

ОВОЩИ В ПИТАНИИ ЧЕЛОВЕКА



Условия хранения овощей

1. Хранить листовую зелень в полиэтиленовых пакетах, на нижней полке холодильника

~~2. Хранить картофель в мешках на свету.~~

~~3. Хранить свежие овощи при комнатной температуре.~~

4. Хранить картофель и морковь, свёклу в прохладном, темном и сухом месте.

~~5. Хранить свежие овощи следует в темном, прохладном (+1...3 градуса) и не слишком сухом месте~~

6. Для длительного хранения их консервируют: солят, маринуют, сушат, замораживают.

~~7. Хранить картофель и морковь, свёклу в прохладном, темном и сыром месте.~~

~~8. Хранить листовую зелень в холодильнике.~~



ЗАДАНИЕ 1 «ВСТАВЬ ПРОПУЩЕННЫЕ СЛОВА».

1. Сначала овощи по размеру.
2. Далее овощи
3. Морковь, картофель... .
4. В картофеле... глазки.
5. При обработке капусты... верхние грязные листья.
6. А затем овощи... .

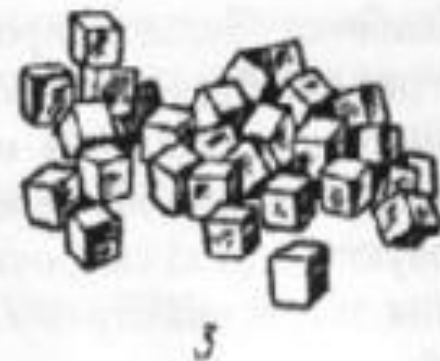
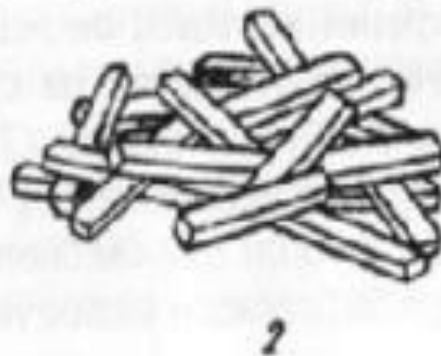
ОТВЕТ

- *Отрезают, очищают, нарезают, сортируют, моют, удаляют.*



- 1. Сначала овощи сортируют по размеру.**
- 2. Далее овощи моют.**
- 3. Морковь, картофель очищают.**
- 4. В картофеле удаляют глазки.**
- 5. При обработке капусты отрезают верхние грязные листья.**
- 6. А затем овощи нарезают.**

Простые формы нарезки овощей

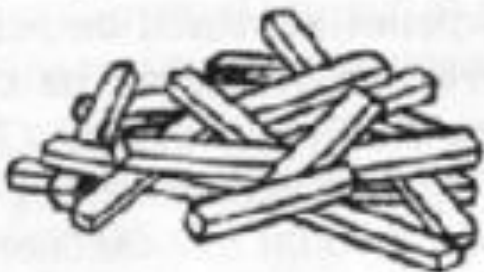


Простые формы нарезки овощей



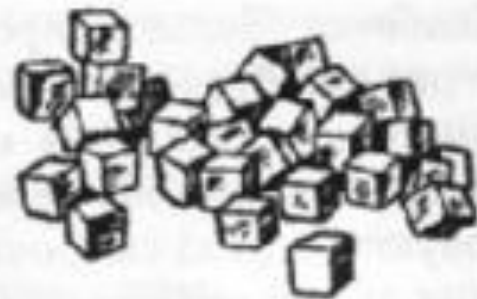
1

**соломк
а**



2

**бросочк
и**



3

**кубик
и**



4

**кржжочк
и**



5

**дольк
и**



6

**ломтик
и**



7

**квадратик
и**



8

**кольц
а**



9

**кроск
а**

1-2 ошибка оценка и

4
3-4 ошибки оценка

кольц
а

кроск
а



ЛОМТИК
И



СТРУЖКА
А



КВАДРАТИК
И



Фигурная нарезка -
карвинг.



ДОЛЬКА
И



Блюда из овощей

закус
ки

супы

салат
ы

Вторы
е
блюда

выпечк
а

запеканк
и

Удмуртские блюда из овощей



Овощные постные
супы Картошка
шыд

Кушманен
пельнянь
(пельмени с
редькой)

Кубиста пунем
(капуста со
сметаной)

Мильым олашки
(картофельные
оладьи)

Сулятэм
(капуста
запеченная с
яйцом)

Перепечи

Холодное блюдо из одного или нескольких продуктов заправленных заправкой

Правила приготовления

Технологическая последовательность

САЛАТ

1. механич. обработка
2. Нарезка
3. Заправка
4. Выкладывание и оформление.



1. Овощи мыть холодной и кипяч. водой
2. Из свежих овощей готовить при подаче к столу
3. Продукты проходят механич. и теплов. обработку
4. Не соединять теплые и холодные овощи.
5. Овощи готовить за 1-2 часа до подачи
6. Заправлять перед подачей
7. Не хранить и не готовить в металлической посуде
8. Хранить в холод. Незаправ-12 часов. Заправ – 6 часов
9. Оформлять салат продуктами, входящими в его состав.



VLADMAMA.RU

Елена Бобкова



Одноклассники.ру



bebeta811.baby.ru



Del

Рефлексия

1. Было интересно...
2. Было трудно...
3. Я выполнял задания...
4. Я понял, что...
5. Теперь я могу...
6. Я приобрел...
7. Я научился...
8. У меня получилось ...
9. Я смог...
10. Меня удивило...
11. Мне захотелось...