

22.12.2023

ПМ.03 МДК03.01 Кулинарное приготовление пищи и контроль качества блюд.

Группа 10-У

Тема 3.1 Технология обработки сырья и приготовление блюд из овощей

Тема 3.1.1 Способы тепловой обработки продуктов. Основные способы, комбинированные и вспомогательные способы тепловой обработки.

1. **К основным способом тепловой обработки относятся варка, припускание, жарка.** При использовании этих способов, продукты полностью доводятся до готовности.

Варка – основным способом – продукт полностью погружают в жидкость (вода, отвар, бульон, сироп, молоко)

Для варки используют наплитную посуду или пищеварочные коты. До закипания жидкости варят на сильном огне при закрытой крышке, после закипания, нагрев уменьшают и продолжают варку при слабом кипении до готовности продукта. Бурное кипение приводит к сильному эмульгированию жиров, деформации продукта, потери витаминов и ароматических веществ.

Для варки при пониженной температуре применяют водяную баню или мармит. При этом посуду с продуктом ставят в кипящую воду.

Варка на пару – продукт нагревают паром атмосферного или повышенного давления.

Продукт помещают в пароварочный шкаф, пароконвектомат или электрическую пароварку. Варка осуществляется за счет пара, образующегося при кипении воды. При таком способе потери растворимых веществ меньше.

Припускание – варка

продуктов в небольшом количестве жидкости или в собственном соку. (продукт заливают жидкостью на 1/3 высоты и доводят до готовности при плотно закрытой крышке.

Жарка – тепловая обработка продукта при непосредственном прикосновении с жиром или без жира при такой температуре, которая обеспечивает образование на поверхности продуктов корочки.

Жарка основным способом - происходит нагревание продукта с небольшим количеством жира (5-10%), Жир нагревают до температуры 140-200 *

Для жарки основным способом используют наплитные сковороды, листы, или электросковороды.

Жарка в большом количестве жира (во фритюре) – продукт полностью погружают в жир, нагретый до 160-180*С. Жира берут в 4-6 раз больше, чем одновременно загружаемого продукта.

Для жарки во фритюре используют глубокую посуду или фритюрницы

Жарка в жарочных шкафах. Жарка продукта осуществляется в небольшом количестве жира в жарочном шкафу при температуре при температуре 150-270*С Продукты укладывают на противни, листы или сковороды и помещают в жарочный шкаф.

Для жарки применяют также пароконвектоматы. В них воздух с помощью вентилятора прогоняется через нагреватели, нагревается и поступает в рабочую камеру, При этом ускоряется процесс жарки, продукт не приходится переворачивать, исключается подгорание и неравномерное прожаривание продукта.

Жарка мучных изделий в жарочном шкафу **называется выпеканием.**

Жарка без жира – применяется при приготовлении изделий из жидкого теста на блинной жаровне; при приготовлении блюд в посуде с антипригарным покрытием.

Жарка на открытом огне - продукт надевают на шпажки или укладывают на металлическую решетку, смазанную жиром. Шампуры или решетку размещают над раскаленными углями или электроспиральями в электрогрилях и жарят.

Жарка в поле инфракрасных лучей (ИК- нагрев). Нагрев осуществляется с помощью электронагревательных элементов.

Жарка токами сверхвысокой частоты. Этот способ жарки занимает особое место, так как нет теплоносителя и теплота возникает внутри продукта в результате преобразования электрической энергии СВЧ- аппаратах в тепловую. Поджаристой корочки не образуется.

2. Вспомогательные способы тепловой обработки.

Пассерование - процесс нагревания продукта с жиром или без него при температуре 120*С в целях экстрагирования ароматических и красящих веществ.

Пассеруют нарезанные морковь, лук, белые корни, томатное пюре, муку. Обжаривают их в небольшом количестве жира без корочки.

Опаливание – удаление шерсти и волосков с поверхности тушек поросят, птиц.

Бланширование (ошпаривание)- при обливании продуктов кипящей водой 1-5 минут (удаление привкуса горечи лука).

Термостатирование – поддержание необходимой температуры блюд на раздаче (в мармитах)

3. Комбинированные способы тепловой обработки.

Тушение – припускание предварительно обжаренного продукта в небольшом количестве бульона, воды или соуса с добавлением вкусовых, ароматических приправ, специй в закрытой посуде.

Варка с последующим обжариванием (в диетическом питании)

Запекание – нагревание продуктов или полуфабрикатов в жарочном шкафу до готовности или образования поджаристой корочки.

Предварительно продукты варят, припускают или обжаривают.

Запекают продукты на противнях, сковороде или форме, смазанных маслом и посыпанных сухарями. При этом используют соусы, сметану, льезон, или сырые яйца.

Брезирование - припускание с бульоном и жиром предварительно обжаренного продукта в жарочном шкафу.

Брезированные мясные продукты более сочные, чем тушеные, После брезирования жидкость (фон) можно слить, а продукт полить жиром, оставшимся от брезирования, и обжарить в жарочном шкафу. Это придает продукту глянец.

Тема 3.1.2 Первичная обработка, нарезка и формовка традиционных видов овощей и плодов, подготовка пряностей и приправ.

Значение овощей в питании. Обработка овощей с сохранением витаминов, цвета.

Овощи – источник витаминов, богаты углеводами и минеральными веществами, поддерживают в организме кислотно –щелочное равновесие, благодаря содержанию железа, кальция, фосфора, калия.

Способствуют возбуждению аппетита, улучшают процесс пищеварения.

Первичная обработка картофеля.

Картофель богат крахмалом, содержит белки, сахара, минеральные вещества, витамины В и С

При механическом способе обработки картофеля выполняют операции: сортировка, калибровка, мойка, очистка, ручная доочистка, мойка.

Формы нарезки картофеля.

К простым формам нарезки относят : соломка (пай), брусочки (прентаньер), кубики (бренуаз), кружочки(пейзан), ломтики, дольки.

К сложным фигурным формам нарезки относят: бочоночки, шарики (крупные (шато),средние (нуазет), стружка, груши (дюшес), чесночки.

Шарики вырезают с помощью фигурных выемок (шатовницы), при нарезке чесночков, бочоночков и груш применяют прием обтачивания.

Топинамбур и батат обрабатывают и нарезают как картофель.

Обработка корнеплодов.

Корнеплоды содержат сахара, ароматические, красящие и минеральные вещества, немного белка, витамины.

Морковь, свеклу, репу, редьку сортируют по размерам и качеству. Промывают , очищают и снова моют.

Формы нарезки корнеплодов.

К простым формам относят: соломка, брусочки, кубики (средние, мелкие, крошка), дольки, кружочки, ломтики.

Дольки – очищенную морковь нарезают поперек на цилиндры, нарезают их вдоль пополам, каждую половину по радиусу нарезают на дольки.

Ломтики – очищенную морковь нарезают вдоль на 2 или четыре части , затем нарезают поперек на ломтики.

При нарезке сложными формами применяют прием карбования.

Для этого морковь обтачивают по окружности для получения одинакового диаметра по всей длине, затем вдоль делают надрезы в виде канавок (карбуют) с помощью ножа или выемкой .

Звездочки, шестеренки – карбованную морковь нарезают поперек.

Гребешки – карбованную морковь нарезают вдоль пополам и нарезают наискось.

Шарики, орешки – используют выемки, или вручную обтачивая.

Свеклу нарезают простыми формами как картофель. Можно нарезать свеклу и сложными формами :шариками, орешками, звездочками, гребешками.

Оборудование и инструменты, используемые для обработки овощей:

Овощи моют в посуде с маркировкой «О.С.»

Доски разделочные «О.С.»

Производственный стол «О.С.»

Ножи «О.С.»

Для очистки картофеля используют картофелечистку МОК 250.

Для нарезки овощей пользуются универсальными приводами или овощерезками для нарезки сырых овощей.