

# пм 01. ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ



**ТЕМА УРОКА:** ОБРАБОТКА И НАРЕЗКА  
ЛУКОВЫХ, ЛИСТОВЫХ, ТОМАТНЫХ,  
ТЫКВЕННЫХ ОВОЩЕЙ, БЕЛОКОЧАННОЙ  
КАПУСТЫ, КВАШЕННЫХ ОВОЩЕЙ.

**Цель урока:** Приобрести  
навыки обработки и нарезки  
луковых, листовых, томатных,  
тыквенных овощей,  
белокочанной капусты,  
квашеных овощей.

## ЗАДАЧИ УРОКА:

- Закрепить и совершенствовать знания по правилам обработки и нарезки луковых, томатных, тыквенных, овощей, квашеных овощей, белокочанной капусты, листовых и пряных овощей;
- Ознакомиться с техникой безопасности и организацией работы при очистке и нарезке луковых, томатных, тыквенных, овощей, квашеных овощей, белокочанной капусты, листовых и пряных овощей;
- Сформировать практические навыки по механической кулинарной обработке и нарезке овощей;
- Организовать самооценку качества нарезанных овощей

## *ОТВЕТЬТЕ НА ВОПРОСЫ:*

1. В каком цехе производят обработку и нарезку сырых овощей?
  2. Какие виды простой нарезки из лука вы знаете?
  3. Почему очищенный лук нельзя долго держать в воде?
  4. Какие виды нарезки из капусты вы знаете?
  5. Как подготовить солёные крупные огурцы к нарезке?
  6. Какие виды нарезки помидоров вы знаете?
-

# «ПРОВЕРЬ СЕБЯ САМ»



## **Задание:**

1. Заполнить пустую колонку в карточке;
2. Сравнить свой ответ с информационной картой;
3. Оценить выполненную работу:  
(100% правильного заполнения – «5»;  
70% - «4»  
50% - «3»

# ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ:

- Белокочанную и цветную капусту погружают на 30 минут в подсоленную воду для удаления гусениц;
- У цветной капусты и брокколи – зачищают тёркой соцветия и отрезают твердую часть кочерыжки, крупные соцветия разделяют на более мелкие;
- Чтобы на цветной капусте не появились пятна, подготовленные кусочки кладут в подкисленную воду;
- Крупные кочешки брюссельской капусты для равномерного приготовления надрезают крестообразно у основания на  $\frac{1}{4}$  глубины.



# *КРАСНОКОЧАННАЯ КАПУСТА*

- Чтобы сохранить натуральный цвет, шинкованную капусту заливают горячим красным винным уксусом, перемешивают, выдерживают 5-10 минут, лишний уксус сливают;
- Классический гарнир для блюд из дичи или свинины – краснокочанная капуста, тушенная с луком, красным вином и уксусом.



# КИТАЙСКАЯ КАПУСТА



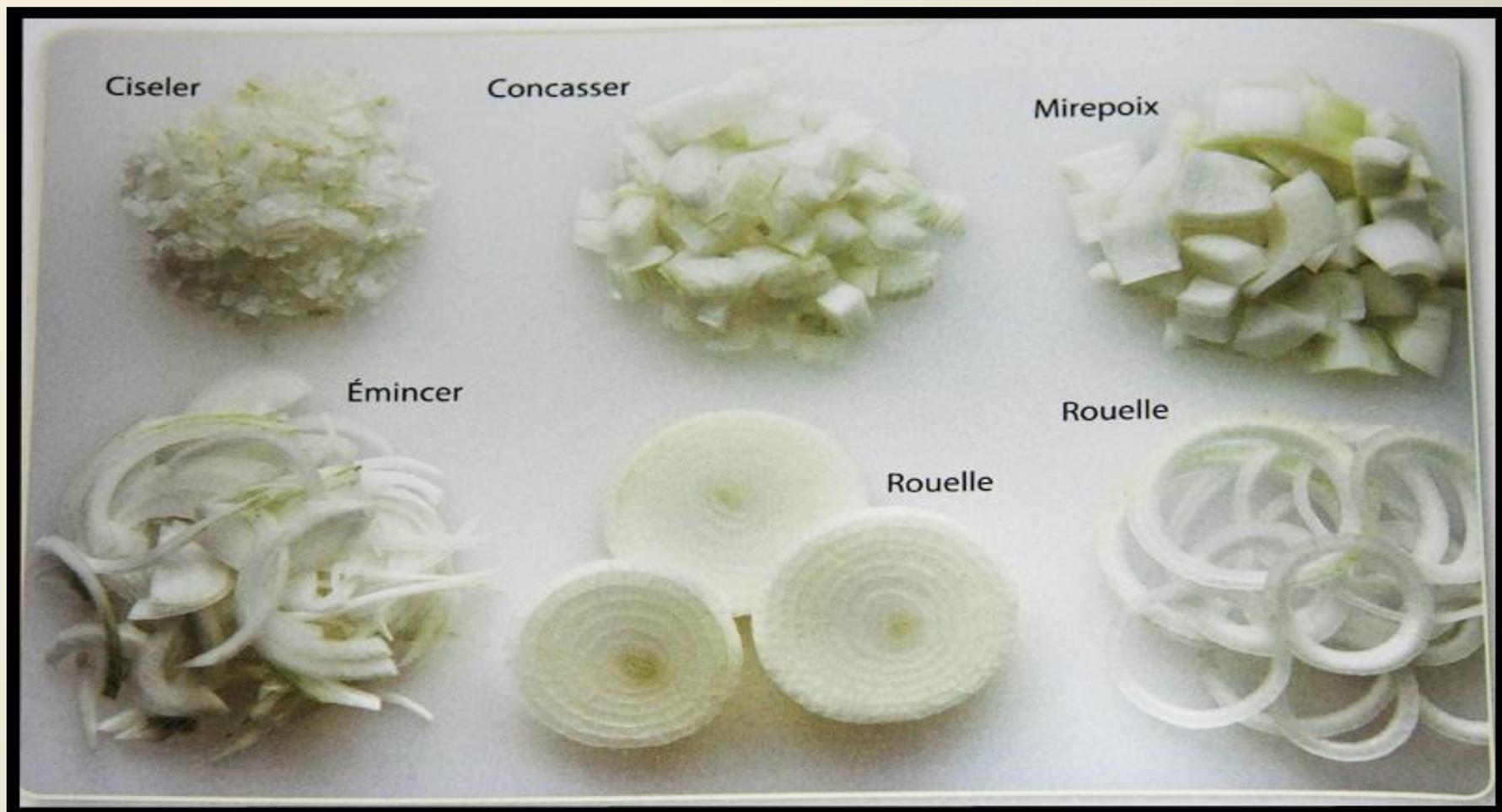
- Имеет мягкий, сладковатый вкус;
- Листья хорошо промывают, удаляют верхние увядшие листья;
- Можно употреблять сырой, варить, жарить, готовить с ней супы.

# ЛУК КРАСНЫЙ И ЖЕМЧУЖНЫЙ

- Красный лук – более сладкий, по сравнению с другими видами, используется в салатах и для жарения на открытом огне и гриле;
- Белый лук – используется в салатах и других блюдах;
- Жемчужный лук – мелкий белый лук, идеален для засолки, также добавляют целиком в тушеные блюда из мяса и рыбы, приготовленные в горшочке.



# ФОРМЫ ПРОСТОЙ НАРЕЗКИ ЛУКА



# Формы нарезки, размеры, кулинарное использование лука репчатого.

| <i>Формы нарезки</i>            | <i>Размеры, см</i>   | <i>Кулинарное использование</i>   |
|---------------------------------|--|---|
| <b>Соломка<br/>(полукольца)</b> | <i>Длина 4 -5,см<br/>Поперечное сечение<br/>0,2 – 0,2 см</i> | <i>Для заправочных супов(кроме флотского, сибирского), супы с макаронными изделиями, соусы, винегрет, бефстроганов.</i> |
| <b>Кубики</b>                   | <i>0,1 – 0,3 см</i>  | <i>Для крупяных супов, супа харчо, щей суточных, фаршей.</i>  |
| <b>Дольки</b>                   | <i>длина 3 – 5 см</i>  | <i>Для щей из свежей капусты, рагу, говядины духовой, почек « по - русски».</i>   |
| <b>Кольца</b>                   | <i>Диаметр - 3-4 см<br/>Толщина 0,1 -0,2см</i>               | <i>Для приготовления шашлыков, жарка во фритюре, к холодным блюдам.</i>   |

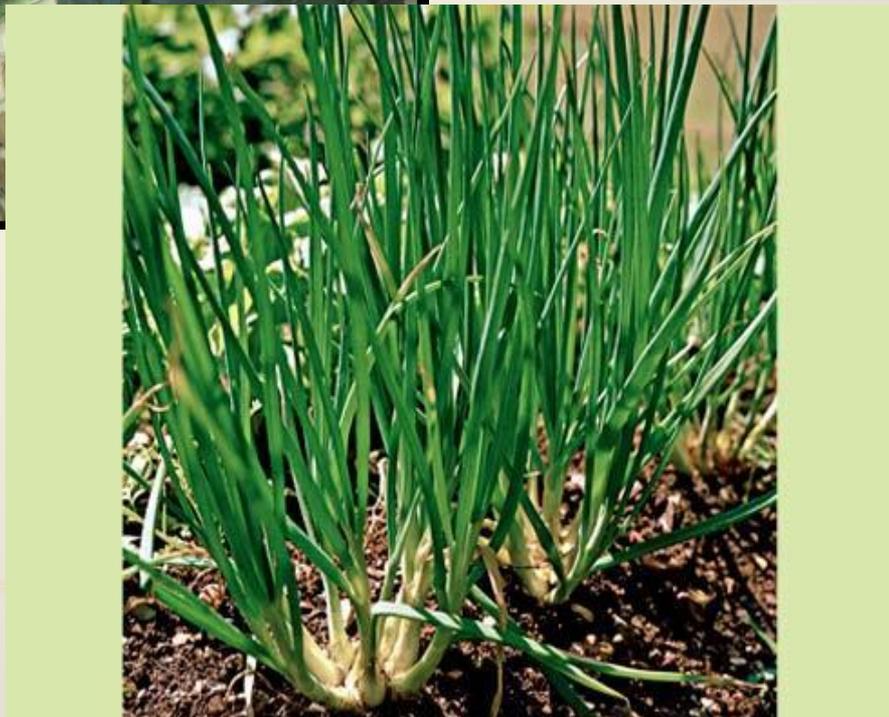
# Формы нарезки, размеры, кулинарное использование капусты.

| <i>Формы нарезки</i>                  | <i>Размеры, см</i>                             | <i>Кулинарное использование.</i>  |
|---------------------------------------|--|---|
| <i>Соломка</i>                        | <i>Длина 4 – 5 см<br/>Толщина 0,2 – 0,2 см</i> | <i>Борщи, щи, рассольники, тушеная капуста, салаты, гарниры к холодным блюдам, капустная запеканка.</i> |
| <i>Шашки</i>                          | <i>Ребро 2 – 2,5 см</i>                        | <i>Щи, борщи флотский, сибирский, рагу, суп овощной, крестьянский, припускания.</i>                     |
| <i>Кубики<br/>Мелкие<br/>(крошка)</i> | <i>Ребро 0,2 – 0,3 см</i>                      | <i>Щи суточные, фарш.</i>   |
| <i>Дольки</i>                         | <i>Длина по размеру кочана</i>                 | <i>Варка, припускание, для жарки после предварительной варки.</i>                                       |

# ФОРМЫ НАРЕЗКИ КАПУСТЫ



**ЗАДАНИЕ:** перечислите виды лука, изображённые на фото.



# Обработка десертных овощей

## • Ревень



- Сортируют
- Отрезают нижнюю часть у черешков
- Снимают кожицу
- Промывают

- Промывают
- Очищают кожицу
- Промывают
- Сортируют
- Связывают в пучки.



Спаржа



Артишок

- Отрезают верхнюю колочую часть листьев
- Отрезают стебель
- Зачищают от сухих листьев
- Удаляют волокнистую часть
- Место среза смачивают лимонной кислотой
- Промывают
- Перевязывают шпагатом

**ПРАВИЛА ОБРАБОТКИ:** удаляют корни, стебли, промывают в проточной воде;

для сохранения цвета его бланшируют и промывают в холодной воде несколько раз;

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ:** молодые листья шпината используют для салатов, из более старых готовят пюре, начинки; щавель используют для производства супов, соусов, гарниров.

**ЩАВЕЛЬ**



**ШПИНАТ**



# *КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РАБОТЫ*

- Организация рабочего места;
- Соблюдение техники безопасности, правил санитарии и гигиены по итогам текущего инструктажа;
- Соблюдение технологии простой нарезки овощей;
- Соответствие произведённой нарезки требуемым размерам;
- Соответствие веса нарезанных овощей исходному весу



## *ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ:*

- Составить 10 вопросов по теме:  
«Обработка и нарезка луковых, листовых, томатных, тыквенных овощей, белокочанной капусты, квашеных овощей»
-