

Приготовление закуски

**Цель: познакомить с
понятием закуска,
способами ее
приготовления и ее
значения для правильного**



Требования для хранения продуктов

1. Тщательно мойте овощи и другие продукты
2. Готовые продукты храните закрытыми
3. Храните скоропортящиеся продукты в холодильнике



Правила личной гигиены

1. Перед работой: надевайте санитарную одежду
2. Перед приготовлением и приемом пищи:
МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ



Сервировка стола

1. Сервировка к завтраку
2. Сервировка к обеду
3. Сервировка к ужину



Сервировка стола к обеду

ОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ

1. Что значит «сервировать» стол?
 2. Как называется наука о приготовлении пищи?
 3. Он бывает – медицинским и кулинарным?
-
- A. Кулинария
 - B. Накрывать
 - C. Рецепт

«Повар – лучший доктор»

Слово «кухня» - появилось в нашем языке в 18 веке и заимствовано из немецкого языка. До этого существовало слово «поварня». В древности не было особого места в русской избе для приготовления пищи, напротив русской печи выделялось место которое называлось – «упечье» или «бабий кут» для приготовления хлеба и всякой еды.

Приготовление пищи это самая древняя отрасль человеческой деятельности. Кулинария стала сложной профессией как многие другие. Во все времена профессия повар высоко ценилась во всех отраслях.

Режим питания

- Наше здоровье зависит от режима питания и его сбалансированности.
- Принимать пищу не реже 3 – 4 раз в день.
- Промежуток между приемами пищи должен составлять примерно 4 часа.
- Завтрак – самый важный прием пищи в течение всего дня. Недаром в народе появилась пословица о том, что завтрак надо съесть самому, а уж обед и ужин разделить с друзьями и врагами.
- Последний прием пищи должен быть не позднее, чем за 2 – 3 часа.

Н.В. Гоголь

- «С порядочным человеком всегда можно перекусить»
- «Закусили, как закусывает вся пространная Россия по городам и деревням, то есть всякими соленостями и иными возбуждающими благодатями...»

Закуска – это холодное блюдо, которое подается на завтрак или перед обедом.

- Под словом закуска мы подразумеваем салат.
- Салат это источник витаминов и минеральных веществ.
- Винегрет – русский салат, который носит французское название. В основе которого лежит свекла.
- Любой салат готовится по следующей технологии:
- Термическая обработка овощей
- Очистка овощей
- Нарезка овощей
- Оформление блюда

Материал по биологии человека (тема «Общая и специальная гигиена», 10 - 111 классы)

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ



Сельдь — 50
Масло — 10 г
Гарнир — 120
Энергетическая ценность — 878,8 кДж

ВИНЕГРЕТ



Картофель — 120
Старый картофель — 30
Салаты — 20
Морковь — 10
Лук репчатый — 20
Зелень — 10
Выход — 110 г
Энергетическая ценность — 419 кДж

ЯЙЦА ФАРШИРОВАННЫЕ



Яйца — 1,2 шт.
Мясо вареное — 10
Выход — 20
Энергетическая ценность — 247,8 кДж

Яйца — 1,2 шт.
Лук зеленый — 5
Шампиньоны — 10
Сыр «Маасдам» — 5
Выход — 40
Энергетическая ценность — 187 кДж

АССОРТИ МЯСНОЕ



Мясо вареное — 25
Колбаса вареная — 25
Сыр — 20
Утка жареная — 10
Гарнир — 120
Выход — 310
Энергетическая ценность — 1983,3 кДж

Рецептура (в граммах)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ САЛАТА

НАБОР ПРОДУКТОВ
(в штуках)

Мясо вареное — 50
Морковь — 10
Сельдь — 10
Салат — 10
Масло — 10 г
Сыр «Маасдам» — 10
Выход — 200
Энергетическая ценность — 988 кДж

ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ



ЗАПРАВКА САЛАТА



ОБФОРМЛЕНИЕ САЛАТА



1. Нарезать, мыть и отварить продукты.

2. Перемешать подготовленные продукты и заправить соусом «Майонез» и «Сезон».

3. Уложить готовый салат в салатник и украсить его.

Холодные блюда и приготовление салата



Первичная обработка овощей

Закрепление материала

1. Зачем нужна закуска?

А. Повышает аппетит

В. Источник витаминов

С. Успокаивает нервную систему

2. Когда уместно употреблять закуску?

А. Перед обедом

В. После обеда

С. На завтрак

Закрепление материала

- 3. Что означает слово «салат»?
- А. Букет
- В. Огородные листья
- С. Смесь различных продуктов
- 4. Как называется салат, в основе которого лежит свекла?
- А. Оливье
- В. Винегрет
- С. Рагу



Не играй с ножом — можешь порезаться!

Техника безопасности

Техника безопасности



Техника безопасности



Не подходи к включённой горячей духовке — можешь получить ожоги!



Не подходи близко к включённой плите с открытым огнём — могут загореться волосы и одежда!