

**Творческий проект  
по разделу «Кулинария»  
к уроку по теме:  
«Изделия из жидкого теста»**



**Над проектом работали учащиеся 6 б класса  
МОУ «СОШ №8 г.Петровска»  
Самылкина Дарья и Ежкова Надежда.  
Руководитель проекта:  
учитель технологии  
Ермакова Ольга Николаевна.**

# Содержание:

1. Обоснование проблем.
2. Опорная схема размышления
3. План выполнения проекта
4. Анализ идей по выбору блюда
5. Блины. Технология и схема приготовления.
6. Экономический расчет
7. Экологическая оценка
8. Эстетическая оценка
9. Приложение 1.  
Коллекция рецептов блинов
10. Приложение 2.  
Словарь кулинарных терминов
11. Приложение 3.  
Этапы пути развития русской кухни
12. Распределение обязанностей. Заключение
13. Список литературы.



## **Обоснование проблемы.**

По программе 6-го класса учителем были предложены темы раздела «Кулинария».

После недолгих размышлений мы решили выбрать изделия из жидкого теста, а так как в наш обиход прочно вошли традиции проводов русской зимы, то вовсе не мешает получить дополнительные знания о русской национальной кухне, отличительной для масленицы. Работая в данном направлении, нам было интересно узнавать особенности русской кухни в том виде, в каком она дошла до наших дней,

Посоветовавшись с родителями, знакомыми, из коллекции рецептов мы решили выбрать для приготовления блюдо, наиболее привычное нам по вкусу, ведь зачастую их рецепты ошеломляют своей экзотичностью, так как содержат набор продуктов, совершенно несовместимых на наш взгляд. Придя к мнению, что блюдо блины с припёком наиболее соответствует нашим требованиям, мы отметили ещё и то, что продукты, входящие в состав рецепта доступны по цене, и их можно приобрести в любом магазине или из домашних запасов. Такие блины можно приготовить в домашних условиях и подать к праздничному столу и в будни, пригласив семью к вечернему чаю. Кроме того, такие блины полезны, так как продукты, составляющие его, обладают лечебными свойствами.

## **Цели:**

1. Ознакомиться через изучение исторических сведений, особенностей приготовления различных рецептов блюд из жидкого теста.
2. Воплотить творческий замысел в реально приготовленное блюдо.
3. Приобрести навыки для последующих проектных работ (возможно и по другим предметам).

## Задача.

Последовательное  
выполнение  
намеченного  
плана  
работы над  
творческим  
проектом.



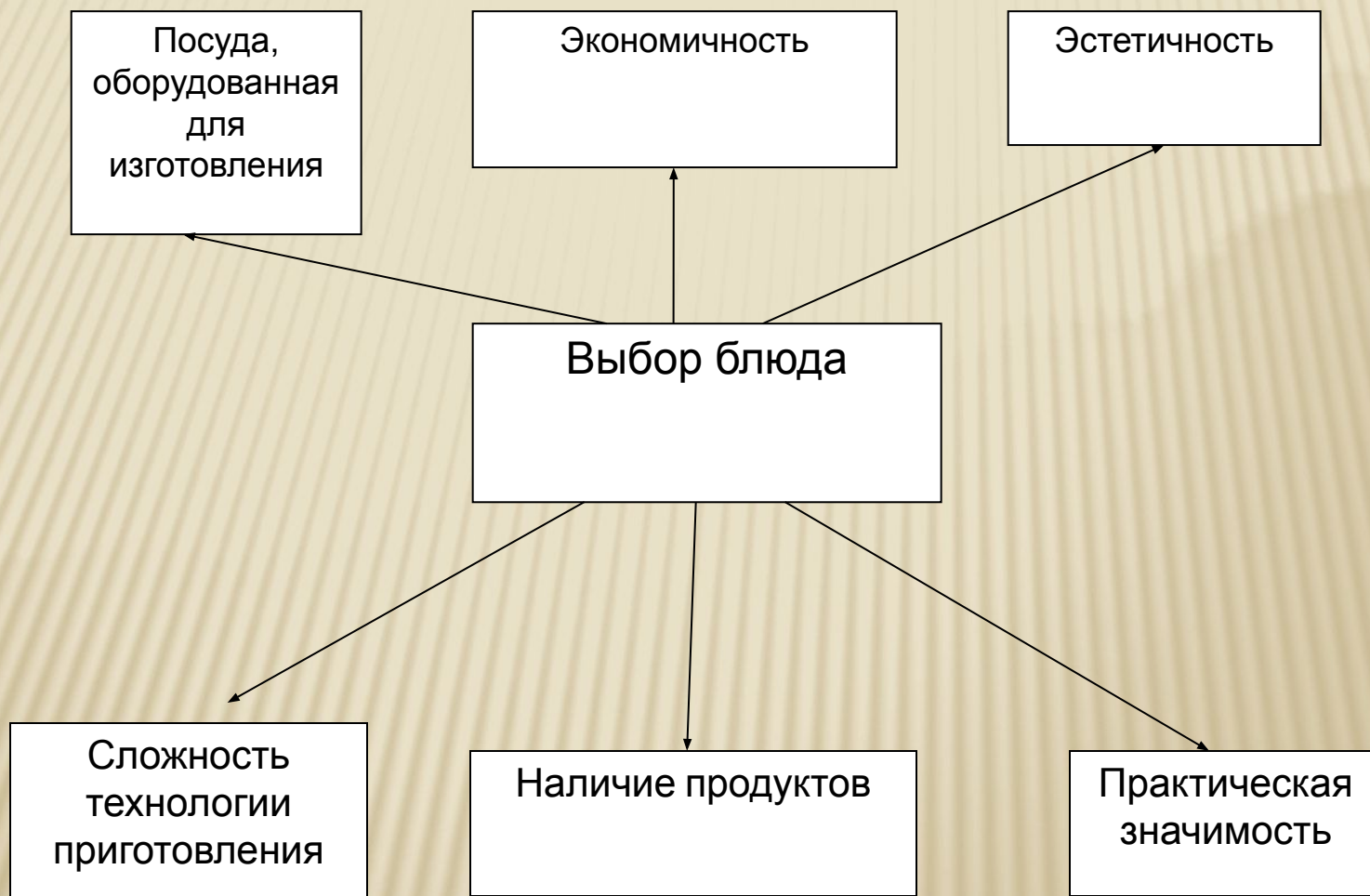
## План выполнения творческого проекта по кулинарии

1. Выбор идеи, её обоснование, подбор информации.
2. Описание особенностей определенной кулинарной темы.
3. Составление коллекции рецептов блюд.
4. Выбор блюда, соответствующего данной теме.
5. Проработка технологии, составление схемы приготовления выбранного блюда. Техника безопасности при приготовлении.
6. Экономический расчет затрат на приготовление блюда.
7. Анализ, дополнение информации, проработка.
8. Составление словаря встречающихся в тексте кулинарных терминов.
9. Набор материала на компьютере.
10. Приготовление выбранного по теме блюда.
11. Защита проекта: показ элементов оформления готового блюда, устные сведения о своеобразии выбранной темы.



## Анализ идей по выбору блюда.

Выбор блюда, технология его изготовления обуславливается рядом важных факторов, отраженных в следующей схеме:



Где блины, тут и мы;  
где оладьи, там и ладно.  
( Русская пословица)

Из всех рецептов приготовления блинов (известных нам) мы выбираем 3 варианта:

1. Постные блины
2. Блины дрожжевые с красной икрой
3. Блины с яблочным припёком.

Учитывая все факторы, мы проанализировали возможность приготовления этих блюд для защиты проекта.

**1. Постные блины.** Блюдо очень экономично, не сложна и технология его приготовления, все продукты доступны, их можно купить в любом магазине. Но для защиты проекта хотелось бы приготовить блюдо более оригинальное, и кроме того используя данный рецепт мы получим несколько суховатые блины.

**2. Блины дрожжевые с красной икрой.** К ним можно ещё подать кусочками сливочное масло, создав ощущение тёплого и сытного семейного чаепития. Но блюдо довольно дорогостоящее, а одним из факторов является экономия семейного бюджета. Кроме этого выпекание блинов, с применением дрожжей, занимает довольно длительное время. Так как необходимо выдержать весь тепловой процесс поднятия опары а затем и самого теста. Поэтому от этой идеи пришлось отказаться.

**3. Блины с яблочным припёком.** Проанализировав ряд важных факторов, мы пришли к выводу, что это блюдо наиболее подходит как вариант для защиты проекта. Оно не очень дорого. В рецепте нет ингредиентов, которые трудно найти на наших рынках. По вкусу приемлемо для русского чайного стола и создает атмосферу праздника



## Технология приготовления

Муку просеять через сито (лучше несколько раз).

Приготовить тесто:

Молоко, яйца, соду взбить. Медленно вливать жидкость в муку, все время помешивая, чтобы не образовалось комочков. Тесто для блинов должно иметь консистенцию жидкой сметаны. В готовое тесто влить растительное масло, затем все хорошо перемешать.

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину, нарезать тонкими дольками, выложить на разогретую с маслом сковороду, залить тестом и обжарить с двух сторон.

Сняв блин со сковороды, свернуть трубочкой, обсыпать сахарной пудрой и подавать с медом.

## Ингредиенты:

- 2 стакана муки,
- 3 стакана молока,
- 4 яйца,
- 50 г масла,
- 1 ст. ложка сахара,
- 1 неполная ч. ложка соли,
- $\frac{1}{2}$  ч л. пищевой соды.
- 5—6 яблок;
- сахарная пудра и мед по вкусу





Блины лучше печь на небольших толстостенных сковородах. Перед выпечкой блинов сковороду следует прокалить с жиром и крупной солью, дать слегка остыть и вытереть. После этого смазать сковороду маслом или свиным шпиком и печь блины на хорошо разогретой сковороде. Сковороду, на которой пекут блины, не следует скоблить ножом. Если блины плохо отстают от сковороды, нужно снова прокалить ее с маслом и солью, вытереть, а затем печь блины. Современные сковороды с антипригарным (тефлоновым) покрытием не требуют такой подготовки.

**Инвентарь и посуда:** сито, ложка столовая, ложка чайная, нож кухонный, лопатка деревянная, терка, стакан столовый или мерный, миски, кастрюли, миксер, сковорода.

### **Правила безопасности труда**

При работе с миксером: включать и выключать сухими руками, при этом брать за корпус вилки. Перед работой проверить исправность соединительного шнура.

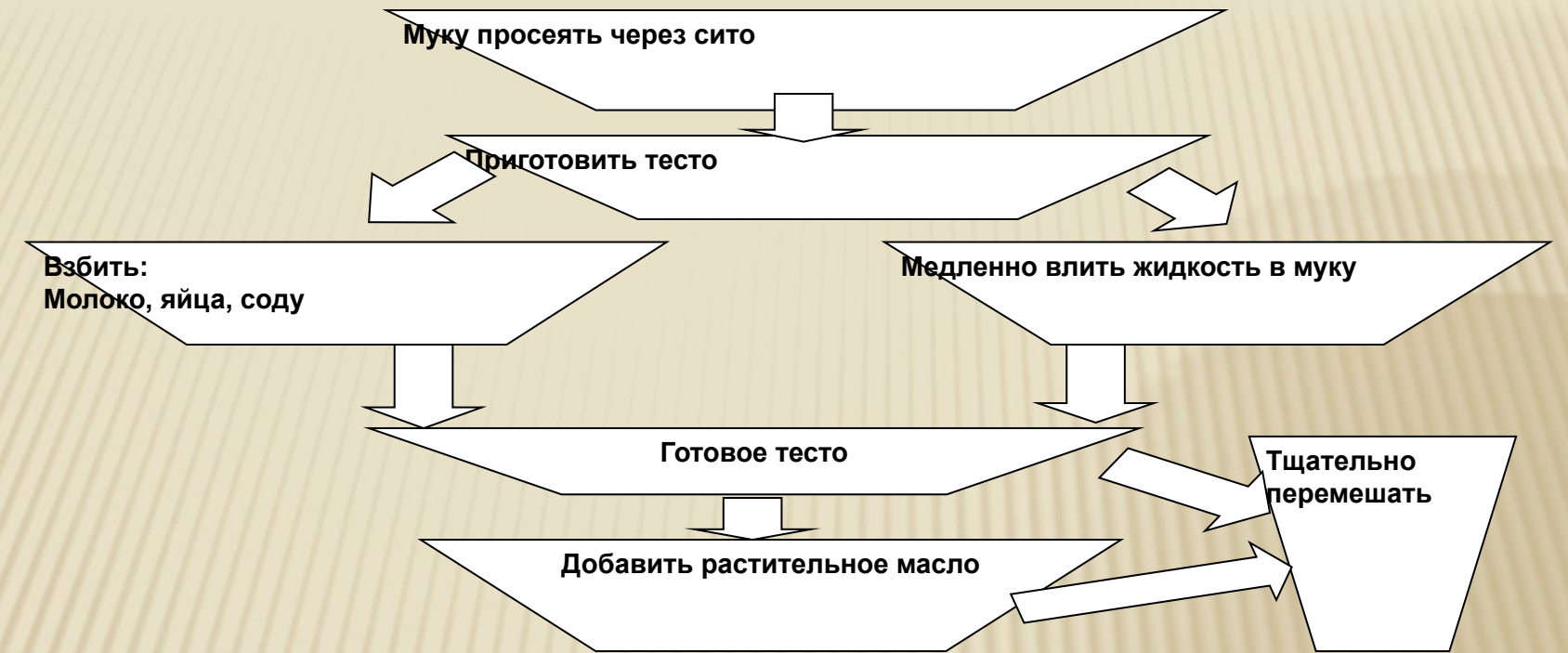
При зажигании газовых конфорок сначала нужно зажечь спичку, поднести к горелке, а затем повернуть ручку, во избежание ожогов необходимо использовать прихватки.

По окончании работы электроприборы следует выключить.

С ножом работать осторожно, передавать ручкой вперед.



# Технология и схема приготовления.



## Экономический расчет стоимости готового изделия

Вид продуктов	Цена за и 1 десяток	Расчет на 10 порций	Стоимость
Мука пшеничная	18 руб.	2 ст. $\approx$ 300 г.	5руб. 40 коп
Яблоки свежие	55 руб.	6 шт. $\approx$ 500 г.	27 руб. 50 коп
Сахар песок	35 руб.	1 ст. л. $\approx$ 30 г.	1 руб. 05 коп
Масло подсолнечное	60 руб.	10 г.	3 руб.
Яйца	18 руб. ( Примеч. Можно купить бой, т.к. они дешевле)	4 шт.	7 руб. 20 коп
Молоко	20 руб.	3 ст. – 750 г.	15 руб.
<b>Итого</b>		<b>10 порций 1 порция</b>	<b>59 руб. 15 коп.* 5руб. 92коп.</b>

**Примечание:** В таблицу не входит стоимость пряностей, соды, соли т.к. она незначительна, потому что норма вложения этих продуктов ничтожно мала.

## **Полезные свойства продуктов, входящих в состав блюда.**

**Яблоки** - богаты витаминами, содержание которых необходимо:

А (рибофлавин) - для кожи и глаз;

В1 (тиамин) регулирует углеводный обмен, необходим для нервной системы;

В2 (рибофлавин) - стимулирует рост организма;

В6 (пиридоксин) - участвует в обмене аминокислот, жиров и углеводов;

В9 (фолиевая) - участвует в процессе кроветворения;

Витамин С ~ 10 мг - защищает ткани от окисления, необходим для синтеза некоторых гормонов;

Н (биотин) - необходим для нормального роста волос;

К (филлохинон) - необходим для костей.

**Сахар** - Это практически чистый углевод - сахароза.

**Подсолнечное масло** - оказывает профилактическое и лечебное действие при атеросклерозе.

**Яйца** применяются в лечебно-профилактическом питании.

**Мука пшеничная** - содержит крахмал 78%, белок, клетчатку.

**Мед** – способствует лечению желудочно-кишечного тракта, органов дыхания, нервной системы.

## Эстетическая оценка или творческие идеи по оформлению: стола к чаепитию с блинами

1. Сиропом, сгущенным молоком, джемом можно разрисовать блинчик на тарелке ребенка.



2. Блины с начинкой будут смотреться оригинальнее, если свернуть блинчик рулетом вместе с начинкой и разрезать наискосок.



3. Можно выложить блины, как коржи для торта, вперемежку с начинкой и подавать, как кусочки торта.



**4. Начинку можно выложить на середину блина и завернуть в виде мешочка или конверта.**



**5 Украсить блины можно ягодами, свежими или замороженными, взбитыми сливками, сметаной, медом, фруктами.**



**6. Вы произведете впечатление на родных, если оформите блины в виде любимых сказочных героев.**



# Украшение интерьера в канун праздника - масленицы.

## **Оформление помещения**

- чучело Масленицы
- воздушные шары
- солнышко и блины из ватмана

## **Оформление стола**

Оформляя стол, лучше взять скатерть теплых тонов, разложить круглые салфетки-солнышки воспользуйтесь разноцветной пластмассовой посудой, приборы тоже могут быть пластмассовыми.



## Коллекция рецептов на праздник...

### АНТИКРИЗИСНЫЕ БЛИНЫ

1 яйцо,  
0,5 л воды,  
мука,  
растительное масло,  
соль, сахар.

Взбиваем яйцо с водой, соль и сахар - по вкусу, добавляем муку до нужной консистенции, вливаем масло и жарим.

### БЛИНЫ С "НАРЗАНОМ"

3-4 яйца, 250 мл молока, 250 мл "Нарзана", 6 полных (с верхом) столовых ложек муки, 1-2 ст. л. растительного масла, соль, сахар

Сбить до однородной массы яйца, молоко, муку, растительное масло, соль-сахар по вкусу (следует учесть, что "Нарзан" солоноватый), долить "Нарзан" и смешать. Выпекать как обычно. Блины годятся и для простого поедания и для их начинения. Хороши и на следующий день. Муку можно немного добавлять - ложки-то у всех разные.

### БЛИНЫ СКОРОСПЕЛЫЕ

1 кг муки,  
5—6 стаканов воды,  
5 яиц,  
2 ст. ложки сахара,  
1 ч. ложка соли,  
1 неполная ч. ложка соды,  
1 неполная ч. ложка лимонной или виннокаменной кислоты.

Яйца, соль, сахар размешать в 4 стаканах теплой воды, всыпать муку и хорошо перемешать, чтобы получилось тесто без комков. Лимонную или виннокаменную кислоту развести в 1/2 стакана воды, влить в подготовленное тесто, размешать. Соду растворить в 1/2 стакана воды и тоже влить в тесто и размешать. Если тесто получилось густое, добавить еще воды и сразу же выпекать на нескольких сковородах, чтобы не дать тесту осесть.





## БЛИНЫ С МАКАРОНАМИ И КУКУРУЗОЙ

На 4 порции:

2 початка кукурузы

60 г (4 ст л) сливочного масла

115 г сладкого красного перца, почистить от семечек и порезать

285 г макарон

150 мл жирных сливок

25 г муки

4 яичных желтка

4 ст л оливкового масла

соль и перец

Для гарнира:

вешенки (устричные грибы)

жаренный лук-порей

Эти овощные блинчики могут быть приготовлены из ваших любимых овощей, только вам нужно приготовить их заранее. Попробуйте приготовить их с тертым пастернаком и 1 ст л горчицы.

1) Отварить кукурузу около 8 минут (в зависимости от сорта кукурузы, время варьируется). Промыть под холодной струей воды 3 минуты. Осторожно срезать зерна на бумажное полотенце. Оставить сохнуть.

2) Растопить 25 г (2 ст л) сливочного масла в сковороде, добавить перец и готовить 4 минуты на маленьком огне. Обсушить на бумажном полотенце.

3) Отварить макароны в слегка подсоленной воде около 12 минут, до полуготовности. Слить воду и оставить макароны остывать в холодной воде.

4) Взбить вместе сливки, муку, щепотку соли и желтки. Добавить кукурузу и перец. Обсушить макароны, добавить их в тесто, поперчить по вкусу.

5) Разогреть масло в сковороде, положить тесто и прижать для получения формы блина. Обжарить с 2-х сторон до золотистого цвета. Подавать сразу же с грибами и жареным луком-пореем.



## ШОКОЛАДНЫЕ БЛИНЫ

На 4 порции: 125 гр муки

6 ст л сахара щепотка соли

1 яйцо и 1 яичный желток 250 мл молока

50 гр сливочного масла

1 ст л апельсинового ликера или рома (по желанию)

60 гр шоколада или шоколадных чипсов

сахарная пудра



1. Просеять муку в миску. Добавить сахар и соль. Сделать колодец в центре и добавить яйцо и желток. Взбить и добавить муку. Затем постепенно влить молоко, взбивая венчиком. Затем просеять тесто через мелкое сито.

2. Растопить половину масла. Добавить ликер или ром в масло. Смешать и дать постоять 1 час.

3. Растопить немного масла в сковороде. Добавить поварешку теста. Обжаривать 2-3 мин с каждой стороны почти до готовности. Посыпать сверху шоколадом. Когда шоколад начнет таять, завернуть блин вчетверо. Положить на подогретую тарелку. Также испечь остальное тесто. Должно получиться 8 блинов. Разложить их по тарелкам и посыпать сахарной пудрой.

## БЛИНЧИКИ С ЧЕРЕШНЕЙ ЗАПЕЧЕННЫЕ

Для фарша: черешня и вишня - 750 г, сахар - 100 г, корица - 5 г, сухари молотые - 60 г.

Для поливки: яйца - 4 шт., молоко - 250 г, сахар - 75 г.

Для подачи: сахарная пудра - 50 г, ванилин - 3 г.

Испечь обычные блинчики.

Черешни и вишни, удалив косточки, смешать с сахаром, молотыми сухарями и корицей.

На каждый блинчик положить подготовленный фарш, свернуть рулетом и уложить на смазанный маслом противень. Яйца взбить с молоком и сахаром, полученной смесью залить блинчики и запечь в сильно нагретом духовом шкафу в течение 15-20 минут.



**Понятия которые нужно усвоить.**

- **Масленица** - согласно христианским канонам, последняя неделя перед постом, когда еще можно есть молоко. Сыр и яйца.
- **Блинчики** - изделия из пресного (не дрожжевого) теста,
- **Блины** - традиционное славянское блюдо из жидкого, обычно дрожжевого теста.
- **Припек** - толстый блин с начинкой.
- **Яблоки** - плоды яблони, дерева семейства розоцветных
- **Яйца** - в современных условиях в пищу употребляются, в основном, куриные яйца.
- **Икра** - обычное название яиц осетровых пород рыб — белуги, осетра и севрюги
- **Жир** - идеальным жиром для кондитерских изделий являются масло и маргарин.
- **Кукуруза** - является вторым по важности компонентом питания после пшеницы
- **Сито (решето)** - приспособление для просеивания муки.
- **Тефлоновое покрытие** - антипригарное покрытие на посуде.
- **Опара** - дрожжи, разведенные теплой водой и заправленные мукой до густоты сметаны.

**Этапы пути развития русской кухни. Состав русского национального стола в целом.**

(предлагаемый материал может быть использован для подготовки других проектов, о понятии классической русской кухни.

<b>Этапы пути развития русской кухни</b>					
<b>1 этап</b> древнерусская кухня (IX—XVI вв.)	<b>2 этап</b> кухня Московского государства (XVII в.)	<b>3 этап</b> кухня петровско-екатерининской эпохи (XVIII в.)	<b>4 этап</b> петербургская кухня (конец XVIII в.—60-е годы XIX в.)	<b>5 этап</b> общерусская национальная кухня (60-е годы XIX — начало XX вв.)	<b>6 этап</b> советская кухня (с . по настоящее время)
хлебные, мучные изделия и зерновые блюда	солонина и вареное мясо, но преимущественное место на столе знати начинают занимать «верченое»	блюда из молотого мяса (котлеты, запеканки, паштеты, рулеты)	отбивные из целого куска мяса с косточкой, натуральные биштексы, клопсы, антрекоты, эскалопы.	уральские и сибирские пельмени,	свиное соленое сало. маринады и консервированные овощи и фрукты
кисели — ржаной, овсяный, гороховый	солено-пряно-кислые супы	нерусские (шведские, немецкие, французские) супы (молочные, овощные, протертые).	картофель	степная дичи (турача, дрофы, стрепета)	сырники и другие молочные блюда
жидкие горячие блюда, получивших общее название «хлёбова»	астраханский балык, черная уральская икра соленая и заливная красная рыба,	немецкие бутерброды сливочное (чухонское) масло, французские, голландские сыры	комбинирование продуктов (винегреты, салаты, гарниры)	вермишелью, макаронами	привычка употреблять чай в течение всего дня
блины ржаные пироги	десятки видов блинов или пирогов.	Блины с различной начинкой	нежное умеренно дрожжевое слоеное тесто из пшеничной муки	блины, пироги, каши	Мучная выпечка

## Приправы к блинам

Всем, конечно, известны приправы, подаваемые к блинам, но теперь, ввиду дороговизны всего, считаем нужным рекомендовать мало употребляемые ранее, но подходящие приправы, а именно:

- 1) **Икра из соленых грибов:** рыжиков, груздей, белых грибов.  
Грибы мелко рубятся вместе с репчатым луком (кто не любит, можно луку не класть), перемешивают с хорошим подсолнечным или ореховым маслом.
- 2) **Масло из селедки.** Очищенная хорошая селедка мелко рубится, толчется в ступке и смешивается хорошо с сливочным маслом.
- 3) **Экономная икра из саго.** Отварить саго в соленой воде, откинуть на решето, когда обсохнет, перемешать его с мелко нарезанной лососиной или семгой. Рецепт для тех, кому не по средствам подавать такую рыбу кусками, т. к. для этой икры, имеющей отличный вкус, можно купить немного рыбы от хвостов, очень недорого.
- 4) **Икра из хрящей.** Взять хрящей или из осетровой головизны, взятой для щей, или просто от рыбы куском, отварить в соленой воде, мелко изрубить, прибавить пюре из томата, немного сметаны, мелко изрубленного репчатого лука, чуть-чуть перца и соли, все хорошенько промешать, уложить на тарелку горкой.
- 5) **Подливка из масла с луком.** Нашинковать мелко лук и прожарить с ним прованское, ореховое или любое растительное масло.
- 6) **Омлет с селедкой.** Сделать омлет из взбитых яиц с молоком, протертой селедкой или с дешевой местной рыбой.
- 7) **Творог со сметаной.** Протереть несколько раз сквозь чистое сито творог и смешать его со сметаной в пропорции 1 фунта творога на 1/2 ф. сметаны.
- 8) **Овощная.** Сварить и нарезать маленькими квадратными кусочками морковь, смешав со сметаной, подавать теплой. Можно взять также репы или тыквы.
- 9) **Пюре яблочное.** К молочным блинам можно подавать пюре из яблок, которое готовится так: яблоки разрезать пополам, положить на лист, застланный бумагой, поставить печь до мягкости, когда готовы, протереть сквозь сито, смешать с сахаром

# Распределение обязанностей при выполнении творческого проекта.

**Самылкина Даша:** сбор информации, проработка технологии, составление схемы приготовления блюда, ТБ, исторические справки (традиции, обычаи), составление словаря кулинарных терминов, набор на компьютере, практическое приготовление.

**Ежкова Надежда:** сбор информации, составление коллекции рецептов, экономический расчет, оформление блюд, варианты защиты, оформление, практическое приготовление, набор на компьютере.

## Заключение

Создавая проект, мы познакомились с особенностями приготовления блюд из жидкого теста. Заниматься разработкой проекта было интересно и увлекательно, поэтому мы посвятили ему все свободное время. В дальнейшем обучении нам будут необходимы дополнительные знания и навыки в составлении творческих проектов по другим темам.

## Список используемых информационных источников.

1. Вкусные рецепты на Масленицу [http://www.pokushay.ru/prazdnechnoe\\_menu/maslenica/](http://www.pokushay.ru/prazdnechnoe_menu/maslenica/)
3. Похлебкин В.В. Кулинарный словарь. Классики кулинарного искусства. - М.: ЗАО Издательство Центрполиграф, 2002 г.
4. Русская кухня [http://www.eda-server.ru/books/pohlebkin\\_russian.htm](http://www.eda-server.ru/books/pohlebkin_russian.htm)
5. Идеи оформления блинов к празднику Масленица <http://strmama.ru/stati/kulinarija/idei-oformlenija-blinov-k-prazdniku-maslenica.html>