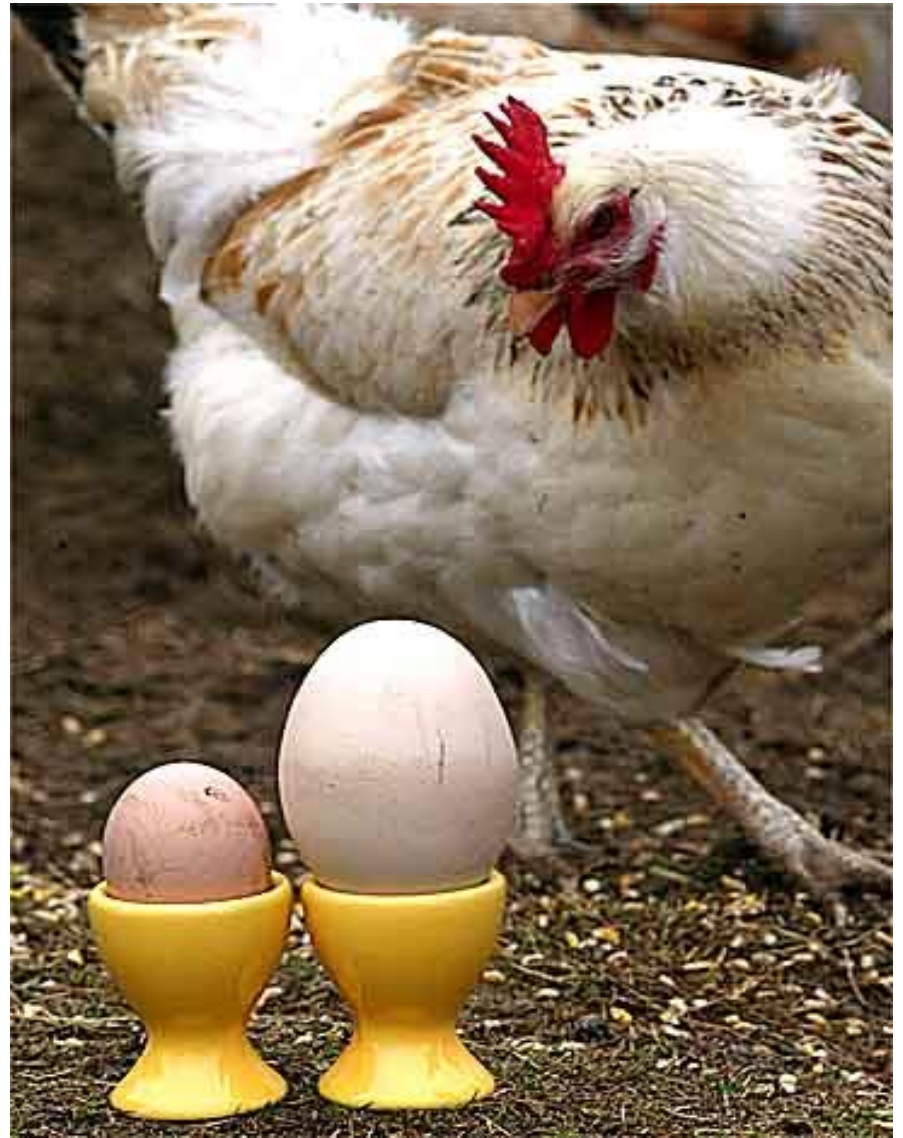


ДОБРОЕ  
УТРО!

# Яйцо в питании



Автор - составитель: Сантьева Татьяна Антоновна,  
учитель технологии, лицей 15





# Интересные факты о яйцах



- Курица откладывает по яйцу в среднем каждые 24-26 часов.
- Белые яйца несут белые куры, а коричневые - рыжие или темные.
- По пищевой ценности белые и коричневые яйца ничем не отличаются.
- Размер яиц зависит от возраста, веса и породы кур. Более зрелые куры несут более крупные яйца. На размер яиц также влияют такие негативные факторы, как повышение температуры, ограничение пространства, плохое питание курицы и др.
- Цвет яичного желтка зависит от рациона курицы. Натуральные красители, которые добавляют в корм (например, лепестки календулы) делают окрас желтка более интенсивным.

# Яйцо куриное



# Яйцо перепелиное



Яйца в сравнении



Яйцо куриное и два перепелиных



Яйцо страусиное и два куриных



# ВИДЫ ЯИЦ



утиные



гусиные



индюшачьи



перепелиные

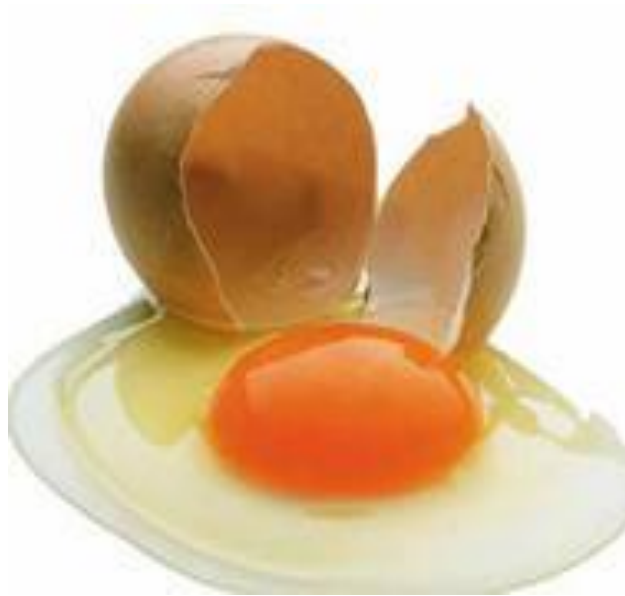


куриные



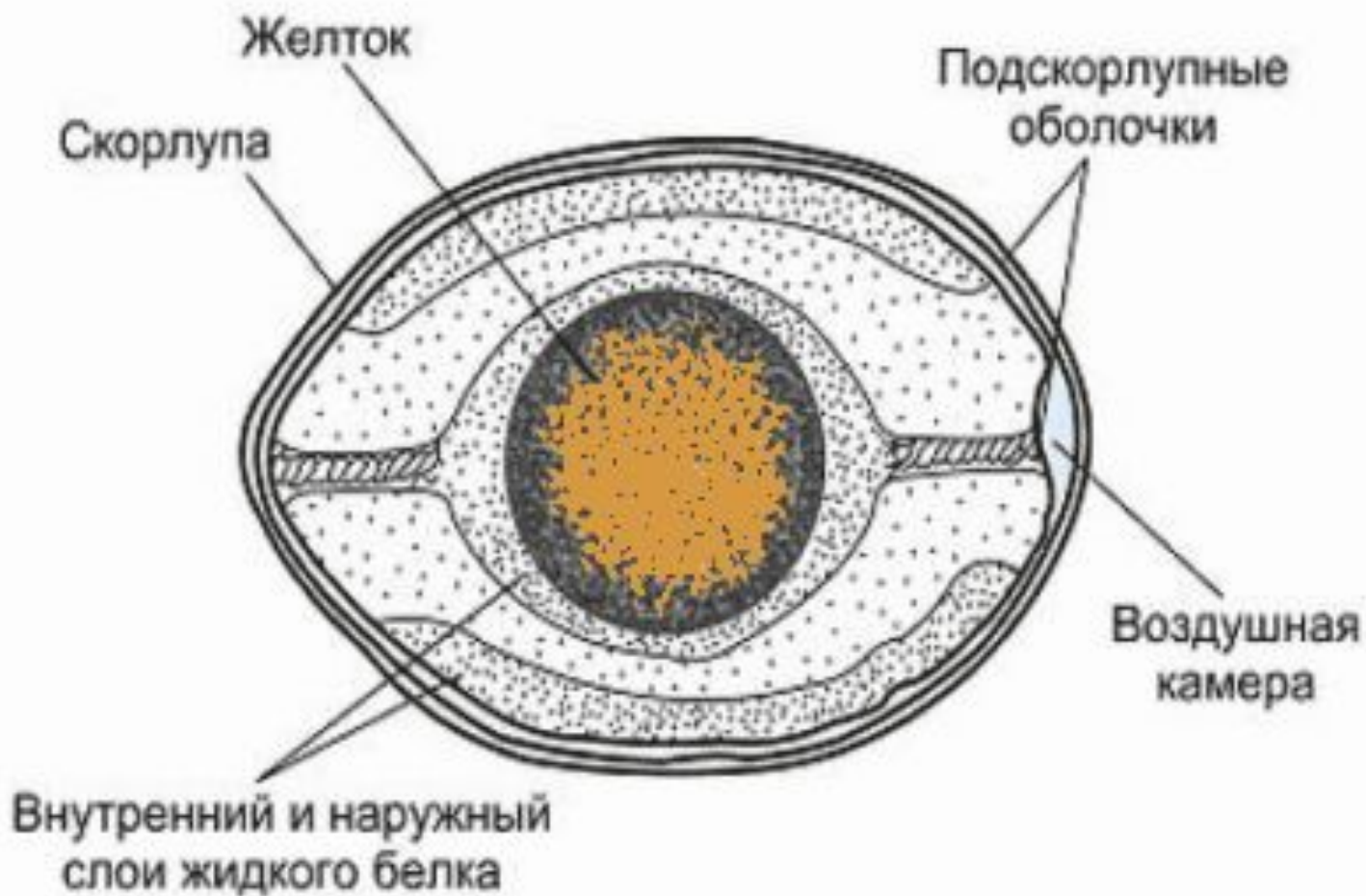
страусиные

# Яйца куриные



- Содержат: кальций, белки, железо, марганец, цинк, витамины группы А, Е, В .
- Яйца полезны для кроветворения.
- Содержащиеся в яйцах вещества защищают глазной нерв. нейтрализуют вредное воздействие окружающей среды.
- Яйца укрепляют кости и суставы, стимулируют иммунную систему.
- Повышают умственную работоспособность.
- Белки яйца имеют самую высокую пищевую ценность из всех белков животного происхождения.
- Яйца - единственный продукт, который усваивается организмом на 97-98%, практически не оставляя шлаков в кишечнике.

# СТРОЕНИЕ ЯЙЦА





# Яйцо куриное



# Маркировка куриных яиц



По действующим российским стандартам маркировка должна быть на каждом яйце, произведенном на птицефабрике.

**Первый знак в маркировке означает допустимый срок хранения:**

**буква «Д»** обозначает диетическое яйцо, такие яйца реализуются в течение 7 дней;  
**буква «С»** обозначает столовое яйцо, которое реализуется в течение 25 дней.

**Второй знак в маркировке означает категорию яйца в зависимости от его веса:**

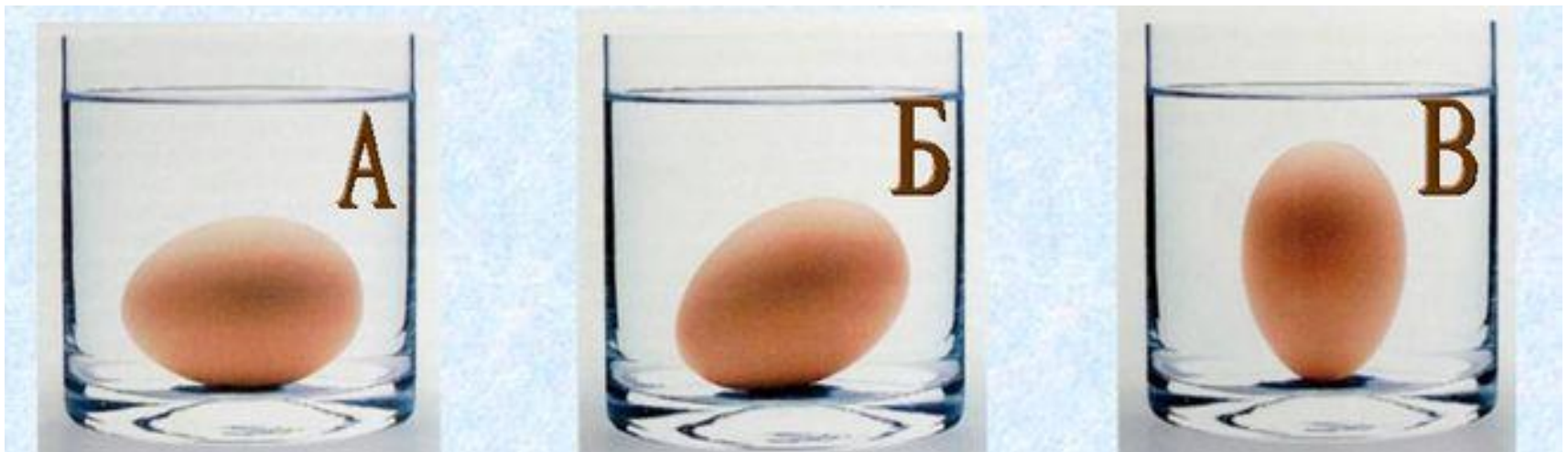
«3» третья категория — от 35 до 44,9 г;  
«2» вторая категория — от 45 до 54,9 г;  
«1» первая категория — от 55 до 64,9 г;  
«О» отборное яйцо — от 65 до 74,9 г;  
«В» высшая категория — 75 г и более.

# Определение свежести яиц

Проверить свежесть яиц можно с помощью обыкновенной ВОДЫ с добавлением соли?

Для этого нужно наполнить стакан ВОДОЙ на 3/4 объема и осторожно положить в воду яйцо:

1. Свежее яйцо, которое было снесено не больше чем 5 - 6 дней назад, опустится на дно стакана (А).
2. Яйцо, которое было снесено две недели назад (11 – 14 дней), будет плавать в воде в вертикальном положении (В).
3. Яйцо, которое было снесено три и более недель назад, сразу же всплывет, часть его будет выступать из ВОДЫ.





# Определение доброкачественности яиц

## Овоскоп



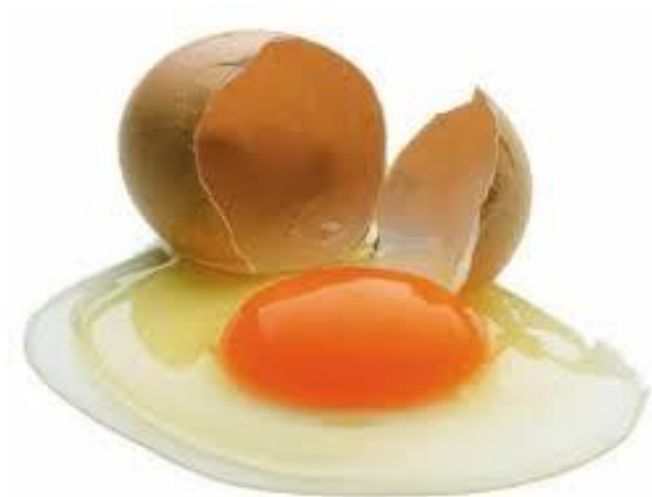
Овоскоп компактный  
светодиодный



# Первичная обработка яиц



- 1. Обмывание теплой водой.**
- 2. Определение качества.**



# Яйцо куриное – интересные факты



**Разные породы кур откладывают яйца разного цвета. Цвет яйца никак не связан с его пищевыми свойствами.**

**В России и в США куриные яйца обычно белые или светло-бежевые. В Великобритании они обычно светло-коричневые.**







# Полезные идеи для приготовления яиц

- Очень свежие яйца плохо очищаются. Используйте для варки более старые.
- Чтобы определить свежесть яйца, опустите его в воду. Свежие яйца опустятся вниз, а лежалые будут плавать на поверхности.
- Чтобы скорлупа не растрескивалась во время варки, а крутые яйца легче очищались, проколите широкую верхушку яйца иголкой или специальным приспособлением
- Яйца, отваренные в соленой воде, лучше очищаются
- Если вы случайно смешали сырые и вареные яйца, совсем не трудно определить, где какое. Для этого покрутите каждое яйцо на твердой поверхности. Те, что хорошо крутятся - крутые, а те, что плохо - сырые.
- Яйца, предназначенные для варки, достаньте из холодильника заблаговременно и дайте им полежать и прогреться до комнатной температуры.

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В КУЛИНАРИИ



**Блинчики**

**Связывающие  
свойства**



**Пирожки**



**Котлеты**



**Лапша**



**Запеканка**



# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В КУЛИНАРИИ



**Зефир**

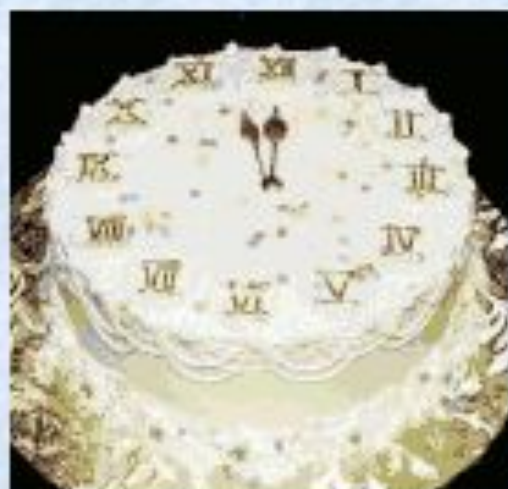
**Пенообразующие  
свойства**



**Пастила**



**Безе**



**Крем**

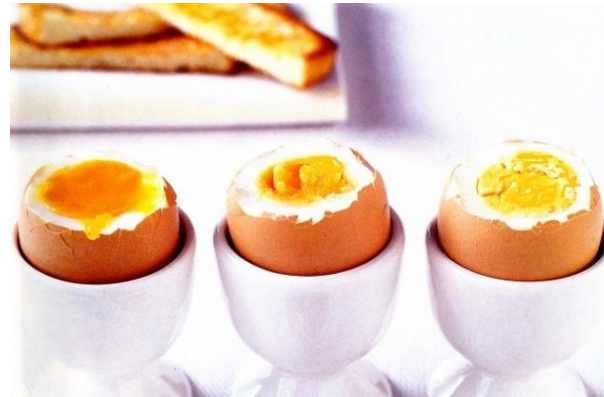


**Суфле**



# Варка яиц

Три степени варки яиц



**1. Всмятку**

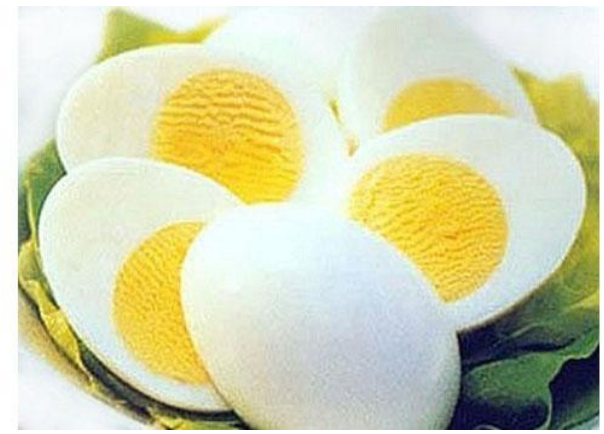
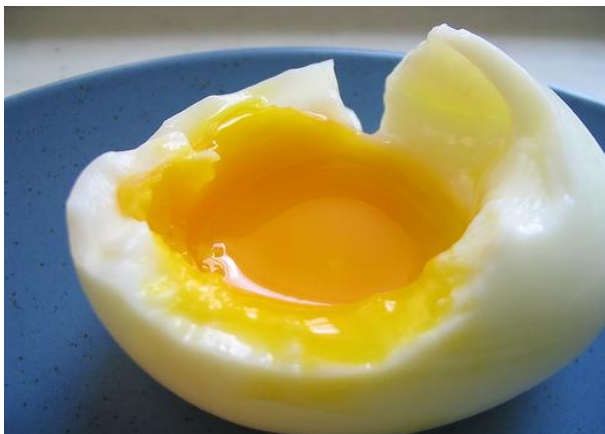
**2 – 3 мин.**

**2. В «мешочек»**

**4 – 5 мин.**

**3. Вкрутую**

**8 – 10 мин**



Готовить яйца лучше всмятку - при этом не теряются содержащиеся в желтке витамины.

# Оборудование для варки яиц



Быстро и легко!

Начинающим кулинарам  
ГАДЖЕТ поможет сварить  
яйца всмятку, в «мешочек» и  
вкрутую.



Индикатор варки яиц



Разбейте

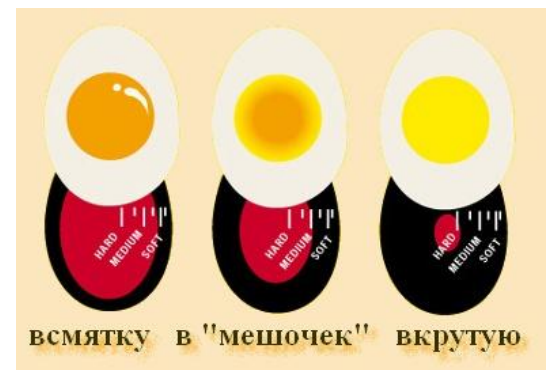
Сварите

Достаньте

Форма для варки яиц



Силиконовые подставки  
для варки яиц



всмятку в "мешочек" вкрутую

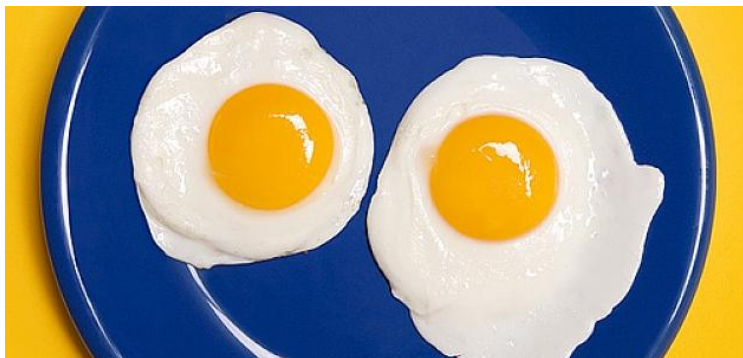


Яйцеварка для варки  
яиц в микроволновой  
печи.



# Яичницы

Натуральная - только из яиц



Глазунья



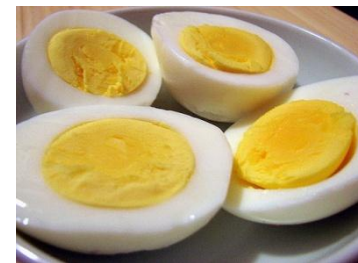
Болтуня

Комбинированная – с добавлением различных продуктов





# Яйца фаршированные





# Омлеты

Натуральный



С гарниром

Смешанный

Фаршированный





# Практическая работа

## Приготовление омлета натурального



### Ингредиенты:

- яйца - 2 шт.
- молоко - 30 г. (2 ст.л.)
- масло - 10 г. (1 ч.л.)
- соль – 0, 5 г. (на кончике ножа)





# Приготовление омлета

- Яйца обмыть теплой водой, проверить их качество.
- Приготовить яично-молочную смесь ( яйца перелить в эмалированную чашку; добавить молоко, соль – все взбить).
- Вылить яично-молочную смесь на разогретую сковороду с маслом.
- Жарить под крышкой на умеренном огне.
- Выложить омлет на тарелку, посыпать зеленью или украсить помидорами.

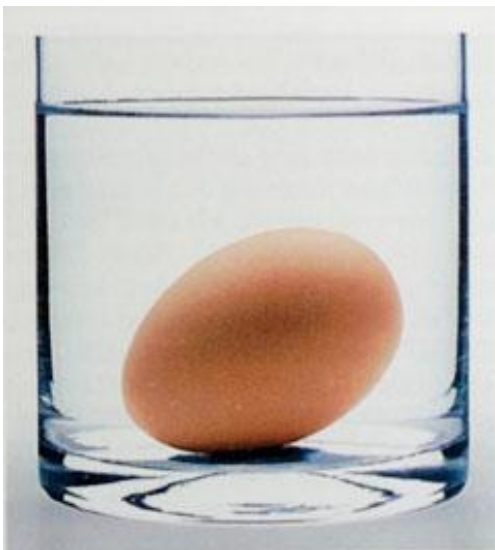




## УКРАШЕНИЕ БЛЮД

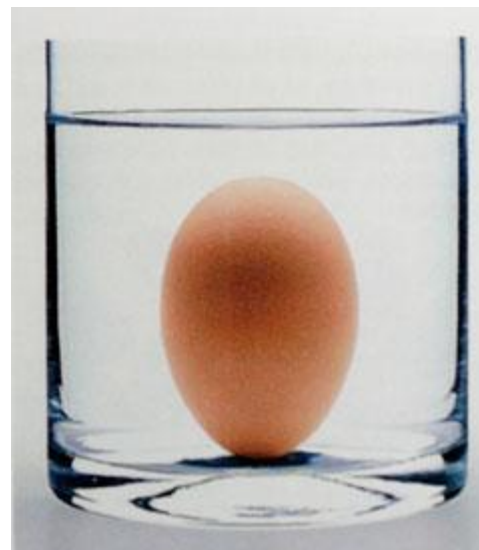


*Определите свежесть яйца, опущенного в стакан с солёной водой и соотнесите надписи с иллюстрациями*



---

**СТОЛОВОЕ**  
**ДИЕТИЧЕСКОЕ**



---





*Вставьте в текст пропущенное слово*



Наиболее ценная  
часть яйца -  
\_\_\_\_\_,  
он богат не только  
белками, жирами,  
минеральными  
веществами, но и  
витаминами.

скорлупа

желток

белок



**Определите название вида варёного яйца**



**Варится 2 минуты**

**«ВСМЯТКУ»**

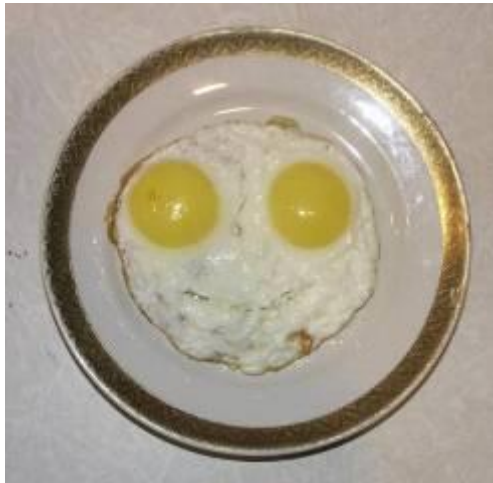


**Варится 7-10 минут**

**«ВКРУТУЮ»**



*Определите название блюда по внешнему виду*



---

**ом  
лет**



---

**яичница**





# ПРОФЕССИИ

ПТИЧНИЦА



ОПЕРАТОР  
ПТИЦЕФЕРМЫ



# ПРОФЕССИИ

ПОВАР



КОНДИТЕР





## **ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ:**

- 1** Наиболее ценная часть яйца?
- 2** Как называются яйца, поступившие в продажу не позднее 7 суток?
- 3** Какое блюдо приготавливают из яично-молочной смеси?
- 4** Какое яйцо варится 10 минут?
- 5** Как называются яйца, поступившие в продажу на 8 сутки?



# Творческие идеи



# Домашнее задание



- Повторить конспект, П. 12, стр. 66 - 71 ;
- Принести: с/о (фартук, косынку), кухонное полотенце – на бригаду; сменную обувь;
- Подготовить рецепт 1 блюда из яиц (или презентацию)

## Принести продукты на бригаду:

- Картофель – 5 – 6 шт.
- Масло сливочное – 1 – 2 ст. л.
- Молоко –  $\frac{1}{2}$  стакана
  
- Капуста – 1/8 кочана
- Помидор – 1 – 2 шт.
- Перец болгарский – 1 шт.
- Лук – 1 головка
- Зелень петрушка / укроп – по желанию
- Масло растительное – 2 – 3 ст.л.

Для картофельного пюре

Для салата



- хлеб
- к чаю (чай 2 - 3 ч.л., сахар, сладости – по желанию).

## *Источники информации*

- 1. Технология: Учебник для учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений вариант для девочек)/ Под ред. В. Д. Симоненко –М.: Вентана-Граф, 2008*
- 2. В белом облаке белка яркое солнышко желтка*  
*<http://pedsovet.su/load/214-1-0-5692>*
- 3. Конец великой загадки о курице и яйце*  
*<http://www.ptushki.org/info/press/item/1192.html>*

*Тренажёр использует макрос, созданный*  
*[hw@lemies.de](mailto:hw@lemies.de)*





**Спасибо  
за урок!**

