

План уроку
виробничого навчання для гр. № 3.21 на 26.04.22 р.

Професія: «Кухар; Пекар»

Тема програми № 9: Приготування страв та гарнірів з овочів
Тема уроку № 1,2: Приготування страв і гарнірів з варених овочів:
картоплі, картопляного пюре, капуста варені, кукурудза відварна, відварні бобові. Вимоги до якості, відпуск.

Мета:

навчальна: сформувати вміння й навички з приготування страв з запечених і тушкованих овочів; формування і розвиток здібностей самостійно планувати й організовувати технологічний процес; сприяти закріпленню й удосконаленню прийомів роботи у учнів.

Тип уроку – комбінований

Метод проведення уроку: дистанційний

Матеріально-технічне забезпечення: Збірник рецептур 11981 р.

Обладнання: виробничі столи. Посуд та інвентар: емальовані миски, лотки, ножі кухарської трійки «ОС», «ОВ», розробні дошки «ОС», «ОВ».

Овочі: гриби, капуста білоголова, картопля, перець солодкий, цибуля, морква.

План – конспект

Законспектувати

Інструкційно-технологічна карта

Картопля відварна

Рецептура № 323

Збірник рецептур 1982 р

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1 порцію		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Картопля	334	258	Сировина відповідає вимогам діючих стандартів або технічних умов
або картопля молода	333	266	
Маса вареної картоплі		250	
Масло вершкове	15	15	
чи сметана	30	30	
або соус		75	
Вихід			
з маслом		265	
з соусом		325	
з сметаною		280	

Технологія приготування

1. Картоплю сортують, калібрують, миють, очищають і обточують кульками або бочечками.
2. Підготовлену картоплю кладуть у казан шаром не більше ніж 50 см, заливають гарячою водою так, щоб вона вкрила картоплю на 1-1,5 см.
3. Солять, накривають кришкою, доводять до кипіння і варять 15 хв. після закипання.
4. Воду зливають і доводять до готовності без води (за рахунок пари, яка утворюється в казані).
5. Варять картоплі невеликими партіями і використовують як самостійну страву або як гарнір.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд– варені овочі зберігають форму, бульби картоплі однакові за величиною. Допускається незначне розварювання бульб.

Консистенція – м'яка, ніжна.

Колір – від білого до світло – кремового.

Смак та запах– відповідний для кожного виду овочів.



Перед подаванням картоплю кладуть у підігріту столову мілку тарілку, баранчик або порційну сковороду, поливають маслом чи сметаною, або соусом грибним, цибулевим, сметанним, чи подають соуси окремо. Можна використовувати як гарнір до страв з м'яса і риби.

Інструкційно-технологічна картка
Страва: «Приготування картоплі відварної»

*Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування
1982 року видання. Рецепт №323*

№ з/п	Назва продуктів	Норма продуктів на одну порцію	
		Брутто, г.	Нетто, г.
1.	Картопля	344	258
2.	або картопля молода	333	266
3.	Маса вареної картоплі	250	
4.	Масло вершкове		15
5.	або сметана		30
6.	або соус		75
7.	або пасерована цибуля		25
8.	або смажені гриби		30
Вихід:		265/280/325/275/280	



Основна частина

№ з/п	Послідовність та технічні умови приготування страви	Обладнання, інструменти, інвентар	Зображення послідовності приготування страви
1.	Однакові за величиною бульби картоплі обчищають.	Середній ніж кухарської трійки, ємкість для шкірок	

2.	Великі бульби нарізують часточками, середні залишають цілими і кладуть у казан шаром не більше ніж 50 см, заливають гарячою водою так, щоб вона вкрила картоплю на 1-1,5 см, солять, накривають кришкою.	Каструля або казан	
3.	Доводять до кипіння і варять при слабкому кипінні до готовності.	Електроплита або газова плита	
4.	Відвар зливають, картоплю підсушують.	Каструля, електроплита	
5.	Подають з маслом і зеленню, пасерованою цибулею, та ін..	Тарілка столова мілка для подачі	
Правила відпуску: перед подаванням картоплю кладуть у підігріту столову мілку тарілку, баранчик або порціонну сковороду, поливають маслом чи сметаною, або соусом грибним, цибулевим, сметанним, чи подають соуси окремо. Можна подавати зі смаженою цибулею або смаженими грибами, смаженими грибами і цибулею, або використовувати як гарнір до страв з м'яса і риби. Прикрашають січеною зеленню.			
Вимоги до якості:			

- зовнішній вигляд: варена картопля зберегла форму, бульби картоплі однакові за величиною, нарізані часточками (якщо бульби великі), або обточені бочечками;

- колір: від білого до світло-кремового;
- смак і запах: смак характерний для картоплі, в міру солоний;
- консистенція: зварені овочі мають м'яку, ніжну консистенцію.

Зварену картоплю зберігають на марміті не більш ніж 2 год, оскільки при тривалому зберіганні погіршується їх якість і руйнується вітамін С.

Інструктивна частина ІТК

1. Обчищайте шкірочку з картоплі якомога тонкіше, під нею міститься більше вітамінів, ніж у м'якоті.
2. При варінні старої обчищеної картоплі не з'являться темні плями, якщо у воду додати трохи оцту чи лимонної кислоти.
3. Картоплю, обточену бочечками, молоду і ту, що швидко розварюється, варять 15 хв. після закипання, а потім воду зливають і доводять до готовності без води (за рахунок пари, яка утворюється в казані).
4. Великі бульби картоплі перед варінням нарізають часточками.
Картоплю не слід переварювати чи зварену тримати у відварі: вона стає водянистою, погіршується її смак.
5. Картопля звариться швидше, якщо у воду додати ложку маргарину чи перед варінням обчищену картоплю потримати 2-3 хв. під сильним струменем холодної води.
6. Варіть на парі молоду і ту, що швидко розварюється, картоплю і моркву, оскільки під час варіння у воді вони стають водянистими і несмачними.

Перелік питань для самоконтролю

1. Як нарізають велику картоплю для приготування страви «Картопля відварна»?
2. Для приготування відварної картоплі якою водою її заливають для варіння?
3. Поясніть чому варять картоплю під закритою кришкою?
4. Який час зберігають зварену картоплю на марміті до реалізації?

Відповісти в зошитах

Вимоги охорони праці та безпечного виконання робіт при приготуванні страви

- 1) Вимити стіл та інструмент гарячою водою.

- 2) Перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна.
- 3) Обробну дошку розмістити перед собою, на відстані 5-6 см від краю столу.
- 4) Інструмент, інвентар, посуд розмістити праворуч, а оброблені овочі – ліворуч. Ніж покласти лезом до дошки. Обробна дошка повинна мати маркування «ОС».
- 5) Перед обчищенням овочі помити, первинну обробку здійснювати на окремих, призначених для цього столах; для відходів використовувати окремий посуд.
- 6) Ножем слід користуватися обережно, пересуватися по кухні - лабораторії слід опустивши ніж лезом донизу і притиснувши до себе.
- 7) Перед варінням овочів слід перевірити справність електроплити.
- 8) Під час варіння овочів слід мати рушник, щоб відкривати кришку, відкривати її слід від себе, щоб запобігти опіків.
- 9) Після завершення роботи прибрати робоче місце, видалити відходи, вимити дошку, інвентар та інструмент.

Інструкційно- технологічна карта Картопляне пюре

Рецептура № 326

Збірник рецептур 1982 р

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1 порцію		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Картопля	293	220	Сировина відповідає вимогам діючих стандартів або технічних умов
Молоко	40	40	
Маргарин	5	5	
Маса пюре	-	250	
Маргарин ст.	10	10	
або соус		75	
Цибуля ріпчаста	48	40	
Маса пас. цибулі	-	20	
Масло вершкове	10	10	
Вихід		260/270	

Технологія приготування

1. Обчищають картоплю..

2. Бульби картоплі нарізають, заливають гарячою водою, солять, закривають кришкою і варять до готовності. Відвар зливають, картоплю підсушують.
3. Картоплю протирають гарячою (у протиральній машині).
4. У гарячу протерту картоплю дають розтоплений жир, вливають при безперервному помішуванні гаряче кип'ячене молоко.
5. Суміш збивають до утворення пухкої однорідної маси.
6. Подають на гарнірній тарілці, поливають розтопленим маслом, прикрашають зеленню.

<i>Вимоги до якості</i> <i>зовнішній вигляд:</i> картопля протерта, збита міксером у вигляді однорідного пюре; <i>колір:</i> від білого до кремового; <i>смак і запах:</i> смак ніжний, з ароматом молока і вершкового масла, в міру солоний; <i>консистенція:</i> густа, пухка, однорідна, без грудочок не протертої картоплі.	
---	--

Правила відпуску: перед подаванням пюре кладуть у тарілку, на поверхні роблять узор ложкою, змоченою в розтопленому маслі, поливають маслом вершковим, посипають зеленню. Можна подавати з пасерованою цибулею, круто звареними січеними яйцями, змішаними з розтопленим вершковим маслом. Можна також використовувати як гарнір до м'ясних і рибних страв.

**Інструкційно-технологічна картка
«Приготування картопляного пюре»**

Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування 1982 року видання. Рецепт №326

№ з/п	Назва продуктів	Норма продуктів на одну порцію	
		Брутто, г.	Нетто, г.
1.	Картопля	293	220
2.	Молоко	40	40
3.	Маргарин столовий	5	5
3.	Маса пюре	250	
4.	Масло вершкове	10	10
5.	або цибуля ріпчаста	48	40
6.	Маргарин столовий	10	10
7.	Маса пасерованої цибулі	20	
8.	або яйця	20	20
9.	Масло вершкове	10	10
Вихід:		260/270/280	



Основна частина

№ з/п	Послідовність та технічні умови приготування страви	Обладнання, інструменти, інвентар	Зображення послідовності приготування страви
1.	Обчищають картоплю.	Ніж, ємкість для шкірок	

2.	Бульби картоплі нарізають, заливають гарячою водою, солять, закривають кришкою і варять до готовності.	Каструля, ніж, електроплита	
3.	Відвар зливають, картоплю підсушують.		
4.	Картоплю протирають гарячою (у протиральній машині).	Протиральна машина	
5.	У гарячу протерту картоплю дають розтоплений жир, вливають при безперервному помішуванні гаряче кип'ячене молоко.		

6.	Суміш збивають до утворення пухкої однорідної маси.	Збивальна машина (міксер, блендер)	
7.	Подають на гарнірній тарілці, поливають розтопленим маслом, прикрашають зеленню.	Плоска гарнірна тарілка	
Правила відпуску: перед подаванням пюре кладуть у тарілку, на поверхні роблять узор ложкою, змоченою в розтопленому маслі, поливають маслом вершковим, посипають зеленню. Можна подавати з пасерованою цибулею, круто звареними січеними яйцями, змішаними з розтопленим вершковим маслом. Можна також використовувати як гарнір до м'ясних і рибних страв.			
Вимоги до якості: - зовнішній вигляд: картопля протерта, збита міксером у вигляді однорідного пюре; – колір: від білого до кремового; – смак і запах: смак ніжний, з ароматом молока і вершкового масла, в міру солоний; – консистенція: густа, пухка, однорідна, без грудочок не протертої картоплі. Картопляне пюре зберігають на марміті не більш ніж 2 год, оскільки при тривалому зберіганні погіршується їх якість і руйнується вітамін С.			

Інструктивна частина ІТК

1. Для картопляного пюре краще використовувати сорт картоплі з високим вмістом крохмалю.
2. Обчищайте шкірочку з картоплі якомога тонкіше, під нею міститься більше вітамінів, ніж у м'якоті.

3. При варінні старої обчищеної картоплі не з'являться темні плями, якщо у воду додати трохи оцту чи лимонної кислоти.
4. Картоплю не слід переварювати чи зварену тримати у відварі: вона стає водянистою, погіршується її смак.
5. Варена картопля буде смачнішою, якщо у воду при варінні покласти 2-3 зубки часнику або цибулину чи трохи сушеного кропу, загорнутого у марлю.
6. Картопля звариться швидше, якщо у воду додати ложку маргарину чи перед варінням обчищену картоплю потримати 2-3 хв. під сильним струменем холодної води..
7. З молодой картоплі пюре не смачне, її краще варити і подавати цілою з маслом або зі сметаною.
8. Заливати варену картоплю слід гарячим молоком, щоб картопляне пюре не потемніло.
9. З охолодженої картоплі пюре буде в'язке і тягуче, а з протертої разом з відваром — не досить білим і пухким, від холодного молока стає сірим.
10. Пюре зі старої картоплі буде смачним і пухким, якщо у нього додати збитий яєчний білок.
11. Температура картоплі під час протирання має бути не нижчою 80 °С, оскільки в охолодженій картоплі клітини, які містять клейстеризований крохмаль, легко руйнуються, внаслідок пюре стає тягучим, темним і несмачним.

Перелік питань для самоконтролю

1. З якої картоплі рекомендується готувати картопляне пюре?
2. На якому етапі додають молоко?
3. Якої температури повинно бути молоко, для картопляного пюре?
4. Чому не можна довго збивати картопляне пюре?
5. Як подавати картопляне пюре?
6. Чому протирати картоплю необхідно гарячою?
7. Що можна додати в картопляне пюре для поліпшення смаку?

Відповісти в зошитах

Вимоги охорони праці та безпечного виконання робіт при приготуванні страви

- 1) Вимити стіл та інструмент гарячою водою.

- 2) Перед початком роботи руки вимити милом і ополоснути їх 0,2-відсотковим розчином хлорного вапна.
- 3) Розробну дошку розмістити перед собою, на відстані 5-6 см від краю столу.
- 4) Інструмент, інвентар, посуд розмістити праворуч, а оброблені овочі – ліворуч. Ніж покласти лезом до дошки. Розробна дошка повинна мати маркування «ОС».
- 5) Перед обчищенням овочі помити, первинну обробку здійснювати на окремих, призначених для цього столах; для відходів використовувати окремий посуд.
- 6) Ножем слід користуватися обережно, пересуватися по кухні-лабараторії слід опутивши ніж лезом донизу і притиснувши до себе.
- 7) Перед варінням овочів слід перевірити справність електроплити.
- 8) Під час варіння овочів слід мати рушник, щоб відкривати кришку, відкривати її слід від себе, щоб запобігти опіків.
- 9) Після завершення роботи прибрати робоче місце, видалити відходи, вимити дошку, інвентар та інструмент.

Технологічна карта

Капуста відварна з вершковим маслом

Рецептура № 300

Збірник рецептур 1982 р

Найменування сировини	Витрати сировини в г на 1 порцію		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Капуста білокачанна	271	217	Сировина відповідає вимогам діючих стандартів або технічних умов
або рання білоголова	278	222	
або цвітна	427	427	
або савойська	278	217	
Маса вареної капусти	-	200	
Масло вершкове	15	15	
Вихід		215	

Технологія приготування

Оброблену білоголову капусту нарізують шашками, ранню білоголову – часточками. Цвітну капусту можна використати цілими суцвіттями або нарізати. Головки брюссельської капусти треба попередньо зрізати з стебла. Підготовлену капусту кладуть у киплячу підсолону воду, швидко доводять до кипіння і варять при слабкому кипінні до готовності в посуді із відкритою кришкою, а брюссельську капусту варять з відкритою кришкою при бурхливому кипінні, щоб не змінився колір. Готову капусту до

подавання зберігають у гарячому відварі не більше 60 хв., оскільки при тривалому зберіганні руйнується вітамін С, погіршується смак і зовнішній вигляд страви.

Перед подаванням капусту відкидають на друшляк, дають стекти відвару. Подають у баранчику або порціонній сковороді і поливають вершковим маслом чи соусом – молочним, сметанним, сухарним. Соус можна подати окремо в соуснику.

Вимоги до якості

зовнішній вигляд: капуста зберегла форму нарізки, збита міксером у вигляді однорідного пюре;

колір: від білого до кремового;

смак і запах: смак ніжний, з ароматом вершкового масла, в міру солоний;

консистенція: м'яка, ніжна.



Інструкційно-технологічна картка

«Приготування капусти з маслом»

Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування 1982 року видання. Рецепт №300

№ з/п	Назва продуктів	Норма продуктів на одну порцію	
		Брутто, г.	Нетто, г.
1.	Капуста білокачанна	271	217
2.	або рання білоголова	278	222
3.	або цвітна	427	427
3.	Маса вареної капусти	200	
4.	Масло вершкове	15	15
Вихід:		215	

Основна частина

№ з/п	Послідовність та технічні умови приготування страви	Обладнання, інструменти, інвентар	Зображення послідовності приготування страви
1.	Оброблену білоголову капусту нарізують шашками, ранню білоголову – часточками.	Ніж, ємкість для очисток.	
2.	Підготовлену капусту кладуть у киплячу підсолену воду, швидко доводять до кипіння і варять при слабкому кипінні до готовності в посуді із відкритою кришкою.	Каструля, електроплита	

3.	Відварену капусту відкидають на друшляк, дають стекти відвару. Поливають розтопленим вершковим маслом.	Друшляк, соусник, баранчик або порціонна сковорода.	
4.	Подають у баранчику або порціонній сковороді і поливають вершковим маслом чи соусом – молочним, сметанним, сухарним. Соус можна подати окремо в соуснику.	Посуд для подавання, соусник	

Домашнє завдання: : відповісти на питання та надіслати для перевірки на електронну пошту майстра виробничого навчання Раскевич Л.Б.

ludmilaraskevich66@gmail.com