

Презентация на тему «Творог, яйца»



**ПРЕПОДАВАТЕЛЬ СТЕГАНЦОВА
НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА**

Творог



- Кисломолочный продукт, традиционный для Восточной и Северной Европы, получаемый сквашиванием молока с последующим удалением сыворотки. Официально принято классифицировать творог, выработанный традиционным способом, по содержанию в нём жира. В соответствии с ГОСТом РФ, по физико-химическим показателям творог должен соответствовать следующим категориям: обезжиренный, нежирный, классический и жирный



Что готовят из творога?



- Свежий творог прекрасно сочетается со многими продуктами: сахаром, какао, томатами, солью, изюмом, курагой, мармеладом, орехами, корицей, ванилином, перцем, тмином, горчицей, укропом, петрушкой... Простейшее русское блюдо из творога настолько очевидно, что даже не имеет названия: перемешать творог с ягодами (черникой, голубикой, смородиной – вариантом много), полить молоком (или простоквашей, варенцом, сметаной), посыпать сахаром. Удивительно вкусно!
- К сожалению, творог быстро портится, хранить его в открытом виде можно не более двух дней, а если он герметично запакован – около двух недель. Если же творог потерял свежесть, лучше всего приготовить с ним сырники, запеканку или вареники.



Интересные факты о твороге



- 1. В давние времена творог на Руси называли сыром, а блюда из него – сырным.
- 2. Любопытно, что в древности из творога делали не что-нибудь, а пуговицы! Все дело в том, что когда его прессовали на зиму, он становился твёрдым почти как пластмасса.
- 3. В англоязычной культуре творог считается сортом молодого мягкого сыра, тогда как в современной русскоязычной творог обычно сортом сыра не считается.
- 4. Так как творог с низким содержанием жира и высоким содержанием белка, это идеальная пища для тех, кто следит за своим весом. Малоизвестный факт о твороге заключается в том, что это любимая еда для спортсменов и культуристов, которые не пытаются похудеть. Творог с низким содержанием углеводов и полным полезных для здоровья витаминов и минералов. Порция половины чашки содержит около 120 калорий, 5 граммов жира, 3 г углеводов, 14 граммов белка.
- 5. тобы творог сохранялся дольше, предприимчивые русские крестьяне нашли по-своему уникальный способ консервирования любимого продукта. Взятый из-под пресса творог ставили не на стол, а снова в печь. Затем - опять под пресс. Так повторяли дважды, после чего творожная масса становилась совершенно сухой.



Яйца



- Распространённый продукт питания человека. В силу доступности в настоящее время самыми распространёнными в употреблении являются куриные яйца, хотя любые птичьи яйца могут быть употреблены в пищу человеком. Кроме этого, съедобны также и яйца некоторых рептилий.



Блюда из яиц

- Яйцо – идеальный продукт, содержащий все нужное для жизни: белки и жиры, витамины и аминокислоты, а блюда из яиц - отдельная глава в мировой кухне. В кулинарии чаще всего, «по умолчанию» используются яйца куриные, но и перепелиные уже давно перестали быть редкостью, а в последнее время все популярнее становятся яйца цесарок.
- Значение яиц в кулинарии трудно переоценить. Они входят в состав огромного числа блюд, в которых, в зависимости от обстоятельств, выполняют роль связующего элемента, эмульгатора, разрыхлителя. Во множестве блюд яйца - основной ингредиент, который ничем не заменить, взять хотя бы соус майонез или бисквит. Иногда нам нужно целое яйцо, в других случаях - только белок или желток.
Список самостоятельных блюд из яиц огромен, и на приготовление большинства из них вы не потратите больше



Интересные факты



- 1. В мире несколько раз бывали случаи, когда курица сносила яйцо с двойной скорлупой. Чаще всего такое происходит с курицами породы леггорн – средиземноморскими птицами с белым оперением.
- 2. Самое маленькое в мире птичье яйцо – яйцо колибри, его диаметр составляет 12 мм, а самое большое – у страуса – 15-20 см. Курица по кличке Гарриет решила потягаться со страусом и в 2010 году снесла яйцо, которое попало в «Книгу рекордов Гиннеса» – 23 сантиметра в диаметре, 11,5 сантиметра в длину и вес чуть более 163 граммов.
- 3. Курица может нести яйца и без петуха, но цыплята из них не вылупляются. Такие яйца ещё называют «болтуны».
- 4. Вопреки распространённому мнению, «плохой» холестерин не повышается из-за употребления яиц. А всё потому, что в яйцах мало **насыщенных жиров**, которые приводят к повышению – 2 грамма, а вот **ненасыщенных** (полезных) – там три





Спасибо за внимание!