

ЛАБОРАТОРНО-ПРАКТИЧНА РОБОТА №

Тема: «Технологія приготування страв з круп, бобових і макаронних виробів. Правила подачі»

Дата «____» _____р.

Мета роботи:

- ☐ навчити робити перерахунок сировини на задану кількість порцій;
- ☐ підібрати інструмент, інвентар, посуд;
- ☐ організувати робоче місце;
- ☐ дотримуватися правил ведення технологічного процесу;
- ☐ економно використовувати електроенергію, воду, сировину;
- ☐ виконувати правила санітарії та гігієни, правила безпеки праці;
- ☐ розвивати самостійність, вміння орієнтуватися у виробничих умовах;
- ☐ проводити бракераж страв.

Матеріально-технічне забезпечення:

Каструлі місткістю 1 – 2 л; сковорідки, ножі, розробна дошка «ОС», «МВ», лопатки, лист або форми, столові ложки, виделки, лотки, збивалка, дерев'яна копистка, шумівка.

Контрольні питання при підготовці до роботи:

1. Норма для 1кг розсипчастої гречаної каші?

2. Назвати способи варіння макаронних виробів.

3. Правила варіння розсипчастих каш.

4. Яка мета замочування бобових?

5. Вихід розсипчастих каш.

6. Яка різниця між розсипчастою кашею і в'язкою?

Порядок виконання роботи

1. Одержати інвентар, посуд та організувати робоче місце.
2. Приготувати страви: розсипчасту гречану кашу, кашу манну молочну, квасолі відварну (різні способи подачі), макарони відварні (різні способи подачі), кашу рисову з цибулею і шпиком.
3. Оформити страви для відпуску.
4. Оцінити якість приготовлених страв.
5. Провести дослідницьку роботу:
 - а) зважити сиру крупу та готову кашу, пояснити різницю у масі;
 - б) визначити збільшення маси квасолі при замочуванні, пояснити необхідність попереднього замочування квасолі

Користуючись «Збірником рецептур страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування» – складіть технологічні карти приготування страв.

При підготовці до роботи заповніть рецептури і розрахуйте кількість сировини.

Інструкційно – технологічні картки

Каша розсипчаста гречана №744

Продукти	1000 грам		1 порцію	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Маса гречаної крупи	476	476		

Маргарин столовий	45	45		
-------------------	----	----	--	--

Сіль	10	10		
Вода	1800	1800		
Вихід				250 грам

Технологія приготування

Розсипчасту гречану кашу варять на воді. Підготовлену крупу всипають у киплячу підсолону воду. Крупу перемішують, піднімаючи з дна посуду. Коли крупа поглине всю рідину і набухне, перемішування припиняють, закривають кришкою і залишають для упрівання.

Правила подачі

Гарячу кашу кладуть на мілку столову тарілку і поливають розтопленим маслом чи посипають цукром. Можна подати гречану кашу з пасерованою цибулею, січеними круто звареними яйцями і маслом. Холодну кашу можна подавати з молоком, вершками або цукром.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – зерна крупи цілі, гарно набухлі, легко розділяються.

Колір – від світло-коричневого до темно-коричневого.

Смак – трохи солонуватий.

Консистенція – розсипчаста, м'яка, однорідна.

Каша рисова з цибулею і шпиком № 406

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Маса каші		200		
Цибуля	30	25		
Шпик	34	33		
Маса пасерованої цибулі з шпиком		40		
Вихід		240		

Технологія приготування

Шпик нарізають дрібними кубиками і смажать до тих пір, поки з нього не витопиться приблизно половина жиру. Потім кладуть цибулю, нарізану дрібними кубиками, і пасерують. У готову кашу додають пасеровану цибулю

зі шпиком.

Правила подачі

Гарячу кашу змішують з пасерованою на шпику цибулею, насипають гіркою і подають.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – зерно крупи ціле, добре набухло.

Колір – білий.

Смак – в міру солений; шпику, цибулі.

Запах – шпику, цибулі.

Консистенція – розсипчаста, м'яка

Перерахунок сировини на 200 грам готової каші

Продукти	1000 грам		200 грам	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Рис	357	357		
Вода	750	750		
Сіль	10	10		

Макарони відварні з овочами № 446

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Маса відварених макарон		200		
Цибуля	19	16		
Петрушка (корінь)	9	7		
Морква	25	20		
Томатне пюре	15	15		
Маргарин столовий	20	20		
Маса готових овочів		50		
Вихід		250		

Технологія приготування

Овочі нарізають соломкою і пасерують, додають томатне пюре і продо-

вжують пасерування 5-7 хвилин. Макарони відварюють. Все з'єднують.

Правила подачі

У баранчик або мілку столову тарілку кладуть відварні макарони, зверху посипають зеленню. Додають підготовлені овочі з томатним пюре і перемішують.

Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – макарони і овочі зберегли форму, рівномірно перемішані з томатним пюре.

Смак і запах – характерні для відварних макаронів і пасерованих овочів.

Консистенція овочів і макаронів – м'яка.

Перерахунок сировини на 200 грам макаронів відварних

Продукти	1000 грам	
	брутто	нетто
Макарони	350	350
Вода		1750
Сіль	16	16

Каша манна молочна № 411

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа манна	44,4	44,4		
Молоко	164	164		
Масло вершкове	15	15		
Цукор	15	15		
Маса готової каші		200		
Вихід		230		

Технологія приготування

У кипляче молоко додають сіль, цукор, всипають тонкою цівкою крупу і, помішуючи, проварюють 15-20 хв.

Правила подачі

У баранчик кладуть кашу, зверху поливають вершковим маслом.

Вимоги до якості

Смак – солодкий.

Запах – звареної манної каші.

Колір – білий або злегка жовтуватий.

Консистенція – в'язка, однорідна без грудочок.

Бобові зі шпиком №435/

Продукти	1 порція		3 порції	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Маса відварених бобових	-	155		
Шпик	30	29		
Маса підсмаженого шпику	-	25		
Вихід :		180		

Перерахунок сировини на 155 грам

Продукти	1000 грам		155 грам	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Квасоля	485	480		
	16	16		

Технологія приготування

Бобові перед варінням замочують у холодній воді при температурі не вище, ніж 15*С, на 5-8 годин (2,5 л. на 1 кг.) і варять у закритому посуді при слабкому кипінні 1,8-2 години.

У відварні бобові при відпуску додають нарізаний дрібними кубиками підсмажений шпик.

Правила подачі

Подають бобові як самостійну страву у баранчику, зверху посипають зеленню.

Вимоги до якості

Смак і запах – відповідають смаку і запаху бобових, зерна добре розварені, повністю набухлі, температура відпуску – 75-85*С;

Консистенція – бобові зберегли свою форму.

Звіт про роботу

№ п/п	Назва страви	Відповідність до вимог якості	Дефекти	Результати дослідницької роботи

Корисні поради до ЛПР:

☐ При варінні каші засипайте крупу в окріп, інакше крохмаль виді- литься з крупи, осяде на дно посуду і каша пригорить.

☐ Розсипчаста каша при упріванні не підгорить, якщо посудину з нею поставити на лист з водою.

☐ Якщо каша пригоріла, швидко перекладіть її в інший чистий по- суд.

☐ Не перемішуйте розсипчасту кашу під час варіння: від цього мо- жуть пом'ятися зерна.

☐ Бобові погано розварюються у кислому і солоному середовищі, тому їх варіть без солі, томатного пюре, а для варіння використовують кип'ячену воду.

☐ Не додавайте під час варіння бобових харчову соду, оскільки во- на руйнує вітаміни В, погіршує їх колір і смак.

☐ Не змішуйте різні сорти квасолі – тривалість варіння їх неодна- кова.

☐ Не залишайте у воді зварені макаронні вироби: вони розкинуть.

Прибрати робоче місце.

Домашнє завдання:

Висновки:

Оцінка за ЛПР _____

Викладач _____ (_____)
(підпис) (ПІБ)