

**Дисциплина МДК. 03.01 Организация процессов приготовления, подготовки и реализации холодных блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента**

**Инструкционная карта**

**Лабораторная работа № 4  
(6 часов)**

**Тема:** Подготовка и нарезка полуфабрикатов из овощей и грибов для приготовления закусок

**Цели занятия:**

**Обучающие:**

- углубить, систематизировать, обобщить и проконтролировать знания студентов по организации процессов приготовления, подготовки к реализации холодных блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента;
- 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).

**Оборудование:**

Техническое оснащение: ноутбук, проектор, экран

Методическое обеспечение: инструкционные карты, презентации

## Теоретическая часть

### Обработка плодовых овощей

Плодовые овощи содержат сахар, каротин, немного белка, витамин С и группы В. Зернобобовые овощи отличаются большим содержанием белка.

**Помидоры (томаты)** сортируют по размерам и степени зрелости (зрелые, недозрелые, перезрелые), удаляют испорченные или помятые экземпляры. Затем промывают и вырезают место прикрепления плодоножки. Крепкие зрелые помидоры среднего размера и мелкие используют для салатов, гарнира, фарширования. Перезрелые помидоры – для приготовления супов, соусов, тушеных блюд. Нарезают помидоры кружочками для салатов и жарки; дольками – для салатов, супов; кубиками – для супов.

**Баклажаны** сортируют, отрезают плодоножку, промывают, старые баклажаны ошпаривают и очищают кожицу. Нарезают кружочками, ломтиками для жарки, кубиками – для супов.

**Перец стручковый (острый и сладкий)** сортируют, промывают, разрезают вдоль пополам, удаляют семена вместе с мякотью и промывают. Нарезают соломкой для салатов, супов, мелкими кубиками – для супов.

**Тыкву** моют, отрезают плодоножку, разрезают на несколько частей, удаляют семена, очищают кожицу и промывают. Нарезают кубиками, ломтиками и реже дольками, используют для варки, тушения, жарки.

**Кабачки и патиссоны** рекомендуется использовать в недозрелом виде, так как мякоть у них нежная, вкусная и семена нежесткие. Кабачки промывают, отрезают плодоножку, очищают кожицу и промывают. Крупные экземпляры разрезают на части и удаляют семена. Нарезают кружочками и ломтиками для жарки, кубиками – для приготовления рагу, супа овощного, для припускания.

**Огурцы** свежие сортируют по размерам, моют. У грядковых огурцов срезают кожицу, у парниковых и ранних грядковых огурцов кожицу срезают только с обоих концов. Нарезают кружочками, ломтиками для салатов, мелкими кубиками, соломкой – для салатов и холодных супов.

**Молодые стручки фасоли и зеленого горошка** сортируют, надламывают концы стручка, удаляют жилки, соединяющие половинки стручков. Стручки горошка используют в целом виде, а фасоль нарезают квадратиками или ромбиками и сразу используют для варки, так как она быстро темнеет.

### Нарезка томатных и тыквенных овощей.

**Помидоры** нарезают кружочками для салатов и жаренья, дольками для салатов и супов, кубиками для супов. Также существует нарезка томатов конкассе, которая подразумевает под собой нарезку томатов без кожи и семян мелким кубиком. Томаты конкассе используют при приготовлении гаспаччо.

**Баклажаны**— кружочками или ломтиками для жаренья, кубиками для супов.

**Перец стручковый**— соломкой для салатов и супов, мелкими кубиками для супов.

**Тыкву** режут кубиками, ломтиками, реже дольками и используют для варки, тушения, жаренья, запекания.

**Кабачки**— кружками или ломтиками для жаренья, кубиками для рагу, супов, припускания.

**Огурцы** свежие нарезаются кружочками или ломтиками для салатов, мелкими кубиками и соломкой для салатов и холодных супов.

#### **Обработка салатных, шпинатных овощей и пряной зелени.**

Их широко используют в сыром виде для приготовления холодных закусок, салатов, при подаче супов, вторых блюд.

*Салат, шпинат, щавель, зеленый лук, пряную зелень* перебирают, удаляют корни, если они есть, грубые стебли, испорченные листья и хорошо промывают несколько раз в большом количестве холодной воды, а затем под струей проточной воды и обсушивают на решетках в течение 20 мин. При хранении зелень быстро увядает и содержание витамина С в ней уменьшается. За трое суток хранения при комнатной температуре теряется 17—20% витамина С, а при хранении в холодильниках (3°C) — 6—8%. Особенно быстро разрушается витамин С в шинкованной зелени, поэтому следует нарезать небольшое количество ее по мере реализации.

При приготовлении кулинарной продукции применяют следующие виды ароматической зелени: укроп, петрушку, пастернак, сельдерей, майоран, эстрагон (тархун), кинзу (зелень кориандра), иссоп, базилик, мяту (перечную, лимонную), тмин, тимьян и др.

**Обработка бобовых и зерновых овощей.** Стручки фасоли и гороха перебирают, промывают и, надламывая концы, удаляют жилки, соединяющие створки. Длинные стручки разрезают поперек на 2—3 части.

Початки *кукурузы* молочно-восковой спелости очищают непосредственно перед варкой, чтобы не изменился цвет. У кукурузы отрезают стебель и основание, при этом вместе со стеблем отпадают листья. Затем снимают волокна, покрывающие початки, и промывают.

**Обработка десертных овощей.** К десертным овощам относятся спаржа и артишоки.

У *спаржи* используют молодые побеги. Их осторожно очищают от кожицы, стараясь не отломать головку. Нижнюю грубую часть побегов отрезают и используют для приготовления пюре и варки бульонов для супов из спаржи. Очищенную спаржу кладут в холодную воду. Когда вся спаржа очищена, ее связывают в пучки и отваривают. Различают спаржу белую и зеленую. Белую спаржу используют для приготовления соусов, супов-пюре, отварных блюд с соусами, а зеленую — в основном для гарниров.

*Артишоки* представляют собой крупные соцветия с мясистым цветоложем. При их обработке срезают стебли, верхние грубые части лепестков корзинки и удаляют внутренние тычинки. Срезы смазывают лимонной кислотой, чтобы они не темнели.

#### **Техника нарезки грибов.**

Грибы используются во многих кулинарных изделиях. Существует нарезка грибов пластиком, кубиком, соломкой, дольками. При нарезке

пластиком гриб укладывают на доску шляпкой вверх ножкой вниз и нарезают тонкими пластинами (1-2мм). Для нарезки соломкой, гриб сначала нарезают пластиком, а затем полученный пластик разрезают вдоль, получая соломку. Для получения грибных долек, гриб разрезают пополам вдоль, а затем каждую половину нарезают на дольки. Грибной кубик имеет размеры от 3х3 до 5х5 мм (в зависимости от кулинарного назначения).

Формы нарезки репчатого лука, порея, зеленого лука:

кольца толщиной 0,2 см, используют для жарки во фритюре, как гарнир к жареной рыбе, для маринадов;

полукольца толщиной 0,2 см, используют для первых блюд, холодных блюд, в соусы;

мелкая крошка или рубка: полукольца перешинковывают в мелкие кубики, используют для фарша;

дольки репчатого лука используют для бульона, холодца, для консервирования;

крошка зеленого лука – используют для холодных блюд и закусок, для украшения первых блюд;

«шпажки» зеленого лука длиной 4-5 см, используют для украшения блюд (приготовленные «шпажки» складывают вместе, выравнивают и перевязывают луковым перышком).

Формы нарезки томатов:

кружочки толщиной 0,2 см, используют для холодных блюд и закусок, для оформления вторых блюд;

дольки – используют для холодных блюд и закусок, для оформления вторых блюд, как дополнительный гарнир;

соломка и кубики – для салатов и маринадов.

Формы нарезки перцев:

кружочки или соломка толщиной 0,3-0,4 см и длиной 4-5 см, используют для украшения блюд и как дополнительный гарнир.

Формы нарезки свежих и соленых огурцов:

кружочки толщиной 0,2 см; дольки, ломтики, кубики, фигурная нарезка – используют для холодных блюд и закусок, для первых блюд, в некоторые блюда из мяса.

### **Подготовка овощей для фарширования.**

Для фарширования чаще всего используют кабачки, перец, баклажаны, помидоры и капусту.

*Кабачки* фаршируют порционными кусками или целиком (мелкие). Обработанные кабачки нарезают поперек на цилиндры высотой 4–5 см, удаляют семена, кладут в кипящую подсоленную воду и варят до полуготовности 3–5 мин. Подготовленные кабачки охлаждают и наполняют фаршем.

Перец сладкий используют для приготовления салатов, овощных блюд (например, перец фаршированный).

*Перец* промывают, делают надрез вокруг плодоножки и удаляют плодоножку вместе с семенами, снова промывают, кладут в кипящую

подсоленную воду на 1–2 мин, вынимают, охлаждают и наполняют фаршем.

*Помидоры* для фарширования берут зрелые, плотные, среднего размера. После промывания у них срезают верхнюю часть вместе с плодоножкой, вынимают семена с частью мякоти, дают стечь соку, посыпают солью, перцем и наполняют фаршем.

Для *голубцов* лучше использовать рыхлые кочаны капусты. У капусты после зачистки из целого кочана вырезают кочерыжку, кочан промывают. Подготовленную капусту кладут в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, вынимают, дают стечь воде, охлаждают, разделяют на листья, отбивают утолщенную часть листа, кладут фарш и завертывают.

Обработанные *баклажаны* разрезают вдоль пополам или поперек на цилиндры, вынимают мякоть вместе с семенами и наполняют фаршем. Мелкие баклажаны можно фаршировать целиком.

### Ход занятия

**Выполнить задание №1-2 лабораторной работы, остальные выполнить на следующем занятии**

**Задание 1.** Перечислите формы нарезки плодовых овощей.

**Задание 2** Подобрать посуду, инвентарь для сложной нарезки овощей.

**Задание 3.** Перечислите формы нарезки грибов.

**Задание 4.** Перечислите закуски, изготавливаемые из овощей и грибов.

**Задание 5.** Назовите овощи, используемые для фарширования.

**Задание 6.** Дать органолептическую оценку качества образцов овощей и грибов, результаты занести в таблицу 1

**Таблица 1**

Образцы	Внешний вид	Признаки не доброкачественности	Вывод о пригодности сырья:
Картофель			
Морковь			
Лук репчатый			
Свекла			
Капуста белокачанная			
Грибы			

**Задание 7.** Сделать выводы о проделанной работе.

Вопросы и готовые материалы присылать преподавателю в личном сообщении социальной сети <https://vk.com/el.leon> или [botsevaelena@mail.ru](mailto:botsevaelena@mail.ru)