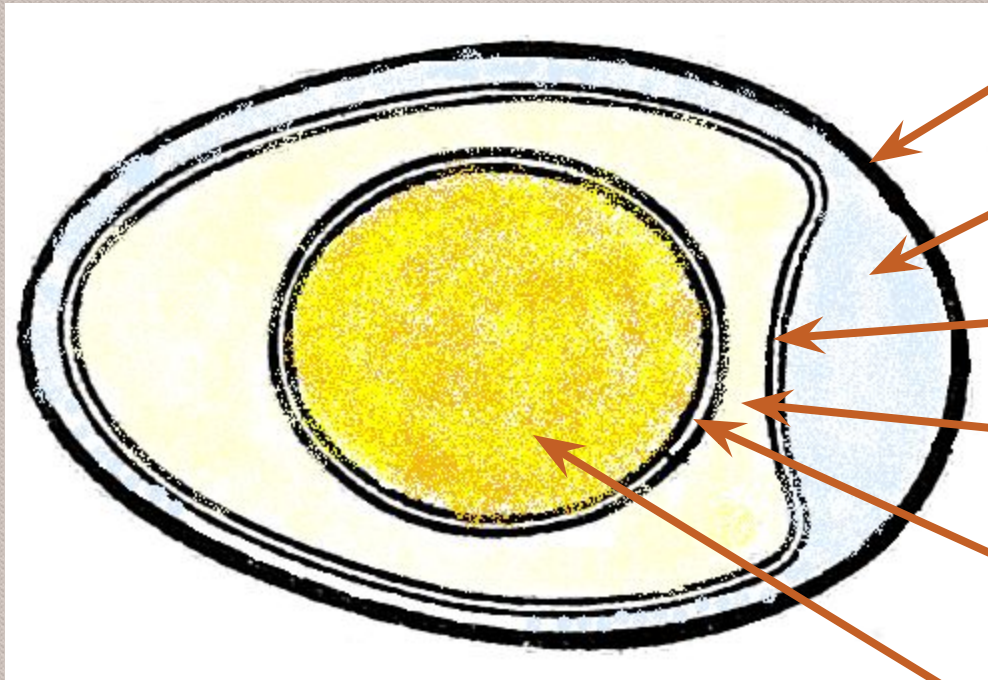


# ЯЙЦА И БЛЮДА ИЗ НИХ.



# Строение яйца.



скорлупа

пуга

плёнка

белок

плёнка

желток

# Питательная ценность яйца.



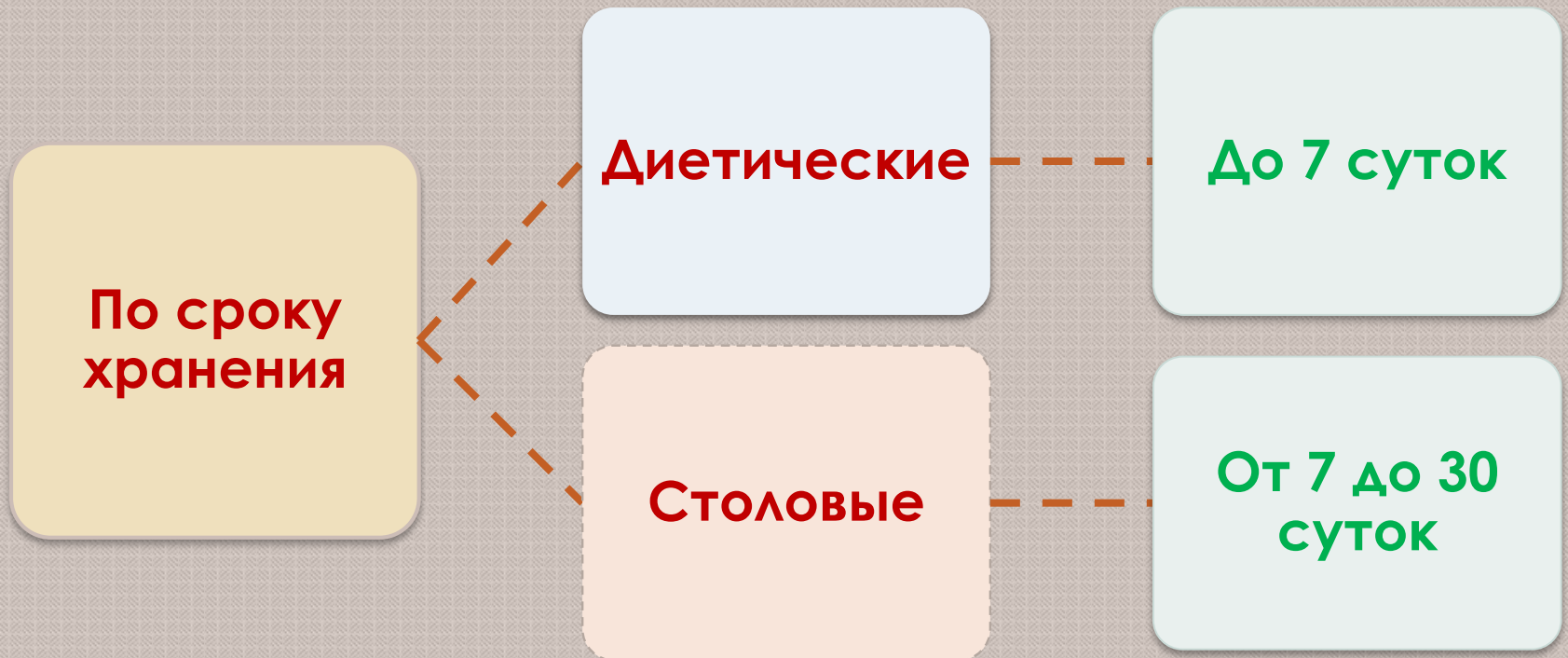
- Белки
- Жиры
- Минеральные вещества
- Витамины



Содержатся в желтке



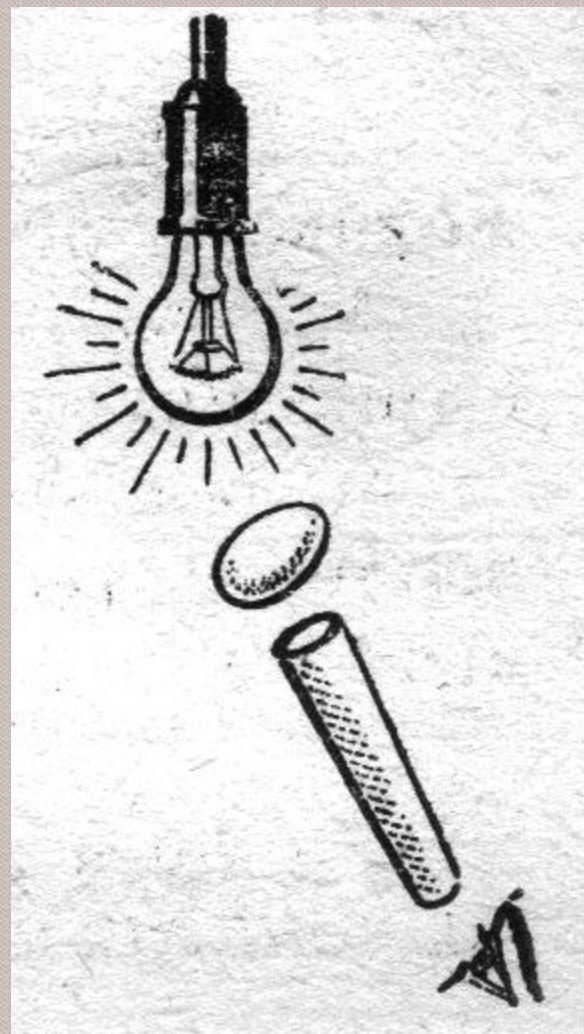
# Определение качества яиц.



# Способы определения качества яиц.



1 способ:  
просвечивание

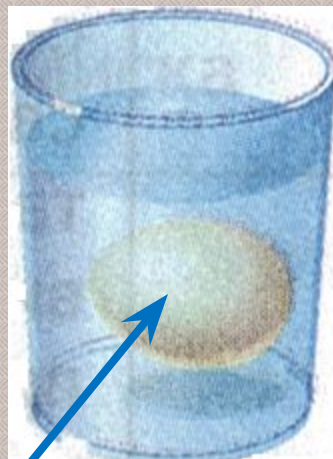


# Способы определения качества яиц.

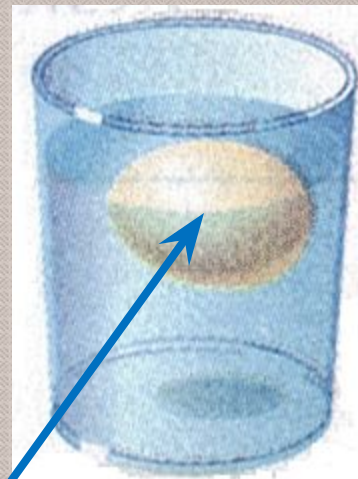
**2 способ:**  
Погружение в  
подсоленной  
воде



Свежее



Средней  
свежести



Несвежее

# БЛЮДА ИЗ ЯИЦ.



- Яичные блюда обладают высокой калорийностью и биологической ценностью.
- В пищу используют только куриные яйца, меланж, яичный порошок.
- Яйца водоплавающей птицы (гусей, уток) не используют, так как они часто бывают заражены возбудителями тяжёлых кишечных инфекций.
- В Африке и Австралии едят яйца страусов и морских черепах.
- В Заполярье употребляют в пищу яйца чаек, гаг, кайр и др.

# БЛЮДА ИЗ ЯИЦ.

## Ассортимент яичных блюд

**вареные**

- Всмятку
- В «мешочек»
- Вкрутую
- Кашка



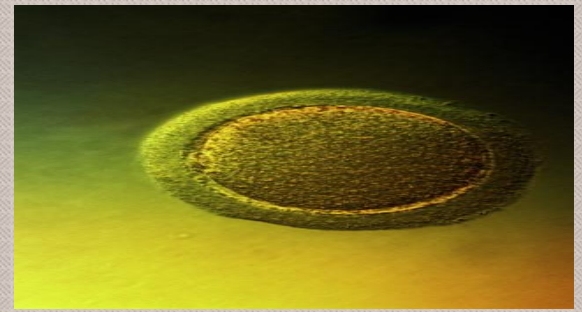
**жареные**

Яичница –глазунья  
(натуральная, с  
дополнительными  
продуктами



**печёные**

- Омлет (натуральный, смешанный)
- Омлет фаршированный
- Драчена





# Первичная обработка яиц.

1. Определить свежесть яиц:  
доступным способом
2. Обмыть: в тёплой воде с  
добавлением кальцинированной  
соды
3. Ополоснуть: в тёплой воде.



# Приготовление варёных яиц.



Последовательность выполнения работы	Рисунок
<p><b>Первичная обработка:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. проверить качество</li><li>2. помыть в теплой воде</li></ol>	
<p><b>Варка:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• всмятку – 2 -3 минуты</li><li>• в «мешочек» - 4 -5 минут</li><li>• вкрутую – 7-10 минут</li></ul>	
<p><b>Очищение от скорлупы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. переложить в дуршлаг</li><li>2. охладить холодной водой</li></ol>	

# Это полезно знать!



- Чтобы отличить сырое яйцо от варёного, его нужно покрутить на поверхности стола. Сырое яйцо крутится быстро и долго, а варёное - не более 1-2 оборотов.
- Яйца, взятые из холодильника, нельзя сразу опускать в кипяток – треснет скорлупа. Их нужно сначала подержать в тёплой воде.
- Яйцо с надтреснутой скорлупой следует варить в соленой воде – белок не вытечет.

# Определение готовности варёных яиц.

• bea  
ok и  
жел  
ток  
све  
для  
вс  
• жел  
ток  
неп  
све  
для  
вс  
• жел  
ток  
неп  
све  
для  
вс

Всмятку



В «мешочек»



Вкрутую



# Приготовление яичницы - глазуньи.



Последовательность выполнения работы	Рисунок
<p style="text-align: center;"><b>Первичная обработка:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. проверить качество</li><li>2. помыть в теплой воде</li></ol>	
<p style="text-align: center;"><b>Жарение :</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. разогреть масло в сковороде</li><li>2. расколоть яйцо и влить в сковороду</li><li>3. жарить на среднем огне 2 – 3 минуты</li></ol>	

# Определение готовности жареных яиц.



- **Белок весь свернулся полностью.**
- **Желток не свернулся, плёнка желтка не повреждена.**