

# Приготовление закуска

**Цель: познакомиться 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 поговорка 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

## ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

### СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ



Сельдь — 50  
Масло — 10 шт.  
Гарнир — 120  
Заправка — 10  
Выход — 200  
Энергетическая ценность — 875,8 кДж

### ВИНЕГРЕТ



Картофель — 12  
Старая селедка — 30  
Салаты — 20  
Морковь — 10  
Лук репчатый — 20  
Заправка — 10  
Выход — 110-116  
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  
Шарлотка — 10  
Соус «Майонез» — 5  
Выход — 60  
Энергетическая ценность — 187 кДж

### АССОРТИ МЯСНОЕ



Мясо вареное — 25  
Колбаса вареная — 25  
Селедка — 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  
Майонез — 10  
Селедка вареная — 10  
Салат зеленый — 10  
Масло — 10 шт.  
Соус «Майонез» — 10  
Сыр «Чеддер» — 10  
Выход — 200  
Энергетическая ценность — 998 кДж

### ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ



1. Нарезать, мыть и готовить продукты.

### ЗАПРАВКА САЛАТА



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

### ОБФОРМЛЕНИЕ САЛАТА



3. Уложить готовый салат в салатник и украсить его.

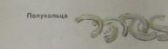
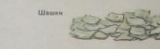
## Холодные блюда и приготовление салата

Таблица по обработке овощей 1988 г. - Москва с иллюстрациями. 10 - 101 - 1010

# ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА ОВОЩЕЙ

## ФОРМЫ НАРЕЗКИ

### СХЕМА ПЕРВИЧНОЙ ОБРАБОТКИ КАРТОФЕЛЯ И КОРНЕПЛОДОВ



### ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ НАРЕЗКИ СВЕКЛЫ КУБИКАМИ



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



Не трогай кастрюлю с кипящей водой на плите — можешь ошпариться!



Не бери никогда в рот моющие вещества — можешь отравиться!

# 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!