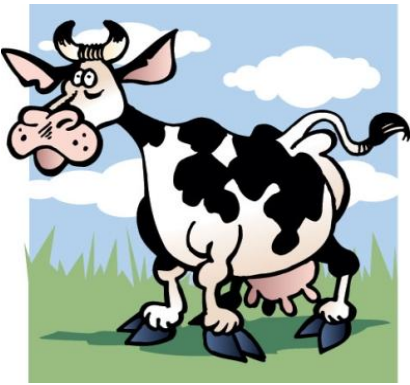




Тема урока :
Молоко и его свойства,
блюда из молока круп и
макаронных изделий.

Кулинария 6 класс
Учитель технологии МБОУ Кренёвская СОШ
Лобкова Е.В



- Цель: ознакомить с видами молока и молочными продуктами. их значением и ценностью, условиями хранения и способами приготовления блюд из молока. Ознакомить с видами круп, бобовых и макаронных изделий и правилами приготовления разновидностей каш, бобовых и макаронных изделий



- Коза домашняя



Сила в нем земли родной
И целебных трав настой,
Солнечных лучей тепло -
Вот что значит молоко!
Молоко - волшебный дар,
Людам он природой дан,
Чтобы жили не тужили,
Молочко живое пили...



Молоко - ценный продукт питания.



По современным данным, в молоке содержится свыше 200 ценнейших компонентов - это 20 благоприятно сбалансированных аминокислот, более 40 жирных кислот, молочный сахар, минеральные вещества, микро- и макроэлементы, все виды витаминов. В состав молока входят пластические, минеральные, энергетические вещества и витамины.





Состав молока в 100 г. продукта



Белки
3.2 г

Жиры
3.6 г

Вода
87.3 г

Молочный
сахар
4.8 г



Чем полезно молоко?



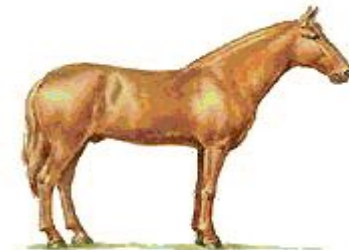
- Белки молока более полноценны, чем белки мяса и рыбы, и быстрее перевариваются. Белок необходим для образования новых клеток. Белки молока состоят из трех компонентов: казеина, альбумина и глобулина, которые в сыром молоке находятся в растворенном состоянии.
- Молочный жир – богатый источник энергии для организма. Жир легко усваивается. Он находится в молоке в виде мельчайших жировых шариков. В молочный жир входят витамины А, D, Е и К, которые почти отсутствуют в других животных жирах.
- Молочный сахар содержится в среднем 4,8г, расщепляется под действием фермента лактазы на глюкозу и галактозу. Лактоза является стимулятором нервной системы и профилактическим средством при сердечно-сосудистых заболеваниях.



Кто даёт нам молоко?

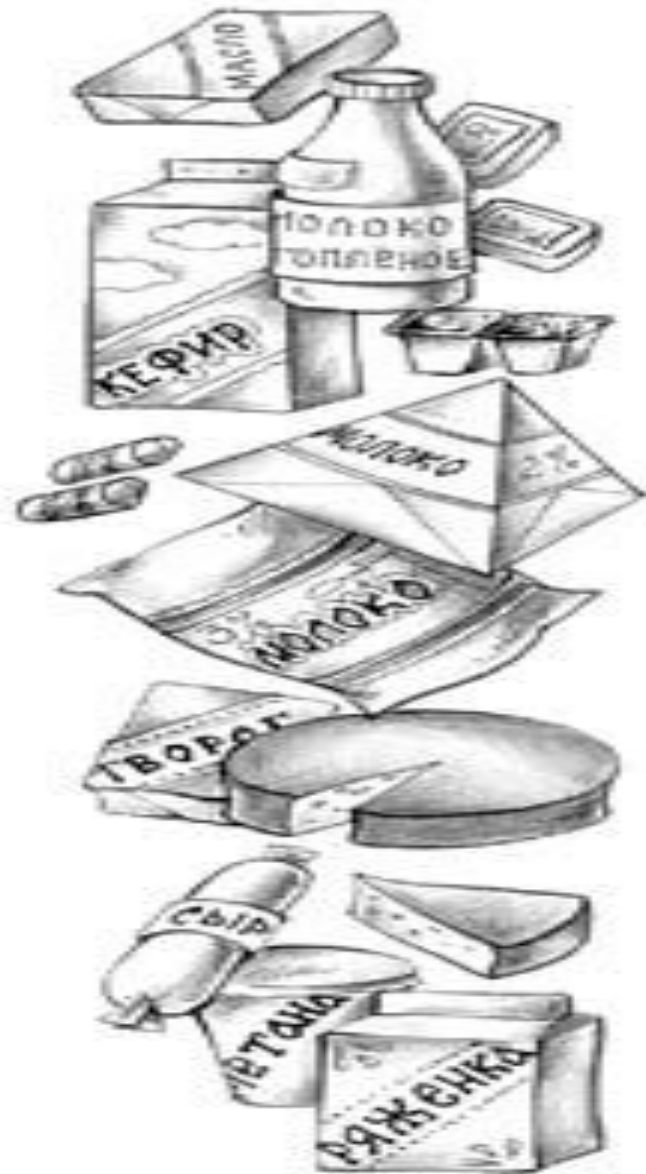
- Коза
- Овца
- Буйволица
- Кобылица
- Верблюдица
- Самка яка
- Самка зебу
- Корова

У нас в России
традиционным является
коровье молоко.



Что можно приготовить из молока?

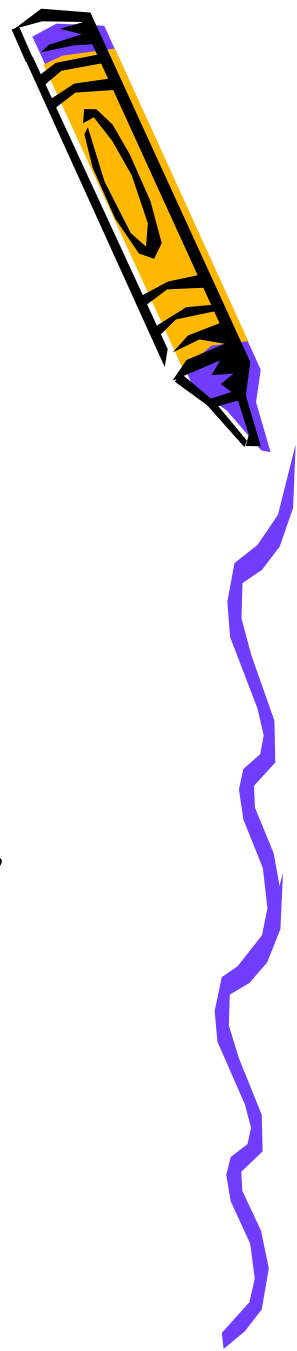
- Творог
- Масло
- Сметану
- Кефир
- Йогурт
- Сыр



Молочные продукты.



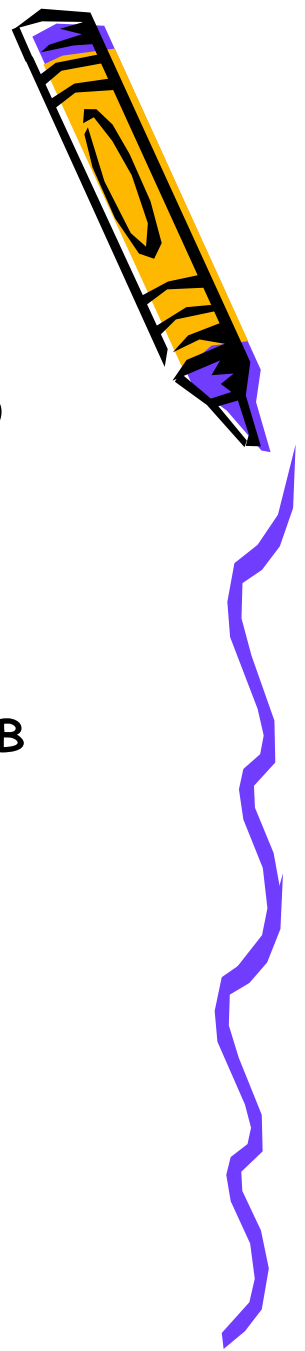
Сроки хранения МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ.



- Все молочные продукты следует держать в холодильнике или в холодном помещении.
- При температуре; 4-8 С молоко можно хранить 20 часов, сметану 72 ч, творог - 36 ч, сливочное масло 10 дней.



- **Нежирное** (снятое) молоко особенно полезно пожилым людям и всем, кто имеет избыточный вес.
- **Стерилизованное** молоко. Получают его путём нагревания до 120- 145 градусов. До такой температуры, при которой полностью уничтожаются все микробы.
- **Пастеризованное** молоко - это молоко, нагретое до температур убивающих болезнетворные микробы, и выдержанное в этих температурах строго определённое время. температура 72 - 75 0 C в течении 20 - 30 минут.

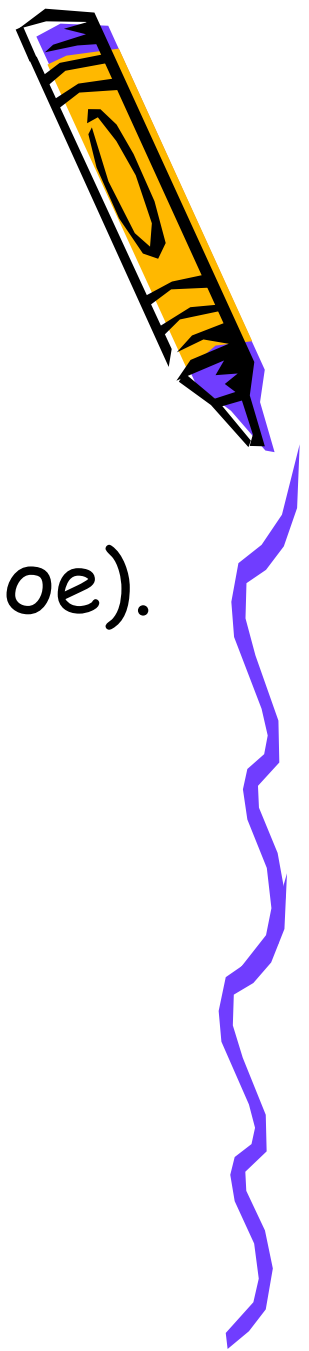


Приготовление блюд из молока

- Используется натуральное молоко
- Консервированное (сухое, сгущенное).

Сухое из расчёта 1- 1.5 ст.ложки на 1
стакан воды.

Сгущенное 2 ст. ложки на 1 стакан
кипячёной воды



Макаронные изделия - питательный ценный продукт питания



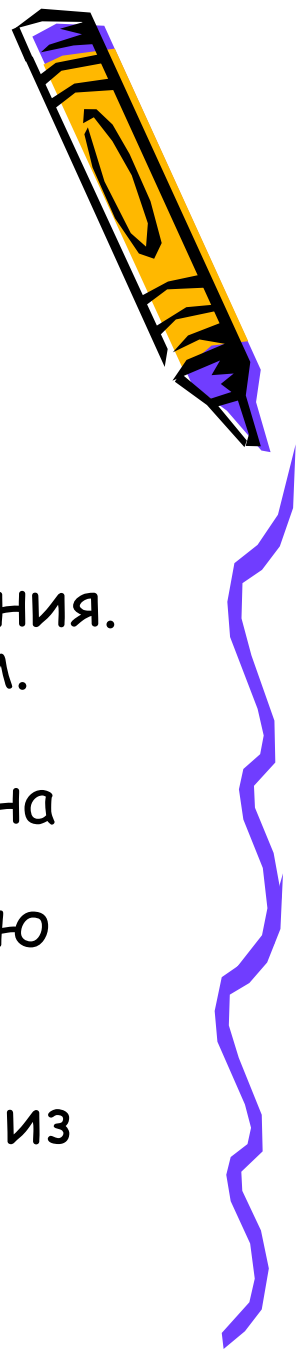
Белки
10 -11 %

Углеводы
74-75 %

Жиры
1 %



История появления макарон.



- Впервые макароны появились в Южной Италии. Уже в эпоху средневековья они пользовались большой популярностью у населения, были основным продуктом питания. Изготавливали макароны кустарным способом.
- С 18 века Италия наладила фабричное производство макарон и стала вывозить их на продажу в соседние европейские страны. Макароны разошлись по всему свету. Первую макаронную фабрику в России построили в 1797 г. Одесе.
- Сейчас макаронные фабрики вырабатывают из различных сортов пшеничной муки разные виды макаронных изделий: трубчатые, макаронные засыпки, вермишель.



Требования к макаронным изделиям.



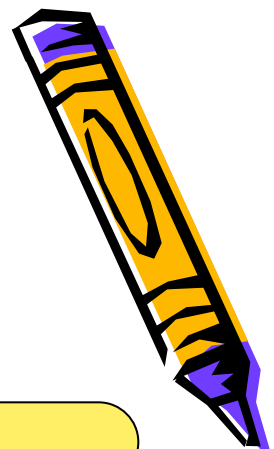
- Иметь однотонный цвет- белый с желтоватым оттенком.
- Правильную форму;
- Вкус и запах- без горечи, затхлости, кислого привкуса и других посторонних привкусов и запахов.



Способы приготовления макарон

Сливной способ
варки
применяют для
гарниров

Несливной
способ варки
применяют
для запеканок
и
макаронников



Требования к качеству ГОТОВЫХ БЛЮД:



- 1) отварные макаронные изделия должны быть мягкими не склеенными, не разваренными без комков;
- 2) запеканки должны быть мягкими, сочными: макаронные изделия в них соединены между собой; на поверхности подрумяненная корочка;
- 3) вкус, цвет и запах блюда должны быть свойственны отварным макаронам, с привкусом того продукта с которым оно приготовлено.



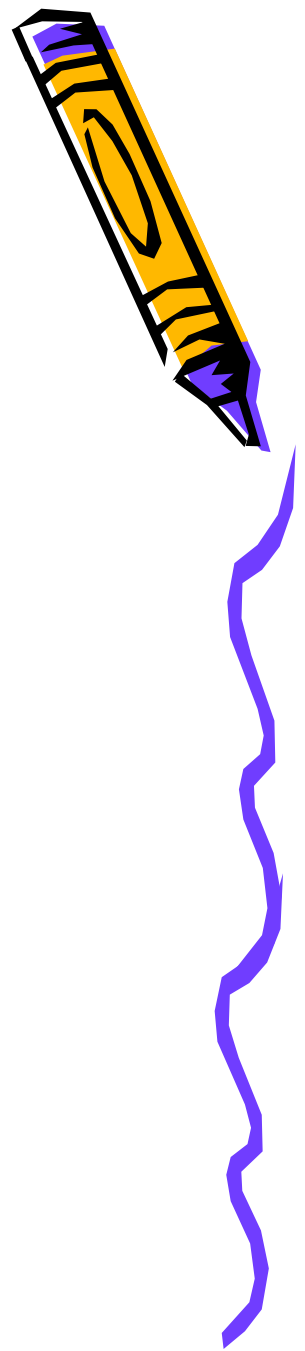
Крупы и бобовые

Получают крупы
из различных
зерновых культур.

- Пшеница
- Овёс
- Ячмень
- рис
- Просо
- Кукуруза
- Гречишное растение
- гречиха

Бобовые

бобы
фасоль
горох
чечевица
соя

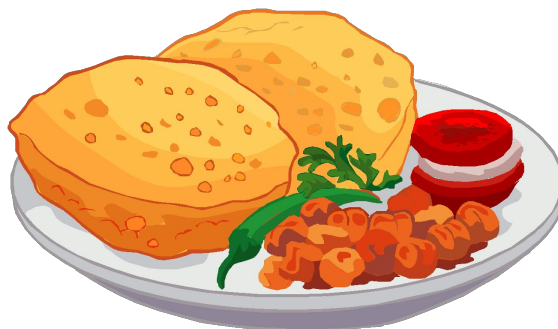


Крупы - питательный ценный продукт питания



Углевод
ы
68-77%

Раститель
ные
белок
До 12%



Основные требования

- Иметь цвет, вкус и запах присущий данному виду крупы без посторонних привкусов и запахов.
- Хранить крупы в сухом хорошо проветриваемом помещении использовать для хранения круп полотняные мешочки, стеклянные и пи металлические банки, которые следует плотно закрывать

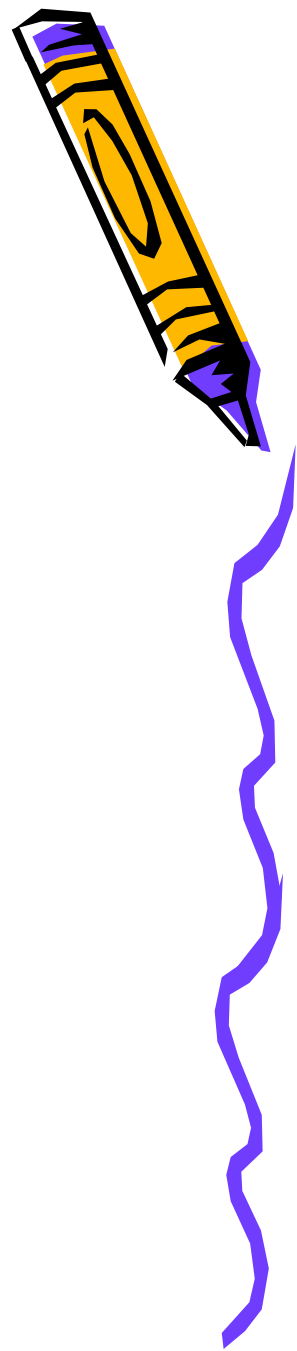


Виды круп

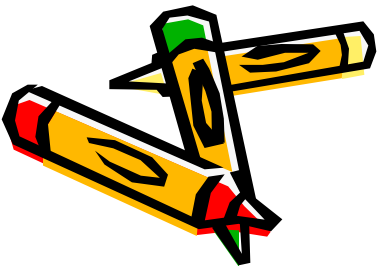
- из твёрдых сортов пшеницы - манную
- Из риса - рис шлифованный, полированный, дроблёный, пропаренный
- Из овса - толокно, «Геркулес».
- Из ячменя - перловая, ячневая
- Из проса - пшено шлифованное, дроблёное
- Из гречихи- ядрица



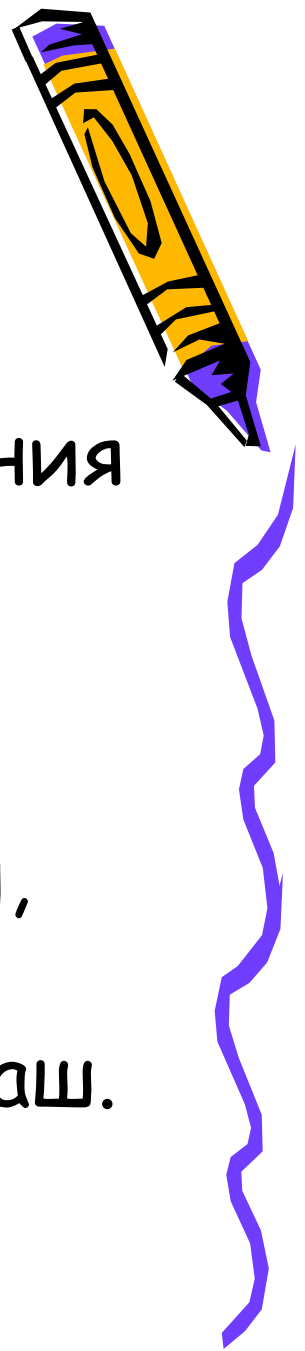
Первичная обработка



- Крупы перебирают, удаляют примеси (применительно ко всем крупным крупам)
- Мелкие и дроблёные крупы просеивают (манная, перловая, ячневая)
- Промывают, обжаривают, замачивают (гречневую, иногда перловую).
- Бобовые перед варкой перебирают для удаления посторонних примесей и повреждённых зёрен. Промывают 2-3 раза тёплой водой и замачивают в холодной.
- Макаaronные изделия предварительной обработке не подвергают.



Использование круп, бобовых, макаронных изделий



Крупы используют для приготовления различных блюд:

- Закусочных
- Первых(супов)
- Вторых (каши, запеканки, пудинги, котлеты, биточки.)
- Бобовые используют для супов, каш.



Способы приготовления каш

Рассыпчатые каши готовят из риса, гречневой, пшеничной, перловой, ячневой. Используют как самостоятельное блюдо или как гарнир. Варят их на воде или бульоне. Крупу засыпают в кипящую жидкость и помешивают. После набухания оставляют для упревания под крышкой

Вязкие каши готовят на молоке, воде и молоке, разбавленном водой. Засыпают крупы в кипящую жидкость. Такие крупы как рис, перловая, ячневая, пшеничная в молоке развариваются труднее их сначала варят в кипящей подсоленной воде 5-7 минут, затем заливают молоком и варят до готовности.

Жидкие каши готовят на молоке, смеси молока с водой или воде. Готовят так же как вязкие каши, но жидкости берут больше нормы. Из вязких каш готовят запеканки, пудинги, котлеты, биточки. В кашу добавляют жир, яйца, сахар, ванилин.

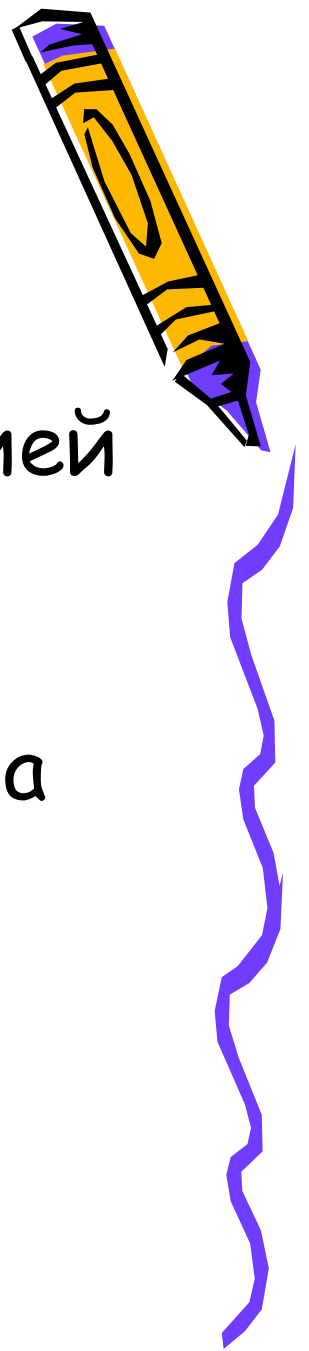


Практическая работа № 26 Суп молочный рисовый

- Рис - 4 столовые ложки
- Молоко - 1 литр
- Соль, сахар - по вкусу
- Масло сливочное - 1 чайная ложка.
- Посуда и инвентарь
- Кастрюля, дуршлаг, ложка столовая, ложка чайная, глубокая тарелка.
- Оборудование - электроплита.



Литература



- Учебник технологии под редакцией В.Д. Симоненко
- Поурочные планы технология 6класс составитель И.В. Бобунова
- БЭКМ Кирилла и Мефодия 2005 год.

