

# КУЛИНАРИЯ



Учениц 6 «А»  
Лицея № 35 им.  
Буткова.В.В  
Михайлова  
Виктория и  
Баранова Полина  
Научный  
Руководитель  
Елена  
Александровна

# ПЛАН

---

1. Кулинария О ней.
2. Кухня.
3. Выпечка.
4. Горячие Блюда.
5. Холодные Блюда.
6. Закуска.
7. Жарка.
8. Варка.
9. Тушение.
10. Копчение.
11. Вяление.
12. Маринование.
13. Соление.
14. Квашение.
15. Кандирование.

# КУЛИНАРИЯ

**Кулина́рия** или **кули́на́рия** — область человеческой деятельности, связанная с приготовлением пищи. Включает в себя комплекс технологий, оборудования и рецептов. Методы приготовления пищи и сами ингредиенты широко варьируют в разных странах, отражая уникальные взаимосвязи культуры, экономики и традиций. Приготовление пищи само по себе сильно зависит и от умения и образования повара.

Также — магазин (или специальный отдел при ресторане, столовой, в магазине), торгующий полуфабрикатами и готовыми кушаньями. Дисциплина «Кулинария» также является одной из номинаций Дельфийских игр России.

# КУХНЯ

**Кухня** — помещение для приготовления пищи. Слово кухня в письменных источниках употребляется с 1717 года. До этого использовались слова *поварня*, или *стряпущая изба*.

Кухня — важное помещение в доме. В современных квартирах, как правило, совмещена со столовой. Характеризуется наличием мест для хранения продуктов и кухонных принадлежностей (шкафы, для хранения продуктов при пониженной температуре - холодильник); также мест для первичной, последующих обработок (мойка, столы) и термообработки продуктов (кухонная плита, духовка, СВЧ-печь), мест для сервировки и остывания готовых блюд.



# ВЫПЕЧКА

**Выпечка** — общее название для хлебобулочных изделий и кондитерский изделий, изделий изготавливаемых методом выпекания, а также сам этот процесс.

Мелкоштучные хлебобулочные изделия включают в себя выпечку преимущественно из хлебного теста весом до 250 грамм. Это булочки, рогалики, круассаны.

Кондитерские изделия выполняются из других видов теста, преимущественно с добавлением жиров и сахара. Сюда также относятся и несладкие изделия с длительным сроком хранения (галеты, крекеры, солёные палочки, брецели). Классическими видами кондитерских изделий

# ВЫПЕЧКА: ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

**Хлебобу́лочные изде́лия** — изделия хлебопека́рного производства. К хлебобулочным изделиям относятся: Хлеб, булочное изделие, мелкоштучное булочное изделие, изделие пониженной влажности, пирог, пирожок, пончик.

## Виды

**Формово́е хлебобулочное изделие** — выпекается в хлебопекарной форме.

**По́довое хлебобулочное изделие** — выпекается на хлебопекарном листе, прóтивне, подú пека́рной камеры или люльки.

**Сдобное хлебобулочное изделие** — хлебобулочное изделие с содержанием сахара и (или) жира 14 % и более к массе муки.

**Мелкоштучное хлебобулочное изделие** — изделия весом до 250 грамм. Это булочки, рогалики, круассаны.

**Хлебобулочное изделие пониженной влажности** — с влажностью меньше 19 %. К ним относятся: бараночные изделия, сухари, гренки, хрустящие хлебцы, соломка, хлебные палочки, галеты, крекер, солёные палочки, брецель.

**Диетическое хлебобулочное изделие** — предназначено для профилактического и лечебного питания.

**Национальное хлебобулочное изделие** — отличается своим

# ВЫПЕЧКА: КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

**Кондитерские изделия** (сладости, сладости, сладкие блюда) — высококалорийные и легкоусваиваемые пищевые продукты с большим содержанием сахара, отличающиеся приятным вкусом и ароматом. В качестве основного сырья для приготовления кондитерских изделий используются следующие виды продуктов: мука (пшеничная, реже кукурузная, рисовая, овсяная и др.), сахар, мёд, фрукты и ягоды, молоко и сливки, жиры, яйца, дрожжи, крахмал, какао, орехи, пищевые кислоты, желирующие вещества, вкусовые и ароматические добавки, пищевые красители и разрыхлители. Кулинар и историк В. В. Похлёбкин считал, что во всех видах кондитерского теста мука занимает подчиненное место (исключение составляют тесто для куличей и пряников) и отсутствует во



# ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Горячие закуски отличаются от вторых горячих блюд меньшим весом порции, более острым вкусом, оригинальным оформлением и своеобразной подачей на стол.

Подают их в основном без гарниров; применение в изделиях шампиньонов, белых грибов, помидоров и других продуктов допускается лишь в тех случаях, когда они входят в состав самого блюда или соуса.

Горячие закуски подают на банкетах, товарищеских ужинах, специальных заказах, в праздничные дни, а в ресторанах — по заказам посетителей.

Приготавливают горячие закуски в вареном, жареном, тушеном и запеченном видах. В отличие от вторых горячих блюд продукты для приготовления горячих закусок, нарезают на мелкие ломтики, брусочки, кубики или разделяют мелкими порциями (тефтели, биточки).

Подают горячие закуски в фарфоровых чашечках (кокотницах), металлической посуде в виде раковин, пашотниц, небольших баранчиков, в порционных сковородах и т. п.

Тарелки, на которые ставят металлические раковины, пашотницы, баранчики, порционные сковороды, покрывают красиво вырезанными бумажными салфетками. В закусочных и других предприятиях общественного питания горячие закуски можно подавать на порционных сковородах из белого металла или нержавеющей стали, на пирожковых и десертных тарелках.

Горячие закуски несложного приготовления можно подавать в закусочных общего типа, закусочных с самообслуживанием, кафе и т. п. Эти закуски можно отпускать как самостоятельное блюдо, но к ним следует подавать овощной или крупяной гарнир в количествах, предусмотренных Сборником рецептур для вторых горячих блюд.



# ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

Лучшие холодные закуски рецепты со всего мира; готовим дома со вкусом и любовью.

Само понятие **закуска** пришло в мир из французского языка (в вольном переводе закуска по-французски звучит как «входите»). Именно во Франции перед основными блюдами было принято подавать **холодные закуски** или **горячие закуски**, в зависимости от состава подаваемых в течение обеда или ужина блюд. Часто все закуски было принято запивать **спиртными напитками**. В принципе, подобная традиция сохранилась и по сей день – во многих домах холодные закуски сопровождаются выносом аперитива или же стопкой водочки из морозильника.

Приготовление закусок не ограничивается одними салатами. Холодные закуски могут быть приготовлены из остуженного мяса, различных копченостей, свежих или отварных овощей, солений, грибов, рыбы. Если говорить о русских традициях, то на столах россиян перед основной трапезой чаще всего в качестве холодной закуски появляются соленые огурчики, **квашеная капуста**, икра рыбная (красная или черная), всевозможные рыбные консервы, **салаты**, разного рода **грибы**.

Холодные закуски – это и все виды сыров, колбас. Сало также является холодной закуской, которая отлично оттеняет вкус водки или украинской горилки. Все возможные салаты и их вариации – это тоже холодные закуски. Словом, холодные закуски – это все те блюда, что отправляются в холодильник перед подачей на **праздничный стол**. Все, что перед подачей к столу разогревается, является либо основным блюдом, либо горячей закуской.

Интересная информация для общего развития. Холодные закуски в Италии называются антипасто, в США они же – снэк. В Испании холодные закуски именуются тапас. Обычные **бутерброды**, не поджаренные на сковороде и не запеченные в духовке – это тоже холодные закуски.

Хотя приготовление холодца нельзя отнести к разделу холодных закусок, однако данное блюдо пользуется огромной популярностью в России. Правда, в России это блюдо часто называют просто "холодное", поэтому приготовление холодного - это то же самое, что приготовление холодца.

На нашем сайте имеются разнообразные национальные, детские, быстрые, вкусные холодные закуски рецепты к ним можно найти в этом же разделе. Кроме того, можно узнать все про приготовление ушей для популярного блюда русской кухни - холодца и как приготовить холодное

# ЗАКУСКА

**Заку́ска** — еда, которая подается перед основными блюдами либо в качестве отдельной лёгкой трапезы. Закуска часто употребляется вместе со спиртными напитками (аперитивом). Бывают холодные и горячие закуски. Закуски изготавливают из овощей, фруктов, грибов, мяса, рыбы. В русской кухне в качестве закуски популярны солёные или маринованные огурцы, квашеная капуста, чёрная и красная икра, овощная икра, салаты, шпроты и другие рыбные консервы, сельдь, солёная рыба, солёные грибы. Закуской может также служить нарезка: мясная (колбаса), рыбная, сырная. В начале XX века в России классическими закусками под водку считались: астраханская селёдка; солёные огурцы; печёные пирожки с мясной, рыбной или грибной начинкой; паюсная икра, перемешанная с мелко рубленным зелёным луком и оливковым маслом; солёные белые грибы с репчатым луком, чёрным перцем и подсолнечным маслом.

# ЖАРКА

**Жа́рка** — процесс, при котором продукты подвергаются термической обработке при непосредственном соприкосновении с жиром или без жира (на металлической поверхности (сковорода), в масле (фритюрница) или на открытом огне) при температуре, обеспечивающей образование на их поверхности специфической корочки, что является результатом распада под действием высокой температуры содержащихся в продукте органических веществ и образования новых.

Традиционно жаркой называют только те методы готовки, при которых тепло передаётся к продукту от близкого огня. Таким образом, приготовление пищи в гриле формально жаркой не является.

Также жаркой не является копчение, так как при нём меньше нагрев, а основное воздействие на пищу производит дым.



# ВАРКА

**Варка** — способ приготовления любого продукта (овощей, рыбы и др.) в различной жидкости или парообразной среде (кроме масла и сахара), при помощи нагревания. Чаще всего жидкостью для варки служит: вода, молоко, растительные соки или отвары.

*Способы варки* влияют на перемену аромата, консистенции, вкуса и даже количество и качество питательных веществ в продуктах. Именно поэтому, варка, хоть и выглядит простым процессом, на самом деле более сложный, более тонкий метод обработки продуктов, чем жарение и запекание.



# ТУШЕНИЕ

**Тушение** — процесс готовки посредством нагревания продуктов в малом количестве жидкости, среднее между варкой и жаркой.

**Тушение** — припускание продуктов с добавлением пряностей и приправ или соуса. Перед тушением продукты можно обжаривать.

## Процесс тушения

Обычно проводится от 40 минут в закрытой посуде на медленном огне. Как правило тушат мясо и рыбу вместе с различными овощами и пряностями, чем разнообразнее состав, тем богаче вкус и аромат готового блюда.

# КОПЧЕНИЕ

**Копчѐние** — это вид тепловой обработки продуктов, придающий аромат и оказывающий консервирующее действие. Продукты, подвергнутые копчению, пропитываются бактериостатическими веществами копильного дыма и частично обезвоживаются, благодаря чему срок хранения их многократно увеличивается.

К веществам, придающим копченым продуктам особый вкус и аромат, относятся фенолы и их производные, а также некоторые фракции альдегидов и смолистых веществ, муравьиная и уксусная кислоты.



# ВЯЛЕНИЕ

**Вяление** — разновидность холодной сушки органических продуктов. В процессе вяления происходит обезвоживание высушиваемого материала при температурах до 40 градусов Цельсия — ниже температуры тепловой денатурации белков при воздействии на материал солнечного света.

Вяление подразумевает прохождение в продукте сложных биохимических процессов, связанных с активизацией ферментов под действием солнечного света на фоне снижения влажности в материале и образованием сложных белково-липидных комплексов, придающим материалу упруго-эластичные и вкусовые свойства.

В вяленых продуктах, в отличие от сушеных методом холодной сушки, жир перераспределен по толще мышечной ткани. В продуктах, изготовленных методом холодной сушки, жиры сконцентрированы в местах их накопления в живой природе.

Вяленый продукт менее склонен к потере жира при технологической обработке, что повышает визуальную привлекательность продукта и за счет этого своего свойства, более стоек в хранении — связанные жиры не подвержены быстрому окислению и прогорканию. Процесс вяления родственен процессу созревания, который также характеризуется образованием соединений белков и жиров в продукте. Вкус вяленых продуктов гармоничный, свойственный созревшим продуктам.

Спектры солнечного света, влияющие на процессы вяления, недостаточно изучены. По мнению ряда исследователей, ключевым фактором является ультрафиолетовый спектр. Но практические работы точно не подтверждают, но и не отрицают данные утверждения.

Вяление, как и холодная сушка, происходит при постоянном подводе небольшого количества тепла, расходуемого на испарение влаги с поверхности продукта. Увеличение количества теплоты, подаваемого к высушиваемому продукту, приводит к денатурации белков и как следствие — необратимым негативным изменениям продукта.

Вяление — один из самых древних способов консервации продуктов. В настоящее время, при изготовлении вяленой продукции используют искусственные сушилки, которые не позволяют получать вяленый продукт, так как технологические процессы происходят в темноте. В связи с этим резким переходом от сушки в естественных условиях, понятие вяленый продукт размылось и используется торговыми работниками для продвижения сушеного продукта. При прочих равных условиях вяленый продукт имеет более высокую пищевую ценность, трудоемкость в производстве, и как следствие высокую стоимость, что и послужило размытию понятия вяление. Основной причиной трудоемкости производства является более долгий срок изготовления, связанный с продолжительным протеканием ферментных процессов, в отличие от продуктов холодной сушки, где основным процессом является обезвоживание.

Ошибочно считать, что вяленый продукт имеет более высокую влажность, чем высушенный методом холодной сушки. Процесс вяления считают законченным, когда за счет обезвоживания и окончания деятельности ферментов, активность воды в мышечной ткани снижается настолько, что блокируется жизнедеятельность пагубной микрофлоры, что и позволяет выдерживать долгие сроки хранения.

Вяленый продукт, за счет приобретенных свойств, гораздо менее гигроскопичен, чем сушеный и значительно меньше подвержен усушке и отмоканию при хранении.

# МАРИНОВАНИЕ

**Маринование** — способ консервирования пищевых продуктов, основанный на действии кислоты, которая в определённых концентрациях (и особенно в присутствии поваренной соли) подавляет жизнедеятельность многих микроорганизмов. Способ консервирования пищевых продуктов с применением сахара в составе заливки — маринада. Применяется также маринование с применением растительных масел.

**Дополнительные условия маринования-**

Допустимые во вкусовом отношении концентрации кислоты при определённых условиях не предохраняют продукт от развития некоторых плесеней, дрожжей и бактерий. Поэтому для сохранения продуктов применяют добавление поваренной соли, пастеризацию, хранение при пониженной (не выше 4°C) температуре в закрытой таре без доступа воздуха.



# СОЛЕНИЕ

**Засолка** — способ консервирования при помощи соли, высокое содержание которой в продуктах затрудняет развитие бактерий и плесеней, продукты жизнедеятельности которых делают пищу несъедобной для человека, либо приводят к порче непищевых продуктов.

Засолка пищевых продуктов

Солят рыбу, мясо, грибы и овощи, а также другие плоды (арбузы) и коренья. В России наибольшей популярностью традиционно пользуются солёные огурцы.

Засолка может сочетаться с обработкой продуктов кислотами, температурой, холодом, сушкой и некоторыми другими способами консервирования.

Засолка непищевого сырья

С помощью засолки проводят временную консервацию кож перед дублением.

# КВАШЕНИЕ

**Консервирование** — способ консервации пищевых продуктов (изготовления консервов), заключается в технической обработке продуктов питания для угнетения жизнедеятельности портящих продукты микрорганйзмов. А также некоторые другие способы повышения срока хранения пищевых продуктов. В широком смысле под консервированием подразумевается любой процесс, значительно удлиняющий сохранность продуктов в пригодном для употребления в пищу виде. Основная задача консервирования свести уровень активности воды до минимального уровня, что лишает вредные микроорганизмы среды обитания для дальнейшего развития и порчи продукта.



# КАНДИРОВАНИЕ

**Кандирование** — метод консервирования свежих фруктов в сахарном сиропе для увеличения содержания в них сахара до 70 % и снижения содержания воды для получения цукатов. Для кандирования обычно используется вишня, ананас, слива, имбирь, клубника, корка цитрусовых, арбуз, груша, тыква, папайя, а также некоторые виды цветов (фиалки). Наиболее известные кандированные фрукты — оранжат и цитронат.



# СПАСИБО ЗА ПРОСМОТР!



«Нет плохих продуктов – есть плохие повара»  
Древняя пословица.

Лучшая приправа к пище - голод.  
(Сократ)



[WWW.1RECEPT.COM](http://WWW.1RECEPT.COM)



Повар мыслит порциями.

(Эмиль Кроткий)