



«Институт пищевых технологий» – филиал ГБОУ ВПО
НГИЭИ

ТЫКВЕННЫЕ ОВОЩИ

*ПМ 01 «Организация процесса приготовления и приготовление
полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции»*

Выполнила обучающиеся группы
ОП-2-11

Абалаков Вячеслав

Содержание

Тыквенные

- ▣ Огурец
- ▣ Кабачок
- ▣ Патиссон
- ▣ Тыква
- ▣ Чайот (*Sechium edule*)
- ▣ Китайская горькая тыква (*Momordica charantia*)
- ▣ Лагенария (*Lagenaria vulgaris*)

Огурец

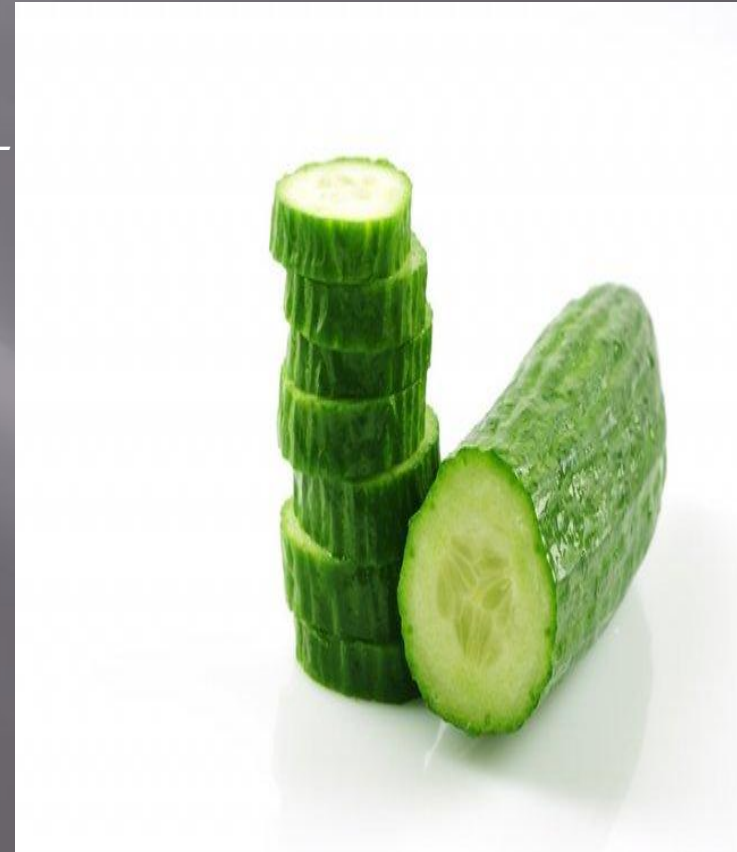
Стебель стелющийся, шершавый, заканчивает усиками, которыми он может зацепиться за опору, при этом стебель может вытянуться на 1 – 2 м.

Листья сердцевидные, пятилопастные.

Плод — многосемянный, сочный, изумрудно-зелёный, пузырчатый. Строение плода характерно для семейства тыквенных и в ботанической литературе определяется как тыква. С точки зрения ботаники плод огурца — ложная ягода. Он может иметь различную форму и размер в зависимости от сорта. В кулинарном отношении огурцы традиционно относят к овощным культурам.

Геном огурца посевного насчитывает 350 миллионов пар оснований ДНК. Пять из семи хромосом огурцов возникли из десяти хромосом общих предков с дыней.

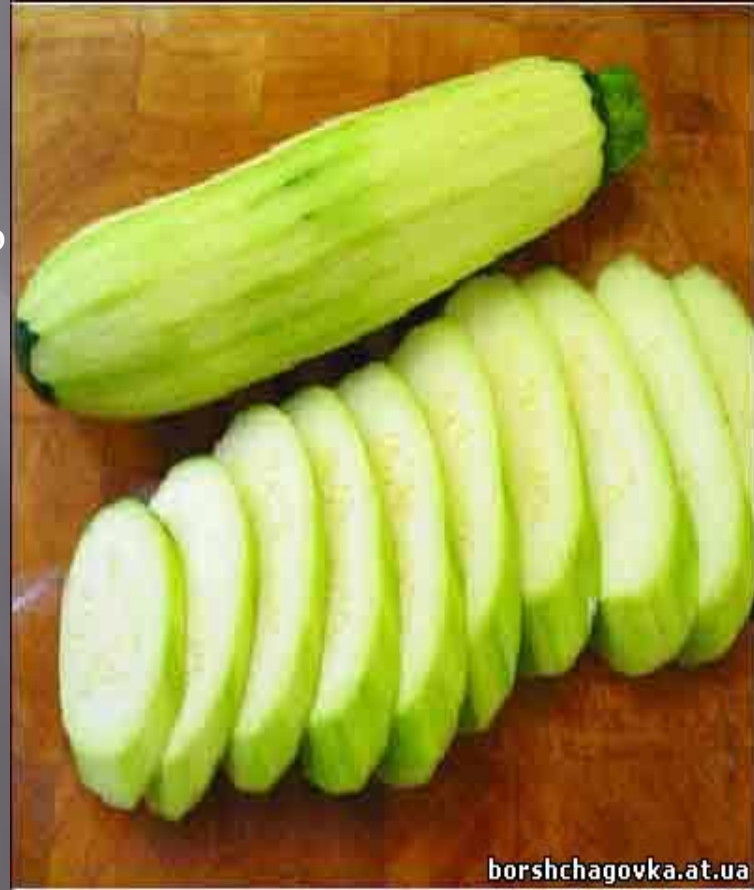
В его плодах 95-98 % воды и ничтожно малое количество белков, жиров и углеводов. Оставшиеся 3 % включают каротин, витамины РР, С и В, а также макро- и микроэлементы. В том числе огурец



Кабачок

Кабачок происходит из Америки, где первоначально в пищу употреблялись только его семена. В Европу тыква попала в XVI веке вместе с другими «диковинами» из Нового Света. Вначале кабачки, как большинство диковинок, выращивались в ботанических садах. Сегодня трудно вообразить без этого овоща средиземноморскую кухню. Считается, что именно итальянцы в XVIII веке начали использовать недозревшие кабачки, как мы делаем это сегодня.

Молодые кабачки имеют наилучшие вкусовые качества и необыкновенно легко усваиваются. Кабачки можно добавлять в детское меню, в рацион питания больных, идущих на поправку, а также людей, страдающих от проблем с пищеварением. Благодаря лёгкой усваиваемости и низкой калорийности кабачок является одним из самых популярных овощей в диетах для похудения.



borshchagovka.at.ua

Кабачки, особенно когда они молодые можно без преувеличения назвать природным лекарством. В их мякоти содержатся не только белки и углеводы, но и каротин, аскорбиновая кислота, витамины группы В, пектины, минеральные соли магния, калия, кальция и железа. В кабачках солей калия в 1,5 раза больше, чем в капусте белокочанной. Благодаря низкому содержанию клетчатки кабачки используются для диетического питания. Кабачки очень низкокалорийные, они содержат около 20 ккал в 100 г



Патиссон

В Европу патиссон завезен из Америки и стал популярным во многих европейских странах в XVII в. Позднее его стали выращивать на Украине и в южных областях России. Два века спустя после появления в Европе патиссоны добрались даже до Сибири.

Патиссон — травянистое растение кустовой или полукустовой формы с крупными, относительно жёсткими листьями. Цветки одиночные, однополые, однодомные, жёлтой окраски. Плод — тыква; форма и окраска плода, в зависимости от сорта, могут сильно различаться: форма бывает как колокольчатая, так и тарелочная; окраска — белая, жёлтая, зелёная, иногда с пятнами и полосами



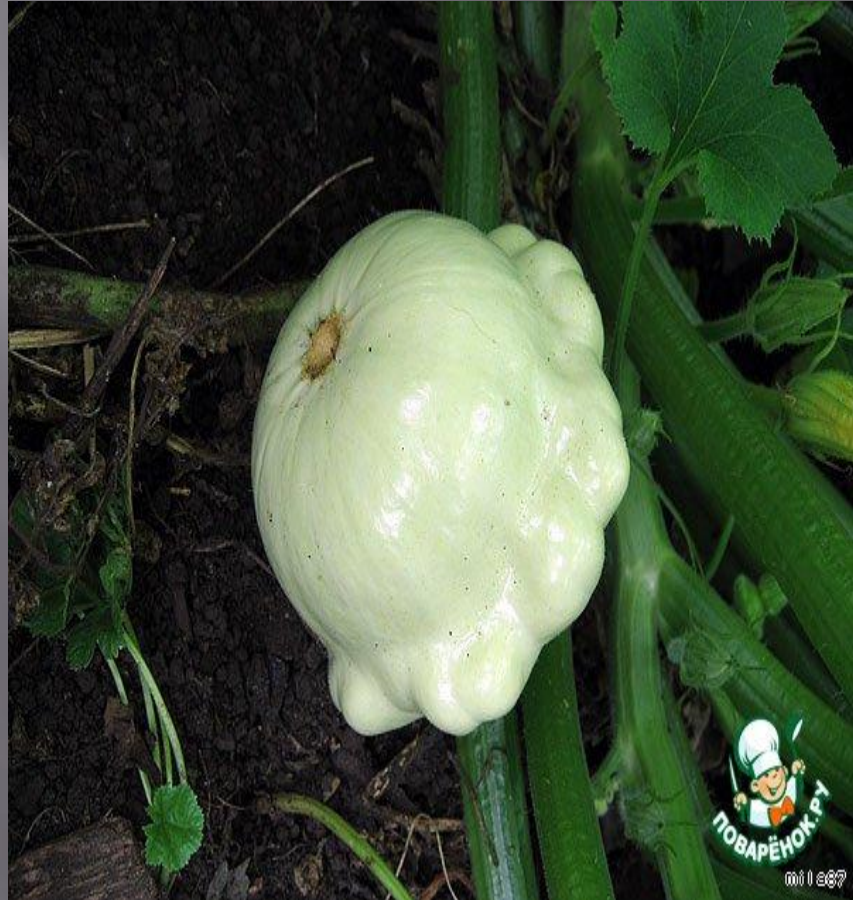
Патиссонами также называют овощи — съедобные плоды этого растения, которые используют таким же образом, как кабачки, в варёном и жареном виде, а также в форме консервов (маринады и соленья).

Калорийность, ккал-19,4

Белки, -г0,6

Жиры, -г0,1

Углеводы,- г4,3



Тыква

Съедобные сорта тыквы (в отличие от декоративных) употребляются в пищу после обработки: тыква варёная, печеная и т. д. Такая тыква очень хорошо усваивается организмом и широко применяется даже для детского и диетического питания. Также хорошо используется для салатов и гарниров. Неразделанные тыквы долго сохраняются, поэтому с древних времен используются в хозяйствах. Известно множество старинных блюд русской кухни, включающих тыкву. Шарль Перро в XVII веке в своей сказке «Золушка» придумал сделать карету из тыквы как из продукта, который всегда есть на кухне даже у самых бедных.



Тыква - идеально подходит для диетического и детского питания. Ее плоды содержат в среднем 5-6 процентов сахаров (а в лучших сортах до 20 процентов), крахмал, каротин, витамины С, В1, В2, РР, клетчатку, пектиновые вещества, органические кислоты, соли кальция, магния, железа. Особенно много в тыкве солей калия



Чайот (*Sechium edule*)

Плоды — грушевидные или округлые ягоды 7—20 см длиной, массой до килограмма, с одним крупным (3—5 см) белым плоско-овальным семенем. Кожура их тонкая, прочная, блестящая, могут присутствовать небольшие наросты, а также продольные канавки. Окраска от беловатой до светло-жёлтой или зелёной. Мякоть беловато-зелёная, сочная, сладковатого вкуса, богата крахмалом.

Съедобны все части чайота, даже листья и верхушки побегов (молодые), которые можно есть в тушёном виде, но чаще всего в пищу используются недозрелые плоды, которые варят, тушат, запекают, фаршируют или добавляют сырыми в салаты. Мякоть плодов добавляют в хлебобулочные изделия. Семена едят поджаренными, они имеют ореховый привкус. Клубни богаты крахмалом (до 20%), их можно готовить так же, как картофель.



Старые клубни и ботва

используются на корм для скота. Из стеблей после обработки получают красивые серебристые волокна, из которых плетут головные уборы и другие изделия.

Овощ и его семена богаты аминокислотами и витамином С. Листья и клубень обладают мочегонными, противовоспалительными свойствами. Может использоваться в виде чая при лечении артериосклероза, повышенного кровяного давления, а также для



Китайская горькая тыква (*Momordica charantia*)

Китайская горькая тыква — двудомная лиана, вырастающая до 5 м в длину, с простыми листьями, 4-12 см в поперечнике, и жёлтыми цветками.

Плоды имеют продолговатую форму и бородавчатую или бугорчатую поверхность, по форме и размерам весьма разнообразны. Внутри содержится относительно тонкий слой мякоти, окружающий центральную полость, наполненную большими плоскими семенами и желеобразной субстанцией.

У незрелых плодов семена имеют белый цвет, при созревании становятся красными.

незрелых плодов семена перед кулинарным использованием вытаскивают, а у созревших семена становятся сладкими и могут употребляться в пищу.



Мякоть Китайской горькой тыквы хрустящая и водянистая, похожая на мякоть огурца, чайота или зелёного овощного перца, обычно съедается, когда плод зелёный. Хотя она может быть съедена также тогда, когда плод желтеет, начиная созревать, но при этом она становится горькой.

Созревшие плоды оранжевые и мягкие, но слишком горькие для того, чтобы их можно было бы употребить в пищу.

Китайская горькая тыква очень питательная. В ней много железа, вдвое больше Бета-каротина, чем в брокколи; вдвое больше кальция, чем в шпинате; вдвое больше калия, чем в банане. Кроме того, она стимулирует пищеварение и аппетит. Считается, что она предотвращает и лечит малярию. Лабораторные исследования показали, что некоторые соединения в этом овоще помогают лечить ВИЧ. Китайская горькая тыква имеет гипогликемическое воздействие и используется как народное средство от диабета 2-го типа, хотя дальнейшие исследования должны быть проведены.



Лагенария (*Lagenaria vulgaris*)

Виды Лагенарии — однолетние ползучие лианы с гранёным стеблем длиной до 15 м, покрытым пушком. Листья гофрированные пятиугольные. Цветки мелкие белые трубчатые одиночные, с колесообразным венчиком, располагаются в пазухах листьев, причём цветки раскрываются только ночью. Плод — тыква, как и у других представителей семейства Тыквенные. Форма плода у разных видов и подвидов лагенарий различна. Встречаются плоды вытянутой, круглой, грушевидной, бутылковидной и



Недозрелые плоды, имеющие рыхлую мякоть и обладающие слегка горьким пряным вкусом, употребляют в пищу. При созревании мякоть постепенно высыхает, а оболочка, состоящая из деревянистых элементов и содержащая каменистые клетки, становится прочной и водонепроницаемой. Благодаря последним свойствам зрелый плод используется населением Африки, Южной и Средней Азии, Латинской Америки и тихоокеанских островов для изготовления курительных трубок, посуды, музыкальных инструментов и игрушек. Длинные гибкие стебли лагенарий идут на изготовление плетённых изделий. Из семян получают жирное масло, используемое в пищевых целях.



Спасибо за
внимание