовые овощи (салат, шпинат, щавель) перебирают, моют, убирают огрубевшие, увядшие, запаренные листья. Убирают все загрязнения и мусор. Опять промывают. Для обработки сежей зелени используют моечные ванны со вставной сеткой или используют дуршлаги.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3 | 24.04 | Овладение навыками обработки грибов, консервированных овощей, мороженых, сушеных.  Обработка томатов, баклажан, бобовых, тыквенных, десертных овощей. |  |  |  |

На ПОП поступают шампиньоны, белые, подосиновики, другие грибы. В столовую детсада грибы не поступают. Грибы сортируют по видам, проверяют нет ли среди них ядовитых, червивых или гнилых. Отрезают нижнюю часть ножки загрязненную землей. Шляпки и ножки очищают от грязи и мусора. Моют.

У маслят, шампиньонов, сыроежек снимают предварительно со шляпки кожицу. Шампиньоны и подосиновики на воздухе быстро темнеют и поэтому их после очистки сразу кладут в подсоленную холодную воду. У сморчков отрезают корешки, замачивают на 1-2 часа в холодной воде, хорошо промывают, разрезают и вновь промывают. Отваривают 10-15 минут.

Соленые и маринованные грибы перебирают, промывают, нарезают дольками или ломтиками. Сушеные грибы перебирают, промывают, замачивают в холодной воде на 1-3 часа, настой процеживают, грибы промывают, кладут обратно в настой и варят без соли.

Быстрозамороженные овощи, не размораживая, кладут в кипящую воду и варят в течении 10-15 минут.

Квашеную капусту перебирают. Крупно нарезанную капусту измельчают, а для некоторых блюд рубят. Если капуста очень кислая, то ее промывают и отжимают, что снижает качество блюд. Нельзя хранить квашеную капусту без рассола – это приводит к большим потерям витамина С.

Овощи, консервированные в банках, прогревают с отваром, затем отвар сливают и используют для приготовления супов и соусов.

Сушеные овощи (огневой сушки) заливают холодной водой и оставляют для набухания на 1-3 часа, затем добавляют соль и варят, сушеный лук не замачивают.

*Самостоятельная работа.*

Огурцы моют, срезают плодоножку и верхушку, кожицу удаляют только с пожелтевших огурцов. Используют в свежем виде для салатов, в соленом – для рассольников.

Тыкву моют, срезают плодоножку и тонкий верхний слой кожицы. После этого ее разрезают на части, удаляют семена, нарезают ломтиками или кубиками. Ее запекают, приготавливают пудинги, напитки, каши.

У ранних мелких кабачков не удаляют кожицу и семена, нарезают их кружочками. У зрелых кабачков, предназначенных для жарки, срезают кожицу и нарезают их кружками, для варки удаляют еще и внутреннюю часть – семена, нарезают кружками или кубиками. Для фарширования кабачки очищают от кожицы, разрезают поперек на части и удаляют семена. Кабачки, предназначенные для фарширования, используют в целом виде или нарезают на куски цилиндрической формы высотой 5-7 см. в том и в другом случае удаляют из середины часть мякоти с семенами. Обработанные кабачки имеют форму стаканчиков.

Арбузы и дыни сортируют, промывают и для подачи в свежем виде нарезают дольками, при этом у дынь удаляют семена.

У помидор вырезают плодоножку, при фаршировании удаляют верх – часть мякоти с семенами, при этом сохраняется форма плода.

Баклажаны сортируют, удаляют плодоножки и моют. Крупные очищают от кожицы и нарезают кружочками, а мелкие нарезают не очищая. Баклажаны, предназначенных для фарширования, после промывания разрезают на две части и удаляют семена.

У перца стручкового сладкого, предназначенного для фарширования, делают не большой поперечный надрез, не нарушая целости стручка, через полученное отверстие вынимают семена вместе с мякотью, после чего промывают. Очищенный и промытый перец перед тепловой обработкой замачивают в холодной воде в течение часа или опускают в кипяток на 1-2 минуты.

Перец сортируют, моют, разделяют на две половинки и удаляют сердцевину с семенами и плодоножкой.

Стручки гороха, фасоли, овощных бобов сортируют, удаляют жилки, соединяют половинки стручков и моют. Очень длинные стручки нарезают.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4 | 25.04 | ***Тема 3. Овладение навыками обработки рыбы.***  Ознакомление с организацией рабочих мест в рыбном цеху, размещением оборудования, инструментов, инвентаря. Правила эксплуатации и ТБ при работе на механизмах. Органолептический метод установления доброкачественности рыбы. Обработка и разделка рыбы с костным скелетом. Установление процента отходов, использование пищевых отходов.  Обработка осетровых рыб. |  |  |  |

В рыбном цехе производится предварительная обработка рыбы, ее очистка, разделка и приготовление п/ф. Обработка мяса и рыбы осуществляется в одном помещении, где имеются отдельные оборудование, инвентарь, тара, инструменты с соответствующей маркировкой. В мясо-рыбном цехе предусматривается организация отдельных участков для обработки мяса, птицы и рыбы.

При приемке рыбных товаров в первую очередь проверяют их доброкачественность. Целые тушки охлажденной или оттаявшей рыбы должны быть упругими, в воде они тонут, жаберные крышки плотно прилегают, кишечник не вздут, а мышцы не отделяются от позвоночника. Также доброкачественность определяют по цвету жабр, цвету мяса на разрезе, запаху, консистенции.

Предварительная обработка рыбы заключается в оттаивании (дефростации) мороженой рыбы. Оттаивают рыбу в воде при температуре не выше 20 С, при соотношении массы рыбы и жидкости 1:2. при этом рыба набухает и масса ее увеличивается на 5 – 10 %. Оттаивание в воде приводит к потере части растворимых питательных веществ. Для уменьшения потерь питательных веществ воду подсаливают.

Вымачивание длится 5-6 часов.

Процесс обработки рыбы с костным скелетом складывается из следующих операций : удаление чешуи, потрошение, промывание, разделка, вторичное промывание и обсушивание.

Рыбу разделывают разными способами (в зависимости от размера и кулинарного использования). При этом получается рыба целая с головой или без головы, не пластованная, пластованная на филе с кожей и реберными костями, с кожей без реберных костей. При разделке рыбы используемой целиком процент отходов составляет 14 -20, при разделке рыбы используемую не пластованной - 17 – 45 %, при разделке на филе с кожей без реберных костей – 40 – 52 %,при разделке на филе без кожи и реберных костей – 50 – 58 %.

К пищевым отходам относятся : головы без жабр, кости, кожа, плавники, икра, молоки, чешуя, пузыри, визига, жир, хрящи из голов осетровых рыб. Головы, кости, кожу и плавники используют для варки бульонов. Икру и молоки используют для приготовления паштетов и форшмака. ИЗ икры готовят запеканки, маринуют и засаливают. Визигу используют для фаршей. Жир после промывания добавляют в котлетную массу. Хрящи осетровых рыб промывают и используют для приготовления некоторых блюд и соусов.

*Самостоятельная работа.*

Осетровая рыба поступает на ПОП обычно мороженой и потрошеной. Иногда при промышленной разделке рыб с хрящевым скелетом оставляют молоки и жировые отложения в брюшной полости.

При обработке осетра, белуги, севрюги вначале удаляют голову с грудными плавниками и костями плечевого пояса, делая косые срезы вдоль жаберных крышек. После этого срезают спинной плавник и полоску кожи со спинными жучками, отрезают брюшной и анальный плавники по линии их основания на уровнях кожи, а хвостовой – отрезают под прямым углом к позвоночнику на уровне начала лучей и удаляют визигу. Крупные звенья осетровой рыбы разрезают на 2 – 4 части в поперечном направлении. Мелкие боковые и брюшные жучки удаляют в процессе приготовления полуфабрикатов после ошпаривания. У стерляди косым срезом удаляют голову, очищают боковые, брюшные и мелкие жучки, не ошпаривая рыбу, потрошат, срезают спинные жучки, промывают, вынимают визигу и пластуют.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | 26.04 | Овладение навыками приготовления полуфабрикатов для припускания, жарки.  Особенности разделки некоторых видов рыб. |  |  |  |

Полуфабрикаты для припускания готовят из рыбы не пластованной (скумбрия, судак, щука, сом, морской окунь, минтай), пластованной на филе скожей и без костей, из звеньев осетровых рыб без хрящей или оставляют рыбу мелкую целой (с головой или без нее). Порционные куски для припускания нарезают под острым углом широкими тонкими пластами. На коже делают надрезы. Из осетровых готовят п/ф – звено целиком для припускания, для чего у звена подворачивают брюшную часть и перевязывают шпагатом.

П/ф для жарки в небольшом количестве жира посыпают солью, перцем, панируют в пшеничной муке не ниже 1-го сорта. Из рыбы пластованной на филе, нарезают куски под острым углом, из не пластованной - под прямым

П/ф для жарки в большом количестве жира готовят из рыбы целой с головой или без нее, панируют в муке. Куски нарезают под острым углом и панируют в двойной панировке.

Для жарки на гриле куски нарезают под острым углом, маринуют с добавлением растительного масла, лимонной кислоты, перца, соли, нарезанной зелени петрушки в течении 10 - 20 минут.

Ассортимент полуфабрикатов из рыбы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Способ тепловой обработки | Вид полуфабрикатов |
| 1 | Варка | Пластованная рыба, целая с головой или без, филе с кожей и реберными костями, реже филе с кожей без реберных костей, осетровые используют звеньями или порционными кусками. |
| 2. | Припускание | Филе с кожей, реже чистое филе, иногда целую рыбу целиком с головой или без. Порционные куски под острым углом, кожу надрезают. Осетровые используют звеньми или порционными кусками. |
| 3. | Жарка основным способом | Целая рыба с головой или без, порционные куски, все виды филе. |
| 4. | Жарка фри (в большом количестве жира) | Целая рыба с головой или без, порционные куски непластованной рыбы, все виды филе, Осетровые используют ли порционными кусками. Рыба «орли» |
| 5. | Рыба гриль (на решете) | Чистое филе нарезанное под острым углом |
| 6. | Жарка на вертеле | Звенья |

*Самостоятельная работа.*

Я изучила особенности разделки некоторых видов рыб.

У налима и угря вокруг головы надрезают кожу и снимают «чулком». Разрезают брюшко, потрошат, промывают, удаляют голову, хвост и вырезают плавники.

Сом. Мелких потрошат. У крупных кожу снимают «чулком». Потрошат, промывают, пластуют.

Миноги. Посыпают солью, промывают, удаляют слизь, которая иногда бывает ядовитой. У этих рыб нет желчного пузыря и твердых остатков пищи, поэтому их не потрошат.

Камбала. Удаляют чешую, делают косой надрез, чтобы удалить голову, плечевые кости и часть брюшка. Через образовавшееся отверстие рыбу потрошат, промывают, отрезают плавники, снимают кожу с темной стороны, мелкую рубят поперек на порционные куски, а крупную пластуют, а затем рубят на порционные куски, а крупную пластуют, а затем рубят на порционные куски. Перед жаркой опускают на 1 – 2 минуту в горячую воду, а затем удаляют шипы, кожу и нарезают на порционные куски, можно удалять шипы после варки.

Рыба – сабля. Имеет плоское тело, поэтому ее не пластуют и не разделывают на филе. Сначала отрубают голову, затем срезают начиная с хвоста спинной плавник, отрубают хвост, удаляют черную пленку и нарезают на порционные куски поперек.

Треска, пикша. Тресковые рыбы обычно поступают без головы. В этом случае их обработка заключается в удалении черной пленки и очистке от чешуи.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 | 27.04 | Овладение навыками приготовления полуфабрикатов из рубленой массы, отличительные особенности, нормы закладки продуктов, вес полуфабрикатов.  Обработка нерыбных морепродуктов |  |  |  |

Для приготовления котлетной и кнельной масс лучше всего использовать рыбу, имеющую небольшое количество костей, без резкого специфического запаха, нежирную, свежую или хорошо вымоченную соленую.

Котлетную массу готовят из филе рыбы, нарезая ее кусками, добавляют замоченный в молоке хлеб, соль, перец, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку, перемешивают и взбивают. Если она не вязкая, то в нее добавляют сырые яйца. Из котлетной массы готовят котлеты, биточки, рулеты, зразы, тельное.

Для котлетной массы, из которой готовят тефтели, фрикадельки, хлебцы рыбные, хлеба берут в меньшем количестве ( 200 г на 1 кг филе). В котлетную массу для тефтелей вводят репчатый лук, с замоченным пшеничным хлебом. Для хлебцев рыбных в котлетную массу кладут размягченное сливочное масло, яичные желтки, соль, перец и вымешивают, добавляя взбитые яичные белки.

Котлетам придают овально-приплюснутую форму с одним заостренным концом, биточкам – кругло-приплюснутую форму. Панируют и те и другие изделия в сухарной панировке. Масса п/ф – 115 г.

Тефтели формуют в виде шариков массой по 12-15 г и панируют в муке. Масса п/ф – 118 г.

Для приготовления тельного котлетную массу (106 г) укладывают на мокрую ткань, придают форму лепешки, кладут фарш (28 г) (отваривают грибы (7 г.), нарезают ломтиками, соединяют с пассерованным луком (11 г.), рубленными вареными яйцами (1,5 г), добавляют соль, перец ). Лепешки складывают вдвое и придают форму полумесяца. Смачивают в льезоне (7 г) и панируют в сухарях (6 г). масса п/ф – 145 г.

Рыбные зразы , шницель , биточки

Судака или щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают. Затем изнутри тушки надрезают реберные кости и отделяют их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи.

После этого срезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5-1 см. срезанную мякоть используют для приготовления фарша.

Для фарша: мякоть рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб (из муки не ниже 1-го сорта), пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают. Тушку наполняют фаршем, придают ей форму целой рыбы.

*Самостоятельная работа.*

На ПОП из нерыбных продуктов моря наиболее часто используются двустворчатые моллюски ( устрицы, мидии, морские гребешки ), ракообразные (речные раки, крабы, лангусты, креветки ), головоногие моллюски ( кальмары ), иглокожие (трепанги ) и водоросли ( морская капуста ).

Устрицы, мидии поступают живыми.

Живых речных раков тщательно промывают.

Креветки поступают сыромороженые и вареномороженые не разделанные, замороженные в блоках, сушеные и в виде консервов. Замороженные блоки размораживают на воздухе в течении 2 часов. Сушеных креветок перебирают, промывают, заливают холодной или теплой водой для набухания.

Кальмары поступают морожеными тушками или в виде филе. У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки.

Морскую капусту сушеную пищевую очищают от примеси и замачивают в восьмикратном количестве воды в течении 10 – 12 часов, промывают для полного удаления песка, варят, меняя воду, в течении 2 часов. Размягченную капусту хранят в отваре до 24 часов, после чего отвар сливают, промывают, заливают холодной водой и хранят в холодильном шкафу.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. | 28.08 | ***Тема 4. Обработка мяса, мясопродуктов, сельскохозяйственной птицы, дичи.***  Ознакомление с организацией рабочих мест в мясном цеху, размещением оборудования, инструментов, инвентаря. Правила эксплуатации и ТБ при работе на механизмах. Порядок подготовки рабочего места. Овладение навыками первичной обработки мяса.  Научиться устанавливать доброкачественность мяса органолептическим методом. |  |  |  |

На рабочем месте для приготовления порционных и мелкокусковые п/ф устанавливают производственный стол на который укладывают разделочную доску, лоток с сырьем, лоток с полуфабрикатами, ящик со специями, весы ВНЦ-2.

В основных помещениях мясного цеха производится обработка сырья, приготовление п/ф : их взвешивают, затаривают , фасуют и используют готовую продукцию для приготовления блюд. В цехе выделяются рабочие места : взвешивание туши перед разделкой, разруба ее на части, обвалка мяса, зачистка и жиловка, выделение крупнокусковых п/ф, изготовление порционных и мелкокусковых п/ф, производство рубленого мяса и п/ф из него, взвешивание.

Разделку мясных туш производят в мясо-рыбном цехе, оснащенном механическим оборудованием: универсальным приводом со сменными механизмами ПМ – 1,1 или отдельными механизмами, производственными столами, разрубочным стулом, моечной ванной с проточной водой, мясорубкой, холодильным шкафом. Для разделки туш используют специальные инструменты : мясницкий топор, ножи – костоломы, обвалочные ножи, и набор ножей ( поварская тройка )

Технологический процесс обработки мяса включает следующие операции : прием, проверка качества по органолептическим показателям и взвешивание, размораживание мороженого мяса, зачистка загрязненных мест, удаление клейма, обмывание теплой водой и охлаждение, обсушивание, разделка туш, приготовление п/ф.

Ознакомилась с ТБ в мясном цеху.

Размораживание (дефростация ) мяса.

Мясо помещают в охлаждаемые камеры для размораживания. Обмывают мясо в ваннах.

Обсушивают туши чистой хлопчатобумажной тканью и воздухом.

*Самостоятельная работа.*

При органолептической оценке качество мяса определяется по внешнему виду, консистенции, запаху, состоянию жира, сухожилий, костного мозга, качеству бульона.

Свежее охлажденное мясо имеет корочку подсыхания бледно-розового или бледно-красного цвета. Поверхность свежего разреза слегка влажная, но не липкая, с характерным для каждого вида животного цветом и запахом. Мясной сок прозрачный. Мясо плотное, эластичное. Ямка от надавливания пальцем быстро выравнивается. Жир соответствует каждому виду животного. Костный мозг заполняет всю полость трубчатой кости, упругий, желтого цвета, на изломе блестящий, сухожилия упругие, плотные. Бульон при варке ароматный, прозрачный, на поверхности большие капли жира.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. | 3.05 | Овладение навыками разделки туш говядины, свинины, мелкого скота.  Ознакомление с кулинарным использованием частей туш. |  |  |  |

Говяжья полутуша делится на переднюю и заднюю четвертины. Линия деления проходит по последнему ребру и между 13 и 14 позвонками, при этом ребра остаются в передней части.

Переднюю четвертину делят на грудину, лопаточную часть, шейную и спинно-реберную.

Задняя часть состоит из вырезки, тазобедренной и поясничной части.

Баранья туша делится поперек на переднюю и заднюю части. Линия деления проходит по контуру задней ноги, тазовой кости, между крестцовым и поясничным позвонками. При разделке туш мелкого рогатого скота получается 5 отрубов : корейка, тазобедренная (окорок), лопаточная, грудинка, шейная часть. Аналогично происходит разделка телячьей туши.

Свиная полутушка делится поперек на переднюю и заднюю части. Линия деления происходит по контуру задней ноги, далее по тазовой части, между крестцовым и поясничным позвонками. Переднюю половину делят на следующие части : лопатку, шею, корейку, грудинку. Лопатку отделяют также, как и у говяжьей полутуши. Оставшуюся часть делят на корейку и грудинку. Шею отделяют между последним шейным и первым спинным позвонками, по линии выступа свиной кости. У отделенной свиной корейки отделяют шею по линии между 4-м и 5-м ребром. Заднюю часть туши делят на два окорока, для чего кость таза и крестцовые позвонки разрубывают в продольном направлении. После отделения лопатки, со спинной части туши срезают шпик, оставляя его слоем не более 1 см.

*Самостоятельная работа.*

Изучила кулинарное назначение частей туши.

*Ассортимент крупнокусковых п/ф из говядины****:***

для жарки – ростбиф готовят из вырезки, толстого и тонкого краев. Их зачищают от поверхностных пленок и сухожилий. Иногда его формуют из 2-х вырезок, складывают головку с хвостиком и перевязывают шпагатом. Для сочности можно обернуть тонким слоем шпика.

для тушения – говядина тушеная – из тазобедренной части.

Говядина шпигованная – из тазобедренной части, шпигуют морковью, салом, нарезанные кусочками.

Ассортимент крупнокусковых п/ф из баранины:

Для жарки – баранина жареная (жига) – из окорока, лопатки. Делают неполную обвалку тазобедренной части, удаляя берцовую и тазовую кости, края окорока заворачивают. Лопатку сворачивают рулетом и перевязывают шпагатом.

Баранина шпигованная – из корейки удаляют пленки, шпигуют чесноком.

Грудинка фаршированная – у грудинки внутри подрезают пленки вдоль реберных костей и делают надрез в середине. В отверстие накладывают фарш и связывают шпагатом.

для тушения – баранина тушеная из лопаточной части и грудинки, мякоть сворачивают рулетом и перевязывают шпагатом.

Баранина шпигованная – из лопатки формуют рулет и шпигуют морковью, петрушкой.

Для варки – баранина отварная из лопатки, грудинки.

Ассортимент крупнокусковых п/ф из свинины:

Для жарки – карбонад – из корейки не обваливая ее.

Буженина – из окорока.

Свинина жареная – из лопаточной части в форме рулета, из шейной части.

для тушения – свинина тушеная и свинина шпигованная из лопаточной части и шейной.

Для варки – свинина отварная из лопатки, грудинки.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9 | 4.05 | Овладение навыками приготовления натуральных полуфабрикатов с говядины. Отличительные особенности,  выход полуфабрикатов.  Ознакомление с обработкой субпродуктов и костей. |  |  |  |

*Крупнокусковые полуфабрикаты***.**

Нарезают п/ф поперек мышечных волокон, что способствует их меньшей деформации при тепловой обработке и боле легкому разжевыванию в готовом виде. Отбивают порционные куски вручную тяпкой. В процессе отбивания выравнивают толщину кусков и сглаживают их поверхность ,что способствует равномерному прогреванию п/ф и лучшему сохранению их формы при тепловой обработке. Панируют п/ф как в заготовочном цехе, так и в доготовочном.

Ростбифы нарезают из вырезки, толстого и тонкого краев. Их зачищают от поверхностных пленок, а вырезки от сухожилий.

Бифштекс нарезают под прямым углом из утолщенной части вырезки толщиной 2-3 см и слегка отбивают. Масса п/ф – 125 г.

Филе из средней части вырезки толщиной 4-5 см. Масса п/ф – 125 г.

Лангет нарезается под острым углом из хвостика вырезки по 2 куска на порцию. П/ф слегка отбивают. Масса п/ф – 125 г.

Антрекот нарезается из толстого и тонкого краев под прямым углом. Куски имеют овально-продолговатую форму толщиной 1,5-2 см, допускается наличие жира 1 см. масса п/ф – 125 г.

Ромштекс нарезается из толстого и тонкого краев, верхней и внутренней части задней ноги. Отрезают под острым углом, толщиной 1,5 см, отбивают, смачивают в льезоне и панируют в сухарях.

Бефстроганов. От крупного куска отрезают пласты поперек волокон, отбивают их и режут брусочками длиной 3-4 см и массой 5-7 г. масса п/ф на 1 порцию – 119 г.

Говядина, жареная крупным куском, шпигованная морковью, петрушкой, шпигом.

Говядину духовую нарезают по 1-2 куска на порцию, неправильной четырехугольной и овальной формы, толщиной 2-2,5 см.

Зразы отбивные нарезают из боковой и наружной частей задней ноги. Поперек волокон нарезают тонкие пласты мяса, отбивают, на середину кладут фарш и свертывают в виде колбаски.

*Самостоятельная работа.*

Мясные субпродукты относятся к группе особо скоропортящихся продуктов. В столовой их хранят в морозильнике. Замороженные субпродукты предварительно оттаивают. Из субпродуктов в столовую санатория поступают печень, почки, кости.

Печень оттаивают на воздухе, вырезают желчные протоки, отбивают плоской стороной ножа, подрезают пленку и снимают ее.

Почки телячьи и бараньи зачищают от излишнего жира, оставляя слой около 0,5 см.

Почки говяжьи разрезают вдоль пополам и вымачивают в холодной воде 2-3 часа для удаления неприятно пахнущих веществ.

Кости используют для варки бульона. Их разрубают на куски массой 100г. Трубчатые не рубят. Реберные и лопаточные кости для приготовления бульонов не используются. Позвоночные кости используются для приготовления бульонов и соусов.

Головы – опаливают, промывают и зачищают. Отделяют губы и удаляют язык, отрубают верхнюю черепную кость и вынимают мозги.

Ноги – сбивают копыта, тщательно промывают, разрубают на две части поперек, а каждую часть разрубают вдоль. Замачивают в холодной воде на 2-3 часа.

Мозги – замачивают в холодной подкисленной воде. Через 1-2 часа, не вынимая из воды, удаляют пленку и крупные кровеносные сосуды.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10 | 5.05 | . Овладение навыками приготовления натуральных полуфабрикатов с баранины, свинины. Отличительные особенности, выход полуфабрикатов  Отработка навыков приготовления полуфабрикатов. |  |  |  |

Полуфабрикаты из баранины .

Для приготовления баранины жареной (жиго) ее подвергают неполной обвалке, удаляя берцовую и тазовую кости.

Баранину, жареную крупным куском и шпигованную, готовят из корейки, обравнивая и подрезая пленки по реберным косточкам. Затем ее шпигуют чесноком.

Грудинка фаршированная – с внутренней стороны вдоль реберных костей отрезают пленку, затем делают надрез в середине со стороны отделения грудины. Отверстие заполняют фаршем (из риса и печени).

Котлеты натуральные нарезают с реберной косточкой по одному куску на порцию. Котлету отрезают наискось вдоль реберной косточки, подрезая мякоть на 2-3 см от ее нижнего конца. Мякоть отбивают и обравнивают, придавая овальную форму.

Котлета отбивная готовится также, как и натуральная, но п/ф смачивают в льезоне и панируют в сухарях.

Шашлык по-карски – п/ф имеет вид толстого прямого прямоугольника, маринуют.

Эскалоп нарезают толщиной 1,5 см из мякоти по 1-2 куска на порцию.

Баранина тушеная. Сворачивают рулетом и перевязывают шпагатом.

Баранина духовая – по 1-2 куска на порцию толщиной 2- 2,5 см.

Для баранины отварной куски нарезают массой до 2 кг.

Полуфабрикаты из свинины.

Эскалоп, котлеты натуральные и отбивные , щницель готовят также, как и из баранины.

Свинину тушеную и шпигованную, свинину духовую, жаркое по-домашнему и свинину тушеную с луком также готовят, как и п/ф из баранины.

*Самостоятельная работа.*

Отработала навыки приготовления п/ф натуральных из свинины и баранины.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11 | 8.05 | . Овладение техникой приготовления натуральной рубки и котлетной массы и полуфабрикатов из них. Отличительные особенности, нормы закладки продуктов, выход полуфабрикатов  Отработка навыков приготовления  полуфабрикатов. |  |  |  |

Рубленые изделия готовят из котлетного мяса говядины с добавлением хлеба.

Рубленые полуфабрикаты без хлеба. Котлетное мясо нарезают, соединяют с салом-сырцом и измельчают на мясорубке. К измельченному мясу добавляют вод или молоко, соль, перец и хорошо вымешивают.

Бифштекс рубленый готовят из говядины. В измельченное мясо( 80 г) добавляют шпик (12 г), нарезанный кубиками (5х5 мм),соль (1,2г ), специи (0,04 г),воду или молоко ( 6,76 г). Разделывают в виде биточков по 1 шт. на порцию. Масса п/ф – 100 г.

Шницель натуральный рубленый готовят из свинины, баранины или говядины. П/ф придают плоскоовальную форму, смачивают в льезоне и панируют в сухарях. Масса п/ф 137 г.

Котлеты натуральные рубленые готовят из баранины или свинины, придавая изделиям форму котлет. Масса п/ф -107 г.

Люля-кебаб – это изделие в форме валиков, которые готовят из котлетного мяса баранины. Добавляют в мякоть с курдючным шпигом и репчатым луком пропущенными через мясорубку, соль, перец, лимонную кислоту.

Рубленые полуфабрикаты с хлебом (котлетная масса). Измельченное мясо (56 г) соединяют с кусками черствого хлеба из муки не ниже 1-го сорта (14 г), предварительно замоченного в молоке (17 г) и отжатого, затем добавляют перец, соль, вторично промалывают, добавляют воду и вымешивают. Котлеты, биточки, шницели готовят из говядины, баранины, свинины и телятины. Масса п/ф – 93 г.

Биточки – изделия приплюснуто - округлой формы, толщиной 2-2,5 см, диаметром 6 см.

Котлеты – изделия овальной формы с одним заостренным концом, длина 11см, ширина 5см, толщина 2-2,5 см.

Шницели – изделия овально-приплюснутой формы, толщиной 1 см.

Тефтели – изделия в форме шариков диаметром 3см, панируют их в муке. Вместо хлеба можно рис. Масса п/ф – 135 г.

Зразы рубленые формуют так : на середину лепешки из котлетной массы ( 113 г)толщиной 1см кладут пассерованный лук (26 ) с рубленым яйцом (10) и зеленью (4 ) и заворачивают края изделия, придавая форму пирожка. Панируют в сухарях (12). Масса п/ф – 165 г.

*Самостоятельная работа.*

Отработала навыки приготовления п/ф из натуральной рубки и котлетной массы.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12 | 10.05 | Усвоить способы обработки птицы, дичи. Заправка птицы. Овладение навыками приготовления полуфабрикатов из птицы.  Отработка навыков приготовления котлетной и кнельной массы из мяса птицы, полуфабрикатов из нее. |  |  |  |

В столовую санатория поступает сельскохозяйственная птица (куры, цыплята-бройлеры, утки). Пернатая дичь (рябчики, фазаны, куропатки, глухари, тетерева ) не поступает. Сельскохозяйственная птица поступает без пера, в охлажденном или мороженом виде. Технологический процесс обработки птицы состоит из размораживания мороженой птицы, опаливания, разделки, обмывания и приготовления п/ф.

Птицу заправляют «в кармашек».

Порционные полуфабрикаты.

Котлету натуральную готовят из филе кур, бройлеров-цыплят, фазанов, рябчиков, тетеревов. В разрез большого филе вкладывают малое и придают п/ф овальную форму. Масса п/ф – 137 г.

Котлету панированную смачивают в льезоне и панируют в белой панировке.

Птица, дичь по-столичному зачищенное филе, мякоть задних ножек и спинной части кролика слекга отбивают, придают овальную форму, смачивают в льезоне и панируют в белом хлебе.

Котлета по-киевски. Подготовленное большое филе слегка отбивают плоской стороной ножа до толщины 2,5-3 мм, сухожилия подрезают, на образовавшиеся разрывы накладывают кусочки отбитого малого филе или обрезки большого, на середину кладут кусочек сливочного масла. Котлеты смачивают в льезоне, панируют в белой панировке, еще раз смачивают в льезоне и снова панируют в белой панировке.

Цыплята табака – обработанную тушку цыпленка разрезают вдоль грудной кости, придают плоскую форму и отбивают (290 г), посыпают солью, смазывают сметаной (5).

Мелкокусковые полуфабрикаты. П/ф для плова нарубают из птицы, дичи по донному куску на порцию, а для рагу – кусками массой 40-50 г.

|  |
| --- |
| Шницель столичный отбивают, придают овальную форму, смачивают в льезоне и панируют в белом хлебе.  Котлеты натуральные В разрезе большого филе вкладывают малое и придают овальную форму. |

***размораживание***

***обсушивание***

***опаливание***

***Гребешки, шейки***

***Отходы: головы, ножки***

***Удаление гребешков, голов, шеек, ножек, крыльев***

***Желудок, сердце, печень***

***Потрошение***

***Отходы: легкие, почки, селезенки***

***Промывание, обсушивание***

***Обработка потрохов***

***Приготовление п/ф из тушек***

***Приготовление фарша, формовка котлет***

***Кости для варки бульонов***

***Суповой набор***

***Окорочка из кур***

***Филе панированное***

***Филе натуральное***

*Самостоятельная работа.*

Для приготовления п/ф из рубленой птицы готовят котлетную массу. Для ее приготовления используют кур, бройлеров-цыплят, индеек, фазанов и др. состав котлетной массы и приготовление ее аналогичны составу и способу приготовления котлетной массы из мяса, но хлеба пшеничного берется 20-24 %,молока или воды – 20-35 % массы мякоти.

Биточки обычно не панируют, так как их припускают. Масса п/ф 150 г.

Котлеты рубленые панируют в сухарях или белой панировке. Масса п/ф 118 г.

Зразы. Для фарша морковь (14)и кабачки (19) мелко шинкуют и припускают с маслом (2), заливают омлетной массой (молоко 5 , яйца 10), доводят до кипения и нарезают ломтиками.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13 | 11.05 | .  ***Тема 5. Приготовление супов.***  Ознакомление с организацией рабочих мест в горячем цеху, размещением оборудования, инструментов, инвентаря. Правила эксплуатации и ТБ при работе в горячем цеху. Овладение навыками приготовления бульонов.  Органолептическая оценка качества бульона. Способы осветления бульона |  |  |  |

На предприятии имеется горячий цех. Горячий цех расположен на одном этаже с заготовочным цехом и имеет удобную взаимосвязь с холодным цехом. Рядом расположена моечная столовой посуды. Столовая оснащена следующим оборудованием: плита кухонная, шкаф жарочный. В горячем цехе используется следующая посуда: котлы наплитные для варки, припускания и тушения вместимостью 20-50 л, кастрюли, сотейник, кастрюли, сковороды общего назначения, противни для жарки порционных изделий. Инвентарь горячего цеха следующий: сита, шумовки, ковши-секачи, черпаки, цедилки металлические, приспособление для процеживания бульона, вилка поварская, шпажки для жарки шашлыков.

**Мясной бульон.**

Мясной бульон варится 2-3 часа, мясо режется кусками. Наиболее наваристый бульон получается из мяса старых животных.

**Костный бульон**.

Рекомендуется варить из говяжьих, свиных, телячьих костей – плоских и трубчатых. Плоские кости рубят на части размером 5-6 см. из измельченных костей лучше извлекаются жир и другие питательные вещества. Для улучшения вкуса и внешнего вида бульона телячьи и свиные кости слегка поджаривают в духовке. Подготовленные кости заливают холодной водой из расчета 4-4,5 л на 1 кг костей, быстро доводят до кипения и дальнейшую варку ведут при слабом кипении. Бурное кипение вызывает распад пены на мелкие хлопья и разложение жира. Излишний жир с бульона рекомендуется снимать. Морковь, петрушку, сельдерей и лук кладут в бульон за 1-1,5 ч до окончания варки. Корнеплоды и лук следует поджарить до золотистого цвета. Солят бульон за 30 минут до готовности. Срок варки бульона из говяжьих и бараньих костей – 4-4,5 часа, телячьих и свиных – 2-3 часа.

**Мясо-костный бульон**.

Готовят из покромки, грудинки, лопатки, голяшки. Мясо нарезают кусками, а кости разрубают. При варке бульона из мяса и говяжьих костей сначала варят кости, а за 2-3 часа до готовности кладут куски мяса. Готовый бульон процеживают.

**Рыбный бульон**.

Приготавливают из рыбных отходов – голов, костей, плавников и кожи или из мелкой рыбы. Отходы тщательно промывают, крупные кости и головы разрубают на части, при чем у голов предварительно удаляют жабры. Мелкую рыбу потрошат, удаляют жабры и промывают. Потрошеные рыбные отходы кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, закрывают крышкой и доводят до кипения. После этого крышку снимают, добавляют промытые коренья (морковь, петрушку), лук, лавровый лист, соль, перец и продолжают варку при слабом кипении 50-60 минут, периодически снимая пену и жир. Готовый бульон процеживают через частое сито или марлю.

**Грибной бульон**.

Приготавливают из сушеных грибов. Грибы тщательно перебирают, промывают в теплой воде, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой (3,5 л на 50 г сушеных грибов), дают им набухнуть в течении 3-4 часов, а потом варят в той же воде на слабом огне до мягкости. Готовый бульон процеживают, а грибы промывают и используют по назначению.

*Самостоятельная работа*.

Органолептическую оценку бульона проводят по внешнему виду, цвету, запаху, вкусу и т.д. Бульон должен быть прозрачный или слегка мутноватый, допускается небольшой осадок белков. На поверхности бульона блески бесцветного или светло-желтого жира ( в зависимости от вида бульона). Вкус и запах свойственные свежему бульону и добавленным кореньям. Без всяких примесей.

Для осветления в готовый бульон вводят раствор белков и нагревают. При этом белки денатурируют и свертываются с образованием хлопьев, которые адсорбируют взвешенные в бульоне частицы, в результате чего и происходит его осветление.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14 | 12.05 | .Овладение навыками приготовления щей, борщевой заправки и борщей. Отличительные особенности, нормы закладки продуктов.  Отработка навыков нарезки овощей. Способы и нормы подачи первых блюд. |  |  |  |

Щи готовят из белокачанной капусты (свежей и квашеной), савойской капусты, капустной рассады, молодой крапивы, щавеля, шпината. Для приготовления щей также используют п/ф промышленного производства, которые представляют собой квашеную капусту с пассерованным луком, морковью и белыми кореньями, с добавлением томата, муки, сахара и специй.

Заправочные супы являются традиционными блюдами русской народной кухни. Ассортимент их очень широк. Среди заправочных супов в украинской кухне наиболее популярны борщи.

При массовом приготовлении, чтобы обеспечить доготовку борща по мере реализации и избежать длительного хранения готового борща на раздаче, обычно готовят борщевые заправки. Для этого свеклу моют, шинкуют соломкой и пассеруют с жиром. Затем добавляют бульон ( 8-10 % массы свеклы ), уксус (для сохранения окраски ), сахар, томатное пюре и тушат в посуде , закрыв крышкой от 20-30 минут. Перед концом тушения добавляют морковь, лук, белые коренья.

Для приготовления борща в бульон кладут шинкованную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют картофель и варят 15-20 минут. Затем добавляют пищевую заправку, подведенную мучной пассеровкой, специи и кипятят 5-10 минут. Если борщ варят с квашеной капустой, то ее предварительно тушат.

***Борщ украинский****.*

Технология приготовления : свеклу шинкуют, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь нашинкованную и лук, нарезанный полукольцами, пассеруют с жиром. В кипящий бульон кладут нарезанный дольками картофель, доводят до кипения, закладывают нашинкованную капусту и варят 10-15 минут, затем добавляют тушеную свеклу и пассерованные овощи. За 5-10 минут до окончания варки вводят пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, перец сладкий, соль, специи. Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым чесноком.

***Щи зеленые***

Технология приготовления : щавель припускают в собственном соку, шпинат припускают в небольшом количестве воды, затем все протирают. В кипящий бульон или воду кладут картофель и варят, затем добавляют пассерованный лук, пюре из шпината и щавеля и варят 15 минут. За 5-10 минут до окончания варки щи заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль, специи. Половину шпината и щавеля можно не протирать, а положить нарезанными. Сваренное вкрутую яйцо и сметану кладут в щи при отпуске. Норма закладки яиц может быть увеличена до ½ шт на 1 порцию.

***Борщ с фасолью*.**

Технология приготовления : капусту нарезают шашками, остальные овощи – ломтиками. Борщ варят обычным способом. Фасоль предварительно сваренную кладут в борщ за 5-10 минут до окончания варки. В борщ можно добавить чеснок, растертый с солью.

|  |
| --- |
| ***Борщ полтавский с галушками***  Свеклу нарезают ломтиками, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь и петрушку нарезают ломтиками, лук- кубиками, пассеруют с жиром. В кипящий бульон из птицы кладут нарезанный кубиками картофель, доводят до кипения, закладывают нарезанную шашками капусту и варят 10-15 минут, затем добавляют тушеную свеклу и пассерованные овощи, специи и доводят до готовности.  Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым с репчатым луком. Подают борщ с гусем, курицей. Для приготовления галушек в кипящюю подсоленную воду всыпают третью часть муки, хорошо вымешивают и охлаждают, затем добавляют яйца, остальную муку и замешивают некрутое тесто, после чего тесто кладут столовой ложкой в кипящую подсоленную воду и варят до готовности. |

*Самостоятельная работа.*

Отработала навыки нарезки овощей (см таблицу 2 ).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15 | 15.05 | Овладение навыками приготовления супов: картофельных, овощных, с крупой, лапшой.  Органолептическая оценка качества супов. |  |  |  |

***Супы картофельные и овощные.*** В эту группу заправочных супов входят супы из картофеля или из картофеля с другими овощами, с крупами, макаронными изделиями, бобовыми, а также из овощей без картофеля. Форма нарезки овощей зависит от вида добавляемых продуктов. Супы картофельные готовят на мясных, грибных, рыбных бульонах.

Для приготовления супов в кипящий бульон или воду закладывают подготовленные продукты в такой же последовательности, чтобы они были одновременно готовы : за 10-15 минут до конца варки кладут пассерованные лук и морковь, специи.

***Супы с крупой и лапшой***. Для приготовления этих супов используют лапшу промышленной или собственной выработки, различные крупы. Супы готовят на бульонах и отпускают с говядиной, бараниной, домашней птицы и ее потрохами, мясными консервами, грибами.

***Супы овощные (вегетарианские ) на воде, мясном, костном и грибном бульонах или на воде с добавлением молока.*** Набор овощей может меняться от сезона. При приготовлении супов в кипящую жидкость закладывают овощи в такой последовательности, чтобы они были одновременно готовы и за 15-20 минут до конца варки кладут пассерованные коренья, лук, соль и специи. Отпускают супы с зеленью и сметаной.

***Суп крестьянский*.**

Технология приготовления : крупу перловую, овсяную, ячневую, пшеничную промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду 1:1 и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, свежую белокачанную капусту, нарезанную шашками, картофель, варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут пассерованные овощи и томатное пюре или помидоры. Крупу рисовую или пшено закладывают одновременно с овощами. Хлопья овсяные «Геркулес» закладывают за 15-20 минут до готовности супа. Отпускают суп со сметаной. Суп можно готовить без томатного пюре и помидоров.

Технология приготовления : в кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук, томатное пюре и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут специи, соль. Суп можно готовить без томатного пюре.

***Суп с крупой.***

Технология приготовления : в кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, за 10-15 минут до ее готовности добавляют пассерованные овощи.

При приготовлении супа с манной крупой в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, варят 5-10 минут, затем добавляют манную крупу и варят до готовности.

***Суп-лапша домашняя.***

Технология приготовления : в кипящий бульон или воду закладывают пассерованные морковь, лук и варят с момента закипания 3-8 минут, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

|  |
| --- |
| ***Суп харчо.***  Баранью или говяжью грудинку с хрящами нарубают на куски весом 25-30 г, промывают горячей водой, затем заливают холодной водой и варят до полуготовности, периодически снимая пену и жир. После этого вводят сырые рис и лук и пассерованный томат-пюре. При доведении до вкуса заправляют толченным чесноком, острым соусом из слив (ткемали), смесью сухих специй (хмели сунели). При отпуске посыпают рубленной зеленью петрушки, мяты и кинзы. |

|  |
| --- |
| ***Суп картофельный с фрикадельками.***  В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, добавляют нарезанные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.  Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон при припускании фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре. |

*Самостоятельная работа*.

Органолептическая оценка супов происходит по цвету, запаху, вкусу, консистенции, внешнему виду.

Овощи не разварены, не помяты, вкус и запах соответствующий данному супу. Макаронные изделия должны сохранять свою форму.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16 | 16.05 | Овладение навыками приготовления рассольников, молочных супов и супов-пюре.  Органолептическая оценка качества супов. |  |  |  |

Отличительной особенностью ***рассольников*** является то, что в их рецептуру включены соленые огурцы, лук (репчатый, порей), и белые коренья (петрушка, сельдерей, пастернак). В рецептуру некоторых рассольников входят картофель, крупы(перловая и др) и капуста.

Для приготовления рассольников соленые огурцы очищают от кожицы и грубых семян, нарезают ромбиками и припускают с небольшим количеством бульона или воды в течении 5-10 минут. Очистки и семена заливают, кипятят, процеживают и полученным рассолом заправляют рассольник по вкусу. Репчатый лук и лук-порей режут соломкой (полукольцами) и пассеруют. Белые коренья и морковь очищают, промывают и шинкуют. Шинкованную морковь пассеруют.

***Супы молочные*** готовят с макаронами, макаронными изделиями, крупами и овощами на молоке или с добавлением воды. Крупы(кроме манной) в молоке развариваются плохо, поэтому их предварительно разваривают почти до готовности в воде. Макаронные изделия варят непосредственно в молоке.

Овощи шинкуют дольками, картофель режут кубиками, цветную капусту разбирают на соцветия, а белокачанную режут квадратными ломтиками. Зеленый горошек и фасоль стручковую кладут в молочные супы за 10-15 минут до конца варки. При отпуске в супы добавляют кусочек сливочного масла или маргарина.

***Супы-пюре*** готовят из овощей, круп, бобовых, домашней птицы и дичи, печени, рыбы, грибов и др продуктов. Для приготовления протертых супов крупы и картофель варят, овощи припускают, домашнюю птицу и дичь варят и припускают, печень тушат .Доведённые до готовности продукты протирают. Протёртую массу разводят бульоном, водой, молоком или молоком с водой, затем вводят разведённую мучную пассеровку и кипятят.

|  |
| --- |
| ***Рассольник домашний***  В кипящий бульон или воду кладут шинкованную капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 минут пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки кладут специи, соль. |
| ***Рассольник петербургский***  В кипящий бульон или воду кладут подготовленную Крупу и варят рассольник обычным способом. За 5-10 минут до окончания варки кладут пассерованное томатное пюре. |
| ***Рассольник московский***  Готовят без картофеля, моркови, круп, а с огурцами, белыми кореньями, луком, заправляют льезоном. |

***Суп молочный с макаронными изделиями.***

Технология приготовления макаронные изделия варят в воде до полуготовности ( макароны – 15-20 мин, лапшу – 10-12 мин, вермишель – 5 мин, воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и , периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар. При отпуске заправляют маслом.

***Суп молочный с овощами.***

Технология приготовления : морковь и репу нарезают ломтиками или дольками, картофель кубиками или дольками, капусту шашками, цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, стручки фасоли раз разрезают на 2-3 части. Репу, некоторые сорта капусты предварительно бланшируют для удаления горечи.

В кипящую воду кладут пассерованные морковь, репу, картофель, затем капусту, варят при слабом кипении до готовности. . За 5-10 минут до окончания варки кладут зеленый горошек и фасоль, предварительно отваренные, вливают горячее молоко, добавляют соль и доводят до кипения. При отпуске заправляют маслом.

***Суп-пюре из зеленого горошка****.*

Для гарнира часть зеленого горошка варят в собственном отваре. Лук и морковь нарезают, пассеруют, припускают в небольшом количестве бульона до готовности вместе с остальным зеленым горошком, затем протирают

***Суп-пюре из печени.***

Печень, нарезанную кусочками, слегка поджаривают вместе с морковью и луком, тушат до готовности в небольшом количестве бульона, затем протирают. В основном суп готовят и отпускают, как из картофеля.

*Самостоятельная работа*.

Вкус и запах, консистенция, цвет соответствующие данному супу. Овощи сохранили форму нарезки. В пюреобразных супах однородная масса без комочков.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17 | 17.05 | Овладение навыками приготовления холодных супов.  Овладение способами приготовления прозрачных супов, ознакомиться с ассортиментом гарниров к ним. |  |  |  |

В летнее время большим спросом пользуются холодные супы. Жидкой основой этих супов могут быть : хлебный квас, свекольные отвары, хлебный квас вместе со свекольным отваром, фруктовые отвары.

В рецептуру большинства этих супов входят зеленый лук, укроп, редис, огурцы, щавель, шпинат. В эту группу входят супы на квасе (окрошки, ботвинья), на свекольном отваре (свекольники, борщи холодные) и на других отварах.

**Окрошка мясная**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9 | Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудина, покромка)  Масса готового мяса  Квас хлебный  Лук зеленый  Огурцы свежие  Картофель  Сметана  Яйца  Сахар  Горчица готовая  выход | 329  600  63  125  75  20  2 шт  10  4 | 242  150  600  50  100  60  20  80  10  4  1000 |

Технология приготовления : картофель, коренья, яйца, мясо варят, нарезают мелкими кубиками или соломкой. Лук зеленый шинкуют. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами очищают кожу, удаляют семена. Белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарезают, а желтки растирают с частью сметаны, горчицей, солью, сахаром и разводят квасом. В приготовленную смесь добавляют растертый с солью лук, нарезанные продукты и все перемешивают. Остальную часть сметаны и яиц кладут

**Окрошка мясная на кефире.**

Технология приготовления : вареное мясо, картофель, яйца, свежие огурцы нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Лук зеленый шинкуют. В кефир, смешанный с холодной кипяченой водой, добавляют соль, сахар и хранят на холоде.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные продукты, наливают охлажденную смесь и посыпают мелко нарезанным укропом.

**Борщ холодный.**

Технология приготовления : свеклу и морковь нарезают соломкой. Свеклу припускают с уксусом до готовности. Морковь припускают отдельно, соединяют со свеклой, добавляют горячую воду, соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные огурцы, лук, вареные яйца, наливают борщ, кладут сметану.

**Свекольник холодный.**

Технология приготовления : свеклу, морковь нарезают кубиками и припускают, овощи охлаждают и кладут в квас. молодую свеклу используют вместе с ботвой, которую нарезают и отваривают отдельно. Свекольник можно готовить без моркови, норма свеклы при этом увеличивается.

**Ботвинья.**

Технология приготовления : шпинат и щавель припускают по отдельности, протирают, разводят квасом, добавляют соль, сахар и лимонную цедру. При отпуске кусок вареной холодной рыбы с гарниром подают отдельно

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5 | Квас хлебный  Шпинат  Щавель  Лимон  Сахар  Масса ботвиньи | -  189  105  16  10  - | 700  140  80  14  10  800 |

.

***Супы на фруктовых и ягодных отварах.***

Супы готовят из свежих и сушеных фруктов и ягод, а также из фруктово-ягодных экстрактов, соков, пюре.

Приготовление жидкой основы.

Супы готовят на отваре из одного вида фруктов или смеси их. Фрукты нарезают ломтиками или кубиками или делают из них пюре. Некоторые супы для придания им вязкости заправляют крахмалом.

При доведении до вкуса добавляют сахар, мед, лимонную кислоту, корицу, лимонную или апельсиновую цедру, виноградное вино.

Отпускают супы со сметаной или взбитыми сливками.

*Самостоятельная работа*.

Прозрачные супы состоят из прозрачных бульонов и гарниров, которые готовят отдельно.

Супы готовят на основе обычных бульонов.

Прозрачные супы состоят из прозрачных бульонов и гарниров, которые готовят отдельно.

Бульоны для прозрачных супов получают в результате осветления и насыщения экстрактивными веществами бульонов из пищевых костей, птицы, дичи и рыбы. Для осветления 1000 г бульона необходимо взять моркови 100 г и 1,5 яйца. Очищенную морковь натирают, добавляют слегка взбитые белки яиц. Смесь тщательно перемешивают.

В охлажденный до 70 С бульон вводят приготовленную оттяжку, перемешивают, добавляют подпеченные морковь и лук, накрывают котел крышкой и доводят бульон до кипения. После закипания с поверхности бульона снимают жир и пену и варят бульон при слабом кипении в течении 30 мин. После окончания варки бульон настаивают в течении 30 мин, снимают жир с поверхности, после чего бульон процеживают.

При отпуске в порционную посуду кладут гарнир и наливают бульон. В бульонных чашках отпускают только прозрачный бульон.

Борщок с гренками. Готовят костный бульон с добавлением костей свинокопченостей. В осветленный бульон вводят уксус, мелко нарезанную или натертую свеклу и варят 5-10 мин, затем процеживают. Борщок отпускают в бульонных чашках, гренки подают отдельно. Тонкие фигурные ломтики пшеничного хлеба смазывают массой из сливочного масла и тертого сыра и запекают в духовке.

Уха рыбацкая. Из рыбы –мелочи варят бульон и процеживают. В процеженный бульон закладывают картофель целыми клубнями, лук головками, петрушку, нарезанную тонкими кружочками, и варят. За 15 минут до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы. По окончании варки в уху кладут масло сливочное. Мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно.

Бульон с профитролями. Заварное тесто выпускают из кондитерского мешка в виде мелких шариков на увлажненный лист и выпекают.

Бульон с овощами и яйцом. Яйца варят «в мешочек», кладут в бульон. Овощи подают отдельно.

**Бульон из кур или индеек прозрачный.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5  6  7 | Курица  Или индейка  Масса вареной птицы  Или кости кур, индейки  Яйца для оттяжки  Морковь  Петрушка (корень)  Лук репчатый  Вода  Выход | 390  352  -  750  2/5 шт  15  13  12  1300 | 269  259  188  750  16  13  10  10  1300  1000 |

Технология приготовления : варят бульон при слабом нагреве, удаляя пену и жир. За 40-60 минут до готовности бульона в него добавляют подпеченные овощи. Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и хранят на мармите.

Для осветления готовят оттяжку. Для приготовления оттяжки расходуют дополнительно кости птицы по 200 г на 100 г бульона. Измельченные кости кур или индеек заливают холодной водой, добавляют соль и выдерживают 1-2 часа на холоде при 5-7 С, затем добавляют слегка взбитый яичный белок. Бульон охлаждают до 50-60 С, вводят оттяжку, хорошо перемешивают и варят при слабом кипении 1-1,5 часа, затем процеживают. Бульон из кур или индеек отпускают с куском вареной птицы или индейки.

Гарниры к прозрачным супам делятся на подаваемые отдельно и вместе с бульоном.

Гарниры к бульонам подаваемые отдельно : гренки простые, острые, профитроли, пирожки, кулебяки, расстегаи.

Гарниры подаваемые вместе с бульоном : рис отварной, вермишель, домашняя лапша, рис запеченный (ризотто), рис запеченный с овощами (гарбюр), овощные гарниры, яйца «в мешочек», омлет натуральный (руаяль), клецки мучные, фрикадельки мясные, пельмени, мясной гарнир, рыба отварная.

**Рис запеченный.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5 | Крупа рисовая  Масло сливочное  Яйца  Томатное пюре  Сыр  Выход | 40  15  ¼ шт  5  16,5 | 40  15  10  5  15  125 |

Технология приготовления : крупу рисовую припускают (1:2) с маслом и томатным пюре, охлаждают, добавляют сырые яйца, половину нормы тертого сыра, перемешивают, выкладывают на противень или порционные формы, смазанные маслом, посыпают оставшимся сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

**Омлет натуральный.**

# Технология приготовления : яйца, молоко, соль хорошо перемешивают и процеживают, затем разливают в формы или противни, смазанные сливочным маслом, и варят на водяной бане при t не выше 85 С.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18 | 18.05 | ***Тема 6.*** ***овладение навыками приготовления блюд и гарниров из овощей, круп, бобовых, макаронных изделий и соусов к ним.***  Овладение навыками приготовления соусов к блюдам из овощей, круп, бобовых основных и их производных. Отличительные особенности, нормы закладки продуктов.  Отработка навыков пассеровки муки и овощей. |  |  |  |

Овладела навыками приготовления соусов к блюдам из овощей, круп, бобовых.

Соусы возбуждают аппетит, разнообразят вкус и аромат блюд, придают им сочность. Соусы могут быть с загустителями и без них. При изготовлении мясных соусов используют красную мучную пассеровку и коричневый бульон или светлый бульон и белую пассеровку, поэтому их делят на 2 группы: красные и белые соусы. Для приготовления остальных соусов с мукой используют только белую мучную пассеровку.

**Соус красный основной.**

Мучную красную пассеровку охлаждают до 60-70 С, разводят частью коричневого бульона, охлаждают до 40-50 С, хорошо размешивают венчиком до получения однородной массы и процеживают. Разведенную мучную пассеровку вливают в остальной бульон, добавляют соль, пассерованные лук, морковь, томатное пюре, измельченные белые коренья и варят. Готовый соус протирают, процеживают.

## Соус «Мадера»

Коричневый бульон, пассерованную без жира муку, томат-пюре, лук и морковь (пассерованные) соединяем, кипятим 45-60 минут, протираем, кипятим 5-10 минут, добавляем пряности и сахар, кипятим, добавляем красное вино и маргарин.

**Соус «Мирандон».**

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют уксус, перец черный горошком, кипятят 5-7 минут, закладывают в красный соус основной и варят 10-15 минут. Соус заправляют маргарином.

**Соус кисло-сладкий.**

В красный основной соус добавляют чернослив и кипятят.

**Соус с корнишонами.**

В красный соус основной добавляют мелко нарезанные корнишоны и кипятят (допускаются корнишоны кусочками).

**Соус белый основной.**

Белую мучную пассеровку охлажденную до 60-70 С разводят частью бульона до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого кладут нарезанную петрушку, сельдерей, лук и варят 25-30 минут. Добавляют соль, перец, лавровый лист, протирают и еще раз кипятят.

**Соус молочный.**

Пшеничную муку просеивают и пассеруют на сливочном масле до образования светло кремового цвета. постепенно вливают горячее молоко, взбивают, чтобы получилась эластичная масса без комочков, кипятят 7-10 минут. Соус заправляют солью, сахаром, процеживают и доводят до кипения.

**Соус сметанный.**

Для соуса сметанного натурального муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают с маслом, кладут в сметану, доведенную до кипения, размешивают, заправляют солью и перцем, варят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения. Как соус используют и сметану в чистом виде.

**Соус грибной.**

Муку пассеруют на жире, разводят горячим грибным отваром, варят 45-60 минут и процеживают. Отваривают белые сухие грибы, шинкуют и пассеруют с репчатым луком, добавляют и кипятят 10-15 минут. Готовый соус заправляют солью, перцем и маслом или маргарином.

Отличительной особенностью соусов является их цвет, вкус, запах, разнообразное сырье используемое при их приготовлении, технология приготовления.

*Самостоятельная работа.*

Отработала навыки пассерования муки и овощей. Муку пассеруют без жира, она должна быть светло-коричневого цвета с ореховым запахом, но не подгоревшая.

Овощи пассеруют на жиру (масле, маргарине) до золотистого цвета. Некоторые овощи не пассеруют.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19 | 19.05 | Овладение навыками приготовления блюд из овощей вареных, жаренных, запеченных, тушеных.  Использование форм нарезки овощей |  |  |  |

Овощи можно варить в воде и на пару. При варке на пару потери питательных веществ значительно снижаются. Картофель при варке кладут в кипящую подсоленную воду. Овощи, имеющие зеленую окраску , варят в большом количестве воды при бурном кипении. Капуста, картофель, репчатый лук в процессе варки приобретают желтоватый оттенок. Свекла приобретает красно-фиолетовую окраску. Свеклу, морковь, зеленый горошек варят без соли, так как она ухудшает вкус. Быстрозамороженные овощи варят не размораживая. Сушеные перед варкой заливают водой для набухания.

Овощи жарят в жире или в большом количестве его (во фритюре). При жарке с небольшим количеством жира овощи или изделия из них жарят на сковородах или противнях с жиром, разогретым до t 150-160 С. При жарке во фритюре жир разогревают до 175-180 С. Сырыми жарят только те овощи, в которых протопектин малоустойчив: картофель, кабачки, тыква, баклажаны, помидоры. Некоторые овощи перед жаркой варят (картофель, капуста, кольраби).

В группу запеченных овощей входят овощи запеченные в соусе, запеканки и фаршированные овощи. Для запекания овощи предварительно варят, припускают, тушат или жарят, но иногда используют и сырыми. Запекают овощи в жарочных шкафах при 250-280 С до образования румяной корочки на поверхности и температуры внутри изделия на менее 80 С

Тушат обычно те овощи, которые имеют очень устойчивые клеточные стенки. Есть овощи, которые нельзя жарить, а приходиться варить, но при варке не образуются те вкусовые и ароматические вещества, которые определяют вкус жареных блюд. Поэтому брюкву, репу, морковь, петрушку рекомендуется тушить (сначала обжарить, а затем припустить).

Овощи нарезают кубиками, дольками, соломкой. Слегка обжаривают, добавляют соус, специи и тушат, закрыв посуду крышкой. Перед тушением не обжаривают только капусту и свеклу.

**Картофель отварной.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 2 | Картофель  Или картофель молодой  Масса вареного картофеля  Масло сливочное  Или соус № 762, 798, 803  Или сметана  Выход: с соусом  Со сметаной | 275  266  -  20  -  40 | 206  213  200  20  75  40  275  240 |

Технология приготовления : очищенный картофель варят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 минут на менее горячем участке плиты.

Отпускают отварной картофель целыми клубнями, политыми маслом или сметаной, или соусом луковым, или сметанным, или грибным.

**Картофельное пюре.**

Очищенный картофель варят в воде с солью до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Варенй горячий картофель протирают через протирочную машину. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает его вкус и внешний вид. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленный жир. Смесь взбивают до образования пышной однородной массы.

Пюре порционируют, на поверхность наносят узор, поливают растопленным сливочным маслом или сверху кладут пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленные яйца, смешанные предварительно с растопленным сливочным маслом, и посыпают зеленью. Масло можно подать отдельно.

**Фасоль овощная отварная.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3 | Фасоль овощная свежая  Или фасоль стручковая  Консервированная  Масса фасоли отварной  Перец черный молотый  Масло сливочное  Или соус № 794  Выход : с маслом  С соусом | 189  -  250  -  -  20  75 | 170  -  150  150  -  20  75  170  225 |

Технология приготовления : стручки фасоли очищают от боковых жилок, кладут в кипящую подсоленную воду, быстро доводят до кипения, варят 8-10 минут и откидывают. Консервированную фасоль прогревают в собственном отваре.

Отварную фасоль подают с кусочками сливочного масла или заправляют маслом или соусом молочным и посыпают молотым перцем

.

**Картофель жареный ломтиками, брусочками, кубиками, дольками.**

Технология приготовления : нарезанный сырой картофель промывают в холодной воде, обсушивают, затем посыпают солью, кладут слоем не более 5 см на сковороду или противень с разогретым жиром и жарят 15-20 минут периодически помешивая, до образования поджаренной корочки.

При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или сметаной и посыпают зеленью.

**Крокеты картофельные.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 2 порции | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9 | Картофель  Яйца  Шампиньоны свежие  Лук репчатый  Маргарин столовый  Мука пшеничная  Сухари  Масса п/ф  Масло растительное  Или кулинарный жир  Масса жареных крокет  Выход | 200  1/3 шт  47  21  10  10  10  -  20  20 | 150  13  36  18  10  10  10  200  20  20  180  255 |

Технология приготовления : в протертый картофель, охлажденный до 50 С, добавляют 1/3 пшеничной муки и желтки яиц и перемешивают. Из полученной картофельной массы формуют шарики, груши (по 3-4 штуки на порцию), панируют их в оставшейся муке, затем опускают в белки, панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира.

При отпуске поливают соусом красным с луком и огурцами, томатным, грибным.

**Голубцы овощные.**

Технология приготовления : кочан капусты отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные слегка отбивают. На подготовленные листья кладут фарш, завертывают в виде конверта. Голубцы укладывают на противень, обжаривают, заливают соусом и запекают.

Для фарша: мелко нарезанные овощи пассеруют, добавляют зелень петрушки, а грибы жарят и соединяют с вареным рассыпчатым рисом, мелко нарубленными сваренными вкрутую яйцами, все перемешивают.

**Капуста тушеная.**

Технология приготовления :нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду, уксус, жир, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, коренья, лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности. За 5 минут до окончания тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

**Рагу из овощей.**

Технология приготовления: нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокачанную нарезают шашками, припускают, цветную разбирают кочешки и варят, затем картофель и овощи соединяют с соусом красным или томатным и тушат 10-15 минут. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, припущенную белокачанную капусту или вареную цветную и продолжают тушить 15-20 минут. За 5-10 минут до готовности кладут горошек зеленый консервированный, растертый чеснок и специи.

При отпуске рагу поливают жиром и посыпают солью.

*Самостоятельная работа.*

Изучила формы нарезки овощей и их назначение (см таблицу 2)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20 | 21.05 | Овладение навыками приготовления блюд из круп, бобовых та макаронных изделий.  Отличительные особенности каш |  |  |  |

Каши – самое простое и распространенное блюдо из круп. По консистенции каши делятся на рассыпчатые, вязкие, жидкие. Рассыпчатые каши готовят из всех круп, кроме овсяной, манной круп и хлопьев «Геркулес». Жидкие же каши не готовят из перловой, ячневой круп и саго. Консистенция каши зависит от количества взятой жидкости.

***Рассыпчатые каши.*** В кипящую подсоленную воду всыпают подготовленную крупу, удаляют всплывшие зерна и помешивая варят до загустевания. После этого уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и дают каше упреть. Время упревания гречневой ядрицы (непропаренной) – 4,5 часа, гречневой поджаренной – 1,5-2, пропаренной ядрицы – 1-1,5, перловой, ячневой, пшенной – 1,5-2, риса – 1 час. Иногда варят откидную рисовую кашу: на 1кг ркупы берут 6-7 л воды и 60 г соли, варят кашу, откидывают ее, промывают горячей водой, добавляют жир и прогревают при умеренном нагреве. Пшено варят до полуготовности, сливают воду, чтобы удалить горечь, добавляют жир и доводят до готовности при слабом кипении.

При подаче кашу поливают растопленным жиром или отпускают с жареным луком и жиром, с луком и шпиком, с рубленым вареным яйцом и жиром, с отварными мозгами и пассерованным луком, с жареной мелко нарезанной пенью и луком и др.

***Вязкие каши.*** Готовят их на воде, молоке или молоке с водой. Рисовую, перловую, овсяную, пшеничную, кукурузные крупы и пшено варят 20-30 минут в воде, лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят до готовности. Ячневую крупу и «Геркулес» засыпают в кипящую воду с молоком и варят до готовности. Манную крупу всыпают в кипящую жидкость и непрерывно помешивая, варят 20 минут. Гречневую крупу всыпают в кипящую жидкость, добавляют сахар, соль и варят помешивая пока каша загустеет. Затем посуду плотно закрывают и уменьшив нагрев доводят до готовности.

При отпуске молочные каши поливают жиром или посыпают сахаром. Масло кладут на кашу кусочком. Вязкие каши можно варить с тыквой.

***Жидкие каши.*** Варят жидкие каши также, как и вязкие, но с большим количеством жидкости. Отпускают их с жиром или сахаром, вареньем, джемом, медом, с толченой корицей.

Замоченные бобовые заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг) и варят при слабом кипении: горох – 60-90 минут, чечевицу \_ 45-60 минут, фасоль – 1-2 часа. После размягчения добавляют соль, оставляют на 15-20 минут в отваре и затем сливают его. Бобовые поливают растопленным жиром или заправляют жиром с пассерованным луком, или добавляют мелко нарезанную копченую грудинку с пассерованным луком,прогретым в соусе.

**Крупеник.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 1 порцию | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13 | Крупа гречневая  Молоко  Вода  Или  Крупа пшеничная  Молоко  Вода  Масса каши  Творог  Сахар  Яйца  Сухари пшеничные  Маргарин столовый  Сметана  Масса п/ф  Масса готового крупеника  Маргарин столовый или масло сливочное  Или сметана  Выход : с маслом  Со сметаной | 74  50  70  62  50  80  -  86  10  ¼ шт  5  5  5  -  -  10  30 | 74  50  70  62  50  80  185  85  10  10  5  5  5  300  250  10  30  260  280 |

Технология приготовления: готовую рассыпчатую кашу охлаждают до 60-70 С, добавляют протертый творог, сахар, маргарин, сырые яйца и перемешивают. Выкладывают на смазанный противень, поверхность смазывают смесью яиц со сметаной и запекают.

***Запеканка рисовая с творогом.***

Технология приготовления: готовую рассыпчатую кашу охлаждают до 60-70 С, добавляют в нее сырые яйца, взбитые с сахаром, протертый творог, подготовленный изюм, маргарин, ванилин и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маргарином и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яиц со сметаной и запекают 10 мин. Подают запеканку со сметаной, жиром, с соусом яблочным или клюквенным, или из ягодного экстракта.

***Пудинг манный.***

Готовую вязкую кашу охлаждают до 60-70 С, добавляют в нее нарезанные маленькими кусочками цукаты, желтки, растертые с сахаром, изюм, ванилин, масло, перемешивают, вводят в массу взбитые в густую пену яичные белки. После этого массу раскладывают ровным слоем на порционные сковороды или противень, смазанный маслом и посыпанные сухарями, поверхность смазывают смесью яиц со сметаной и запекают. При отпуске поливают соусом абрикосовым или клюквенным или отпускают с вареньем.

**Бобовые с копченой грудинкой или корейкой.**

Технология приготовления: вареную грудинку или корейку мелкими кубиками, нашинкованный пассерованный лук кипятят в красном или томатном соусе 10 минут, смешивают с отварными бобовыми , добавляют растертый с солью чеснок и , помешивая, нагревают до кипения

**Макароны с томатом.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 1 порцию | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4 | Масса отварных макарон  Томатное пюре  Маргарин столовый  Петрушка (зелень)  Выход | -  25  15  4 | 150  25  15  3  180 |

Технология приготовления : макароны отваривают и заправляют жиром (5г). В томатное пюре добавляют жир, соль, молотый перец и, помешивая пассеруют в течении 5 минут, после чего смешивают с отварными макаронами.

При отпуске макароны посыпают зеленью.

***Лапшевник с творогом.***

Лапшу или макароны, или вермишель варят, не откидывая.

Протертый творог смешивают с сырыми яйцами , солью и сахаром. Смесь соединяют с отварными макаронными изделиями, выкладывают на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями. Поверхность лапшевника смазывают сметаной, обрызгивают жиром и запекают. Отпускают лапшевник с жиром или со сметаной.

**Макаронник.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование продуктов | На 1 порцию | |
| брутто | Нетто |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | Макароны  Вода  Молоко  Яйца  Сахар  Маргарин столовый  Сухари  Масса п/ф  Масса готового макаронника  Маргарин столовый или масло сливочное  Выход | 75  150  100  ½ шт  10  5  5  -  -  10 | 75  150  100  20  10  5  5  300  250  10  260 |

Технология приготовления :макароны варят в смеси молока и воды или в воде, откидывая. В охлажденные до 60-70 С макароны добавляют яйца, взбитые с сахаром и перемешивают. Массу выкладывают на смазанный жиром противень, посыпают сухарями и запекают.

При отпуске макаронник поливают жиром

.

*Самостоятельная работа.*

В рассыпчатых кашах зерна должны быть целыми и отделяться друг от друга, а у вязких каш – хорошо набухшими, разварившимися. На допускается пригорелый привкус, горечь, затхлый запах, посторонние включения.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21 | 19.11 | ***Тема 7. Овладение навыками приготовления рыбных блюд и соусов к ним.***  Овладение навыками варки и припускания рыбы. Особенности и нормы подачи некоторых блюд.  Ознакомление с ассортиментом соусов к рыбным блюдам. |  |  |  |

Варят целые тушки с головой, без головы, порционные куски, нарезанные под углом 90, из не пластованной, разделанной на филе с кожей и реберными костями. Осетровую рыбу варят звеньями с подвернутой тешей. Целые тушки и звенья заливают холодной водой или бульоном для равномерного прогревания, порционные куски заливают кипящим. Порционные куски укладывают кожей вверх, разрезают. Жидкости берут на 1-2 см выше уровня рыбы, быстро доводят до кипения, кладут соль и, уменьшив нагрев, доводят до готовности. Набор пряностей и специй зависит от вида рыб: при варке рыб с нежным ароматом и вкусом добавляют только лук и белые коренья, при выраженном специфическом запахе , кроме этого, в конце варки кладут лавровый лист и перец, морскую рыбу с резко выраженным запахом варят в пряном отваре (в воду добавляют соль, перец, белые коренья, лук, морковь и кипятят, процеживают и подкисляют уксусом). При варке сома, трески, ставриды, линя иногда добавляют огуречный рассол, только что уснувшую форель опускают на несколько минут в кипящую подкисленную уксусом воду (это придает ей голубую окраску). Сваренные звенья осетровых рыб охлаждают, зачищают от хрящей, нарезают на порционные куски, заливают бульоном и доводят до кипения. Сроки варки порционных кусков 12-15 минут.

Куски отварной рыбы укладывают кожей вверх на подогретые блюда или тарелки, сбоку или вокруг - кладут отварной картофель, отточенный бочонками или целыми клубнями, нарезанными дольками или картофельное пюре. Картофель поливают растопленным маслом и посыпают шинкованной зеленью. При массовом отпуске рыбу поливают соусами, а при порционной подаче соус подают в соусниках.

Куски припущенной рыбы укладывают на подогретые блюда или тарелки и поливают соусом, чтобы сохранить сочность рыбы. Сбоку укладывают гарнир (картофель, как и у отварной).при отпуске на куски рыбы кладут ломтики лимона без цедры и семян, отварные грибы или шампиньоны, кусочки консервированных крабов или раковые шейки.

*Самостоятельная работа.*

К рыбным блюдам подают следующие соусы: соус томатный, соус паровой, соус – рассол, соус «Белое вино», соус белый с каперсами, соус сметанный, соус польский и др.

**Соус томатный.**

В белый основной соус добавить томатное пюре, пассерованные коренья, лук, лавровый лист, перец горошком и варить при слабом огне 25-30 минут периодически помешивая. По окончании варки посолить, добавить сахар, приправить лимонным соком или кислотой, после чего процедить

.

**Соус паровой.**

В рыбный белый соус незадолго до готовности добавить масло кусочками по 10-12 г и размешать до полного соединения с соусом. Приправить лимонным соком или кислотой, перцем, солью и процедить. Для улучшения вкуса можно добавить отвар из шампиньонов или вскипяченное вино.

**Соус – рассол.**

В рыбный белый соус незадолго до готовности влить вино, прокипяченный и процеженный огуречный рассол и варить его 8-10 минут. Затем заправить солью, перцем, лимонной кислотой, маслом и процедить. Можно добавить отварные хрящи осетровых рыб, нарезанные очищенные от семян и кожицы, припущенные соленые огурцы, грибы. Соус можно приготовить без вина.

**Соус «Белое вино».**

В белый основной соус незадолго до готовности влить вскипяченное вино, смесь охладить примерно до 70 С и , все время размешивая, добавить яичные сырые желтки, растертые с маслом и прогревают на водяной бане до загустения. Полученный соус заправляют лимонной кислотой.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22 | 20.11 | Овладение навыками жарки рыбы основным способом, «фри», «на открытом огне», приготовление блюд из рыбной котлетной массы.  Ознакомление с процентом ужарки рыбы. |  |  |  |

Рыбу жарят основным способом в жарочных шкафах, во фритюре и на открытом огне. Для жарки используют целые тушки и порционные куски.

Жарят рыбу на сковородах или противнях. Жир разогревают до температуры 150 С, укладывают п/ф, жарят с двух сторон. Для доведения до готовности ставят в жарочный шкаф на 5-10 минут или закрывают крышку электросковороды. Продолжительность жарки 10-20 минут.

Звенья осетровых рыб, подготовленные для жарки, посыпают солью и укладывают на смазанные жиром противни кожей вниз. Поверхность кусков смазывают сметаной. Жарят при температуре 160-180 С в течении 30-40 минут, периодически поливая вытапливающимся жиром и соком. Готовое звено нарезают на порционные куски.

Из рубленной рыбы готовят котлеты, биточки, зразы, тефтели, фрикадельки и т.д.

**Котлеты и биточки** жарят непосредственно перед отпуском. Изделия кладут на сковороду с жиром, разогретым до температуры 150-160 С, жарят с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу в течении5-7 минут. К котлетам и биточкам подают соус томатный или сметанный с томатом и луком. Выход 125г.

**Тефтели** обжаривают, складывают на противни, заливают соусом томатным и тушат 10-15 минут. Подают с рисом или картофельным пюре. Выход 100 г.

**Тельное** жарят во фритюре до образования румяной корочки. Затем вынимают, кладут на сухую сковороду и ставят в жарочный шкаф на 4-5 минут для доведения до готовности. Подают тельное по 1-2 шт на порцию, поливают растопленным сливочным маслом. Выход 160 г.

**Кнели в соусе.** Кнельные формочки смазывают маслом и наполняют кнельной массой на 2/3 объема и варят на водяной бане. Готовые кнели вынимают из формочек, украшают крабами, креветками, отварными грибами и поливают соусом «белое вино», паровым или томатным. Выход 125 г.

**Судак или щука фаршированные (целиком).**

Судака или щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают. Затем изнутри тушки подрезают реберные кости и отделяют их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи.

После этого срезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5 –1 см. срезанную мякоть используют для приготовления фарша.

Для фарша: мякоть рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб, пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль и молотый перец и все тщательно перемешивают. Тушку наполняют фаршем, придают ей форму целой рыбы и припускают в течение 15-20 мин. с добавлением специй и лаврового листа за 5-10 мин до готовности.

Рыбу подают целиком или нарезают на порции. При отпуске гарнируют, поливают соусом.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром.

*Самостоятельная работа.*

Ознакомилась по Сборнику рецептур с процентом ужарки рыбы. В зависимости от вида рыбы он составляет от 18 до 20 %.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23 | 21.11 | ***Тема 8. Овладение навыками приготовления мясных горячих блюд и соусов к ним.***  Организация рабочего места при приготовлении мясных горячих блюд. Освоить правила варки и припускания мяса. Ознакомиться с процентом уварки мяса. Порядок и нормы отпуска блюд.  Ознакомиться с ассортиментом соусов к блюдам из отварного и припущенного  мяса. |  |  |  |

Для варки мясо нарезают на куски массой не более 2 кг, так как более крупные куски провариваются неравномерно. Воды для варки берут из расчета 1-1,5 л на 1 кг мяса. Подготовленное мясо закладывают в кипящую воду и ,когда вода вновь закипит, продолжают варить при очень слабом кипении. За 30 минут до готовности кладут репчатый лук, петрушку, сельдерей, морковь, а за 10-15 минут специи. Овощей кладут примерно 15 г на 1 кг мяса, лаврового листа – 0,1 г. Одновременно со специями добавляют соль 10 г на 1 кг мяса. Время варки зависит от плотности мяса, толщины кусков, возраста животных. Готовность проверяют проколом поварской иглы в наиболее толстой части куска.

При припускании жидкости берут значительно меньше, чем при варке. Изделия из свинины и телятины припускают обычно не водой, а бульоном. Дно сотейника смазывают маслом, укладывают п/ф и заливают бульоном так, чтобы он покрывал их на 1/3 высоты, закрывают сотейник крышкой и припускают. Для ароматизации в бульон кладут белые коренья, шампиньоны или белые грибы. Бульон после припускания используют для приготовления соусов.

Значительно изменяется масса мясных п/ф при варке. Потери массы составляют 35-40%. Говядину (121 г) и свинину (125 г) отварные отпускают с соусами сметанным с хреном, мадерой, кисло-сладким с орехами, баранину (117 г) – с соусом белым с яйцом, сметанным с хреном, телятину (117 г ) – с соусом паровым и белым с яйцом.

Нормы отпуска блюд из отварного и припущенного мяса: окорок, рулет, корейка, грудинка отварные – 75 г, сосиски, сардельки – 75 г, рулет из рубца – 75 г, котлеты натуральные паровые – 63+20 (вес реберной косточки.

**Отварной язык** , не охлаждая, погружают в холодную воду и очищают от кожи. Затем охлаждают, нарезают на порции и отпускают с овощными гарнирами, зеленым горошком. Отдельно подают соус хрен.

**Котлеты натуральные паровые.** Подготовленные п/ф припускают в небольшом количестве бульона. За 20-25 мин до готовности добавляют шляпки шампиньонов или белых грибов. На бульоне, оставшемся после припускания, готовят соус паровой. При отпуске на котлету кладут готовые грибы, поливают соусом или жиром и гарнируют.

Гарниры – рис отварной, рис припущенный, , картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром.

*Самостоятельная работа.*

Ознакомилась с ассортиментом соусов к блюдам из отварного и припущенного мяса.

**Соус паровой.**

Основной белый соус заправляют лимонной кислотой, доводят до кипения и вливают белое сухое вино. Заправляют маргарином или сливочным маслом.

**Соус кисло-сладкий**

Чернослив перебирают, моют, варят в небольшом количестве воды и освобождают от косточек. Грецкие орехи освобождают от скорлупы и оболочки и измельчают. В отвар чернослива кладут вареные сухофрукты, орехи, перец душистый горошком, тушат, закрыв крышкой, в течении 7-10 минут, соединяют с основным красным соусом, доводят до кипения и вводят красное сухое вино или уксус.

**Соус красный с вином (мадера).**

В основной красный соус добавляют прокипяченное вино (мадеру, мускат и т.д.), доводят до кипения и заправляют маргарином.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24 | 22.11 | Овладение навыками приготовления жареных мясных блюд. Освоить режим и продолжительность жарки. Порядок и нормы отпуска.  Усвоение способов шпигования мяса, нормы закладки сырья, выход блюд, оформление, требования к качеству. |  |  |  |

Мясо жарят крупными, порционными и мелкими кусками.

*Мясо, жареное* крупными *кусками.* Мясо натирают солью, перцем и на сковородах или противнях обжаривают со всех сторон до образования румяной корочки. Затем посуду с мясом ставят в жарочный шкаф с температурой 160-175 С и доводят до готовности. Каждые 10-15 минут изделия поливают выделившимся при жарке соком и жиром.

*Мясо, жареное порционными кусками.* Мясо жарят порционными натуральными и панированными кусками. Натуральное мясо жарят на сковородах. На сковороду наливают расплавленный жир, разогревают до температуры 160-175 С и кладут посоленные куски мяса. Обжаривают с двух сторон до образования поджаристой корочки. Панированные изделия также обжариваются с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

*Мясо, жареное мелкими кусками. .М*ясо нарезают небольшими кусками, кладут на хорошо разогретую сковороду и жарят.

Подают мясо с гарнирами, полив мясным соком, растопленным маслом или с соусом.

*Ростбиф* Крупные куски мякоти тонкого края или вырезки жарят до такой степени, чтобы сок внутри куска оставался розовым. По мере спроса ростбиф ростбиф нарезают по 2 куска на порцию. Выход 100 г.

*Бифштекс натуральный.* Подготовленный п/ф посыпают солью, перцем и жарят от 7 до 15 минут. Выход 79 г.

*Филе натуральное.* Подготовленные п/ф посыпают солью, перцем и жарят. Выход 79 г.

*Лангет натуральный.* Мясо посыпают солью, перцем и жарят до готовности. Затем лангет поливают сливочным маслом и сбоку подливают мясной сок. Выход 100г.

*Антрекот выход 100г ,бефстроганов – 100 г, поджарка – 100 г.*

*Самостоятельная работа.*

Мясо шпигуют с помощью шпиговальной иглы морковью, петрушкой или шпигом, которые нарезают брусочками. Проколы делают вдоль волокон и в образовавшиеся отверстия вставляют брусочки шпика или овощей. Говядину можно шпиговать морковью и шпиком. Далее шпигованное мясо приготавливают и отпускают, как мясо тушеное.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25 | 23.11 | . Овладение навыками приготовления тушеных мясных блюд. Усвоение общих правил тушения мяса.  Ознакомление с ассортиментом соусов, используемых для тушеного мяса. |  |  |  |

Тушат все виды мяса. Подготовленное мясо обжаривают со всех сторон до образования румяной корочки. Мясо порционными и более мелкими кусками тушат двумя способами.

В 1-ом случае овощи, используемые для гарнира, обжаривают вместе с мясом. Обжаренное мясо и овощи складывают в сотейник, заливают водой или бульоном так, чтобы они были покрыты полностью.

Во 2-м случае мясо и овощи тушат порознь.

Во время тушения во многие блюда добавляют томатное пюре. Ароматизируют тушеные блюда специями и пряными овощами, которые кладут за 10-15 минут до окончания тушения. Тушат мясо при слабом кипении, закрыв посуду крышкой. На бульоне от тушения готовят красный соус.

Ассортимент и нормы выхода тушеных блюд из мяса: мясо тушеное – 75 г, мясо духовое – 75 г, зразы отбивные – 100 г, жаркое по-домашнему – 100 г, говядина в кисло-сладком соусе – 75 г, мясо шпигованное – 140 г.

**Мясо духовое.** Обжаренные порционные куски говядины тушат с бульоном и пассерованным томатным пюре почти до полной готовности. Картофель, овощи, нарезанные дольками, обжаривают по отдельности. На бульоне, полученном после тушения мяса, кладут морковь, петрушку, репу, репчатый лук обжаренные, а также пряности и ароматическую зелень. После 10 мин тушения добавляют обжаренный картофель, тушат до готовности овощей, а затем пряности и зелень удаляют. При отпуске на тушеные овощи кладут мясо и поливают соусом.

**Зразы отбивные.** На тонко отбитые куски мяса кладут фарш и свертывают в виде маленьких колбасок. Подготовленные п/ф посыпают солью и перцем, обжаривают и тушат в воде или бульоне около часа с добавлением пассерованных овощей и томатного пюре.

На оставшемся бульоне приготавливают соус, заливают им зразы, добавляют душистый и черный перец горошком и тушат 30-35 мин. за 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Отпускают с соусом и гарниром.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, пюре картофельное.

**Жаркое по-домашнему.** Мясо и овощи обжаривают по отдельности. Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль, перец и бульон, закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром в горшочках.

*Самостоятельная работа.*

Ознакомилась с ассортиментом соусов, используемых для тушения мяса.

***Соус красный основной.***

Мучную красную пассеровку, охлажденную до температуры 60-70 С, разводят частью бульона, охлаждают до температуры 40-50 С, хорошо размешивают венчиком до получения однородной массы и процеживают. Разведенную мучную пассеровку вливают в остальной бульон, добавляя соль, пассерованные лук, морковь, томатное пюре, измельченные белые коренья и варят от 45 минут до 1 часа. В конце варки добавляют сахар, молотый перец, лавровый лист. Готовый соус протирают, процеживают через сито, доводят до кипения.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 26 | 26.11 | . Овладение навыками приготовления блюд из запеченного мяса. Освоить порядок отпуска и оформления.  Требования к качеству.. |  |  |  |

Мясо перед запеканием варят, жарят, тушат. К этой группе блюд относятся: мясные изделия, запеченные под соусом, солянки на сковороде и фаршмаки. Запекают мясные изделия в жарочных шкафах непосредственно перед отпуском. Если блюда запекают на порционных сковородах, то на них же и подают. Изделия гарнируют и заливают соусом.

Фаршированные овощи запекают с томатным, сметанным или сметанным с томатом соусами.

Запеченные куски мяса заливают в основном соусом луковым.

Нормы подачи блюд из запеченного мяса на 1 порцию: голубцы – 302 г, говядина, запеченная под луковым соусом – 367 г, солянка сборная на сковороде – 284 г, баранина или телятина запеченная в молочном соусе – 333 г.

*Самостоятельная работа.*

Усвоил требования к качеству.

Запеченное мясо под соусом должно быть сочным, наружная поверхность сковороды или блюда должна быть абсолютно чистой. На поверхности блюда должна быть глянцевая, тонкая корочка. Высыхание соуса внутри под корочкой не допускается. Куски мяса или другие изделия должны легко отделять от сковороды или блюда.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 27 | 27.11 | . Овладение навыками приготовления блюд из рубленого мяса. Правила оформления и подачи.  Требования к качеству.. |  |  |  |

Усвоила навыки приготовления блюд из рубленого мяса.

Используют два вида рубки – без наполнителей и с наполнителями (хлебом). Изделия из натуральной рубки обычно не панируют.

Полуфабрикаты обжаривают на сковородах с жиром.

***Изделия из натуральной рубки.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Рекомендуемый гарнир | Рекомендуемый соус |
| Бифштекс рубленый | каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель жареный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе, тыква, кабачки, баклажаны жареные, овощи припущенные с жиром. | Подливают мясным соком |
| Бифштекс рубленый с яйцом или луком | Те же | То же |
| Котлеты натуральные рубленые | каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, бобовые отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, помидоры, тыква, кабачки, баклажаны жареные, овощи припущенные с жиром. | То же |
| Шницель натуральный рубленый | Те же | Поливают жиром |
| Люля-кебаб | Лук, зелень, лаваш |  |

*Бифштекс рубленый****.*** П/ф жарят на разогретых сковородах с жиром с двух .сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. Иногда перед жаркой их панируют в муке. Выход 100 г.

*Люля-кебаб.* Шпажки , с нанизанными на них по 3-4 штуки валиками, жарят на открытом огне или в электрогрилях. Выход 170 г.

***Блюда из котлетной массы.***

*Котлеты рубленые, зразы рубленые* жарят на сковородах или противнях с жиром и доводят до готовности в жарочном шкафу. Выход 140 г.

*Тефтели* обжаривают, складывают в сотейник, заливают соусом красным, томатным или пряным с кореньями и тушат до готовности. Выход 115 г.

Подают рубленые изделия из мяса с гарниром и соусом. На тарелку кладут изделие, сбоку гарнир и подливают соус. Сверху посыпают зеленью.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Рекомендуемый гарнир | Рекомендуемый соус |
| Котлеты, биточки, шницели | каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, бобовые отварные, капуста тушеная, сложный гарнир | Красный основной, луковый, красный с луком и огурцами, луковый с горчицей, сметанный, сметанный с томатом, сметанный с луком |
| Котлеты, биточки (особые) | То же | То же |
| Котлеты московские | То же | То же |
| Котлеты домашние | То же | То же |
| Биточки по-казацки | Рис, припущенный с томатом | Сметанный |
| Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом | Картофель отварной, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, сложный гарнир | Красный основной, красный с вином |
| Зразы рубленые | каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром. | Красный основной, луковый, луковый с горчицей. |
| Зразы из говядины фаршированные рисом (паровые) | картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы. | Паровой, молочный, сметанный. |
| Рулет с макаронами или яйцом | каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель и овощи отварные, картофельное пюре. | Красный основной, луковый. |
| Рулет с луком и яйцом | каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные с жиром, картофельное пюре. | То же |
| Тефтели | каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные с жиром, картофельное пюре, рис отварной. | То же |
| Фрикадельки в соусе | каши рассыпчатые, рис отварной, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, картофельное пюре. | Красный с кореньями, сметанный, сметанный с томатом, сметанный с луком, томатный. |
| Биточки паровые | Рис припущенный, картофельное пюре, овощи в молочном соусе, сложный гарнир | Паровой, белый с яйцом, белый с овощами. |
| Кнели из говядины | Рис отварной, картофель в молоке, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы. | Молочный. |
| Котлеты полтавские | Жареный картофель | Жир |
| Биточки по-селянски | Тушеные овощи | Соус в котором тушились овощи |

*Самостоятельная работа.*

Усвоила требования к качеству изделий из рубленого мяса.

Изделия из котлетной массы: толщина котлет- 1,2-2 см, форма овально-приплюснутая с одним заостренным концом, биточки – круглые, приплюснутые, толщина 1-2 см, шницели – овальные, толщина 1-1,5 см. поверхность ровная, без трещин и разрывов, равномерно окрашенная. Вид на разрезе – однородная консистенция, без отдельных кусочков мяса, сухожилий, не допускается розово-красный оттенок, а также привкус хлеба, прогорклого жира и другие посторонние привкусы и запахи. Изделия сочные, мягкие.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 28 | 28.11 | . Овладение навыками приготовления блюд из птицы. Нормы выхода, оформление.  Научиться определять готовность блюд из мяса птицы, подбирать гарниры... |  |  |  |

Овладела навыками приготовления блюд из птицы.

Для вторых блюд отваривают чаще кур и цыплят, реже – кролика и гусей.

Заправленные целые тушки птицы кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, уменьшают нагрев, удаляют пену, добавляют коренья, репчатый лук, соль и варят. Время варки цыплят 20-30 минут, молодых кур – 50-60 минут, старых – 2-3 часа, гусей и индеек – 2-3 часа, дичи – 20-40 минут.

Птицу и кроликов жарят целыми тушками и порционными кусками на плите и в жарочных шкафах с жиром или во фритюре. Целые тушки натирают солью и смазывают сметаной. Заправленные тушки укладывают спиной вниз на противни или сковороды с разогретым до 150-160 С жиром и обжаривают до образования ровной румяной корочки. Обжаренные тушки ставят на 15-20 минут в жарочный шкаф для доведения до готовности.

Тушат чаще всего старую птицу, которую нельзя жарить. Кроме того, тешение придает блюдам особый вкус и сочность. Перед тушением птицу нарубают на куски и обжаривают или обжаривают ее тушками, а затем нарубают.

Ассортимент блюд из птицы и нормы подачи на 1 порцию: котлеты натуральные – 100 г, птица жареная – 125 г, дичь жареная – 125 г, котлеты по-киевски – 128 г, рагу из птицы – 125 г, птица по-столичному – 130 г.

**Птица, тушеная в соусе**. Жареные тушки птицы разрубают на порционные куски, кладут в сотеиник, заливают соусом красным или луковым и тушат 15-20 минут. При отпуске на баранчик или тарелку кладут припущенный рис или жареный картофель, рядом куски тушеной птицы, поливают соусом в котором они тушились, посыпают зеленью.

**Гусь, утка по-домашнему.** Обработанные тушки птицы рубят на куски по 2-3 шт на порцию, кладут на разогретый с жиром противень, посыпают зеленью и обжаривают. Складывают каждую порцию в горшок, добавляют картофель, нарезанный дольками и обжаренный, слегка пассерованный нашинкованный лук, лавровый лист, соль, перец. Заливают бульоном, покрывая все продукты, и тушат в жарочном шкафу до готовности.

*Самостоятельная работа.*

Готовность блюд проверяют проколом поварской иглы в толстую часть ножки, при этом игла должна свободно входить, а из прокола вытекать прозрачный сок.

Отварную и припущенную птицу и кролика отпускают с белыми соусами и гарнирами из отварного риса, припущенных и вареных овощей.

Основным гарниром к жареной птице и дичи является картофель жареный. Дополнительно можно подать зеленые салаты, салаты из белокачаной и краснокачанной капусты, соленые и маринованные огурцы, фрукты, моченые яблоки.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 29 | 29.11 | Овладение навыками приготовления блюд из яиц и творога. Нормы закладки продуктов, выход готовых блюд.  Первичная обработка яиц... |  |  |  |

Яйца варят в скорлупе, без скорлупы, готовят из них яичную кашку и паровые омлеты.

При варке в скорлупе подготовленные яйца погружают в подсоленную воду и варят всмятку 3-3,5 минуты с момента закипания, «в мешочек» - 4-4,5 минуты, вкрутую – 8-10 минут. Сваренные яйца погружают в холодную воду для облегчения очистки.

К жареным блюдам относят яичницы, омлеты и яйца, жареные в жире (фри). Жарят на сковородах с жиром.

При массовом приготовлении натуральные и смешанные омлеты запекают на противнях слоем в 2,5-3 см при температуре 180-200 С в течении 8-10 минут

К запеченным блюдам относятся яйца, запеченные под соусом, и драчены.

*Яичница глазунья с овощами или грибами*. Подготовленные овощи кладут на разогретую с жиром сковороду, выпускают на них яйца и жарят 5-7 мин.

*Яичница глазунья с мясными продуктами.* Мясопродукты нарезают тонкими ломтиками и обжаривают в жире, затем добавляют остальной жир и выпускают на них яйца. Жарят 3-5 мин.

*Омлет натуральный.* Технология приготовления: яйца (48 г) взбивают с добавлением молока (15 г), выливают на сковороду с разогретым маслом (3 г) и поджаривают.

Из творожной массы готовят холодные и горячие блюда. Сладкую массу смешивают с изюмом и ванилином, с порошком какао, с очищенными мелкорублеными орехами, мелкорубленым обжаренным миндалем или арахисом. Соленую массу смешивают со сметаной или сметаной и зеленым луком.

*Холодные блюда из творога Н*атуральный творог при отпуске заливают кипяченым молоком, сливками или подают их отдельно.

К горячим блюдам из творога относятся вареники ленивые, сырники, запеканки и пудинги.

Овладение навыками приготовления блюд из яиц и творога. Нормы закладки продуктов, выход готовых блюд.

Первичная обработка яиц.

*Сырники со сметаной.* Технология приготовления: творог (80 г) пропускают через мясорубку, добавляют сахар (10 г), яйцо (12 г), соль по вкусу, часть муки (10 г) и хорошо перемешивают. Из приготовленной массы делают по 2-3 сырника на порцию, панируют в муке, ровняют края ножом и обжаривают на сливочном масле (10 г) до золотистого цвета с обеих сторон. При подаче поливают сметаной (15 г). выход 90 г.

*Самостоятельная работа.*

На ПОП используются свежие куриные яйца. Свежесть яиц определяется при помощи овоскопа. Перед использованием яйца промывают теплой водой с кальцинированной содой (1-2%), затем 0,5-% раствором хлорами и ополаскивают водой. Сильно загрязненные яйца предварительно протирают солью.

Использование утиных, гусиных и миражных куриных яиц запрещается.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 30 | 30.11 | ***Тема 10. Приготовление холодных блюд, закусок, соусов, заправок к ним.***  Ознакомление с организацией рабочих мест в холодном цеху. Правила ТБ и санитарии. Овладение навыками приготовления салатов из сырых и вареных овощей.  Усвоение навыков приготовления холодных соусов и заправок: майонеза, горчицы, салатной и горчичной заправок |  |  |  |

В холодном цехе изготовляют бутерброды, холодные закуски и блюда, сладкие блюда, холодные супы, напитки. Температура блюд в холодном цеху 9-14 С. Холодный цех располагают в одном из наиболее светлых помещений с окнами, выходящими на север или северо-запад. Предусматривают удобную связь с горячим цехом, с раздачей и моечной столовой посуды. Предусматривают оборудование: холодильные шкафы и прилавки, столы с охлаждаемыми емкостями, универсальный привод со сменными механизмами, машиной для нарезания вареных овощей, мясных и рыбных продуктов.

Овладела навыками приготовления салатов из сырых и вареных овощей.

Готовят салаты из листовых овощей, зеленого лука, редиса, редьки, помидоров и огурцов, белокачанной капусты и моркови.

*Салат из помидоров и огурцов.*

Помидоры (482 г) промывают, удаляют плодоножку вместе с плотной частью мякоти и режут кружочками или дольками. Огурцы (313 г) для салатов очищают. В салат добавляют репчатый лук (119 г), нарезанный кольцами, заправляют салатной заправкой (250 г) и посыпают зеленью петрушки или укропа.

*Салат из редиса.*

Для приготовления салата белый редис очищают, а красный режут кружочками, не очищая. Заправляют сметаной, заправкой для салатов или маслом растительным.

*Салат «Весна».*

В салатник кладут нарезанные листья зеленого салата (210 г), а вокруг располагают горками нарезанные свежие огурцы (188 г), красный редис (215 г), зеленый лук (188 г). сверху кладут кружочки вареных яиц (100 г). украшают листьями салата, посыпают солью и зеленью укропа. При отпуске поливают сметаной (200 г).

*Винегрет.*

Вареные картофель (210 г), свеклу (150 г) и морковь (100 г) нарезают тонкими ломтиками. Также нарезают очищенные соленые огурцы (150 г). Зеленый (150 г) и репчатый лук (150 г) шинкуют. Квашеную капусту (150 г) перебирают, отжимают, шинкуют. Свеклу заправляют частью растительного масла (100 г). затем овощи смешивают. Заправляют рассолом (100 г), уксусом, солью, перцем, горчицей. В винегрете все компоненты должны сохранять окраску.

Нормы закладки продуктов рассчитаны на выход 1 кг готовой продукции. Норма отпусков салатов и винегретов на 1 порцию 100-150 г.

*Самостоятельная работа.*

Освоила навыки приготовления холодных соусов.

*«Майонез».*

Сырые яичные желтки растирают с солью, перцем, сахаром, горчицей и ,беспрерывно помешивая, постепенно вливают растопленное масло. Когда масса загустеет и станет однородной, вливают уксус и все хорошо перемешивают. Подают к холодным блюдам из мяса, рыбы, заправляют салаты.

*«Маринад томатный и белый»*

Готовится по одному принципу: лук, морковь, сельдерей, петрушку нарезают тонкой соломкой, пассеруют на масле, добавляют томат (томатный маринад) или пассерованную муку (белый маринад), бульон и тушат 10-12 минут, заправляют солью, сахаром, уксусом, кипятят и охлаждают в стеклянной или фарфоровой посуде.

*«Горчица».*

Горчичный порошок растирают, заливают кипятком, хорошо размешивают. Вливают стакан горячей воды и не размешивая, оставляют на 20-24 часа. Сливают лишнюю воду, добавляют соль, сахар, растительное масло, корицу, гвоздику, уксус, хорошо перемешивают, дают постоять 3 часа. Хранят в плотно закрытой посуде в прохладном месте.

*«Салатная заправка».*

Соединяют: растительное масло, разведенный водой уксус, соль, сахар, перец. Можно добавить растертый чеснок.

*«Горчичная заправка».*

В салатную заправку добавляют горчицу и все перемешивают.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 31 | 3.12 | Овладение навыками приготовления салатов и закусок из мяса, птицы, рыбы.  Отработка навыков нарезки продуктов |  |  |  |

Салаты из птицы, мяса, дичи готовят следующим образом: смешивают отварной картофель, очищенные свежие и соленые огурцы, нарезанные мелкими кубиками, добавляют также нарезанное вареное мясо, мякоть домашней птицы или жареной дичи, заправляют все соусом майонез и перемешивают.

*Салат мясной.*

Отварные говядину (48), баранину (47), свинину (50), телятину (47) или язык говядины (51) нарезают тонкими ломтиками, оставляя часть для украшения салата. Отварной картофель (40), соленые огурцы (30) нарезают тонкими ломтиками. Все нарезанные продукты смешивают и заправляют майонезом. Подготовленные продукты укладываются горкой в салатник или вазу.

*Салат рыбный.*

Рыбу (79) разделывают на филе без кожи и костей и припускают. Припущенную рыбу охлаждают и нарезают тонкими ломтиками. Огурцы (25) и картофель (20), нарезанные тонкими ломтиками, смешивают с частью нарезанного зеленого салата (10) или с зеленым горошком (10), добавляют рыбу (49), заправляют частью майонеза (30) с соусом «Южный». Салат укладывают горкой, оформляют ломтиками рыбы, помидоров (25), салатом, поливают оставшимся майонезом.

*Сельдь рубленая*

Филе сельди (450), яблоки (120), очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом, репчатый лук (120) нарезают и добавляют замоченный и отжатый белый хлеб (90) и пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют масло (50), уксус и взбивают*.* при отпуске готовую массу формуют в виде сельди. отпускают порциями по 50-100 г.

*Рыба под майонезом.*

Осетровую рыбу (96) варят звеньями с кожей и хрящами. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей, без реберных костей. Охлажденную рыбу нарезают на порции. Одну треть гарнира заправляют частью майонеза (35).на этот гарнир помещают рыбу, вокруг которой располагают остальной гарнир. Рыбу поливают майонезом, а гарнир – заправкой (15).

*Самостоятельная работа.*

Продукты для салатов нарезают кубиками, кружочками, дольками, кольцами (лук), соломкой и т.д. ( см. тему 2).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 32 | 4.12 | Овладение навыками приготовления бутербродов. Отличительные особенности, оформление.  Усвоение навыков приготовления полуфабрикатов для бутербродов |  |  |  |

Бутерброды бывают открытые (простые и ассорти), закрытые (сандвичи) и закусочные (канапе).

*Открытые бутерброды.* Бутерброды готовят на ломтиках хлеба, смазанного маслом и масляными смесями. Жирные продукты укладывают на ломтики ржаного хлеба, не смазанные маслом. На ржаном и пшеничном хлебе готовят бутерброды с продуктами, имеющими острый или слабовыраженный вкус. Остальные бутерброды готовят на ломтиках пшеничного хлеба. Бутерброды ассорти отличаются тем ,что их готовят с несколькими видами продуктов, салатов и украшают зеленью лука, петрушки, яйцом и т.д.

*Закрытые бутерброды (сандвичи) .Д*ля бутербродов используют городские и школьные булочки, которые разрезают вдоль на 2 половинки так, чтобы они не распались. Формовой пшеничный хлеб и батоны нарезают на полоски шириной 5-6 см и толщиной 0,5 см, смазывают их взбитым маслом, на одну полоску кладут ломтики тонко нарезанных продуктов, закрывают второй полоской хлеба, смазанного маслом, и нарезают поперек на порции. Можно готовить многослойные закрытые бутерброды.

*Бутерброды закусочные (канапе).* Бутерброды относятся к группе банкетных закусок. Для приготовления канапе с пшеничного хлеба срезают корки, нарезают полосками 0,5 см и шириной 5-6 см, подсушивают в жарочном шкафу, охлаждают и нарезают ромбиками, треугольниками и т.д. Крутоны смазывают маслом, красиво укладывают основные продукты и охлаждают.

*Бутерброды с маслом.*

Масло (20) нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба (30).

*Закрытые бутерброды с сыром.*

Хлеб (50), масло сливочное (30), сыр (25).

*Канапе с сыром и окороком.*

Длинные полоски сыра (15) и окорока (15) укладывают по краям кусочков намазанного маслом (10) хлеба (30), между ними располагают мелко нарубленные яйца (10) и зелень. Оформляют маслом.

*Самостоятельная работа.*

Для приготовления бутербродов с колбас удаляют шпагат, у оболочки срезают концы и удаляют ее только с предназначенной для нарезки части батона. У окорока удаляют кожу, кости и разрезают на части по соединительным пленкам.

Соленую рыбу используют без кожи и костей. Балыки перед нарезкой зачищают от кожи, хрящей и костей. Сельдь разделывают на филе без кожи и костей, кильку и другую мелкую рыбу – на филе с кожей.

Толстые батоны колбасы нарезают поперек по одному куску , а тонкие – по 2-3 куска на бутерброд.

Окорок, корейку, отварное и жареное мясо нарезают поперек волокон широкими кусками толщиной 3-4 мм, сыр – ломтиками толщиной 2-3 мм.

Соленую рыбу порционируют, срезая тонкие куски под острым углом, начиная с хвоста.

Масло сливочное нарезают на куски различной формы, намазывают на хлеб ровным слоем или укладывают сбоку от основного продукта.

Зернистую икру кладут на хлеб горкой. Паюсную икру нарезают квадратиками, ромбиками, прямоугольниками.

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 33 | 5.12 | Овладение навыками приготовления холодных блюд из отварного и жареного мяса. Оформление, отпуск.  Усвоить режим варки, жарки, способы определения готовности мяса. |  |  |  |

Блюда готовят из говядины, свинины, телятины и иногда из нежирной баранины, используя вырезку, толстый и тонкий края (говядины), мякоть задней ноги и корейки (телятина и свинина).

Жарят и варят мясо большими кусками и после охлаждения нарезают. Подают с гарнирами из огурцов, помидоров, зеленого салата, отварных овощей и соусами.

*Ростбиф* жарят также, как для горячих блюд. Иногда его прожаривают не полностью. При подаче украшают мясным желе, гарнируют свежими и солеными огурцами, отварными овощами и строганным хреном. Выход 79 г.

*Отварной язык* , не охлаждая, погружают в холодную воду и очищают от кожи. Затем охлаждают, нарезают на порции (75) и отпускают с овощными гарнирами, зеленым горошком. Отдельно подают соус хрен.

*Поросенок отварной с хреном.* Подготовленных поросят (133) завертывают в салфетку или пергамент, перевязывают, заливают холодной водой и варят при слабом кипении 50-60 минут. В конце варки кладут соль (8-10 г на 1 л бульона). Сваренного поросенка охлаждают в бульоне, разрубают вдоль на две части, которые затем нарубают поперек на 1-2 куска на порцию (100). Подают с гарниром и соусами.

*Ассорти мясное* подают на овальных блюдах. На них укладывают ломтики различных продуктов: отварного (75) и жареного (75) мяса, отварного языка (25), домашней птицы (25) и т.д. Гарнируют солеными и маринованными огурцами, отварными овощами, заправленными майонезом, салатом из капусты, украшают зеленью и листьями салата. Отдельно подают соус майонез с корнишонами или хрен. Выход 175 г.

*Самостоятельная работа.*

Усвоила режим варки, жарки, способы установления готовности мяса (см работу 23,24).

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 34 | 6.12 | . Овладение навыками приготовления горячих закусок.  Ознакомиться с технологией приготовления закусок из овощей. Нормы закладки продуктов и выход готовой продукции. |  |  |  |

Горячие закуски отличаются от горячих вторых блюд меньшей массой, как правило, более острым вкусом и тем, что их подают обычно без гарнира в порционных сковородах, небольших кастрюльках (емкостью 50-100 г) с длинной ручкой (кокотницах), кроншелях и т.д. Их включают в меню после холодных закусок.

*Тефтели в соусе.* В котлетную массу (76) добавляют измельченный пассерованный лук (12), перемешивают и формуют в виде шариков по 3-4 штуки на порцию (60), панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом (75) в который добавляют 10-20 г воды и тушат 8-10 минут. Отпускают тефтели с гарниром и соусом в котором они тушились. Тефтели можно готовить и с рисом.

*Рыба, запеченная в раковинах..* к мелким кусочкам припущенного филе судака или другой малокостной рыбы добавляют припущенные на масле шампиньоны, крабы или раковые шейки и заправляют соусом паровым. Эту массу укладывают горкой на раковину, поливают соусом молочным средней густоты, посыпают тертым сыром, поливают маслом и запекают.

*Грибы в сметане.* Белые грибы или шампиньоны обжаривают с маслом, кладут в кокотницы, заливают соусом сметанным, доводят до кипения и подают посыпав зеленью.

*Сосиски в томате.* С сосисок снимают оболочку, режут их на кусочки, заливают соусом красным с мадерой, доводят до кипения в кроншелях.

*Самостоятельная работа.*

Ознакомилась с технологией приготовления закусок из овощей.

*Помидоры фаршированные яйцом и луком*

Верхнюю часть помидора (125) частично подрезают так, чтобы она образовывала крышечку. В нижней части помидора делают углубление для фарша, вынимая часть мякоти. Помидоры посыпают солью и перцем, наполняют фаршем, при отпуске поливают майонезом или сметаной с добавлением соуса Южный или восточный и посыпают зеленью.

Для приготовления фарша охлажденные, сваренные вкрутую яйца (30) рубят, добавляют измельченную мякоть помидора и нашинкованный лук (30) *.*выход 200 г.

*Икра овощная*

Обработанные баклажаны (290) запекают в жарочном шкафу, снимают кожицу, охлаждают и измельчают. Нарезанные кружочками кабачки (290), с предварительно удаленной кожицей, запекают в жарочном шкафу и мелко нарезают. Нарезанные репчатый лук (110) и морковь (160) пассеруют с томатным пюре (100), соединяют с нашинкованной белокачанной капустой (230) и тушат до готовности капусты, после чего добавляют кабачки, баклажаны и тушат вместе 15-20 минут. Заправляют уксусом (30), перцем, солью. Отпускают по 75-100 г на порцию.*.*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 35 | 7.12 | . ***Тема 11. приготовление сладких блюд и напитков.***  Овладение навыками приготовления компотов, киселей. Усвоить нормы закладки продуктов, выход готовой продукции, порядок отпуска. Требования к качеству.  Овладение навыками приготовления и подачи плодов и ягод в натуральном виде. Освоить нормы отпуска. |  |  |  |

Компоты готовят из свежих, сушеных, замороженных фруктов и ягод.

*Компоты из свежих фруктов и ягод.* Яблоки, груши и айву очищают от кожицы и удаляют семенные гнезда. Чтобы извлечь их, кожицу и гнезда заливают водой, варят, отвар процеживают и, растворяя в нем сахар, готовят сироп. Затем сироп подкисляют лимонной кислотой и варят в нем яблоки и груши, нарезанные дольками. Яблоки (антоновские) и груши (спелые) быстро развариваются, поэтому их не варят, а кладут в кипящий сироп и немедленно прекращают нагрев. Абрикосы, сливы и персики (очищенные от косточек) также кладут в кипящий сироп и охлаждают. Нарезанную мякоть арбузов. Дынь, ананасов и бананов кладут в холодный компот. Вишню, черешню, малину кладут в компоты или сахарные сиропы сырыми.

*Компот из замороженных без сахара фруктов и ягод.* Фрукты и ягоды кладут в вазочки или креманки, заливают холодным сиропом и размораживают.

*Компот из консервированных фруктов.* Из воды и сахара варят сироп, добавляют в него сироп из консервированных фруктов (черешни, сливы и т.д.) и охлаждают. Плоды и ягоды раскладывают в вазочки и заливают сиропом.

*Компот из плодов и ягод сушеных.*

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар (100), добавляют лимонную кислоту (1) и варят до готовности.

Груши сушеные (300) в зависимости от величины и вида варят 1-2 часа, яблоки (375) – 20-30 минут, чернослив (240), урюк (300), курагу (230) – 10-20 минут, изюм (200) – 5-10 минут. Выход 1000 г.

Подают компоты в вазочках или стаканах температурой 12-15 С по 150-200 г на 1 порцию.

Приготовление киселей происходит в такой последовательности: изготовление сиропа и заваривание крахмала. При изготовлении сиропа необходимо сохранить *витамины*, вкусовые и ароматические вещества свежих плодов и ягод их которых готовят кисель. Сиропы для изготовления киселей готовят различными способами в зависимости от свойств исходного сырья.

Крахмал разводят небольшим количеством воды или охлажденного отвара в соотношении 1:5,хорошо размешивают и процеживают, вливают в кипящий сироп и , быстро помешивая, заваривают готовый кисель, охлаждают.

Кисели готовят трех консистенций: жидкие, средней густоты и густые. Консистенция зависит от количества крахмала.

Ассортимент киселей очень велик. Их готовят из свежих плодов, ягод, ревеня, отваров шиповника, сушеных фруктов, черники, плодово-ягодных соков и сиропов, джема, варенья и повидла, ягодных экстрактов, молока, сливок, чая с вином и лимонной кислотой, квасов, сахарных отваров.

**Схема приготовления киселя молочного.**

### сахар

***Крахмал***

***Холодное молоко***

***Молоко кипящее***

***Кипятят 8-10 мин***

***процеживание***

### Отпуск

***Ванилин***

**Требования к качеству.**

*Компоты* – сироп должен быть прозрачным, с концентрированным вкусом и запахом фруктов, в меру сладкий, с приятной кислинкой. Фрукты и ягоды должны быть мелкими, но не разваренными и не мятыми. Не допускается наличие загнивших и червивых плодов и ягод.

Густые кисели должны иметь плотную консистенцию – сохранять свою форму, не растекаясь, полужидкие – консистенцию густой сметаны. Фруктово-ягодные кисели приготовленные только из отжатого сока, должны быть прозрачными, сохранять окраску, вкус и аромат ягодных соков, а приготовленные из протертых плодов могут быть мутными и цвет их может несколько изменяться.

*Самостоятельная работа.*

Свежие фрукты и ягоды сохраняют свой вкус, аромат и витамины полностью. Ягоды перебирают, удаляют плодоножку, испорченные экземпляры, сорные примеси и промывают в проточной воде. Арбузы и дыни обмывают и режут на куски (у дыни удаляют семена).

*Плоды и ягоды свежие.* Яблоки или груши, или персики, или абрикосы, или бананы, или виноград (150). Подают подготовленные плоды или ягоды на десертной тарелке или в вазочке. Сахарный песок или пудру подают отдельно на розетках.

*Арбуз, дыня, ананас свежие.* Арбуз (250) или дыню (200) моют, разрезают вдоль на несколько частей, у дыни удаляют семена и нарезают ломтиками. У ананаса (100) срезают верхнюю и нижнюю части плода, надрезают кожуру по вертикали и осторожно, чтобы не повредить мякоть, срезают ее. После этого удаляют сердцевину и нарезают кружочками или ломтиками толщиной 4-5 мм. Плоды кладут на десертную тарелку.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 36 | 10.12 | . Овладение навыками приготовления горячих напитков: чая, кофе, молока кипяченого.  Ознакомиться со способами подачи горячих напитков и сроки хранения.. |  |  |  |

Овладела навыками приготовления горячих напитков.

Правила заварки чая. Заваривают чай в керамических чайниках. Их прогревают, ошпаривая кипятком, затем высыпают сухой чай и наливают кипяток примерно на 1/3 обьема чайника. Накрыв чайник салфеткой, чай оставляют для настаивания на 5-10 минут. После настаивания доливают кипяток до нормы. Количество кипятка для заварки определяют по рецептуре. На стакан 200 мл берут 50 мл заварки (что составляет 2 г чая) и доливают кипятком.

**Схема приготовления чая.**

***Сахар***

***Вода***

***Сухой чай***

Керамический чайник, заполнение на 1/3 обьема

Опаласкивание кипятком

***Кипячение***

***Настоять 10 мин***

***Доливание кипятка до нормы***

### Отпуск

*Кофе.* На ПОП поступает кофе молотый натуральный и с добавлением цикория, натуральный растворимый и консервы «кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром», кофе в зернах сырой и обжаренный. Кроме того используют кофейные напитки с добавлением натурального кофе, без добавления кофе с добавлением цикория и без добавления кофе и цикория. Максимальная доза единовременного приема для взрослого человека 15-17 г кофе (1-2 чайные ложки на стакан), детям давать кофе не следует.

Кофе черный подают в кофейниках или чашках с сахаром кусковым, с лимоном, сахаром (отдельно на розетке), со сливками или молоком, по – венски (в черный кофе добавляют сахар, а в стаканы и чашки с кофе – кладут сливки, взбитые с сахарной пудрой), кофе – гляссе (в готовый черный кофе добавляют сахар, охлаждают до 8-10 С, разливают в фужеры, сверху кладут шарик мороженого и подают). Кофе по-восточному подают вместе с гущей. Измельчают кофе очень тонко. Подготовленный кофе засыпают в металлическую посуду с длинной ручкой (турку), добавляют сахар, заливают холодной водой и доводят до кипения. Для приготовления кофе с молоком варят концентрированный кофе, процеживают, добавляют горячее молоко, кладут сахар и доводят до кипения. Кофе по-варшавски отличается тем, что в процеженный черный кофе добавляют сахар, горячее топленое молоко, а при подаче кладут горячую пленку, снятую с топленого молока.

*Молоко кипяченое.* Кипятить молоко лучше в кастрюле с толстым дном. Кипятят на сильном огне. Чтобы молоко не выкипало края кастрюли можно смазать животным жиром. Во избежания образования пены молоко постоянно помешивают и кипятят дважды. После закипания молоко хранят с закрытой крышкой.

*Чай с лимоном.*

Чай – заварка (50), вода (150), сахар (15), лимон (8/7). Лимон, нарезанный тонкими кружочками, подают на розетке. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10 С.

*Кофе на молоке сгущенном.*

Кофе натуральный (30), или кофе натуральный с цикорием (30), молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы) (95), сахар (55), вода (995). В сваренный процеженный кофе черный добавляют молоко сгущенное, сахар, размешивают и доводят до кипения.

*Самостоятельная работа.*

Ознакомилась со способами подачи горячих напитков.

Чай (200 мл ) подают в стаканах или чашками, парами чайников или одним чайником. При подаче в чашках или стаканах их ставят на блюдце. К чаю подают кусковой сахар по 2-3 куска, варенье, джем или мед на розетках или вазочках, креманках. Сахар можно класть в стакан. При подаче горячего или холодного чая с лимоном последний режут кружочками и подают на розетке или вазочке, креманке. Можно подавать к чаю горячее молоко, сливки, печенье, бублики, баранки, пирожное, торты.

Время хранения заварки не должно превышать 30 минут, а температура 55-65 С.

Кофе подают в кофейниках, чашках, турках, стаканах. Подают с сахаром кусковым, лимоном, сливками, сгущенным молоком и т.д.

Кофе черный отпускают по 100 мл, в зависимости от спроса можно отпускать и 200 мл.

Кофе на молоке, со сгущенным молоком, из консервов, кофейный напиток отпускают по 200 мл.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 37 | 11.12 | . Ознакомление с организацией рабочих мест в мучном цеху. Правила ТБ. Овладение навыками приготовления дрожжевого теста и изделий из него. Нормы закладки сырья, выход готовых изделий.  Овладение навыками приготовления фаршей для изделий из теста: из мяса, рыбы, овощей, творога, фруктов. |  |  |  |

В мучном цеху имеются следующие помещения: охлаждаемая камера для хранения готовой продукции, кладовая сырья, рабочее место для разделки теста. Цех оснащен оборудованием: машина по замесу теста, производственные столы с деревянным покрытием, передвижные стеллажи. На участке выпечки изделий из различных видов теста устанавливают элекропекарские шкафы с терморегуляторами, стеллажи и столы производственные, на которые укладывают листы с изделиями для смазывания их льезоном или маслом. Рабочее место оснащено необходимым оборудованием: ситом для просеивания муки, венчиком для взбивания, скалками для раскатки теста, резцами для теста, выемками кондитерскими, лопатками, ножами.

Приготовление дрожжевого теста состоит из следующих операций: подготовка сырья, замес теста, брожение, деление теста на куски, округление, предварительная расстойка, формование, окончательная расстойка, выпечка и охлаждение.

Дрожжевое тесто готовят опарным и без опарным способами.

*Опарный способ.* Для опары берут 35-60 % муки по рецептуре и от 60 до 70 % воды. Дрожжи размельчают, разводят в небольшом количестве теплой воды или молока и вводят их в подогретую воду или молоко (30 С ).

Сухие дрожжи разводят теплой водой*,* оставляют на 1 час и процеживают. Затем всыпают муку и замешивают опару. Соль не кладут, так как она тормозит развитие дрожжей. Опару ставят в теплое место и оставляют для брожения на 2-3 часа. Опара считается готовой когда она начнет оседать и на ее поверхности появятся «морщинки».

В готовую опару добавляют раствор соли, сахара, оставшуюся муку, воду или молоко, яйца, ароматические вещества и замешивают тесто. В конце замеса вводят растопленное масло или маргарин. Затем тесто оставляют для брожения на 1,5-2 часа. За это время его 1-2 раза обминают.

*Безопарный способ.* При этом способе замешивают тесто сразу из всего полагающегося по рецептуре сырья. Воду или молоко подогревают до температуры 35 С, добавляют растворы соли, сахара, дрожжи, яйца, муку, перемешивают, вводят растопленное масло (маргарин) и снова перемешивают до получения однородной м ассы. Длительность брожения 2,5 – 4 часа.

Ассортимент и нормы выхода готовых изделий из дрожжевого теста: пирожки (75-100 г), растегаи (50, 143, 210 г), кулебяки (100-150 г), пироги (150 г), ватрушки (75 г), булочки (50, 100 г) и т.д.

*Кулебяки.*

Тесто дрожжевое (6000 г), мука на подпыл (180 г), фарш (5300 г), меланж для смазок кулебяк (100 г), жир для смазки листов (25 г). выход 10000 г. масса одной кулебяки 100-150 г.

Из опарного теста раскатывают прямоугольный пласт, на него кладут фарш мясной, рыбный, капустный. Тесто заворачивают, чтобы образовался удлиненный валик, края его над фаршем соединяют, защипывают и кладут на лист швом вниз. Поверхность кулебяки смазывают яйцом, в тесте делают проколы. Выпекают 45-60 минут.

*Слоеное дрожжевое тесто.*

Дрожжевое тесто охлаждают до температуры 15-17 С, делят на куски массой 3-5 кг и раскатывают прямоугольный пласт толщиной 2-2,5 см. поверхность его на 2/3 покрывают размягченным маргарином. Половину поверхности маргарина закрывают оставшимся тестом так, чтобы получить два слоя теста и в середине один слой маргарина. После этого тесто, покрытое маргарином, поднимают и накрывают им ранее сложенную из трех слоев часть. Края теста защипывают так, чтобы они соединились на середине заготовки. Получается пять слоев теста и четыре слоя маргарина. Сложенное таким образом тесто раскатывают и перегибают вдвое или вчетверо и опять раскатывают, получая тесто с 8 и 16 слоями маргарина. Такое тесто используют для слойки с марципаном, печеных пирожков, слойки с повидлом.

*Самостоятельная работа.*

Овладела навыками для приготовления фаршей.

*Фарш мясной.*

Фарш готовят из котлетного мяса.

1-й способ. Мясо зачищают, промывают, режут на куски массой 40-50 г. обжаривают на жире, добавляют немного воды и тушат. Затем вводят пассерованный лук и после приготовления мяса измельчают на мясорубке.

2-й способ. Подготовленное мясо измельчают на мясорубке, жарят с жиром, вторично пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец, соус белый. В готовый фарш можно вводить пассерованный лук, или яйца, или рис, или рис с яйцами.

*Фарш рыбный.*

Рыбное филе, без костей и кожи, припускают и добавляют пассерованный лук, соль, перец, соус белый и зелень.

*Фарш капустный.*

Свежую белокачанную капусту мелко рубят, укладывают слоем 3 см на противень с жиром и жарят. Готовую капусту солят, добавляют измельченные яйца,зелень.

*Фарш картофельный.*

Очищенный картофель варят, протирают, добавляют пассерованный лук или грибы с луком, или яйца с луком. В фарш добавляют соль, зелень и перемешивают.

*Фарш творожный.*

Творог протирают, смешивают с мукой, яйцами, сахаром, ванилином, солью и сливочным маслом

*Фарш яблочный.*

У яблок удаляют сердцевину, их очищают, нарезают ломтиками и пересыпают сахаром. Можно готовить иначе: яблоки очищают, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками, добавляют сахар, немного воды и варят до загустения.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 38 | 12.12 | . Овладение навыками приготовления пресного теста для блинчиков, вареников, лапши.  Требования к качеству изделий из теста. |  |  |  |

Овладела навыками приготовления пресного теста для блинчиков, вареников, лапши.

*Жидкое пресное тесто ( для блинчиков).* Яйца, соль, сахар перемешивают до однородной массы, добавляют молоко или воду и муку 50 % нормы. Полученную массу взбивают на взбивальной машине или вручную. После полного размешивания добавляют постепенно оставшуюся муку и взбивают тесто.

*Тесто для вареников.* В муку добавляют нагретое до 30-35 С молоко или воду. Затем вводят яйца, соль, сахар и замешивают тесто до тех пор пока оно не приобретет однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30-40 минут.

*Тесто для лапши.* В холодную воду вводят соль, яйца, перемешивают, добавляют муку не ниже 1-го сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 минут для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм. Пересыпанные мукой листы складывают один на другой, нарезают их на полоски 3-4 мм или соломкой.

*Самостоятельная работа.*

Во всех мучных изделиях не допускается непромес, посторонние включения. Поверхность изделий должна быть без порывов, ровной, хорошо пропечена, должна иметь равномерную окраску (блины, блинчики, оладьи), без подгорелости, должны быть равномерно пористыми.

Изделия должны сохранять форму, не иметь порывов, обнажения фарша. Поверхность (пельмени, вареники) не должна быть липкой, ослизистой.

Кулебяка должна быть высокой, не менее 5 мм, толщина слоя теста 5-5 мм, фарш должен быть расположен равномерно. Тесто в пирогах и кулебяках не должно соприкасаться с фаршем, не должно быть сырым.

Содержание начинки в пирожках с капустой, творогом и в жареных с повидлом 20-25 %,а в пирожках с другими видами начинок 25-30 %.

Не должны допускаться в реализацию пирожки с недовесом, деформированные, подгорелые, непропеченные, черствые, с признаком порчи.