

Тема урока.

«Последовательность операций по обработке солено-квашеных овощей»



**ГАПОУ БТОТ иС
г. Байкальск
мастер п/о Суворова
Н.В.
Профессия Повар
(ОВЗ)**



Задания №1

Всё ли здесь верно?

- 1. Клубнеплоды (картофель, батат),
- 2. Корнеплоды (редька, редис, брюква, морковь, свекла, артишок ,сельдерей),
- 3. Капустные (капуста белокочанная, краснокочанная, савойская, брюссельская, цветная, кольраби),
- 4. Луковые (лук репчатый, лук-порей, черемша, чеснок),
- 5. Салатно-шпинатные (салат, шпинат, щавель, базилик),
- 6. Тыквенные (тыква, кабачок, огурец, патиссон, дыня),
- 7. Томатные (помидор, соя, баклажан, перец),
- 8. Десертные (спаржа, ревень),
- 9. Пряные (укроп, эстрагон, хрен),
- 10. Бобовые (бобы, горох, фасоль, чечевица).

Правильный ответ!!

- 1. Клубнеплоды (картофель, батат);
- 2. Корнеплоды (редька, редис, брюква, морковь, свекла, **артишок**, сельдерей);
- 3. Капустные (капуста белокочанная, краснокочанная, савойская, брюссельская, цветная, кольраби),
- 4. Луковые (лук репчатый, лук-порей, черемша, чеснок);
- 5. Салатно-шпинатные (салат, шпинат, **щавель**);
- 6. Тыквенные (тыква, кабачок, огурец, патиссон, дыня);
- 7. Томатные (помидор, баклажан, **соя**, перец);
- 8. Десертные (спаржа, ревень, патиссон)
- 9. Пряные (базилик, укроп, эстрагон);
- 10. Бобовые (бобы, горох, фасоль, чечевица).

- Переработанные плоды и овощи - это продукты с длительным сроком хранения и с совершенно новыми пищевыми и вкусовыми свойствами.





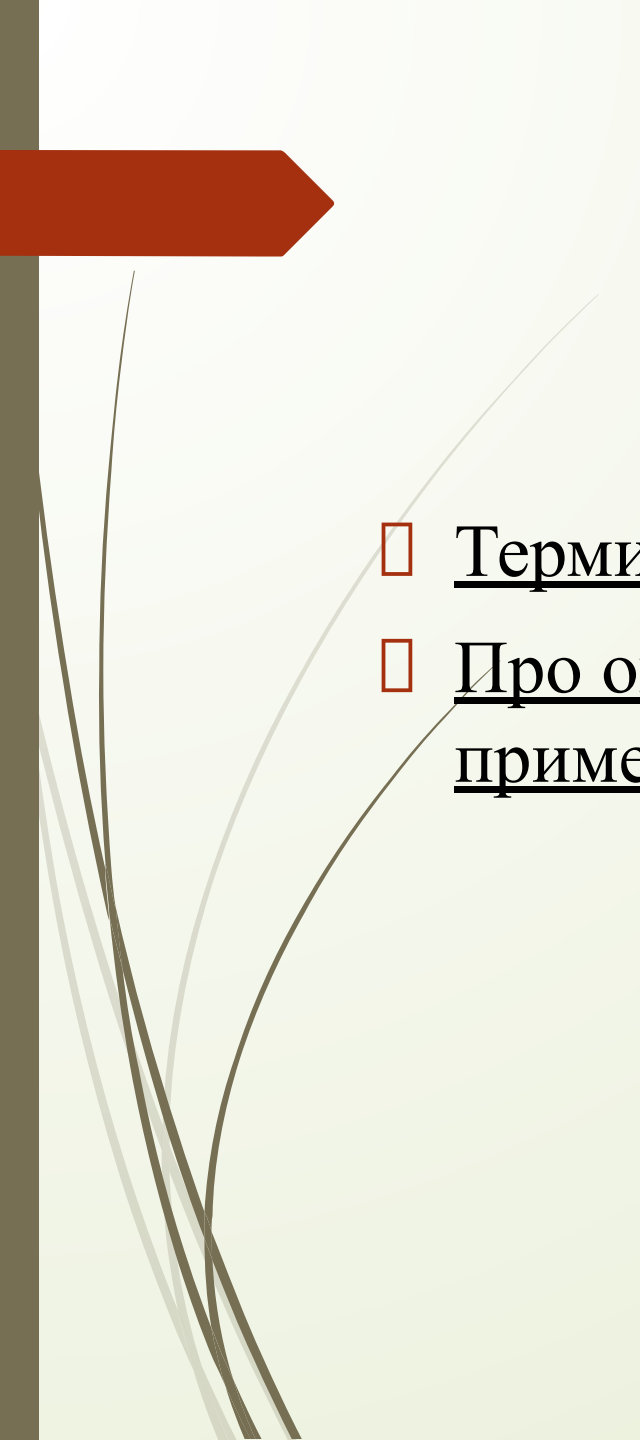
Способы консервирования:

- 1. Консервирование нагреванием.
- 2. Консервирование сахаром.
- 3. Маринование.
- 4. Сушка
- 5. Замораживание
- 6. Соление и квашение.
- 7. Копчение.
- 8. Мочение.

Терминология

- **Соление, квашения овощей** – способ консервирования овощей, в основе которого **лежит сбраживание сахаров**, входящих в состав перерабатываемого сырья в процессе жизнедеятельности **молочнокислых бактерий**. Образующаяся **при брожении молочная кислота** создает неблагоприятные условия для развития многих вредных микроорганизмов.



- 
- Термин «квашение» применяют обычно только к капусте.
 - Про огурцы и томаты говорят "соления", а к яблокам применяют термин "моченые".

Немного из истории.



На Руси историю квашения можно проследить с XVI века. Очень хорошо было развито квашение в православных монастырях, где в зимнее время капустные заготовки составляли основную долю рациона монахов. Однако за пределами нашей страны квасить капусту начали гораздо раньше: есть сведения о том, что в Китае консервировать её подобным образом стали ещё в III веке до нашей эры, давнюю историю имеет квашение и в Корее. Различными путями рецепт квашеной капусты распространился по всему миру. Схожие блюда есть в Австрии и Германии, во Франции, в Румынии, в Польше, - в этих странах принято подавать квашеную капусту как гарнир к различным блюдам из мяса. Однако ни в Азии, ни в Европе квашеная капуста не получила такой любви и известности, как в России.

В нашей стране появились даже особые традиции и обычаи, связанные с квашеной капустой: прежде всего, собирать капусту для закваски принято на Воздвижение (27 сентября), а начинать заготавливать - в Сергиев День, он же Сергей Капустник. Кроме того, в каждом регионе нашей обширной родины существуют свои собственные местные рецепты квашеной капусты, и только они считаются самыми вкусными, да и вообще единственно верными.

Задания №2

« В чем отличия соления от квашения? »



Правильный ответ!!!

- Соление – плоды и овощи заливают рассолом.
- Квашение – плоды и овощи выделяют собственный сок.



Задания №3 «Подготовка тары»



□ Соление



□ Квашение




Правильный ответ!!



- Соление - (Деревянных бочек, эмалированной и стеклянной посуды).
- Квашение - (Деревянных бочек, эмалированной и стеклянной посуды).

Пищевая ценность квашеных и солёных овощей.

Продукт 	Калорийность Ккал	Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.
<u>Капуста белокочанная, квашеная</u>	23	1,8	0,1	3
<u>Морковь квашеная</u>	26	1,3	0,1	4,5
<u>Огурец маринованный</u>	16,1	2,8	0	1,3
<u>Огурец соленый</u>	13	0,8	0,1	1,7
<u>Перец сладкий маринованный</u>	24,5	1,3	0,1	4,9
<u>Свекла квашеная</u>	32	1,3	0	6
<u>Томаты маринованные</u>	15,4	1,7	0,2	1,8
<u>Томаты соленые</u>	13	1,1	0,1	1,6

Квашенные овощи – низкокалорийные продукты (14-20 ккал/100г).

- Представляют интерес как источники органических кислот (0.6-1.8%), в основном молочной, и минеральных веществ (2.0-2.5%), в основном натрий, хлор и калий.
- Витаминами квашенные овощи не богаты, только квашеная капуста содержит 20-40 мг/100г аскорбиновой кислоты.

Оценка качества квашеных (соленых) овощей производится по органолептическим показателям.

- **Квашеные (соленые) помидоры – определяют степень спелости и те же показатели, что и при оценке качества огурцов.**



Оценка качества квашеных овощей производится по органолептическим показателям (капусты).

- внешний вид капусты – форма целых кочанов, частиц капусты, их равномерность, размер частиц, отсутствие грубых частиц и листов;
- цвет – соломенно-желтый. Появление посторонних оттенков свидетельствует об использовании некачественного сырья или о порче;
- вкус и запах – кисло-соленый, без посторонних привкусов и запахов. Резко выраженный запах допускается во 2-м сорте;
- консистенция – упругая, хрустящая, сочная. Ослабленная консистенция допускается во 2-м сорте.



□ Хранение квашеных овощей оптимальная температура хранения 1-4⁰С и ОВВ 90-95%.

□ При отборе проб для оценки качества квашеных овощей руководствуются ГОСТом 12231-66 "Отбор проб и методы определения соотношения составных частей овощей соленых и квашеных, плодов и ягод моченых"



Физкультминутка



Квашенные овощи делят на 4 подгруппы:

- Квашеная капуста, соленые овощи, соленые грибы, моченые плоды. Эти подгруппы отличаются способом засола:
- Квашеную капусту квасят сухим способом с невысокой концентрацией соли в готовом продукте (не более 2%).
- Соленые овощи квасят мокрым способом, в рассоле с концентрацией 5-9%.

Дефекты соленых и квашенных овощей.

- **Внешнего вида:** неравномерность размеров кусочков, наличие крупных, рваных листьев капусты из-за плохо отрегулированного оборудования; трещины на кожице плодов за счет усиленного газообразования, внутренние пустоты у огурцов, ослизнение; потемнение квашенных овощей, в квашеной капусте побурение или порозовение верхнего слоя за счет развития дрожжей типа *Torula*.
- **Дефекты вкуса и запаха:** кислый вкус (брожение капуста при высоких температурах), пересоленный вкус (нарушение рецептуры), затхлый, гнилостный вкус и запах (развитие нежелательной микрофлоры).
- **Дефекты консистенции:** размягчение соленых огурцов и квашеной капусты (из-за развития плесени, с образованием белой пленки на поверхности). Огурцы сначала становятся дряблыми, а затем мажеобразными, кожица легко растирается между пальцами, в конечном итоге плоды полностью разлагаются с выделением сероводорода.




«Последовательность операций по обработке квашеных овощей» (капуста)

- 1. Шинкованную квашеную капусту отжать;
- 2. Если она слишком кислая, промыть охлажденной кипяченой водой;
- 3. Откинуть на дуршлаг;
- 4. Дать стечь воде;
- 5. Затем переложить капусту в посуду;
- 6. Для некоторых блюд капусту рубят.

Блюда из квашеной капусты

- **Квашеная капуста была весьма популярным на Руси блюдом. Заготавливали ее каждую осень много, а потом всю зиму ели ее в натуральном виде и готовили из нее всевозможные блюда.**
- **Салаты;**
- **Гарниры;**
- **Щи;**
- **Выпечка.**

- 
- ❑ **Кислотность квашеной капусты не должна превышать 1,3% (1-й сорт) — 1,8% (2-й сорт) в пересчете на молочную кислоту;**
 - ❑ **При повышенной кислотности капусту приходится промывать, а это приводит к почти полной потере витамина С.**
 - ❑ **Нельзя хранить отжатую капусту, так как при этом она теряет за час около 20% витамина С, за 3 ч — более 30, а за сутки — 70—80%.**
 - ❑ **Отжатый рассол можно использовать для заправки щей и салатов.**

«Последовательность операций по обработке соленых» (огурцы)

- 1. Просоленные огурцы промыть водой(в зависимости от соли);
- 2. Окинуть на дуршлаг;
- 3. Дать стечь;
- 4. У мелких огурцов отрезают место прикрепления плодоножки;
- 5. С крупных огурцов снимают кожицу и, разрезав на четыре части, удаляют семена
- 6. Используют их целиком или нарезают. (в зависимости блюд);

Нарезка из соленых огурцов.

- Ломтики;
- Ромбики;
- Соломкой — для рассольника;
- Мелкими кубиками — для холодных блюд;
- Крошкой — для соусов;
- Кружочками.

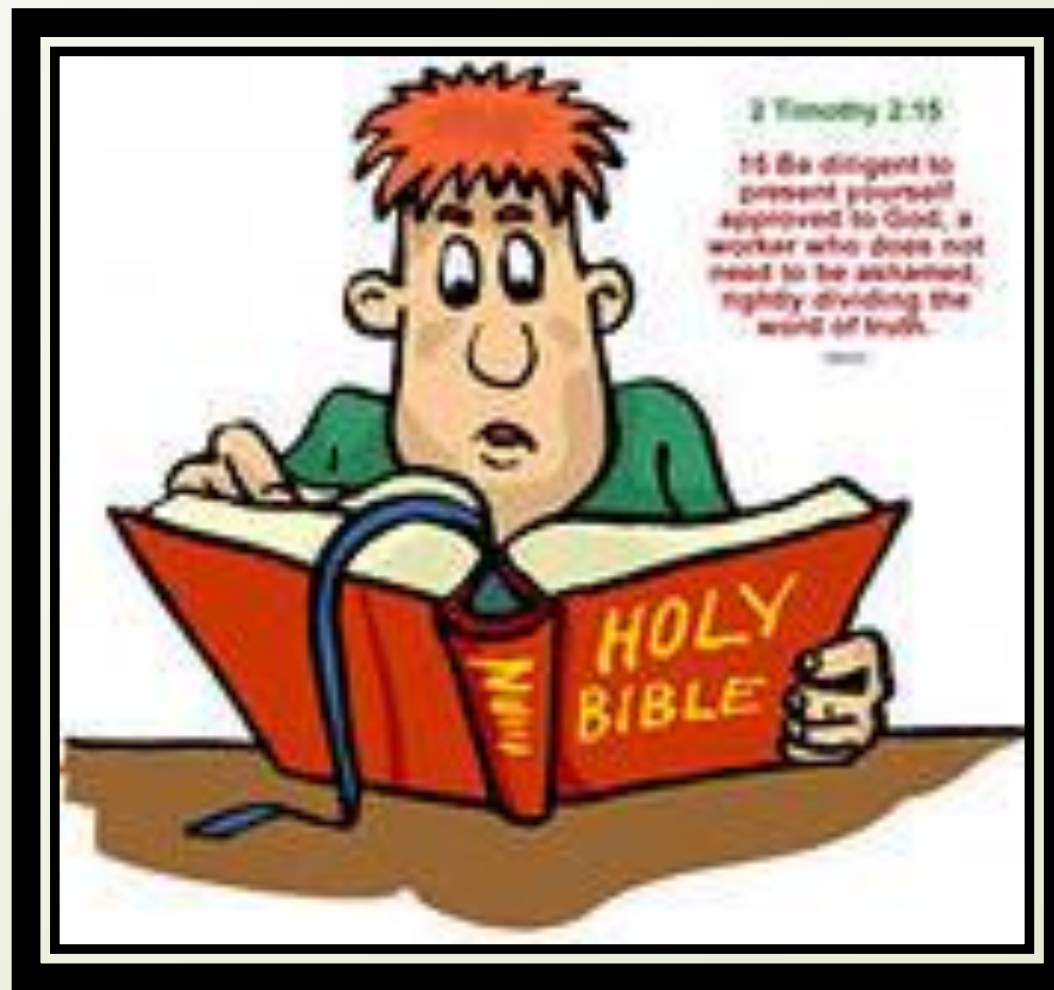


Блюда из соленых овощей (огурцы)

- Супы;
- Гарниры;
- Салаты;
- Выпечка.

Задания № 4

Какие блюда приготовлены из солено – квашеных
овощей?



№1



№2

2.



№3



№4



№5



Правильный ответ!!

- ❑ **Щи;**
- ❑ **Бигус с квашеной капустой;**
- ❑ **Сердечки, тушеные с солеными огурцами по-михайловски;**
- ❑ **Пирожки с квашеной капустой;**
- ❑ **Азу с солеными огурцами.**

Контрольные вопросы.

- Как правильно обработать квашеную капусту?
- Почему нельзя долго хранить солено – квашеные овощи при комнатной температуре?
- Почему стали квасить и солить овощи на Руси?
- Что лежит в основе соления и квашения овощей?



Используемые источники.

- Анфимова Н.А. Кулинария, учебник для нач. проф. образования/ Н.А. Анфимова. – М.: издательский центр « Академия», 2010. – 400 с.
- <http://samkok.ru/salat-zakuski/512-obrabotka-ovoschey.html>
- <http://melnicabiz.ru/researches/241-pererabotka-ovoschey-i-fruktoy-kak-biznes.html>
- **Физкультминутка для школьников средних и старших классов**
<http://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/fizkultminutka-dlja-shkolnikov-srednikh-i-starshikh-klassev.html>
- <http://konservirovanie.su/books/item/f00/s00/z0000013/st019.shtml>