

Тема проекта: «Винегрет»



Выполнила: ученица 7 «А» класса:

Мокрушина Полина

Проверила: учитель технологии

Овчинникова Екатерина Анатольевна

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Цель. Задачи
3. История
4. Техника безопасности
5. Реализация проекта
6. Экономическое обоснование
7. Заключение
8. Интернет ресурсы

Пояснительная записка

Одно из наших любимых блюд – винегрет, салат с богатым вкусом, сложный по составу и простой в приготовлении. В нем сочетаются такие разные продукты, но вместе они создают замечательную гармонию. Сладкое и горькое, соленое, острое и пресное: все как в нашей жизни. Главное – найти идеальную пропорцию ингредиентов.

Я выбрала это блюдо, потому что я его люблю, он очень питательный и богат витаминами и минеральными веществами, сохраняет фигуру.

- **Цель:** Приготовить винегрет

- **Задачи:**

1. Познакомиться с историей появления винегрета в России
2. Подготовить необходимый материал для реализации проекта
3. Рассчитать себестоимость готового проекта

История

- Вы всё ещё думаете, что винегрет – это исконно русское блюдо, потому что в нём присутствует квашеная капуста и солёные огурцы? А вот и нет. Даже историки затрудняются точно указать страну происхождения винегрета, но есть предположения, что родиной этого овощного салата может быть Германия или Скандинавия.
- Говорят, при кухне императора Александра I работал французский повар, который однажды, увидев, как местные повара готовят блюдо из овощей и поливают его уксусом, в шоке воскликнул: "Vinaigre?", что с французского переводится как «уксус». Ну, а наши повара, не поняв удивления французского кулинара, согласно закивали головами: «Да, мол, точно он, винегрет». Так и припечаталось к овощному салату с заправкой из уксуса название «винегрет». Хотя существует ещё одна версия появления диковинного названия этого популярного блюда. Как-то однажды подали Екатерине II новый салат, тот самый, из отварных овощей. Она, попробовав холодную еду, отодвинула тарелку от себя и с выражением крайнего возмущения на лице произнесла: «Фи! Не грето!» Таки-да, блюдо было холодным, а фраза «финегрето» трансформировалась в его название и стала «винегретом».

Техника безопасности

- Соблюдение всех перечисленных ниже пунктов - залог Вашей безопасности.

Основные правила работы с ножом:

- не работать с ножом в направлении к своему телу;
- крепко держать рукоятку ножа;
- использовать только хорошо заточенные ножи и инструменты;
- следить, чтобы руки и рукоятка ножа были сухими;
- не оставлять нож в положении режущей кромкой вверх;
- не оставлять нож вколотым в продукты или между ними;
- не пытаться поймать падающий нож;
- не использовать кухонный нож не по назначению;
- мыть нож после каждого применения.

Реализация проекта

- **Продукты:**

- Варёный картофель
- Варёная свёкла
- Варёная морковь
- Огурцы солёные
- Квашеная капуста
- Соль
- Лук
- Масло растительное



Шаг 1

- ЧИСТИМ картофель, свёклу и морковь.



Шаг 2

- Нарезаем картофель, свёклу и морковь.

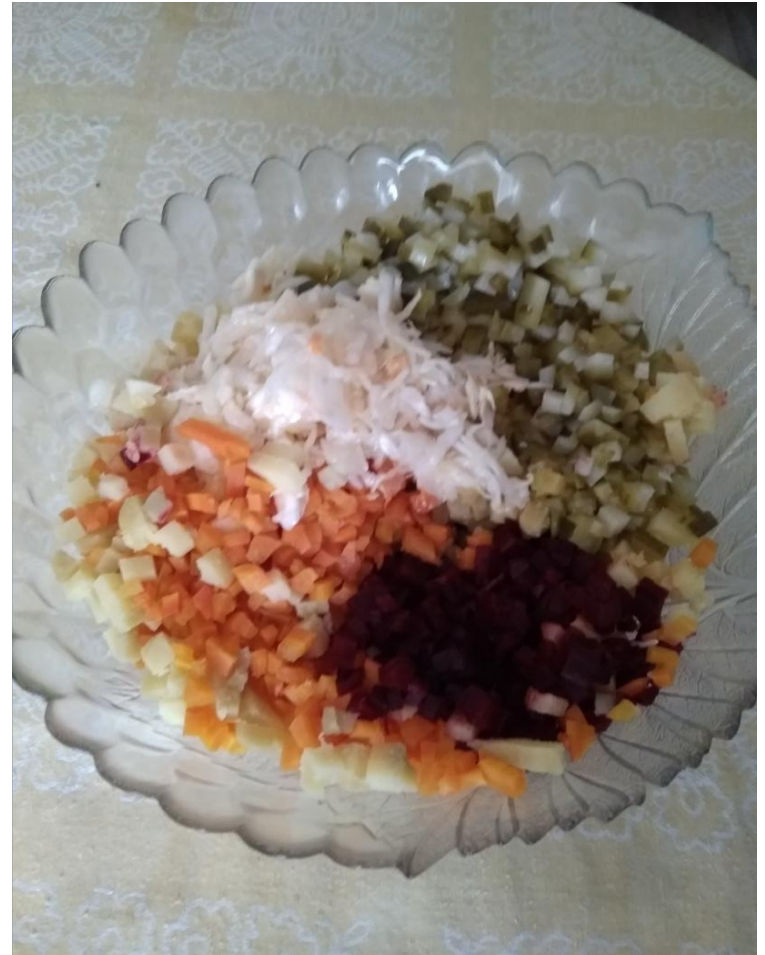


- Нарезаем огурцы и лук (лук, лучше помять руками).



Шаг 3

- Складываем все ингредиенты в глубокую тарелку.
- Добавляем масло и соль по вкусу.



Шаг 4

- Всё хорошо перемешиваем.
Готово.
Приятного аппетита!



Экономическое обоснование

Продукт	Кол-во, г.	Цена, руб.	Стоимость
Картофель	300	36	10
Морковь	230	44	10
Свёкла	120	38	4
Квашенная капуста	250	32	8
Лук	100	26	2.6
Огурцы солёные	250	59	14.7
			Итого: 49.3

Заключение

В процессе реализации проекта я узнала много нового о истории появления блюда.

Интернет ресурсы

- <https://nourriture.ru/interesnoe-o-edo/1454815/>
- <https://znaytovar.ru/s/tehnika-bezopasnosti-pri-rabot.html>