

КОНСЕРВИРОВАНИЕ КАПУСТЫ (урок СБО 8 класс)

Подготовила учитель СБО
Сороколетова Г.Н.

Полезные свойства маринованной капусты

- В маринованной капусте сохраняется до **80-90%** витамина С
- Для организма человека овощи – основной источник органических кислот, углеводов, витаминов, минеральных солей, ароматических веществ.
- Овощи возбуждают аппетит и улучшают пищеварение. Многие овощи имеют диетическое и лечебное значение (в их числе и капуста)

- КАПУСТУ ДОБУДЕМ-СЫТЫ БУДЕМ,
О ГОЛОДЕ ЗАБУДЕМ.
- ХЛЕБ ДА КАПУСТА ЛИХА НЕ
ДОПУСТЯТ.
- ЕСЛИ В ДОМЕ ЕСТЬ КАПУСТА, НА
СТОЛЕ НЕ БУДЕТ ПУСТО.

ДЛЯ МАРИНОВАНИЯ КАПУСТЫ НАМ ПОНАДОБИТСЯ

КАПУСТА ПОЗДНИХ
СОРТОВ.
МОРКОВЬ.
СОЛЬ.
УКСУСНАЯ КИСЛОТА
70%.
АЦЕТИЛСАЛИЦИЛОВАЯ
КИСЛОТА (АСПИРИН)



ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ РАБОТЫ:

- РАЗДЕЛОЧНАЯ ДОСКА СО.
- НОЖ КУХОННЫЙ.
- ТЕРКА.
- Пестик.



ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ МАРИНОВАННОЙ КАПУСТЫ

ОЧИСТИТЬ КАПУСТУ ОТ ВЕРХНИХ ЛИСТЬЕВ И
КОЧЕРЫЖКИ



ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ МАРИНОВАННОЙ КАПУСТЫ

- Нашинковать капусту.
- Положить нашинкованную капусту в миску.



ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ МАРИНОВАННОЙ КАПУСТЫ

Натереть на крупной терка морковь и добавить ее в капусту



- Смешать морковь с капустой.



- Уложить капусту в банку, придавливая ее пестиком, при этом не набивая плотно.

Наполнив банку капустой, положить в нее аспирин, налить уксус, залить кипящим рассолом.



Закрывать герметично банку железной крышкой
Через неделю капуста готова.



НОРМА ПРОДУКТОВ НА **2-Х** ЛИТРОВУЮ БАНКУ

- Капуста – **2** кг.
- Морковь – **2-3** шт.
- Соль - **1,5** столовых ложек
- Сахар – **1,5** столовых ложек
- Уксус **70%** - **1** десертная ложка
- Аспирин – **1** таблетка

РЕЦЕПТ МАРИНАДА

НА **1** ЛИТР ВОДЫ:

- 1,5** –ЛОЖКИ СОЛИ
- 1,5** ЛОЖКИ САХАРА

ЗАКИПЯТИТЬ