

## 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.

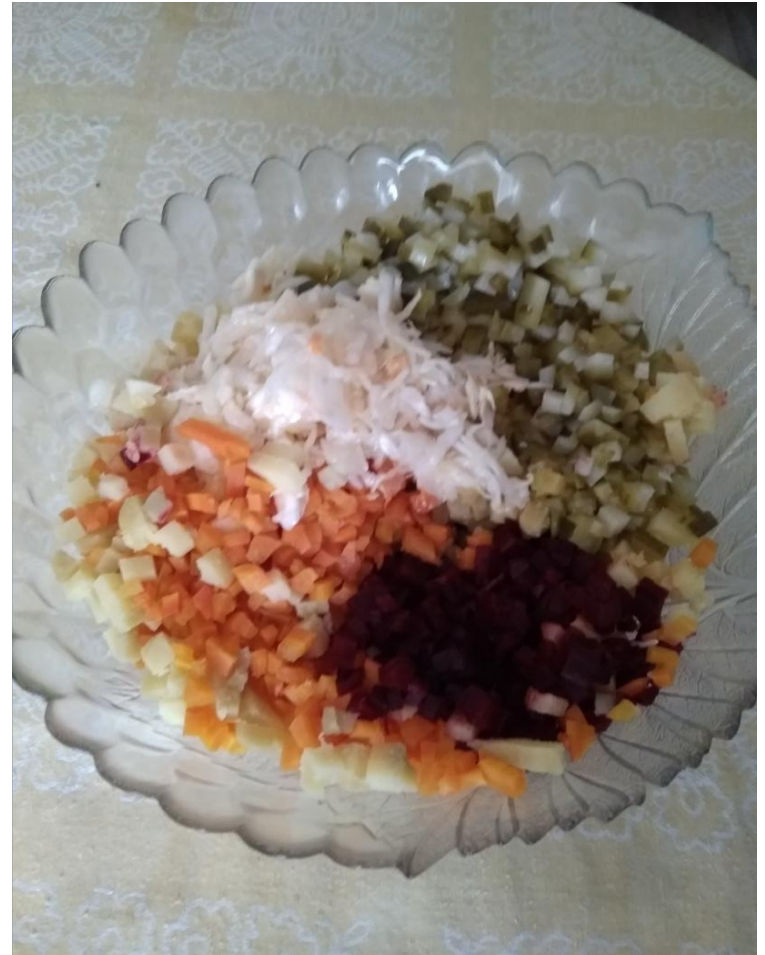


- Нарезаем огурцы и лук (лук, лучше помять руками).



# 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-ede/1454815/>
- <https://znaytovar.ru/s/texnika-bezopasnosti-pri-rabot.html>