Текст выступления

«Технологии кулинарной обработки продуктов»

Выполнил: учащийся 5 класса

Руководитель:

Слайд 1.

Кулинарная обработка пищевых продуктов - воздействие на пищевые продукты с целью придания им свойств, делающих их пригодными для дальнейшей обработки и/или употребления в пищу.

Слайд 2.

Механическая кулинарная обработка (первичная обработка, холодная обработка) - кулинарная обработка пищевых продуктов механическими способами с целью изготовления блюд, кулинарных изделий и полуфабрикатов.

Механическая кулинарная обработка овощей состоит из следующих операций: сортировка, мытье, очистка, промывание, нарезка. При сортировке удаляют загнившие, побитые овощи и посторонние примеси. Мытье овощей должно производиться очень тщательно (не менее 5 мин) в проточной воде. Особенно это относится к овощам, употребляемым в сыром виде, — зеленый лук, салат, редис, помидоры, огурцы, зелень и т. п. При очистке овощей удаляют несъедобные части и части с пониженной пищевой ценностью. Овощи нарезают непосредственно перед приготовлением блюд, чтобы избежать их потемнения и потерь витамина С.

Слайд 3.

Нарезка овощей, придает блюдам красивый внешний вид и возбуждает аппетит, а при тепловой обработке достигают одновременной готовности

Есть несколько способов нарезки продуктов:

- механический (с помощью овощерезательных машин, профессиональных терок);
- вручную (с помощью ножей, специальных выемок и овощерезок).

Слайд 4.

Варка – это нагревание продуктов в жидкости или атмосфере насыщенного водяного пара. Варка является одним из главных способов кулинарной обработки, а отварные блюда безраздельно доминируют в любой национальной кухне, в лечебном питании - особенно.

Слайд 5.

Для тепловой обработки продуктов необходимо иметь:

- несколько кастрюль различной емкости (вместимости) – от 1 до 5 литров
- сковороды различного размера
- посуду с толстым дном и стенками (утятница)
- несколько противней и форм

Слайд 6.

При варке основным способом продукт полностью погружают в большое количество жидкости (воду, молоко, бульон, сироп и др.). До закипания процесс ведут на

сильном огне в посуде с закрытой крышкой, после закипания нагрев уменьшают и варку продолжают при слабом кипении до полной готовности продукта. Полное кипение нежелательно, так как при этом быстро выкипает жидкость, разрушается форма продукта, испаряются ароматические вещества.

Слайд 7.

При основном способе варки в жидкость переходит максимальное количество питательных веществ.

Данный способ применяется для приготовления бульонов и супов.

Слайд 8.

Варка на пару является главным видом тепловой обработки при приготовлении вторых блюд для лечебных диет, требующих щажения желудочно-кишечного тракта. Для этого используют пароварочные шкафы или кастрюли-пароварки с плотно закрытой крышкой. При кипении воды кастрюля заполняется паром, в котором и варятся продукты. Продукты получаются сочными, с нежной консистенцией и хорошо сохраненной формой.

Слайд 9.

Припускание – более рациональная разновидность варки, позволяющая максимально сохранить питательные вещества продукта. При этом продукт примерно на 1/3 его объема погружается в кипящую воду, а 2/3 варится паром при плотно закрытой крышке. Сочные плоды припускают без добавления жидкости, в собственном соку, выделяющемся при их нагревании. Именно припускание, а не варку основным способом целесообразно применять при приготовлении овощных гарниров.

Слайд 10.

При варке на водяной бане продукт кладут в посуду, которую в свою очередь помещают в емкость с кипящей водой. Данный метод применяется в основном для приготовления таких блюд, как омлеты, соусы, пудинги.

Слайд 11.

<u>Вот основные моменты, которые нужно знать, чтобы правильно приготовить блюда:</u>

- За первые 15 минут варки уходит 30% витамина С.
- При температуре кипения 100 градусов разрушаются витамины группы В.
- Витамины разрушаются не за счет высокой температуры, а за счет кислорода, который растворен в воде.
- Прокипяченная вода кислорода не содержит.

Слайд 12.

И так, подведем итог. Чтобы сохранить витамины при варке, необходимо избавиться от кислорода в воде, для этого:

- прокипятить воду 5 минут;
- слегка подсолить воду, чтобы вывести остаток кислорода;
- положить овощи, коренья, зелень.