

КУЛИНАРИЯ



в традициях коми кухни

Урок технологии в 7 классе. Кулинария в традициях коми кухни. Изделия из пресного теста. Сметанина О.Л. учитель технологии МОУ «Щельяюрская СОШ» • Приготовить пресное тесто из ржаной муки:

Продукты:

- простокваша 1стакан
- сливочное масло 50 гр.
- соль 0,5 ч. ложки
- мука ржаная

- В простоквашу добавить соль, размягченный маргарин, засыпать ржаную муку, хорошо промесить до однородной консистенции и дать отлежаться 30 минут.
- •Тесто разрезать на куски размером со среднее куриное яйцо и сформировать шарики.







• Приготовить пресное тесто из пшеничной муки

Продукты:

- простокваша 2 стакана
- •яйцо 2 шт.
- •соль 1 ч. ложки
- •сахарный песок 1 ст. ложки
- •сода 0,5 ч. ложки
- •мука

В теплой воде растворить сахар, соль, соду, добавить яйца, простоквашу, всыпать просеянную муку замешать тесто до однородной консистенции.



✓ Тесто тонко раскатать от 1 до 2 мм. в круглые сканцы и разложить на противень







✓ На середину сканца положить подготовленное тесто, разравнивая по поверхности







И в разогретую духовку (печь при температуре 250°C следить, чтобы не пересохли)









Список литературы:

- Легенды и быль о продуктах.
- Коми-зыряне (историко-исторический справочник) Сыктывкар. Коми книжное издательство 1993.
- Рассказы по истории Коми Края. О.Е.Бондаренко.
- Атлас Республики Коми. ООО ИПЦ «Дизайн. Информация. Картография» 2001.
- Кулинария в традициях русской, коми, карельской и коми-пермяцкой кухни. Сыктывкар. 1991
- Мне нравится готовить. Тренькин С., Пешкин С. Сыктывкар: Коми книжное издательство.
- Фотографии из личной коллекции.