

# 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**