

**ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЕКТ
«ЗАГОТОВКА ПРОДУКТОВ ВПРОК»**



СОЗДАНИЕ ИДЕИ- ЦЕЛЬ КОНСЕРВИРОВАНИЯ

- Летом и осенью, когда в изобилии имеются свежие ягоды, фрукты, овощи и грибы, пора побеспокоиться о домашних заготовках на долгую зиму. Консервированные продукты способны сохраняться длительное время, не изменяя первоначальных свойств и качеств, и обеспечить потребность человека в необходимых витаминах, минеральных веществах, углеводах и белках в течение всего года. Известно множество способов консервирования, и некоторые из них знакомы людям с глубокой древности... Цель консервирования - сохранить на длительный срок продукты питания и предохранить их от порчи в результате воздействия на них микроорганизмов; Ознакомиться со способами длительного хранения продуктов; Обучиться консервированию фруктов способом стерилизации; Воспитать сознательное выполнение правил безопасности труда; Развить чувство ответственности.



ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЭТАП

- Консервирование компотов с яблоками и нектарином. Я взяла фрукт яблоко, потому что в нём содержится: клетчатка, пектин, которые улучшают пищеварение, и калий, помогающий работе почек, железо, необходимое для кроветворения, а за повышением иммунитета и укрепления защитных сил организма отвечают растительные антибиотики-фитонциды, витамин А, Р, Е, С, а также медь и марганец- таковы полезные свойства яблок. Витамин А означает-жирорастворимость, т.е. он не растворяется в воде. Витамин Р уменьшает хрупкость и ломкость капилляров. Витамин Е повышает устойчивость клеточных мембран к их окислению. Витамин С необходим для нормального роста и развития человека. Если регулярно употреблять яблоки в пищу, они способствуют омоложению и сохранению организма. Содержащиеся в одном яблоке 5-7 граммов фруктозы и 2 грамма глюкозы даёт организму энергию на весь день.



ТАКЖЕ Я ВЗЯЛА ПОЛЕЗНЫЙ ФРУКТ-НЕКТАРИН, ОН ТАК СОДЕРЖИТ: ФРУКТОЗУ, САХАРОЗУ, ОРГАНИЧЕСКИЕ КИСЛОТЫ, ВИТАМИН С, Р- АКТИВНЫЕ ПОЛИФЕНОЛЫ, ПЕКТИНОВЫЕ ВЕЩЕСТВА, А ТАКЖЕ СОЕДИНЕНИЯ ФОСФОРА, КАЛИЯ, КАЛЬЦИЯ, МАГНИЯ, НАТРИЯ, ЖЕЛЕЗА, СЕРЫ, КРЕМНИЯ. ВЫСОКОЕ СОДЕРЖАНИЕ В НЕКТАРИНЕ ВИТАМИНОВ А И С, А ТАКЖЕ АНТИОКСИДАНТОВ, БЛАГОПРИЯТНО ДЕЙСТВУЕТ НА КОЖУ, ПРЕДОТВРАЩАЮЩАЯ ЕЁ ОТ МОРЩИН И ДРЯБЛОСТИ, УДЕРЖИВАЮ В ЕЁ КЛЕТКАХ ВЛАГУ, ПРЕДОТВРАЩАЕТ РАЗВИТИЕ РАКОВЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ИГРАЕТ ХОРОШУЮ РОЛЬ В ОБМЕНЕ ВЕЩЕСТВ.



Одним из главных ингредиентов является сахар. Именно с помощью сахара можно добиться вкусного компота с фруктами. Ведь среди положительных сторон сахара является то, что он делает людей счастливыми. Каждый из нас после какой-либо неудачи желает съесть что-нибудь сладенькое. Сахар помогает выделению поджелудочной железой инсулина, приводящего к выделению серотонина, называемого гормоном счастья. Также сахар придаёт организму энергии. При поступлении этого продукта в организм, он преобразуется в глюкозу, которая снабжает энергией.



ПОДГОТОВКА ПРОДУКТОВ- ТЕХНОЛОГИЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ

- Фрукты, предназначенные для консервирования, должны быть здоровыми, неповреждёнными вредителями, соответствовать технологической зрелости, которая отличается для разных фруктов и целей обработки. Для компотов плоды должны иметь соответствующую окраску и вкус, плотную мякоть, которая не разваривается. Для выработки фруктовых соков и сгущённых продуктов можно использовать и плоды с видимыми дефектами и деформациями, зрелые или перезрелые. Степень зрелости оценивают с одной стороны субъективно по органическим свойствам фруктов (вкус, запах, окраска, консистенция), с другой стороны объективно-лабораторными исследованиями. Как основной и самый простой анализ, требуется провести прямое измерение рефрактометром кол-ва сухого вещества в соке плода, что даёт содержание растворённых веществ в воде, преимущественно сахара, и определяет титры некоторых кислот в пересчёте на лимонную кислоту. В обычной домашней практике консервирования руководствуются указаниями в рецептах, которые дают обычное кол-во сахара и кислоты в компоте. Фрукты обрабатывают обычно свежими, как можно скорее после уборки. Если их необходимо некоторое время хранить, то их надо убрать в сухое, лучше прохладное и затемнённое место, лучше всего в холодильник. С технологической точки зрения, если фрукты достаточно кислые, а так же при их консервировании пастеризацией, т.е. нагревом до 100гр.С, они не требуют подкисления.



ВЫБОР НЕОБХОДИМЫХ ОПЕРАЦИЙ

- До начала работы нужно:
- Надеть спецодежду, вымыть руки с мылом;
- Тару тщательно вымыть и пастеризовать;
- Внимательно отсортировать продукты для консервирования;
- Очищать, нарезать фрукты и ягоды следует ножами из нержавеющей стали;
- Обязательно удерживать время уваривания или стерилизации;
- Работая с нагревательными приборами, быть очень внимательным во избежание ожогов.



ВЫБОР ОБОРУДОВАНИЯ

- Для точного взвешивания фруктов и ингредиентов необходимы кухонные весы. Вымытые фрукты сушат в пластмассовом или эмалированном дуршлаге; крупные и твёрдые можно насухо вытереть кухонным полотенцем. Для удаления повреждённых участков и для разрезания семечковых потребуется острый нож. Очищать фрукты от кожицы удобнее всего с помощью ножа для чистки овощей и фруктов, а косточки из вишен и слив вынимать с помощью специальной машинки. Процесс переливания горячей массы в банки можно облегчить, если использовать специальную воронку с коротким широким конусом, которая подходит к горлышку любой банки. С её помощью консервируемый продукт соскальзывает в ёмкость, не попадая на края.
- Воронка должна опираться на горлышко банки и не касаться её содержимого, иначе при её вынимании можно перепачкать всё вокруг.
- Щипцы необходимы, чтобы переносить горячие банки, исключив риск обжечься.
- Разливательные ложки-это продолговатые половинки со сливным носиком, удобные для заполнения банок с узким горлышком. Ложкой с прямым концом можно отскрести дончиста дно и стенки посуды.
- Шумовка и ситечки с мелкими, средними и крупными отверстиями помогают осторожно вылавливать кусочки продукта из кипящей жидкости, и она стекает по каплям.



Кастрюля для варки должна быть сделана из нержавеющей стали (допускается и эмалированная) и вмещать 2-3 л. Обработываемым продуктом её заполняют не более чем наполовину, оставляя достаточно места для поднимающейся пены (чтобы она не перетекала через край). Кастрюля должна быть широкой, потому что с большой поверхности жидкость быстрее испаряется и её легче сливать.

Мерный стакан необходим для отмеривания жидких ингредиентов. Стальная лопатка с твёрдым краем быстро протирает мягкую массу через цилиндрическое сито, потому что его плоская поверхность состоит из режущих проволочек. Через остроугольное сито жидкость протекает легко и без нажима. Мелкая, как пыль, мука и сахарная пудра легко просеивается через круглое сито с мельчайшей сеткой.

Этикетки делают содержимое сосудов с запасами более наглядным.



ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОЧЕГО МЕСТА

- Основными предпосылками успешного консервирования являются высокое качество и свежесть продукта, абсолютная чистота и безупречные приспособления. Все инструменты, кастрюли и приспособления перед употреблением необходимо вымыть щёткой с моющим веществом в большом кол-ве горячей воды, а затем хорошо сполоснуть холодной. Вплоть до использования весь инвентарь можно держать в подкислённой горячей воды. Пищевые продукты, которые не содержат кислот и не были уварены при высокой температуре, должны обрабатываться особенно тщательно. При работе лучше использовать несколько не осыпающихся тканевых салфеток, а не бумажные полотенца. Салфетки из марли, бязи или тонкого полотна для процеживания следует кипятить в воде с уксусом перед каждым употреблением. Если консервируемый продукт не подлежит стерилизации, потребуется ещё одна пара рук: вынимать банки из воды с уксусом, наполнять их кипящим продуктом до краёв и сразу же завинчивать крышки, достав их из горячей воды; споласкивать влажные салфетки в свежей горячей подкислённой воде.



ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ
ИЗГОТОВЛЕНИЯ-
КОМПОТА:



1. ПОМЫТЬ БАНКИ



2. ПОМЫТЬ ФРУКТЫ



3. НЕКТАРИНКИ РАЗРЕЗАТЬ ПОПОЛАМ, УДАЛИТЬ КОСТОЧКИ



4. Кусочки нектаринов положить в подслащённый сироп, чтобы не потемнели



5. Помыть яблоки, очистить кожицу



6. РАЗРЕЗАТЬ ЯБЛОКИ НАПОПОЛАМ, УДАЛИТЬ
СЕРДЦЕВИНУ



7. Кусочки яблок положить в подслащённый сироп, чтобы
НЕ ПОТЕМНЕЛИ



8. ПОСТАВИТЬ НА ПЕЧКУ КАСТРЮЛЮ С ВОДОЙ (1Л) ДОВЕСТИ ДО КИПЕНИЯ, НАСЫПАТЬ 0,5Л САХАРА И ПОДОЖДАТЬ КОГДА СИРОП ЗАКИПИТ



9. БАНКИ СТЕРИЛИЗОВАТЬ



10.3 ЗАПОЛНИТЬ БАНКИ ФРУКТАМИ



11. Залить ГОТОВЫЙ СИРОП В БАНКИ СО ФРУКТАМИ



12.ВЫДЕРЖАТЬ 5-7МИН



13. Сироп слить в кастрюлю



14. ЖДАТЬ КИПЕНИЯ СИРОПА



15.ПОВТОРНО ЗАЛИТЬ БАНКИ ПОЛНЫЕ СИРОПОМ



16. ЗАКАТАТЬ КРЫШКАМИ, ПЕРЕВЕРНУТЬ БАНКИ И ПОДОЖДАТЬ ДО ПОЛНОГО ОСТЫВАНИЯ



КОНТРОЛЬНЫЙ ЭТАП-КАЧЕСТВО ИЗГОТОВЛЕННОГО ПРОДУКТА И ЗАЩИТА ТВОРЧЕСКОГО ПРОЕКТА:

- Оценка компота с нектарином по моему мнению вышло на 5-! Внешний вид- нет никаких потемнений, всё сделано в пропорциях, вкусно, в общем на 5! Но нет оформления банки, поэтому -! В итоге оценка 5-!
- Оценка компота с яблоком по моему мнению вышло на 4-! Внешний вид- яблоки немного почернели, всё сделано в пропорциях, вкусно, в общем 4! Но нет оформления банки, поэтому -! В итоге оценка 4-!



Для сервировки нам нужно: сам компот, салфетки и стакан



СТОИМОСТЬ ЗАГОТОВКИ

Продукт	Стоимость продукта за 1 кг	Потрачено гр. продукта	Всего стоимость
Сахар	50р/кг	0,675гр	33.75р
Нектарин	180р/кг	0,7кг	126р
Яблоки	70р/кг	0,8кг	56р

Всего стоимость двух компотов вышло 215р.

Стоимость яблочного компота 86р

Стоимость компота с нектарином 154.75р



ВОТ ТАКИЕ ВКУСНЫЕ КОМПОТЫ:



Вывод: Если вы хотите сберечь свои деньги, то конечно же можно купить компот в магазине, но лучше приготовить дома, ведь неизвестно из чего делали компот купленный в магазине!?



СПРАВОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ:

HOTCHARTS.RU/

WWW.HOUSE-RECEPT.RU/KON_KOMPOT.PHP

МАМА

«СЕКРЕТЫ ДОБРОГО ЗАСТОЛЬЯ»-1992Г.-КИРЕЕВА Р.С.

«ДОМАШНЕЕ КОНСЕРВИРОВАНИЕ»-1997Г.-ИВАНОВА Л.В.

