

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 грядовых огурцов срезают кожицу, у парниковых и ранних грядовых 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 кoriандра), 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 гарнir 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 гарнir;

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 гарнir.

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.

Преподаватель

Е.Л. Боцева

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