

Тема урока:
Приготовление
полуфабрикатов из
рыбы, мяса и
овощей на дому у
обслуживаемых
граждан.

Классификация полуфабрикатов:

- Крупнокусковые
- Порционные
- Мелкокусковые
- Рубленые

Порционные полуфабрикаты:

- Бифштекс
- Филе
- Лангет
- Антрекот
- Ромштекс
- Зразы отбивные

Разделка вырезки



Схема приготовления мясной котлетной массы

Нарезают мясо

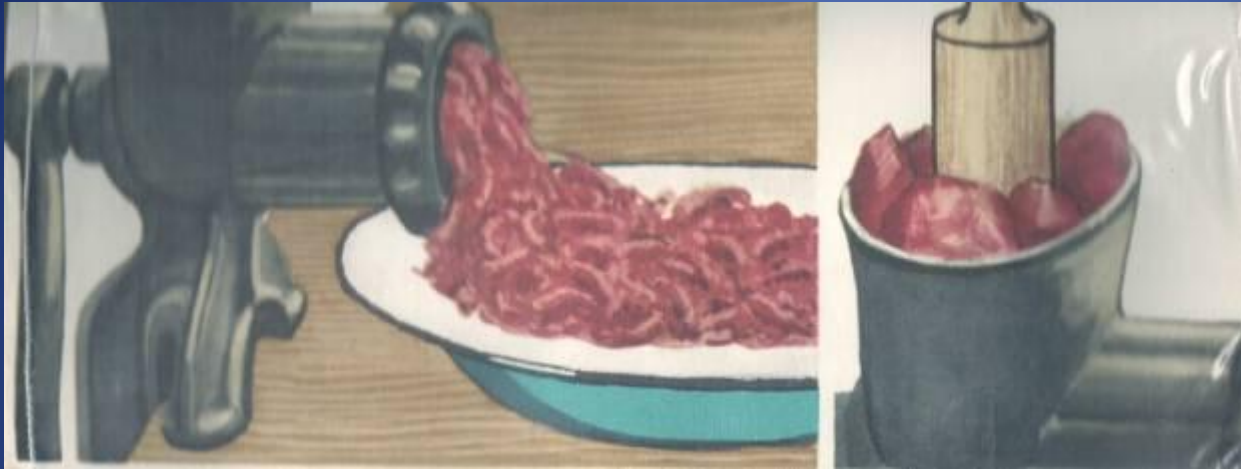


Замачивают хлеб в молоке или воде



Схема приготовления мясной котлетной массы

Мясо пропускают



Соединяют с хлебом, перемешивают



Схема приготовления мясной котлетной массы

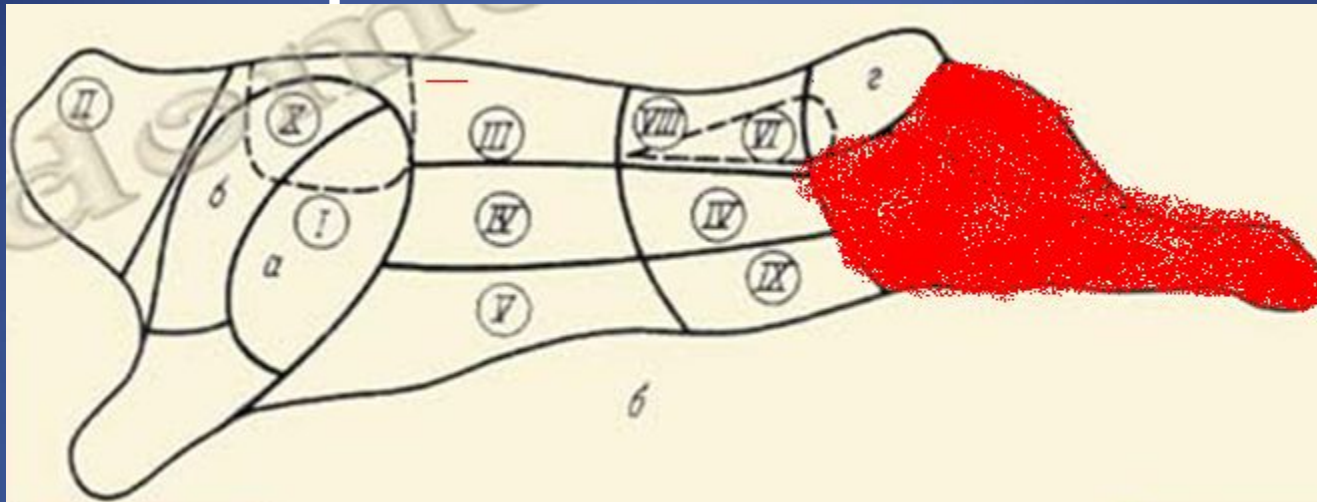
Добавляют соль, перец



Массы перемешивают и хорошо выбивают



Зразы отбивные



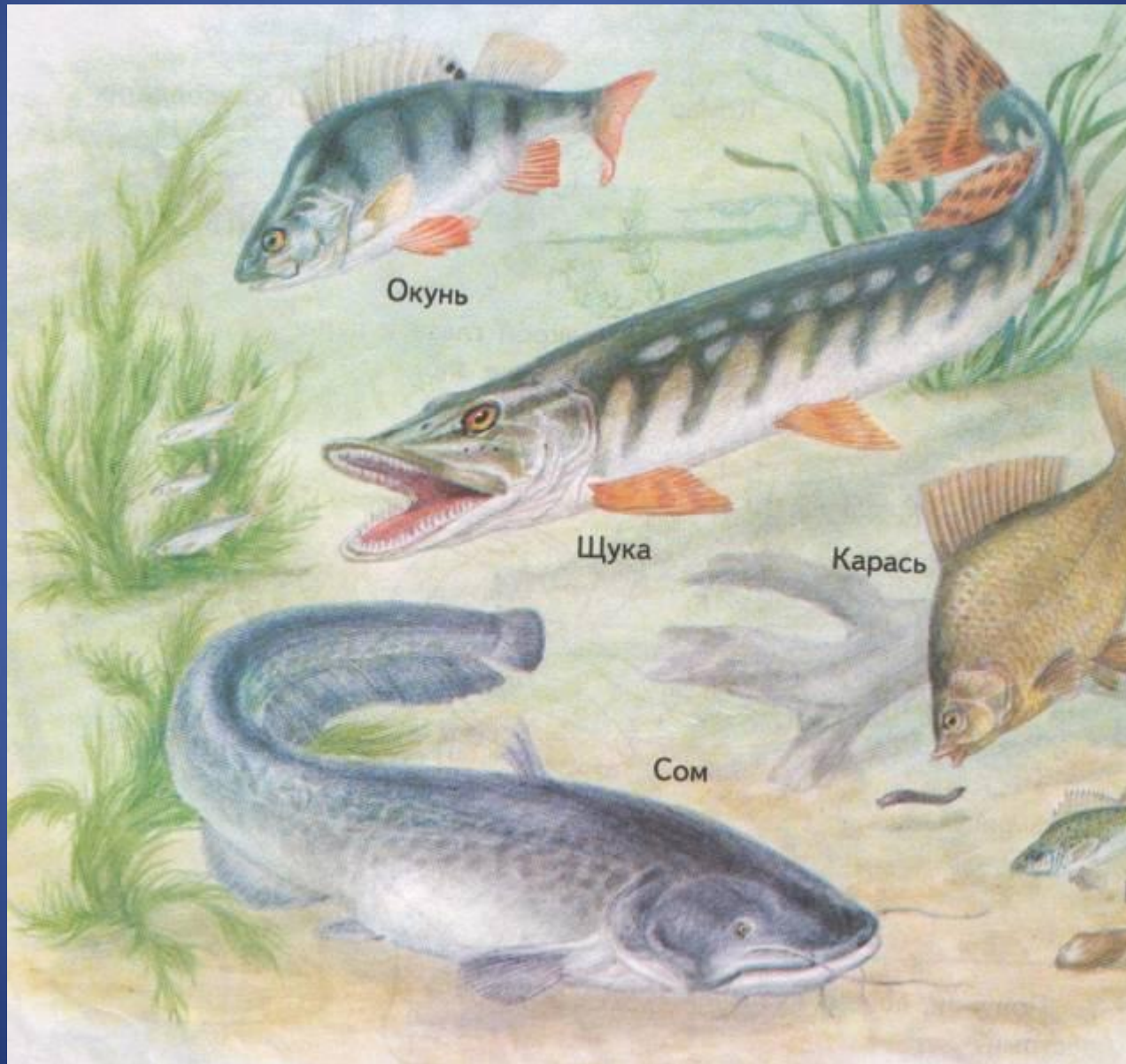
Поджарка, азу 3-4 см, 10-15 гр.



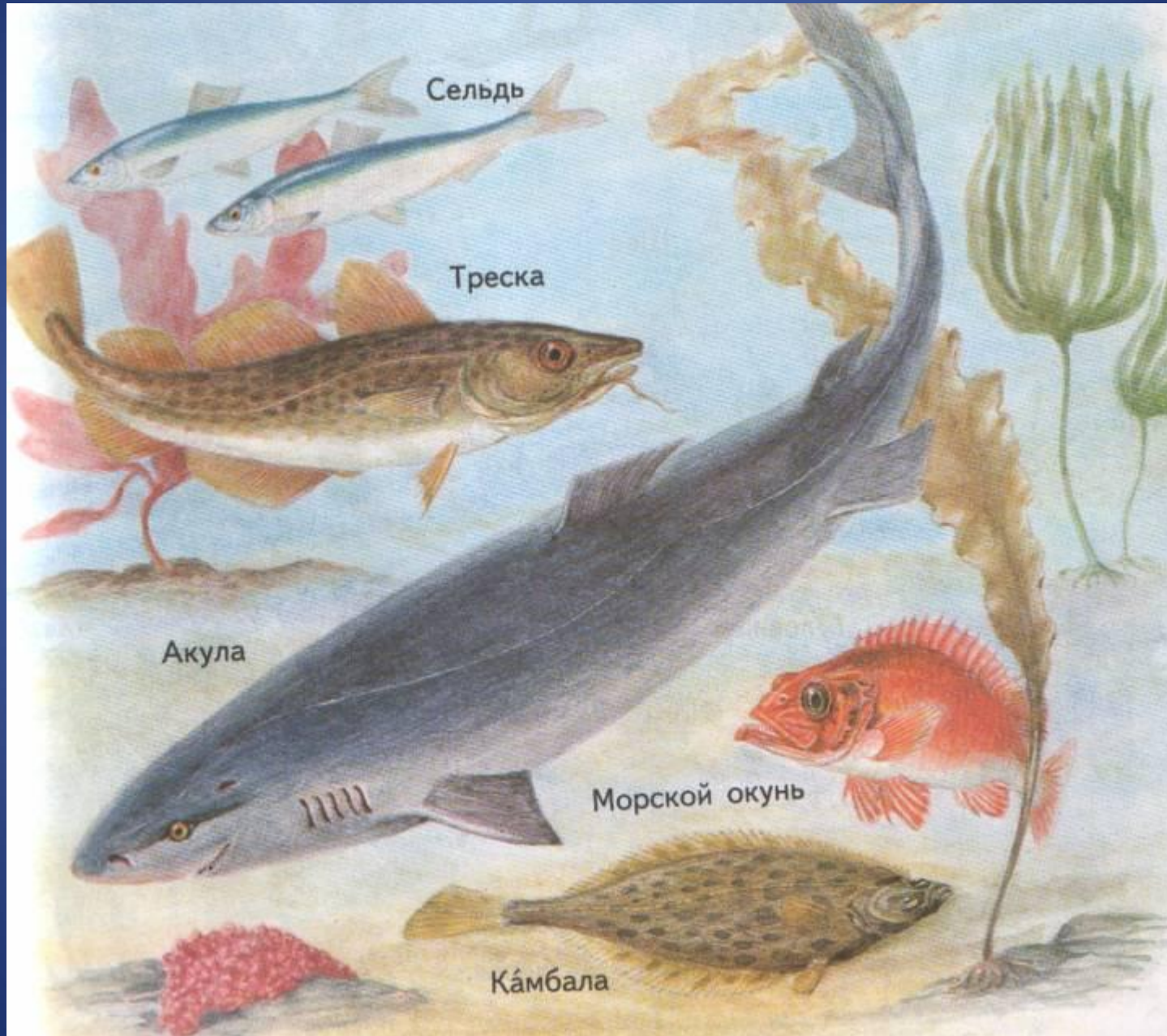
Гуляш – 20-30гр. Шашлык-
30-40гр.



Речные рыбы



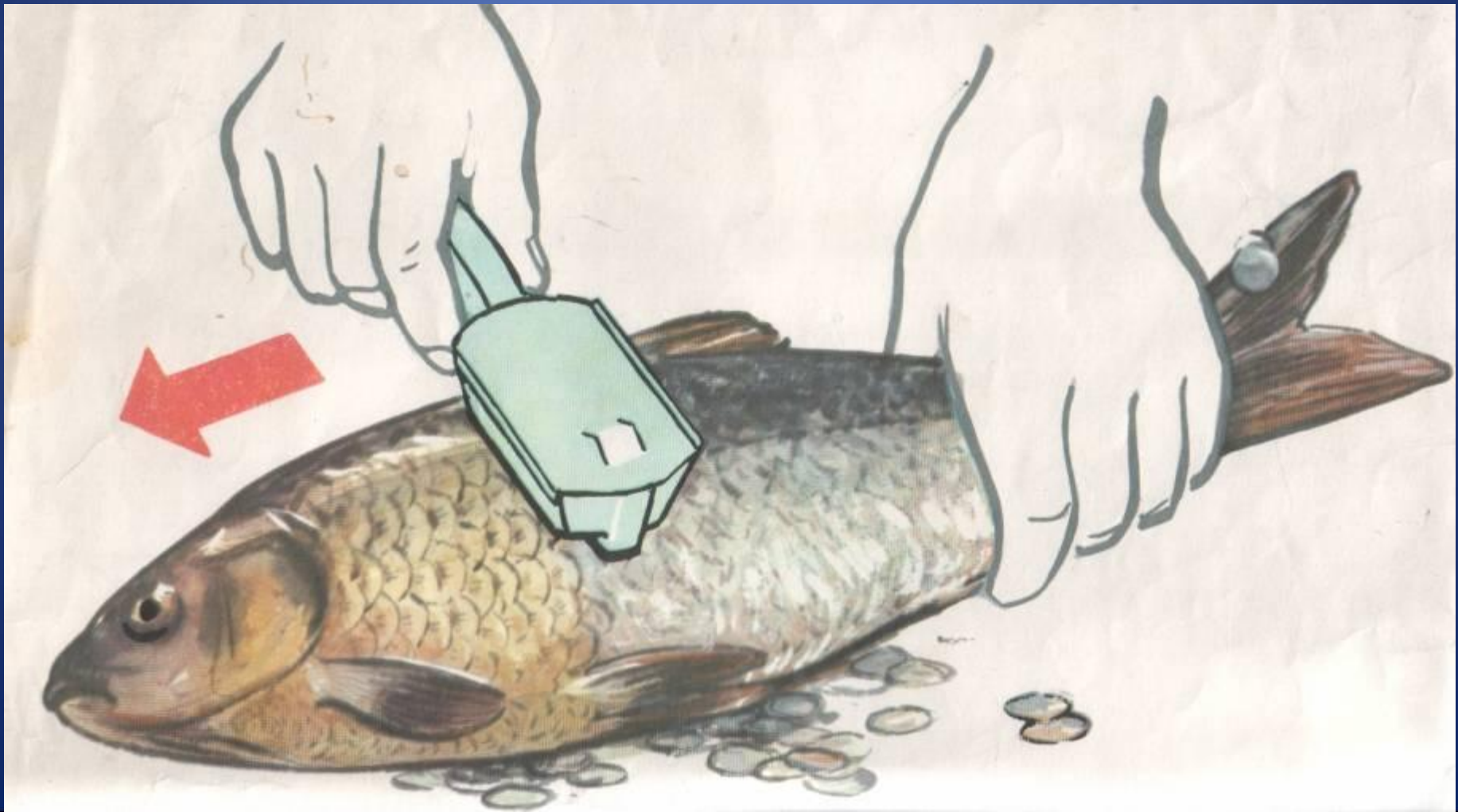
Морские рыбы



Оформление рыбных блюд



Очистка рыбы от чешуи



Разрезание брюшка



Удаление внутренностей



Удаление головы и плавников



Промывание



Пластование



Рыбные полуфабрикаты



Для варки



Для припускания



Для жарения

Приготовление блюд из рыбы



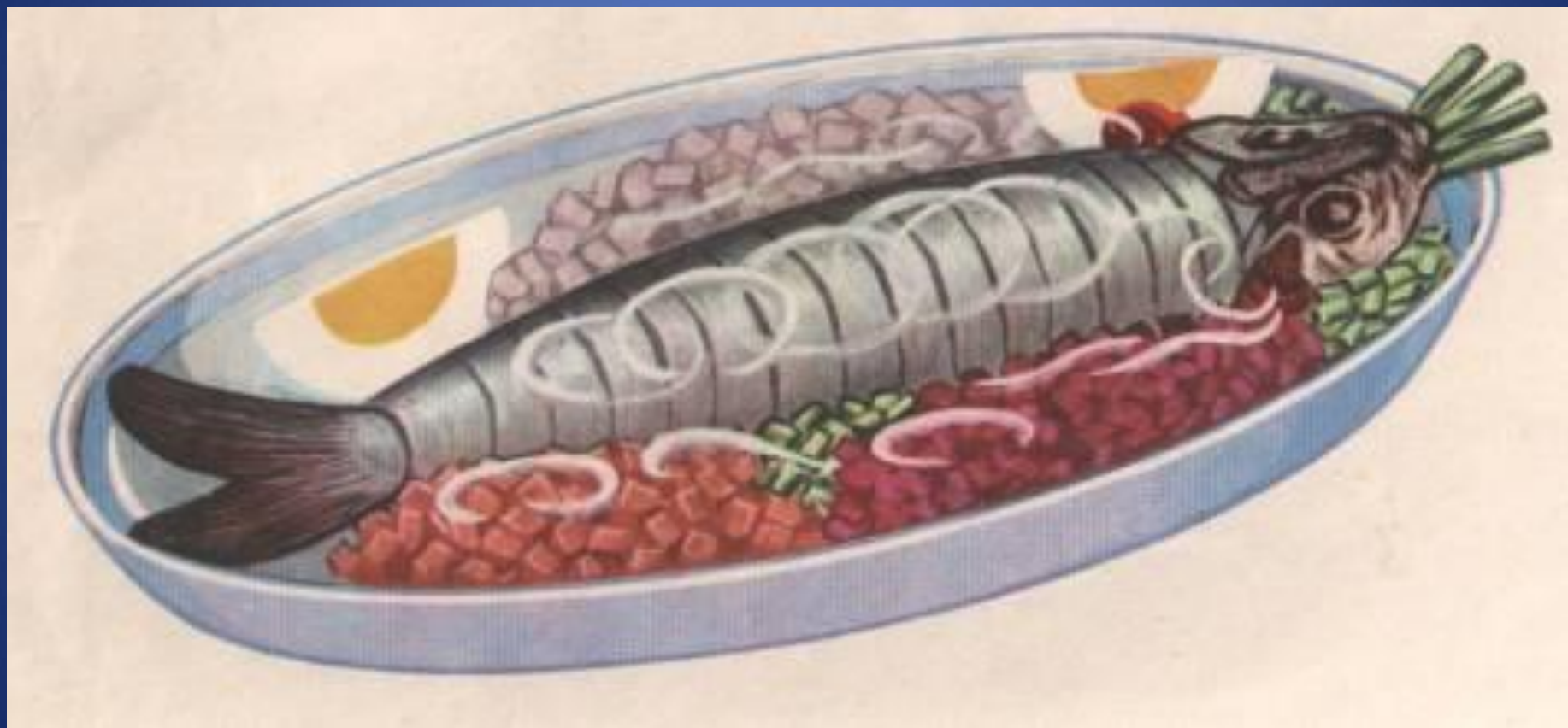
Закуски

Вторые блюда



Первые блюда

Оформление сельди с гарниром



В овощах имеются необходимые для организма питательные вещества: углеводы, белки, минеральные соли и витамины. Овощи не содержат такого большого кол-ва белков, как продукты животного происхождения, и практически не содержат жиров, но они значительно богаче минеральными солями и витаминами. Кроме того, овощи, благодаря наличию в них органических кислот и эфирных масел, обладают приятным вкусом и позволяют разнообразить пищу.



Обработка овощей

- ✓ Для приготовления большинства блюд очищенные и промытые овощи нарезают и только для холодных блюд (винегреты, салаты) картофель, морковь и свеклу варят целиком.
- ✓ Овощи, нарезанные кусочками одинаковой формы и величины, при обработке достигают одновременно и придают красивый вид.



Обработка овощей

- ✓ Для приготовления большинства блюд очищенные и промытые овощи нарезают и только для холодных блюд (винегреты, салаты) картофель, морковь и свеклу варят целиком.
- ✓ Овощи, нарезанные кусочками одинаковой формы и величины, при обработке достигают одновременно и придают красивый вид.



Полуфабрикаты можно
приготовить из большинства
овощей, при этом овощи могут
быть свежими, солеными,
маринованными, сушеными.



СоЛомкА

Картофель и корнеплоды нарезают на тонкие пластинки, а последние — на полоски. При нарезании картофеля и корнеплодов соломкой вручную им прежде всего придают устойчивое положение: срезают боковую поверхность, затем нарезают на пластины, затем соломкой. Чтобы достичь более высокой производительности труда, пластины сдвигают в виде лесенки, а затем шинкуют ножом.



Брусочки

Картофель и корнеплоды вначале нарезают на пластинки, а затем — брусочками /10/; корнеплоды для бульона с овощами нарезают на тонкие брусочки. Такой вид нарезки достигается при использовании различных овощерезательных машин.



Овощи припущенные

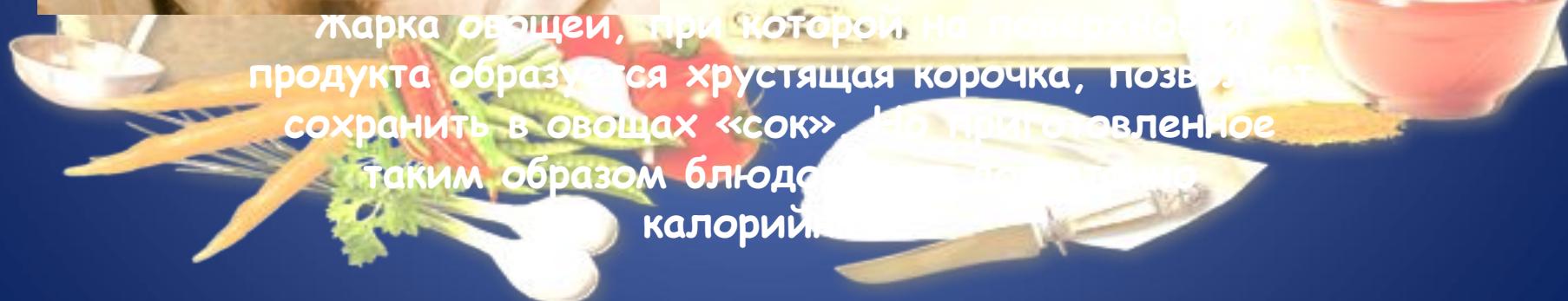


Припускание овощей — способ тепловой обработки, максимально сберегающий их питательные вещества. Овощи припускают в плотно закрытой посуде, используя небольшое количество воды или бульона и жира. Блюдо готово через 15—20 минут.

Сочные овощи — тыкву, кабачки, патиссоны — припускают в собственном соку.



Жарка овощей, при которой на поверхности продукта образуется хрустящая корочка, позволяет сохранить в овощах «сок». Но приготовленное таким образом блюдо является высококалорийным.



Жареные овощи

- ✓ Жарить овощи можно двумя способами: на обычной сковороде с небольшим количеством жира и в глубокой посуде, погружая овощи в разогретый жир.
- ✓ Чтобы при обжаривании быстрее образовалась корочка, овощи и картофель желательно предварительно обсушить на салфетке.
- ✓ Пищевая и энергетическая ценность жареных овощей. Она повышается по отношению к сырым овощам в результате увеличения содержания жира, используемого при жарении. При этом основная часть жира впитывается в продукт и лишь около 10% остается на сковородке.



Запеченные овощи



- ✓ Запекание овощей позволяет приготовить блюдо, практически не содержащее жира, но зато обладающее аппетитной хрустящей корочкой, характерной для жареных продуктов. Эта же корочка сохранит внутри запеченных овощей все соки.
- ✓ Кроме того, овощи запекаются достаточно быстро, а при некоторой сноровке можно добиться хрустящей корочки, в то время, как толща овоща останется практически сырой. Поэтому запеченные овощи содержат гораздо больше витаминов, чем их отварные или жареные собратья.