

Мясо и блюда из него

Технология 7 класс

Букреева И.А.

МБОУ Школа №6

им. М.В. Ломоносова г.о. Самара



Роль мяса в пищевом рационе человека

Содержание в мясе витаминов и минеральных веществ

- **Мясо** является одним из **источников белка** (содержание— 15-20%), минеральных веществ (содержание колеблется от 0,8 до 1,6%),— в основном это фосфаты калия, кальция, магния, цинк и медь, а также железо .
- Минералы в основном содержатся в печени и других органах, а также в крови.
- Печень является источником витаминов группы В, витамин D и А, а также основным источником витамина В12.



В зависимости от расположения в теле животного жировая ткань имеет соответствующие названия.

Подкожную жировую ткань называют подкожным жиром (у свиней — шпиком);

жировую ткань желудка — сальником;

кишечника — кишечным жиром;

жир хвоста — курдючным;

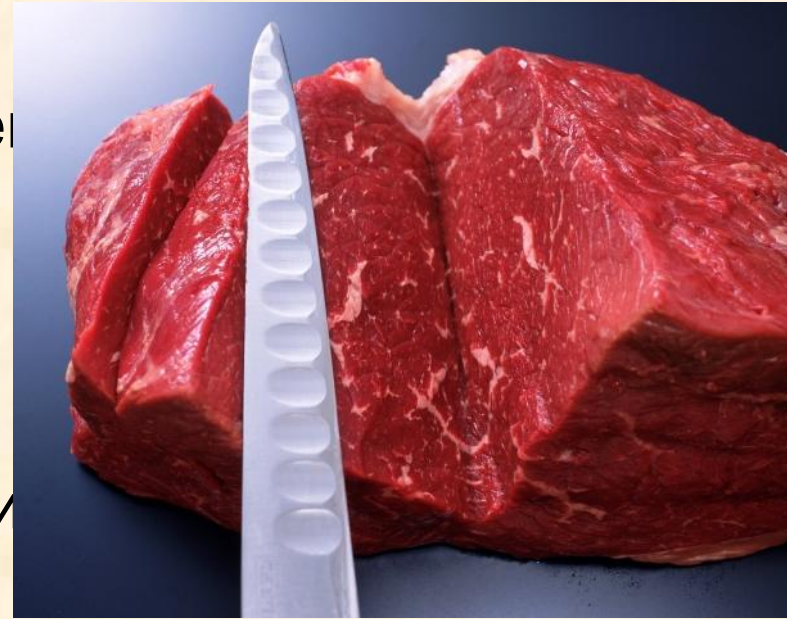
жир костной ткани — костным.

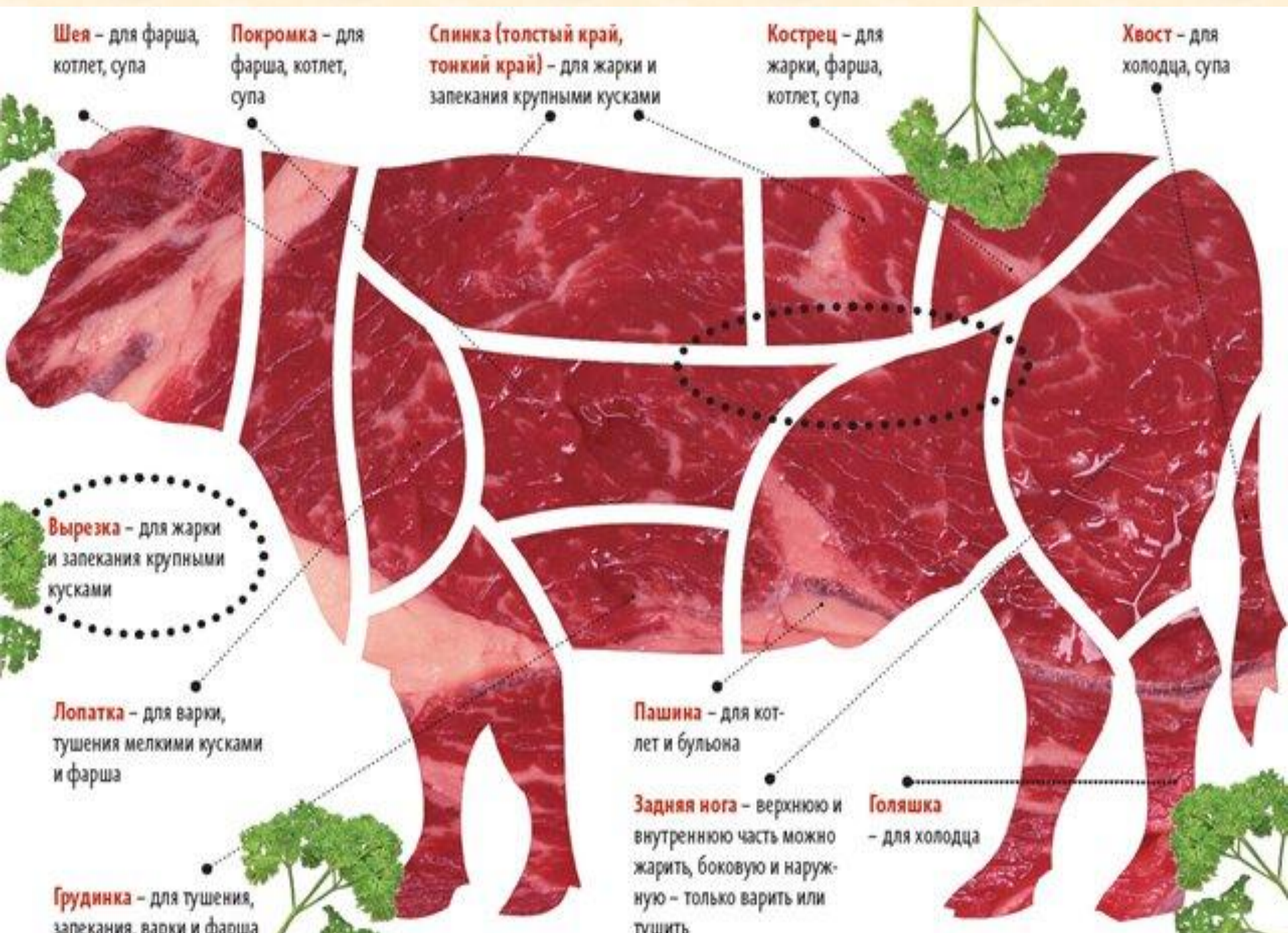




- **Мясо молодняка** отличается менее интенсивным запахом и светлее, чем у взрослых животных, не столь жесткое и жирное.
- **Жир** молодняка – белый, старого животного – жёлтый.
- **Мясу старых животных** требуется более длительная тепловая обработка.

- Соединительная ткань образует пленки, сухожилия, оболочки. Состоит она из неполноценных белков — коллагена и эластина.
- Мышцы груди, брюшной части, шеи конечностей содержат значительное количество соединительной ткани, поэтому отличаются повышенной жесткостью и требуют более длительной кулинарной обработки.
- Коллаген во время нагревания переходит в глютин, который хорошо растворяется в горячей воде.
- Бульоны, содержащие большое количество глютина, при охлаждении застывают — образуется студень.
- Под действием кислот этот процесс ускоряется, на чем и основано





Шея – для фарша, котлет, супа

Покромка – для фарша, котлет, супа

Спинка (толстый край, тонкий край) – для жарки и запекания крупными кусками

Кострец – для жарки, фарша, котлет, супа

Хвост – для холодца, супа

Вырезка – для жарки и запекания крупными кусками

Лопатка – для варки, тушения мелкими кусками и фарша

Грудинка – для тушения, запекания, варки и фарша

Пашина – для котлет и бульона

Задняя нога – верхнюю и внутреннюю часть можно жарить, боковую и наружную – только варить или тушить

Голяшка – для холодца

Субпродукты



Термическое состояние мяса

- Парное, полученное сразу после убоя.
- Остывшее, выдержанное в естественных условиях 6 часов.
- Охлаждённое, хранящееся при $t 0...+ 4$ градусов.
- Замороженное, хранящееся при $t 0...- 18$ градусов.



Оттаивание мяса

1 способ: быстрый
– на воздухе (потери
мясного сока
большие)



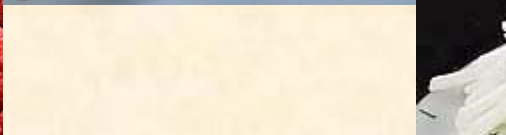
2 способ: в
холодильной
камере
холодильника
(мясной сок
всасывается
мышечными
волокнами, потери
сока меньше)



Мясо скоропортящийся продукт

- **Свежесть мяса** можно определить *органолептически*, т.е. оценить внешний вид, цвет, запах и другие свойства мяса.
- **Доброкачественное свежее мясо**
- не имеет неприятного, гнилостного **запаха**;
- **цвет свежего мяса** на разрезе яркий красный (цвет мяса от старых животных - темно-красный);
- **поверхность** слегка влажная, не скользкая, не липкая;
- **мясной сок** прозрачный;
- **консистенция мякоти** плотная, я от нажатия - быстро выравнивается.
- **Для определения свежести мяса** можно проколоть его нагретым ножом, от соприкосновения с недоброкачественным мясом, нож или вилка приобретут неприятный запах.





При изготовлении блюд из мяса применяют все виды тепловой обработки: варку, припускание, жарку, тушение и запекание.

- **Варка и припускание.** Мясо для вторых блюд варят в небольшом количестве воды. Подготовленные для варки мясо, репчатый лук, петрушку, морковь и сельдерей *закладывают в горячую воду и нагревают до кипения*, после чего продолжают варку при температуре 90—95° до готовности мяса. В результате такого способа варки уменьшается извлечение из него растворимых веществ. К концу варки кладут соль. Бульон после варки мясных продуктов используют для приготовления соусов или супов.



Тушёное мясо



Порционные мясные блюда



Определение готовности мяса

Поварской иглой (вилкой) прокалывают наиболее толстую часть куска: мясо прокалывается легко, выделяющийся сок светлый прозрачный – мясо готово.

Если игла входит с некоторым усилием и на месте прокола появляется сок красноватого цвета, свёртывающийся в кипящей воде, значит, мясо еще не сварено.

