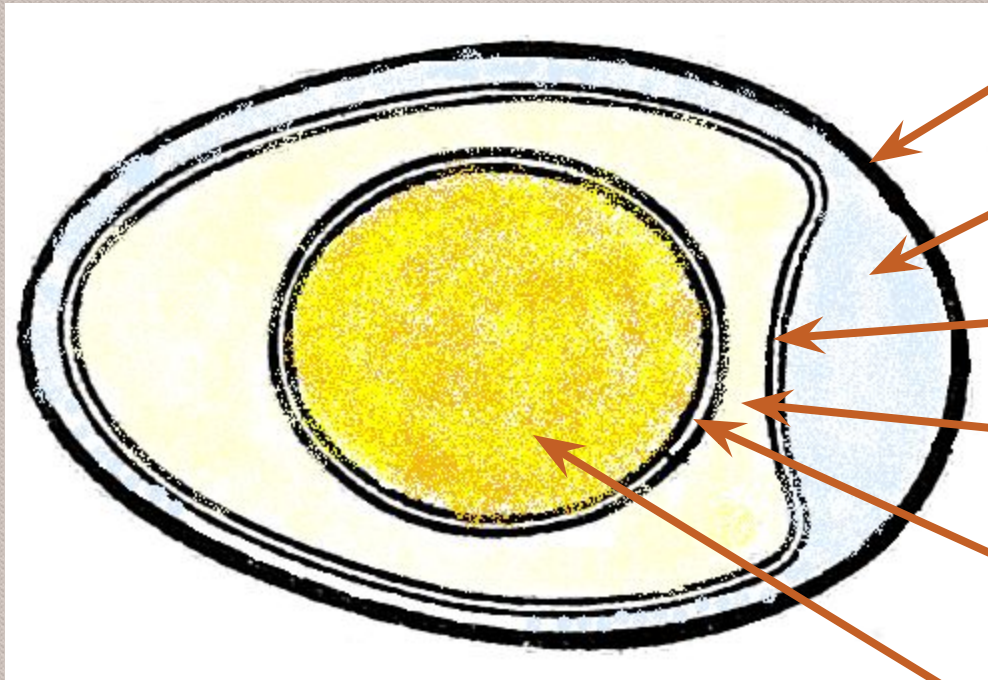


ЯЙЦА И БЛЮДА ИЗ НИХ.



Строение яйца.



скорлупа

пуга

плёнка

белок

плёнка

желток

Питательная ценность яйца.



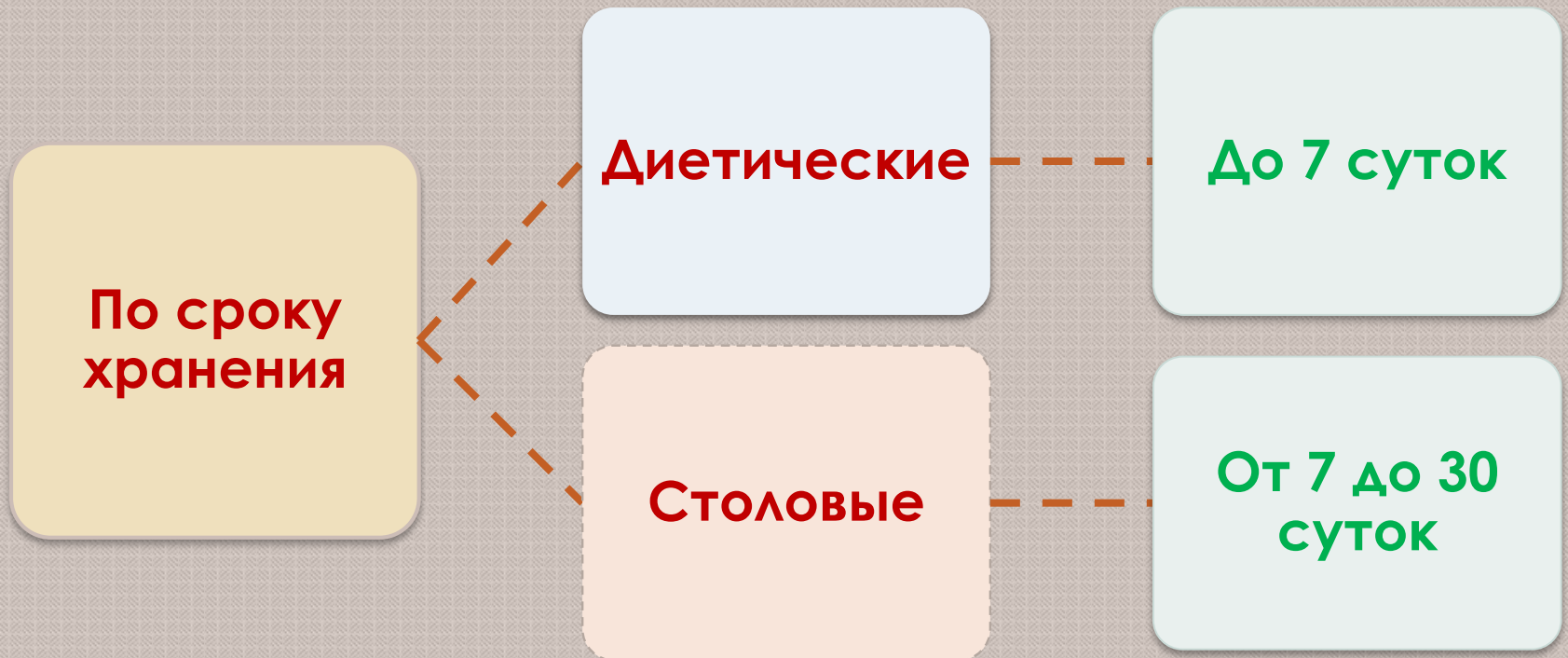
- Белки
- Жиры
- Минеральные вещества
- Витамины



Содержатся в желтке



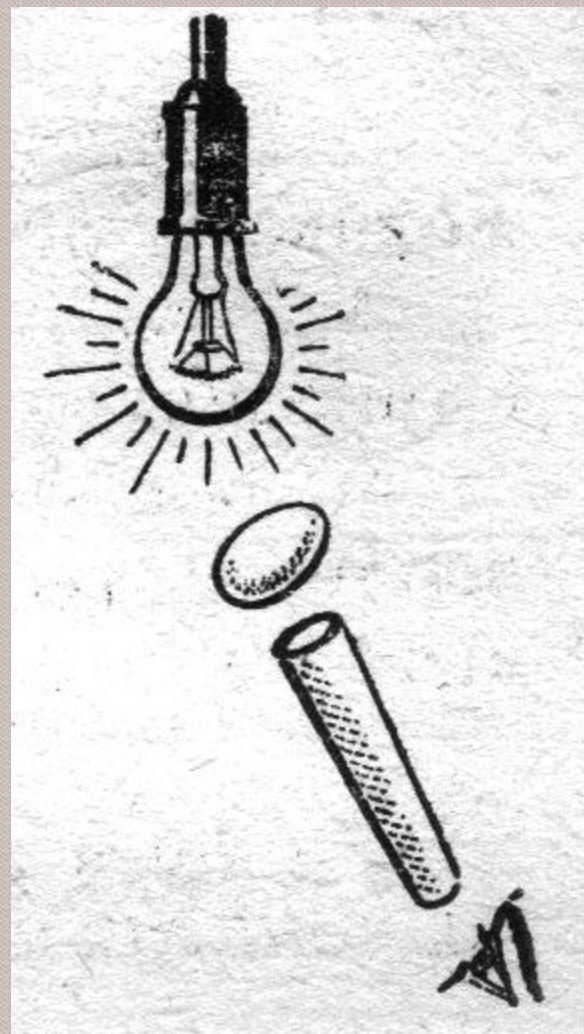
Определение качества яиц.



Способы определения качества яиц.



1 способ:
просвечивание

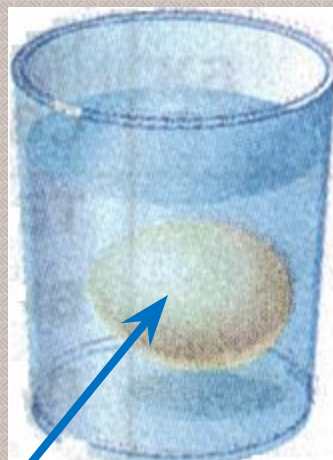


Способы определения качества яиц.

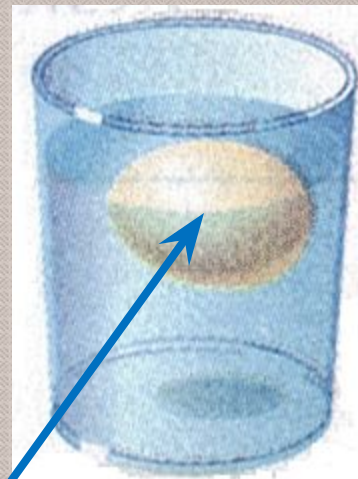
2 способ:
Погружение в
подсоленной
воде



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



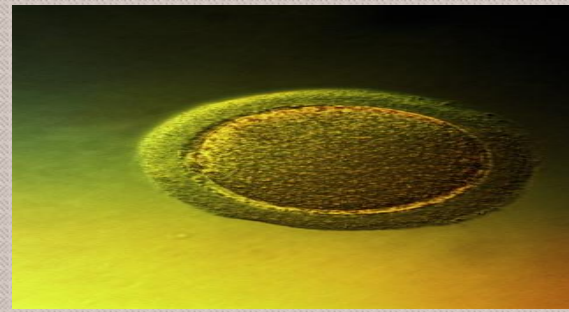
жареные

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>Первичная обработка:</p> <ol style="list-style-type: none">1. проверить качество2. помыть в теплой воде	
<p>Варка:</p> <ul style="list-style-type: none">• всмятку – 2 -3 минуты• в «мешочек» - 4 -5 минут• вкрутую – 7-10 минут	
<p>Очищение от скорлупы:</p> <ol style="list-style-type: none">1. переложить в дуршлаг2. охладить холодной водой	

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.

Всмятку



В «мешочек»



Вкрутую



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

Приготовление яичницы - глазуньи.



Последовательность выполнения работы	Рисунок
<p style="text-align: center;">Первичная обработка:</p> <ol style="list-style-type: none">1. проверить качество2. помыть в теплой воде	
<p style="text-align: center;">Жарение :</p> <ol style="list-style-type: none">1. разогреть масло в сковороде2. расколоть яйцо и влить в сковороду3. жарить на среднем огне 2 – 3 минуты	

Определение готовности жареных яиц.



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