

Дисциплина МДК. 02.02 Процессы приготовления, подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента

Тема: Приготовление и подготовка к реализации горячих супов разнообразного ассортимента

Цели занятия:

Обучающие:

- углубить, систематизировать, обобщить и проконтролировать знания студентов по процессу приготовления, подготовки к реализации холодных блюд;
- формировать умения студентов;
- привлекать студентов к самостоятельной, творческой деятельности;
- формировать поисковый стиль мышления и работы при изучении новой темы. Формирование умений структурировать информацию.
- совершенствовать методику проведения занятия с визуальным сопровождением и использованием интерактивных методов;
- адаптировать инновационные методы обучения к традиционной методике преподавания;
- создать условия для закрепления и совершенствования, ранее полученных знаний и для формирования профессиональных навыков.

Развивающие:

- развивать внимание, дисциплинированность, активность, коммуникабельность и умение работать в коллективе;
- способствовать развитию умений работать в коллективе;
- развивать профессиональный интерес.

Воспитательные:

- формировать интерес к выбранной профессии;
- прививать чувство ответственности, бережливости, добросовестного отношения к своим обязанностям;
- воспитывать ответственное отношение к выполняемой работе, профессионально-важные качества личности (внимательность, скорость мышления).

Лекция

(2 часа)

План

1. Пищевая ценность и значение супов в питании.
2. Классификация и ассортимент супов.

1. Пищевая ценность и значение супов в питании.

Супы в питании человека играют очень важную роль: они возбуждают аппетит, возмещают значительную часть потребности в воде, являются источником витаминов, минеральных солей и других биологически активных веществ.

Супы способствуют образованию пищеварительных соков, улучшают аппетит. Как отмечал великий физиолог И. М. Сеченов: «Суп — прежде всего аппетитное средство». Эту роль в супах выполняют две группы возбудителей аппетита: 1) вкусовые и ароматические вещества и 2) непосредственные химические раздражители (возбудители) деятельности пищеварительных желез. Поэтому обычай подавать суп перед вторым горячим блюдом представляется совершенно естественным, хотя, например, обед узбека начинается с чая. Во многих странах Востока суп подают в конце трапезы. Исключение из рациона супов может привести к желудочно-кишечным заболеваниям

Русские национальные супы не только служат «аппетитным средством», как их называл И.М. Сеченов, но и обладают высокой энергетической ценностью за счет присутствия в них таких компонентов, как мясо, рыба, крупа, бобовые и другие продукты. Не случайно, некогда в крестьянских и рабочих семьях обед состоял по существу из одного только супа с хлебом

Вся семья собиралась вокруг очага, где в большом горшке кипела дымящаяся похлебка. Само слово «суп» берет начало от латинского «sor», то есть хлеб, политый похлебкой или мясным отваром.

Супы являются важным источником минеральных веществ, витаминов и других биологически активных веществ в нашем рационе. Потери минеральных веществ при варке супов не происходят, так как они остаются в бульоне.

По сравнению со вторыми блюдами супы менее калорийны, они не богаты витаминами, поэтому в них целесообразно добавлять различные корни: петрушку, сельдерей, чеснок, морковь, лук

Супы состоят из жидкой основы и гарнира, состоящего из разнообразных продуктов: картофеля, круп, овощей, макаронных изделий и др. Аппетит возбуждают экстрактивные вещества жидкой основы супов, органические кислоты, содержащиеся в квашеной капусте, томатах, соленых огурцах, вкусовые и ароматические вещества продуктов, которые используются для приготовления супов. Входящие в состав гарнира продукты (овощи, крупы, мясо, рыба и др.) содержат углеводы, жиры, белки.

Калорийность супов различна. Наиболее калорийными являются солянки, крупяные супы и некоторые другие, так как кроме жидкой основы, в них входят крупы, овощи, макаронные изделия, мясо, рыба. Питательную ценность супов повышает хлеб, пирожки, расстегаи, которые подаются к ним.

2. Классификация и ассортимент супов.

Классификация супов следующая:

По температуре подачи – холодные (не выше 14°C) и горячие (не ниже 75°C);

Жидкой основе – на бульоне (костном, мясо – костном, из птицы, мясном, рыбном, грибном), молоке, отварах (овощном, из бобовых, из макаронных изделий), квасе, кисломолочных продуктах;

Способу приготовления – заправочные, пюреобразные (протёртые), прозрачные, вегетарианские (из молочно – растительных продуктов или только из растительных), разные (молочные, фруктовые и др.)

Контрольные вопросы

1. Значение в питании супов
2. Пищевая ценность супов
3. Классификация супов
4. Какие бывают супы по температуре подачи?
5. Какие бывают супы по способу приготовления?

Домашнее задание:

Составить конспект лекции, ответить на контрольные вопросы (ответы записать в тетрадь)

Список рекомендованных источников

1. Мрыхина, Е. Б. Организация производства на предприятиях общественного питания: учебное пособие. - М: ИД «ФОРУМ»: ИНФА-М, 2008. - 176 с.: ил. - (Профессиональное образование).

2. Радченко, Л.А. Организация производства на предприятиях общественного питания. Учебник. Изд. 4-е, доп. и перер.- Ростов н/Д: из-во «Феникс», 2005.- 352.

3. Н. И Ковалев, М.Н. Куткина, В.А. Кравцова Технология приготовления пищи - М. Деловая культура, 2008 .

4. Успенская Н.Р. Практическое пособие для повара. - М.: Экономика, 1992

Готовые материалы присылать преподавателю в личном сообщении социальной сети <https://vk.com/el.leon> или botsevaelena@mail.ru

Преподаватель

Е.Л. Боцева