**Министерство общего и профессионального образования Рф**

**Департамент образования и науки Администрации Краснодарского края**

**Реферат**

**По дисциплине:**

**На тему: Адыгейская кухня.**

**Выполнила студентка группы №**

**Ейск 2004г.**

#### Содержание:

####  стр.

#### 1.Введение 3

#### 2.Первые блюда 4

#### 3.Вторые блюда 7

#### 4.Третьи блюда 16

5.Организация работы повара при приготовлении блюд выбранной

кухни 19

6.Техника безопасности на рабочем месте повара 22

7.Заключительная часть 23

8.Используемая литература 24

#### 2.ВВЕДЕНИЕ.

На протяжении многовековой истории адыги, шапсуги, убыхи - аборигены Черноморского побережья Кавказа - выработали своеобразный и богатый ассортимент национальных блюд.

Кулинарное искусство адыгейского народа формировалось в течение многих столетий. Национальные блюда адыгов, небольшое количество которых включено в этот реферат, своеобразны и имеют высокие вкусовые качества.
 Природные условия края способствовали тому, что у адыгов веками складывался тип хозяйства, основанный на скотоводстве, птицеводстве и земледелии.
 Вследствие этого в рационе адыгов большое место занимают блюда из натурального мяса (баранины, говядины и птицы). Скотоводство стало также источником для разнообразных молочных изделий, в том числе и сыров. Домашнее сыроделие дало возможность оригинально использовать сыры для приготовления блюд.
 Характерно для адыгейской кухни приготовление крупяных и мучных изделий, ей также свойственно использование яиц, которые служат не только для приготовления самостоятельных блюд, но и как добавки в мучные и молочно-яичные блюда, Овощные блюда адыгейской кухни могут быть сырыми, типа салатов, но чаще всего они вареные, печеные, тушеные или соленые.

 Широко развитое на Кубани садоводство способствовало тому, что адыги выращивали разнообразный и обширный ассортимент фруктов: яблоки, груши, сливы, вишни, персики, виноград и т.п., которые употреблялись как в свежем, так и сушеном виде.

3. ПЕРВЫЕ БЛЮДА.

ЗАЖАРКА ДЛЯ ПЕРВЫХ БЛЮД.

 Состав: Масло сливочное, лук, красный перец, молотая кинза.

Технология приготовления.

На подогретую сковороду положить топленое или сливочное масло. Как только масло начнет кипеть, положить мелко нашинкованный лук. Жарить лук обычным способом, как только он подрумянится, кончиком ножа взять необходимое количество молотого красного перца, молотой кинзы и быстро растереть на сковороде с маслом, чтобы зажарка приобрела приятную окраску и вкус.

МЯСНОЙ БУЛЬОН (ЛИЛЭПС).

 Состав: мясо куриного или мелко рогатого скота — 500 г, лук — 1 головка, болгарский перец — 1 стручок, горький перец — по вкусу, соль чесночная — по вкусу.

Технология приготовления.

 Желательно взять грудинку, порубить на порционные куски, промыть, сложить в кастрюлю и залить горячей водой, добавить шинкованный лук, посолить и варить до готовности на слабом огне. Затем добавить сладкий перец, горький стручковый перец, зелень. Дать массе закипеть.

СУП С КАШТАНАМИ (ШХОМЧХАНТХУПС).

 Состав: каштаны — 1 стакан, фасоль —1/2 стакана, соль по вкусу.

Технология приготовления.

 Промытую фасоль на 2 часа замочить в холодной воде и а той же воде поставить варить. Сварив до полуготовности, фасоль отставить. Очищенные от верхней кожицы каштаны опустить на 3—5 минут в кипящую воду. Кипяток слить, снять вторую кожицу с каштанов, опустить в кастрюлю с фасолью и варить каштаны вместе с фасолью до готовности. При подаче к столу суп заправить зажаркой и посыпать зеленью.

БУЛЬОН С ОРЕШКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ТЕСТА (ЛЭПСЫТЕНХ).

Состав: яйцо — 1 шт., мука — 2/3 стакана, соль по вкусу.

Технология приготовления.

На воде с яйцом замесить тесто, из него сделать небольшой валик, валик порезать на кусочки величиной с лесной орех, опустить их в кипящее масло. Как только они подрумянятся, переложить их в кипящий бульон, добавить зажарку.



СУП С ФАСОЛЬЮ И ОРЕХАМИ (ДЭШХОЛЭПС)

 Состав: орехи — 1 ст., фасоль — 1 ст., соль по вкусу.

Технология приготовления.

 В небольшом количестве воды до готовности сварить фасоль. Готовую зажарку положить в фасоль и долить туда горячей воды. Когда смесь закипит, добавить очищенные и размятые орехи. Проварить 10—15 минут, посолить, посыпать зеленью и через 1 —2 минуты снять с огня.

4. ВТОРЫЕ БЛЮДА.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПРИПРАВЫ ЩХЫУЩИПС

Состав: 2 стакана кислого молока, 1 стакан сметаны, соль, чеснок, молотая кинза.

Технология приготовления.

 2 стакана кислого молока соединить с 1 стаканом сметаны, посолить, добавить толченый чеснок, молотую кинзу. Хорошо перемешать. К столу приправа подается на отдельных тарелочках.

СОУС ПО-АДЫГЕЙСКИ (ЩИПСИ) 1 вариант.

Состав: бульон - 1 литр, пшеничная мука - 3 столовые ложки, топленое масло - 150 г, 1 головка лука, красный перец сладкий.

 Технология приготовления.

На горячую сковороду положить топленое масло, как только оно расплавится, положить туда очищенную и порезанную на 4 части головку лука. Когда лук станет мягким, его надо выбросить, а на сковороду тонким слоем насыпать муку и жарить до кремового цвета, затем добавить красный сладкий перец и тут же налить небольшое количество бульона. Быстро размешать. Затем взять горячий, но не кипящий бульон и небольшими порциями, все время размешивая, подливать его в зажарку. На слабом огне довести его до состояния средней густоты и дать кипеть

СОУС ПО-АДЫГЕЙСКИ (ЩИПСИ) 2 вариант.

 Состав: пшено - 3 столовые ложки, пшеничная мука - 7 столовая ложка, бульон – 1,2 литра (6 стаканов).

 Технология приготовления.

В холодной воде замочить пшено на 10-15 минут. Затем пшено перемолоть в ступке или пропустить через мясорубку. Растереть с красным сладким перцем, добавить пшеничную муку. Массу разбавить небольшим количеством холодного бульона. Основному бульону дать закипеть и на слабом огне, помешивая, влить в него разбавленную массу и дать прокипеть 5-7 минут.

ОТВАРНОЕ ХОЛОДНОЕ МЯСО (ЛИГЭЖОГЭ ЧИА).

 Состав: мясо - 500 г, лук - 2 головки, перец, соль по вкусу.

 Технология приготовления.

Подготовленное мясо порезать на порционные куски и опустить в кастрюлю с горячей, слегка подсоленной водой. Через 30 минут с начала варки добавить нарезанный дольками репчатый лук, горький перец и довести до готовности. Готовое мясо переложить в другую посуду, посолить чесночной солью, закрыть плотно крышкой, чтобы мясо впитало запах специй. К столу мясо подать с соусом щипси или приправой щхыущипс.

РАГУ (КАБАСКЕЛ)

 Состав: мясо - 1 кг, капуста - 1 средний кочан, лук - 2 шт., масло - 200г, помидоры - 200г (можно заменить томатом), соль, пряности по вкусу.

Технология приготовления.

Из масла, лука, молотого красного перца и кинзы сделать зажарку. В нее положить мясо, нарезанное порционными кусками и протушить 10-15 минут, затем положить мелко нарезанные помидоры или пасту, посолить чесночной солью и еще потушить 10-15 минут. Разрезанную кусками капусту вместе с сердцевиной также заложить в мясо. Добавить зелень, горький и сладкий перец и довести блюдо до готовности.

ЖАРКОЕ (ЛИЛИБЖ).

 Состав: мясо - 500 г, лук - 1 головка, масло топленое - 100 г, перец, чеснок, соль, кинза по вкусу.

 Технология приготовления.

На топленом масле поджарить лук до золотистого цвета, добавить молотый красный перец, кинзу, перемешать. Положить нарезанное кусочками мясо баранины или говядины, перемешать и под крышкой тушить до тех пор, пока не испарится жидкость, посолить и добавить чеснок, подлить воды и тушить на слабом огне до образования сока.

МЯСНОЙ СОУС (ЛИЩИПС).

 Состав: мясо - 500 г, топленое масло - 100 г, лук - 7 головка, специи, чеснок и соль по вкусу.

 Технология приготовления.

Сделать зажарку в толстостенной кастрюле, туда положить нарезанное ломтиками мясо, посолить, добавить специи, перемешать и плотно закрыть крышкой. Кипятить на слабом огне до испарения жидкости. Готовое мясо переложить или залить соусом щипси.

ШАШЛЫК ПО-АДЫГЕЙСКИ (ЛИЩАПАП).

 Состав: мясо - 1 кг, сливочное масло - 200 г, перец и соль по вкусу.

Технология приготовления.

Небольшими кусками по 80-100 г нарезать мякоть баранины. Со всех сторон отбить деревянным молоточком, нанизать на шампур и жарить над раскаленными углями, периодически поливая раствором соли с чесноком и перцем. Готовое мясо переложить в кастрюлю с зажаркой, подлить немного горячего бульона и тушить до готовности под крышкой. К столу подать с крутой кашей.

ХОЛОДНАЯ ИНДЮШАТИНА (ТХАЧЭТЫЛ ЧИА).

Состав: Индейка

 Технология приготовления.

Обработанную индейку сварить в небольшом количестве воды. Вынув из бульона, тут же посолить чесночной солью, посуду плотно закрыть крышкой и дать мясу остыть. К столу подать с щипси или щхыущипс, зеленью и овощами.

ЖАРЕНАЯ КУРИЦА (ЧЭТЛИБЖ)

Состав: курица - 1 шт., лук - 2 головки, топленое масло - 150 г, перец, чеснок, кинза, соль по вкусу.

 Технология приготовления.

Тушку молодой курицы разрубить на части и опустить в подготовленную зажарку, хорошо перемешать. Кастрюлю накрыть крышкой и дать прокипеть 10 минут. Затем посолить чесночной солью, подлить стакан воды и дать покипеть до испарения воды. Чэтлибж готов.

ЖАРЕНЫЙ СЫР (КОЯЖ).

 Состав: сыр - 500 г, мука 200 г, перец, соль.

 Технология приготовления.

Лук поджарить на сливочном масле, добавить молотый красный перец, размешать и тут же в зажарку положить крошеный адыгейский сыр, перемешать и жарить 5-7 минут. Перед подачей на стол посыпать блюдо зеленью петрушки.

ЖАРЕНЫЙ СЫР С ЯЙЦОМ (КУАЕМ ЧЭНЧЭ ХЭГЭЖАХЫГЭУ).

 Состав: сыр - 200 г, яйцо - 1 шт., масло сливочное - / столовая ложка.

 Технология приготовления.

Крошеный сыр положить на сковороду с разогретым сливочным маслом, жарить, помешивая, а затем залить взбитым яйцом. Прожарить в течение 5 минут, разложить на порционные тарелки, поверх на каждую порцию положить сметану и посыпать зеленью.

МЯТЫЙ СВЕЖИЙ СЫР – КОЕЦИНЭЩЫТАГ.

 Состав: Адыгейский сыр

 Технология приготовления.

Сыр покрошить, добавить сливочное масло, мелко нашинкованный зеленый лук, мелко нарезанную зеленую кинзу. Перемешать, разложить на тарелки и сверху полить сметаной. К столу подать с хлебом.

ЯИЧНИЦА С КИСЛЫМ МОЛОКОМ И СМЕТАНОЙ (ЧЭНЧЭЩИЛИБИР).

 Состав: яйца - 10 шт., кислое молоко - 1 литр, сметана - 200 г, чеснок с солью по вкусу. Для зажарки: лук - 2 гол., молотый красный перец- 1/2ст. ложки, топленое масло - 50 г.

 Технология приготовления.

Взбитые яйца пожарить на сливочном масле с двух сторон, дать остыть, порезать на красивые ровные полоски. В глубокой тарелке приготовить смесь кислого молока и сметаны, посоленную чесночной солью, опустить туда яичницу и полить зажаркой. Второй вариант этого блюда отличается только тем, что в кислое молоко кладут не омлет, а крутые вареные яйца, охлажденные и порезанные на мелкие куски.

КРУТАЯ КУКУРУЗНАЯ КАША (НАТРЫФПАСТ).

 Состав: Кукурузная крупа-1стакан , мука-1 стакан

Технология приготовления.

Кукурузную крупу просеять. Мелкую часть крупы оставить на столе, а крупную засыпать в кипящую воду и варить до загустения. Кашу подбить мелкой просеянной мукой и на слабом огне довести до крутого состояния, помешивая ее деревянной лопаткой. Кашу выложить на плоскую тарелку, после остывания разрезать на квадраты. Подавать к мясным блюдам.



МАМАЛЫГА ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ (НАТРЫФМАМРЫС).

 Состав: кукурузная мука - 500 г, сoдa - 6 стаканов, соль -10г.

 Технология приготовления.

В кипящую подсоленную воду медленно, при постоянном помешивании, всыпать муку и варить на слабом огне 50 минут, помешивая деревянной лопаткой. Огонь уменьшить и варить еще 15 минут. К столу мамалыгу подать к жареному сыру, яичнице, мясным блюдам.

КРУТАЯ ПШЕННАЯ КАША (ФЫГУПАСТ).

 Состав: Пшенная крупа-2 стакана

 Технология приготовления.

Пшено хорошо промыть в холодной воде и опустить в кипящую подсоленную воду. Вода должна покрывать пшено на 2 пальца. На слабом огне кашу довести до крутого состояния. Готовый фыгупаст выложить на блюдо, разровнять. При подаче разрезать на куски. К столу подать с соусом щипси и мясом.

ВАРЕНИКИ СО СВЕЖИМ СЫРОМ (ХАЛИЖОЖИИ).

 Состав: мука - 500 г, яйцо - 1 шт., соль.

Начинка: сыр - 300г, яйцо - 1 шт., соль по вкусу.

 Технология приготовления.

 Из воды, муки, яйца и соли замесить крутое тесто, накрыть и дать ему полежать 10 минут. Раскатать тесто в виде колбасок, порезать на маленькие куски, раскатать на кружочки, завернуть в них свежий, чуть подсоленный, крошеный сыр с яйцом.
Готовые вареники опустить в кипящую подсоленную воду и варить до тех пор, пока они не всплывут.
Теплые вареники положить в кислое молоко, подсоленное чесночной солью, залить зажаркой.
Вареники можно подать с зажаркой, а кислое молоко поставить как дополнение отдельно.

4.ТРЕТЬИ БЛЮДА.

КАЛМЫЦКИЙ ЧАЙ (КАЛМЫКЩАЙ)

Состав: Для приготовления чая используют конский сушеный щавель вместе со стеблем и чай черный плиточный.

Технология приготовления.

Приготовление чая. Вначале надо приготовить отвар из конского щавеля. В кипящую воду положить щавель и на медленном огне варить 1 —1,5 часа. Настой должен получиться густым и ароматным. Добавить чай. В кипящий настой влить молоко по вкусу и тщательно перемешать. Разлить по большим пиалам. Каждый по вкусу добавляет молотый душистый перец, каймак или сливочное масло, соль.

К чаю можно подать щалямэ.

НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК И ГРУШ (МЫПСЫ, КУЖЫПСЫ)

 Состав: Сушеные яблоки, сушеные груши, сахар, мед.

Технология приготовления.

Фрукты промыть, положить в эмалированную или стеклянную посуду, залить кипятком, прикрыть чистым полотенцем. Через два дня раствор процедить в другую посуду. Добавить в него мед, сахар, или только мед и только сахар и поставить в теплое место на несколько дней для брожения. После прекращения брожения напиток готов к употреблению.

КАЙМАК (ЩЭТЭГЭПЩТАГ).

Состав: Молоко

Технология приготовления.

 Молоко закипятить и выставить в прохладное место на 10—12 часов. На поверхности образуется густой слой каймака. Его надо снять и слить в сметанницу. К столу подать с калмыцким чаем.

ИЗДЕЛИЕ ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА С СЫРОМ (ГУУБАТ)

Состав: молоко — 1стакан, сметана — 2 стакана, топленое масло — 300 г, растительное масло — 25 г, сахар — 2 столовые ложки (для сладкого теста — 300 г), яиц — 5 шт., дрожжи — 25 г, мука, соль по Вкусу.

Технология приготовления.

Дрожжи развести теплым молоком, положить яйца, сметану, растительное масло, все хорошо перемешать, вылить в муку, посолить и вымесить тесто.

 Тесто поставить на расстойку, как только оно подойдет разделить на 8—10 кусков и тонко их раскатать. Каждый пласт смазать топленым маслом и сложить один на другой. Полученное тесто разрезать на квадраты, положить на каждый квадрат начинку и закрыть концы квадрата в форме узелочка. Начинка должна быть видна.

 Начинка: свежий адыгейский сыр протереть через сито, добавить желтки, соль и сливочное масло по вкусу.

 Сладкий гуубат готовят так же, только в начинку и тесто добавляют сахар. Начинку для сладкого гуубата можно приготовить из толченых орехов .с сахаром.

 Выпекать гуубат в духовке. Когда изделие подрумянится, вынуть, накрыть салфеткой и оставить под ней до остывания.

ПИРОЖКИ (ХАЛЮЖ)

 Состав: молоко — 1 литр, топленое масло — 100 г, яйцо — 1 шт., мука, соль.

Начинка: свежий адыгейский сыр, соль по вкусу.

Технология приготовления.

На молоке замесить не очень крутое тесто, скатать его в жгут, нарезать на куски. Каждый кусок тонко раскатать, на половину кружка положить размельченный адыгейский сыр, накрыть другой половинкой и обрезать зубчатым колесиком. Жарить в кипящем масле.

ПЫШКИ (ЩАЛЯМ)

 Состав: кефир — 0,5 л, сметана — 2 ст. ложки, мука — 5 стаканов, соль — 1 ст. ложка, сахар — 1 ст. ложка без верха, сода —1ч. ложка, подсолнечное масло — 1 ст. ложка.

Технология приготовления.

В эмалированную кастрюлю вылить кефир, добавить сахар, соль и,помешивая, поставить кастрюлю на слабый огонь для прогревания. Как только жидкость слегка нагреется, снять с огня, добавить соду, сметану и тщательно перемешать.

 Муку дважды просеять, холмиком уложить на стол, сделать углубление, добавить туда ложку растительного масла и смешать с мукой, затем небольшими порциями добавлять смесь кефира, тут же замешивая его с мукой. Готовое, не очень крутое тесто, накрыть салфеткой и оставить на 30 минут для «созревания». Жарить в большом количестве масла. К столу подать с калмыцким чаем.

5.ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПОВАРА ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД ВЫБРАННОЙ КУХНИ.

Для удобства работающих, снижение трудовых затрат и повышение производительности труда, каждое рабочее место должно отвечать определенным требованиям.

К рабочему месту, где это необходимо, должна быть подведенная вода. Рабочий стол может иметь встроенную ванну с подводкой горячей и холодной воды. Все оборудование располагают в соответствии с технологическим процессом. Подходы к столу должны быть свободны. Инвентарь и посуду подбираютoв соответствии с выполненной работой.

Полы должны быть выполнены специальной, например метлахской плиткой, стены - кафелем . в полах предусмотрены трапы для стока воды. У рабочих мест на пол кладут деревянные решетки. Высота потолка не должна быть менее З...3,3м. Температура в горячем цехе не должна

превышать 22° С, в мясном и холодном цеху должна быть ниже 16 С°. для удаления запахов устраивается принудительная вентиляция.

Во всех цехах рабочие места распределяются в соответствии со стадиями технологического процесса.

ОВОЩНОЙ ЦЕХ.

Здесь выделяются рабочие места для мытья, очистки и нарезки овощей. Для мытья используют овощемойки или ванны с подводкой горячей и холодной воды. Для очистки корне - и клубнеплодов применяют картофелечистки, остальные овощи чистят вручную.

Для обработки овощей используют следующий

инвентарь и посуду: ножи поварской тройки, же лобковый и коренчатый ножи, доски разделочные с маркировкой ОС (овощи сырые, зелень) деревянные весла для мытья овощей, дуршлаги для выгрузки овощей из воды, грохоты для мытья зелени , полиэтиленовые ведра, бачки, котлы/

МЯСО - РЫБНЫЙ ЦЕХ.

В цехе, предназначенном для первичной обработки мяса, птицы, субпродуктов и рыбы, организуются рабочие места в соответствии с технологическим процессом обработки этих продуктов. Используют следующий набор инвентаря и посуды: ножи поварской тройки, ножи рубаки, об валочные ножи, тяпки для отбивания рыбы, мусат для точки ножей, иглы шпиговальные и поварские венчики, разделочные доски с маркировками НС (мясо сырое) и РС (рыба сырая), сита, грохоты, лотки для п/ф, котлы протвени.

Рыбу очищают рыбными скребками вручную или механическим скребком РО-1, плавники отрезают ножницами. Инвентарь и посуду мясорыбного цеха нельзя использовать в других цехах, так как они могут быть источником бактериального заражения.

ХОЛОДНЫЙ ЦЕХ.

В нем готовят холодные блюда и закуски, супы и сладкие блюда, подаваемые в холодном виде. Цех должен быть удобно связан с горячим цехом и торговым залом, в нем должны поддерживаться особая чистота и строго

соблюдаться все санитарные требования, так как продукция этого цеха не проходит тепловую обработку.

В цехе выделяют рабочие места для приготовления бутербродов, салатов, заливных и сладких блюд.

Здесь применяют следующие оборудования,

инвентарь и посуду: машина для нарезки гастрономических товаров, холодильники, ножи поварской тройки, нож карболочный для фигурной нарезки, гастрономический, сырный, разделочные доски с маркировками ОВ (овощи варенные), ОС (овощи сырые) и "Сельдь", формы, лотки для приготовления желе, студней. На столе устанавливают весы для порционирования изделий и горку для приправ.

ГОРЯЧИЙ ЦЕХ.

Он предназначен для приготовления первых блюд, гарниров, соусов, вторых блюд, горячих напитков и сладких блюд, выпеченных изделий.

Основным оборудованием горячего цеха является тепловое: электрические плиты, котлы, сковородки, жарочные шкафы, кипятильники. Здесь же устанавливают стеллажи, холодильные шкафы. Для переноски тяжелых котлов применяются тележки с подъемным устройством.

Инвентарь и посуда для горячего цеха: наплитные котлы, кастрюли, сотейники, чайники, сковороды и протвени, грохоты, дуршлаги, сита, шумовки, ложки разливательные, гарнирные, для каш, жиров, сахарного песка, соусов, черпаки. Для того чтобы температура в цехе не превышала 22° С, над плитами и котлами устанавливается вытяжная вентиляция. На выходе из горячего цеха в торговый зал располагают раздаточную. Ее оборудовают для горячих блюд, охлаждаемыми прилавками -витринами для блюд, подаваемых из холодного цеха. Для раздачи используют разливательные лотки всех видов. Лопатки щипцы для котлет, рыбы.

На раздаче поддерживается постоянная температура блюд.

САНИТАРИЯ И ГИГИЕНА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ.

До работы с продуктами питания допускаются только здоровые люди. Больной человек или носитель болезнетворных бактерий может заразить пищу, а та, в свою очередь, тех кто ее потребляет. Для того чтобы предупредить возникновение заболеваний необходимо

обязательное выполнение правил личной гигиены всеми работниками предприятий общественного питания.

До работы на предприятиях ОП допускаются только лица, прошедшие специальное медицинское обследование. Она включает в себя исследования микрофлоры кишечника на возбудителей острых кишечных заболеваний и глистоносительство. Не допускаются к работе лица больные туберкулезом, кожно-венерическими заболеваниями. Каждому поступившему на работу выдаются санитарные книжки, куда заносятся результаты медосмотра и лабораторных исследований, в дальнейшем мед, осмотры проводятся регулярно в установленном санэпидемстанциями порядке, перед началом работы необходимо вымыть руки одеть санитарную спецодежду, убрать волосы под колпак или косынку. Санитарный врач ежедневно проверяет состояние работающих. Временно отстраняет от работы лица, имеющие гнойничковые заболевания кожи, порезы, ожоги. Также не допускают до работы, заболевшие ангиной и другими заболеваниями носоглотки. Микробы, содержащие в слюне, могут попасть на продукты при разговоре, кашле, чихании и вызвать их заражение.

При работе с продуктами необходимо мыть руки после каждой технологической операции. Особенно важно соблюдать это правило при переходе от разделки сырых продуктов к работе с готовыми изделиями. Руки после мытья высушивают электрополотенцем. Перед посещением туалета снимают сан спецодежду, после тщательно моют руки с мылом. В карманах сан спецодежды не должно быть посторонних предметов, запрещается закалывать ее булавками. Меняют одежду по мере загрязнения, но не реже одного раза в два дня.

Лицам, работающим с продуктами, запрещается носить кольца, бусы, серьги. Ногти должны быть коротко острижены, без лака.

6.ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ ПОВАРА.

К выполнению кулинарных работ допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Учащиеся, назначаемые на кухонные работы должны пройти инструктаж по исполнению вспомогательных работ для работы по кухне. Инструктаж по охране труда связан с вспомогательными работами. Его проводит заведующая столовой с записью в журнале. При выполнении кухонных работ обслуживающим персоналом, возможно воздействие следующих опасных, вредных производственных факторов - порезы пальцев, рук ножом при неаккуратном обращении с ним;

травмирование пальцев рук при работе с мясорубкой и теркой; ожоги горячей жидкостью или паром; поражением электрическим током.

При выполнении кухонных работ должна

использоваться спецодежда: халат хлопчатобумажный или фартук и косынка (колпак).

В помещение для выполнения кухонных работ должна быть мед аптечка. Кухонные работники должны соблюдать правила пожарной безопасности. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая немедленно должен сообщить заведующей столовой или дежурному, которые сообщат об этом администрации учреждения.

При неисправности оборудования прекратить работу и сообщить об этом дежурному и заведующему столовой.

В процессе работы соблюдать правила ношения спецодежды, пользования индивидуальными и коллективными средствами защиты, соблюдать правила личной гигиены, соблюдать чистоту на рабочем месте.

Работник, допустивший невыполнение или нарушение инструкции по охране труда привлекаются к ответственности и со всеми работниками проходят внеплановый инструктаж по охране труда.

7.ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ.

Адыгейская кухня является неотъемлемой частью истории. По моему мнению, эта кухня приобретает популярность в мире, мне нравиться кухня тем, что она своеобразием своих блюд, национальными традициями и колоритом красок овощей и фруктов, используемых в "Адыгейской кухне".

8.ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.

1. Ермакова В.И. "Кулинария". Научно-популярное издание, 1982.

2. Барановский В.А., Шатун Л.Г. "Повар". Издательство "Феникс", 2001.

3. Сайт «Солнечная Адыгея» URL:www.adigea.com