

М2 Приготування гарячих страв

Кухар

Тема уроку: Приготування молочних і сметанних соусів, вимоги до якості, подача.

Мета: навчальна - формувати знання щодо приготування молочних і сметанних соусів, вимоги до якості та правила подачі;

виховна – прищеплювати інтерес до обраної професії;

розвивальна – розвивати інтелектуальну активність, розвивати пам'ять та логічне мислення учнів, їх творчі здібності, професійні навички і вміння.

Тип уроку: інтерактивні технології

Дидактичне забезпечення уроку: інструкційно-технологічні картки; персональні комп'ютери, онлайн-сервіс LearningApps.org, презентація в програмі Microsoft PowerPoint.

Міжпредметні зв'язки: Технологія приготування їжі з основами товарознавства – тема «Технологія приготування соусів»

Організація виробництва та обслуговування – тема «Організація робочих місць з приготування напівфабрикатів і страв на підприємствах ресторанного господарства»,

Устаткування підприємств харчування – тема «Сучасне холодильне устаткування»,

Гігієна та санітарія виробництва – тема «Особиста гігієна працівників підприємств харчування», «Гігієнічні вимоги до обладнання, інвентарю, посуду, та пакувальних матеріалів», «Гігієнічна оцінка якості харчових продуктів»,

Фізіологія харчування – тема «Фізіологічна характеристика основних продуктів харчування»

Хід уроку:

I. Організаційний момент:

- Перевірка наявності учнів;
Доброго дня, шановні учні. Сьогодні чудовий зимовий день, світить сонечко. Тож давайте посміхнемось один – одному та побажаємо хорошого настрою. Прошу старосту доповісти про присутність учнів на уроці. (Староста доповідає)
 - Перевірка готовності учнів до уроку.
 - Прошу старосту доповісти про готовність учнів до уроку. (Староста доповідає)
- Налаштування настрою учнів на продуктивну плідну роботу:
Сьогоднішній урок давайте проведемо під таким гаслом:
«Я розумна істота, творча особистість. Я вчуся, бо все хочу знати !»
І давайте разом повторимо: «Я все знаю, я все можу, я все зможу».
Тож усім вам бажаю успішної роботи на уроці.

II. Актуалізація опорних знань учнів (повторення раніше вивченого матеріалу).

Зараз ми з вами перевіримо ваші теоретичні знання за допомогою онлайн-сервісу LearningApps.org.

З його допомогою я створила для Вас різні вправи для оцінювання, а саме: гра «Перший мільйон», «Парочки», вправи «Кросворд», «Вікторина».

Сідайте за персональні комп'ютери і в онлайн-сервісі LearningApps.org перейдіть до вкладки «Мої вправи». І розпочнемо ми з вправи «Знавець соусів». Ця вправа створена на основі гри «Перший мільйон». Ваше завдання правильно відповісти на дані питання. У вас є 4 варіанти відповідей. Приступайте до роботи. Після закінчення вправи натисніть на знак ☐

Викладач оцінює відповіді та записує оцінки в лист оцінювання.

Наступною вправою є «Кросворд». Перед вами відкривається поле із словами. Натискаючи на слова ви бачите вкладку із запитанням до даного слова. Ваше завдання правильно відповісти на всі питання кросворда. Приступайте до роботи. Після закінчення вправи натисніть на знак ☐

Викладач оцінює відповіді та записує оцінки в лист оцінювання.

Наступною вправою є гра «Парочки». Ваше завдання підібрати пару (назву соусу) до зображень відомих соусів.

Викладач оцінює відповіді та записує оцінки в лист оцінювання.

Наступна вправа «Вікторина з друкуванням». Ваше завдання правильно вписати відповіді на поставлені запитання. Приступайте до роботи. Після закінчення вправи ☐ натисніть на знак.

Викадач оцінює відповіді та записує оцінки в лист оцінювання.

III. Викладення нового матеріалу учням.

Соуси молочні

Основою для приготування молочних соусів є молоко і біла жирова борошняна пасеровка. Борошно пасерують у сотейнику так, щоб воно не змінило свого кольору і тільки на вершковому маслі, оскільки інші жири надають таким соусам неприємного смаку. Для приготування їх використовують незбиране молоко або молоко, розведене бульйоном чи водою.

Соус молочний.

Гарячу білу жирову пасеровку поступово розводять гарячим молоком і при безперервному помішуванні варять 7-10 хв. у посуді з товстим дном, додають сіль, цукор. Соус проціджують, доводять до кипіння, зашипують шматочками вершкового масла, щоб при зберіганні на поверхні не утворювалася плівка. Соус молочний готують різної консистенції: рідкої, середньої густини і густої, залежно від використання. Рідкі соуси використовують для поливання овочевих, круп'яних страв, середньої густини – для запікання (з додаванням сирих яєчних жовтків), страв з овочів, м'яса, риби, а також для заправлення припущених і варених овочів, густі – для фарширування, додають їх у морквяні котлети, сирники та інші страви як зв'язуючу основу.

Консистенція соусу залежить від кількості борошна. На 1 л соусу густої консистенції потрібно 130 г борошна, середньої густини – 100, рідкої – 50 г борошна, молока – 750, масла вершкового – відповідно 130, 100 і 50 г, бульйону або води – відповідно 150, 250, для соусів рідкої консистенції – 10 г цукру. Основний молочний соус використовують для приготування похідних соусів.

Соус молочний з цибулею.

Дрібно нарізану ріпчасту цибулю пасерують на маслі так, щоб не змінився колір, додають трохи бульйону і припускають до готовності в посуді із закритою кришкою. Готовий молочний соус з'єднують з пасерованою цибулею, перемішують, проварюють 5-10 хв, додають сіль, червоний мелений перець. Соус проціджують крізь сито, протирають цибулю, доводять до кипіння і заправляють вершковим маслом.

Подають до натуральних страв із смаженої баранини.

Молочний соус – 700, бульйон м'ясний – 200, цибуля ріпчаста – 300/250, масло вершкове – 70. Вихід – 1000.

Соус молочний солодкий.

У готовий молочний соус додають цукор і ванілін, попередньо розчинений у гарячій кип'яченій воді, варять 3-5 хв.

Подають до круп'яних страв і сирників.

Молоко – 750, масло вершкове – 40, борошно пшеничне – 40, вода – 250, цукор – 100, ванілін – 0,05. Вихід – 1000.

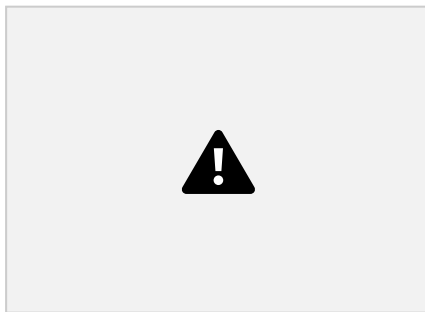
Вимоги до якості молочних соусів.

Молочні соуси мають присмак молока. Колір – від білого до світлокремового. Консистенція однорідна, еластична. Соус молочний з цибулею має ніжний смак з

легким присмаком і запахом цибулі; соус солодкий – з ароматом ваніліну. Рідкі соуси зберігають гарячими (температура 60-70 °С) 1-1,5 год., середньої густини готують безпосередньо перед використанням: вони не підлягають зберіганню; густі – охолоджують і зберігають одну добу.

Соуси сметанні

Для приготування соусів сметанних використовують сметану – продукт, який



виробляють з пастеризованих вершків (найжирнішої частини молока, яку відокремлюють при сепаруванні його в сепараторах). Вершки заквашують закваскою, приготовленою на чистих культурах молочнокислих бактерій з наступним дозріванням протягом доби. Сметана містить від 10 до 40 % жиру, 2,4-2,8 % білка, 2,6-3,2 % вуглеводів, 54,2-82,7 % води, вітаміни А, Е, В₁, В₂, С і РР. Енергетична цінність 100 г сметани 116-382

ккал, або 485-1598 кДж. Жир сметани добре засвоюється. Вона приємна на смак, поживна і корисна.

На підприємствах масового харчування в основному використовують сметану 30%-ї жирності. Крім того випускають сметану 36-, 25- і 20%-ї жирності; Любительську 40 %-ї жирності, яка має щільну консистенцію, не розпливається; дієтичну 10 %-ї жирності, збагачену вітаміном групи В.

Сметану 30 %-ї жирності за якістю поділяють на вищий і I сорти. Сметана вищого сорту білого кольору з кремовим відтінком, смак і запах чисті, з вираженим смаком і ароматом, які властиві пастеризованим продуктам; консистенція однорідна, в міру густа, без крупинок жиру і білка, глянцева; кислотність сметани 60-90 Т. У I сорті допускається слабо виражений присмак кормів і гіркоти; консистенція недостатньо густа, має нещільні грудочки, легку тягучість; кислотність 65-110 Т. Інші види сметани на сорти не поділяють.

При надходженні сметани на підприємства масового харчування обов'язково перевіряють її якість. Тягучу і забруднену, гірку, кислу сметану, з запахом і смаком кормів, із сироваткою, що відокремилася, не приймають.

У кулінарії сметану використовують не тільки для приготування соусів, її подають як самостійний продукт, а також використовують для приготування перших страв, бабок, запіканок, солодких страв.

Зберігають сметану при температурі 4-8 °С до 72 год.

Сметанні соуси готують натуральні, тобто зі сметани і білої борошняної пасеровки, або на основі білого соусу з додаванням сметани. Її вводять у готовий соус. Білий соус готують на м'ясному або рибному бульйоні, овочевому відварі залежно від призначення.

Сметанні соуси, приготовлені на м'ясному бульйоні або овочевому відварі, використовують для м'ясних і овочевих страв, а на рибному – тільки для рибних страв.

Соус сметанний натуральний.

Для соусу сметанного натурального борошно пасерують без масла, щоб воно не змінило кольору, охолоджують, додають масло, перемішують.

Сметану доводять до кипіння, додають підготовлену борошняну пасеровку з маслом, перемішують, доводять до кипіння, заправляють сіллю, перцем, варять 3-5 хв., проціджують і знову доводять до кипіння.

Подають до м'ясних, овочевих і рибних страв, а також для приготування похідних соусів.

Сметана – 1000, масло вершкове – 50, борошно пшеничне – 50. Вихід – 1000.

Соус сметанный на основі білого соусу. У гарячий білий соус додають прокип'ячену сметану, сіль, варять 3-5 хв., проціджують, доводять до кипіння.

Подають до м'ясних, рибних і овочевих страв, а також використовують для приготування грибних гарячих закусок, запікання м'яса, риби, овочів, грибів.

Сметана – 500, борошно – 50, бульйон або відвар – 500, маса білого соусу – 500. Вихід - 1000.

Соус сметанный з хроном. Дрібно натертий хрін прогрівають з вершковим маслом для видалення різкого смаку, але так, щоб не змінився його колір, додають оцет, перець чорний горошком, лавровий лист і кип'ятять 3-5 хв. для ароматизації хрону. Потім видаляють спеції, змішують з готовим сметанним соусом і кип'ятять. Подають до варених м'яса і язика, рулету, поросяти смаженого.

Соус сметанный – 800, хрін (корінь) – 313/200, масло вершкове або маргарин – 15, оцет 9 % – 74. Вихід – 1000.

Соус сметанный томатний. Томатне пюре уварюють до половини початкового об'єму, додають у соус сметанный, перемішують, проварюють, проціджують і доводять до кипіння,

Використовують для приготування запечених страв з овочів.

Томатне пюре – 100, соус сметанный – 1000. Вихід – 1000.

Соус сметанный з цибулею. Цибулю ріпчасту шаткують тонкою соломкою і пасерують на вершковому маслі до розм'якшення, але так, щоб цибуля не підрум'янилася.

У готовий сметанный соус кладуть підготовлену цибулю, варять 7-10 хв., додають сіль, соус Південний, доводять до кипіння при безперервному помішуванні. Подають до натуральних смажених м'ясних страв.

Соус сметанный – 850, цибуля ріпчаста – 298/250, масло вершкове або маргарин столовий – 25, соус Південний – 30. Вихід – 1000.

Соус сметанный з цибулею і томатом. Ріпчасту цибулю дрібно січуть, пасерують на маслі вершковому до розм'якшення, додають томатне пюре і пасерують ще 5-7 хв. У готовий сметанный соус вводять пасеровану цибулю з томатом, перемішують і кип'ятять.

Подають до страв з м'ясної котлетної маси і до голубців.

Соус сметанный – 850, цибуля ріпчаста – 298/250, масло вершкове або маргарин столовий – 25, томатне пюре – 100. Вихід – 1000.

Вимоги до якості сметанних соусів

Колір соусу – від білого до світло-кремового, а з томатом – рожевого.

Смак і запах сметани з присмаком і ароматом наповнювачів.

Консистенція однорідна, еластична, в'язка, напіврідка.

Сметанні соуси зберігають при температурі 75 °С не більш ніж 2 год від моменту приготування.

Соуси без борошна

Соуси без борошна готують на основі масла вершкового, оцту, олії, фруктових і ягідних відварів.

У соуси, приготовлені на основі масла вершкового, додають лимонну кислоту (1-2 г на 1 кг) або лимонний сік, щоб надати їм приємного гострого смаку.

Соуси на олії належать до холодних. Це майонез, заправки для салатів і оселедців, підливи з хрону, маринади овочеві, приправи. Їх подають до холодних м'ясних і рибних страв, використовують для заправки салатів.

Соуси на фруктових і ягідних відварах називають солодкими. Їх подають як гарячими, так і холодними до круп'яних і солодких страв.

Щоб приготувати ароматний оцет, треба оцтову есенцію (100 г) розвести кип'яченою охолодженою водою (2,5 л), додати естрагон, кріп або селеру (250 г), лавровий лист, посудину щільно закрити і залишити на 10-15 днів для настоювання, потім процідити. Оцет можна настоювати на часнику, гострому червоному, запашному або гіркому перці горошком, лимонній цедрі, листях чорної смородини, яблуках, мускатному горісі, гвоздиці.

Соус сухарний. Сухарі пшеничного хліба розмелюють, просіюють і підсмажують до світло-золотистого кольору. Масло вершкове прогрівають доти, доки не випарується волога, яка міститься в ньому, і не утвориться світло-коричневий осад. Потім масло проціджують і вводять в нього підготовлені сухарі, сіль, лимонний сік або лимонну кислоту, перемішують.

Подають до варених овочів – цвітної, білоголової, брюссельської капусти, спаржі, артишоків.

Масло вершкове – 800, сухарі пшеничні – 300, кислота лимонна – 2. Вихід – 1000.

Соус до риби (польський). Яйця варять круто, охолоджують, обчищають, дрібно січуть, зелень петрушки або кропу дрібно нарізують. Масло вершкове розтоплюють, додають підготовлені яйця, зелень, лимонний сік або розведену лимонну кислоту, сіль, перемішують.

Подають до страв з нежирної вареної риби.

Масло вершкове – 700, яйця – 8 шт./320, петрушка або кріп (зелень) – 27/20, кислота лимонна – 2. Вихід – 1000.

До страв з овочів слід подавати соус сухарний, а до рибних – польський.

Вони підвищують калорійність, оскільки містять багато жиру.

Соус майонез. Сирі яєчні жовтки ретельно відокремлюють від білків, додають готову гірчицю, сіль, цукор і добре перемішують дерев'яною кописткою. У суміш при безперервному збиванні вводять тонкою цівкою охолоджену до температури 16-18 °С рафіновану олію і продовжують збивати до повного з'єднання олії з сумішшю. Потім додають оцет, перемішують. Майонез після цього стає світлішим.

Майонез – це однорідна емульсія, в якій олія знаходиться у вигляді дрібних жирових кульок, що утворилися при збиванні. При недостатньому збиванні та тривалому зберіганні кульки жиру з'єднуються між собою і виступають на поверхні майонезу.

Цей процес називають відмаслюванням. Розшарування емульсії може настати в процесі збивання, якщо олія буде теплою (олія краще емульгує, якщо її охолодити до температури 16-18 °С), а також при зберіганні майонезу у відкритому посуді. Майонез, що відмаслювався, можна відновити. Для цього треба розтерти жовтки з гірчицею і при безперервному збиванні ввести охолоджений майонез, що відмаслювався. Збивають майонез вручну або у збивальній машині. При збиванні у машині емульсія буде стійкіша.

У майонез можна додати охолоджений білий соус. Для цього соусу борошно пасерують без жиру так, щоб воно не змінило кольору, доводять до кипіння, охолоджують і проціджують. Замість борошна можна використати картопляний або кукурудзяний крохмаль.

Подають до холодних і гарячих м'ясних, рибних страв використовують для заправлення салатів і приготування похідних соусів.

Олія—563, яйця (жовтки)— 72, гірчиця столова — 25, цукор —20, оцет 9% — 50, бульйон — 300, борошно пшеничне—25. Вихід — 1000.

Соус майонез із сметаною. У майонез додають сметану і перемішують. Подають до холодних страв з м'яса, риби, заправляють салати.

Майонез — 470, сметана — 530. Вихід — 1000.

Соус майонез з хреном. Хрін дрібно натирають на тертці, обшпарюють окропом, охолоджують, додають у майонез, перемішують.

Подають до фаршированої риби, вареного м'яса, холодцю.

Майонез — 820, хрін (корінь) —313/200, Вихід — 1000.

Соус з хрону із сметаною. Хрін дрібно натирають, додають цукор, сіль, свіжу сметану, перемішують. Подають до холодних м'ясних і рибних страв.

Хрін (корінь) — 547/350, сметана — 650, цукор — 15, сіль — 15. Вихід - 1000.

Хрін з квасом. Хрін дрібно натирають, додають сіль, олію, буряковий квас, перемішують. Подають до холодних м'ясних і рибних страв.

Хрін (корінь)—351,7/225, олія—115, буряковий квас—660, сіль за смаком. Вихід—1000.

Маринад овочевий з томатом. Моркву і ріпчасту цибулю шаткують соломкою або нарізують кружальцями, зірочками і пасерують на олії до напівготовності, додають томатне пюре і пасерують разом, перемішуючи ще 10 хв. У пасеровані овочі з томатом вливають рибний бульйон, оцет і варять 15-20 хв. Наприкінці варіння кладуть сіль, цукор, лавровий лист, перець.

Готовим маринадом заливають смажену або варену рибу з різким запахом. Щоб риба краще просочилася маринадним соком, її прогрівують, охолоджують і подають.

Морква — 625/500, цибуля ріпчаста — 238/200 або цибуля - порей — 263/200, томатне пюре—200, олія —100, оцет 9 % — 100, цукор — 30, бульйон рибний — 100. Вихід —1000.

Маринад овочевий без томату. Нарізані соломкою моркву і цибулю ріпчасту або порей пасерують на олії, додають оцет, духмяний перець горошком, гвоздику, корицю і кип'ятять 15-20 хв, наприкінці варіння додають лавровий лист, сіль, цукор та розведений холодною водою крохмаль чи борошно і проварюють до загусання.

Морква — 875/700, цибуля ріпчаста — 238/200, цибуля-порей — 253/200, олія — 100, оцет 3 % — 500, цукор — 30, крохмаль картопляний — 20 або борошно пшеничне — 30, вода для розведення крохмалю, борошна — 40. Вихід — 1000.

Гірчиця звичайна. Гірчицю в порошок заварюють окропом у посуді, що не окислюється, перемішують до утворення однорідної густої маси без грудочок, зверху заливають окропом і залишають на 12 год для видалення гіркоти. Потім воду зливають, додають цукор, сіль, олію, оцет і добре перемішують. Гірчицю перекладають у банки, зверху зав'язують тканиною і залишають на 2-3 дні для дозрівання.

Подають як приправу до м'ясних страв. Використовують для приготування соусів і заправок.

Гірчиця суха (порошок) – 290, вода – 490, оцет 9 % – 200, цукор – 45, олія – 25, кориця – 0,7, сіль – 35, гвоздика – 0,1. Вихід – 1000.

При приготуванні заправок спочатку розчиняють сіль і цукор в оцті, а потім змішують його з олією, оскільки сіль в олії не розчиняється.

В овочевий маринад з томатом можна додавати нашатковану свіжу капусту або варені буряки.

Пам'ятайте: від сонячних променів гірчиця втрачає смак і запах.

Гірчиця буде краще зберігатися і довго не засихатиме, якщо її розвести молоком.

Якщо гірчиця засохла, додайте трохи оцту і перемішайте. "Гірчиця буде мати приємний пряний смак, якщо в неї додати корицю, біле вино і гвоздику.

Щоб приготувати ароматну гірчицю, слід взяти: 100 г порошку сухої гірчиці, 30 г олії, 40 г цукру, 20 г ароматизованого оцту, настояного на духмяному і гіркому перці, лавровому листку, кориці, гвоздиці, мускатному горіхові.

Вимоги до якості соусів без борошна.

Для соусу сухарного вершкове масло має бути без вологи з рівномірно підсмаженими сухарями. Смак і запах злегка кислуватий, з ароматом масла, колір світло-коричневий підсмажених сухарів і масла вершкового.

Консистенція напіврідка з рівномірно розподіленими сухарями по всій масі.

Соус для риби (польський) має кислуватий смак з ароматом петрушки і масла. Колір жовтий. Маса соусу однорідна з дрібно нарізаними вареними яйцями.

Консистенція соусу майонез однорідна, напівгуста, в'язка, не розшаровується. Смак і запах гострий, кисло-солодкий, з ароматом гірчиці, оцту. Колір блідо-кремовий.

Заправки на олії мають смак і запах гострий, з ароматом спецій, оцту, наповнювачів.

Колір від світло-жовтого до жовтого. Консистенція рідка, однорідна; соусів з хрону – смак і запах гострий, кисло-солодкий, з ароматом оцту і хрону.

Колір від білого до білого з рожевим відтінком. Консистенція однорідна, хрін дрібно натертий і рівномірно розподілений по всій масі. Овочі для маринаду овочевого з томатом мають однакову форму нарізування (соломкою, кружальцями або зірочками), рівномірно розподілені.

Смак і запах – кисло-солодкий з присмаком пасерованих овочів, оцту і рибного бульйону. Колір оранжево-червоний. Консистенція напіврідка, овочі м'які.

Консистенція гірчиці однорідна, густа.

Смак і запах гострий, з ароматом гірчиці, оцту. Колір жовтий.

Соуси сухарний і Польський зберігають при температурі 75 °С до 2 год.

Соус майонез і салатні заправки зберігають 1-2 доби при температурі 10-15 °С, маринади і соуси з хрону – 2-3 доби при температурі 2-4 °С у закритому посуді, який не окислюється.

IV. Закріплення нового матеріалу .

1. Яка температура подавання гарячих соусів?

- а) 50 - 55°С;
- б) 60 - 80°С;
- в) 65 - 70°С.

2. Соуси середньої густоти використовують:

- а) для запікання страв;
- б) для поливання страв;
- в) для тушкування страв.

3. Які з перерахованих соусів готують на основі соусу основного червоного:

- а) соус паровий;
- б) соус цибулевий з гірчицею;
- в) соус томатний.

4. Який жир використовують для приготування молочного соусу?

- а) рослинну олію;
- б) масло вершкове;
- в) тваринний жир.

5. Який соус готують без борошна?

- а) молочний;
- б) польський;
- в) грибний.

V. Підведення підсумків уроку.

Аналіз успішності засвоєння матеріалу і діяльності учнів.

Оцінювання учнів.

VI. Домашнє завдання.

Опрацювати конспект

