

28.12.2023

ПМ.03 МДК 03.01 Технология кулинарного приготовления пищи и контроль качества блюд.

Группа 10-У

Тема: Технология приготовления блюд и гарниров из тушеных овощей. Требования к качеству, Условия хранения. Оформление, подача.

Конспектировать отправлять на почту ni1nata@yandex.ru

1. Для приготовления тушеных блюд овощи нарезают дольками, кубиками, соломкой и слегка обжаривают, затем добавляют соус, специи тушат при закрытой крышке до готовности. Капусту и свеклу перед тушением не обжаривают.
Капуста тушеная. Подготовленную свежую белокочанную капусту нарезают соломкой, кладут в посуду слоем не более 30 см, добавляют бульон, жир и тушат до полуготовности, периодически помешивая, добавляют нарезанные соломкой пассерованные морковь, лук, белые корни, пассерованное томат пюре, лавровый лист, перец и тушат до готовности. За 5 минут до окончания тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, разведенной водой, сахаром, солью, уксусом.
При использовании квашеной капусты уксус не добавляют, а норму сахара увеличивают до 10 г на 1 порцию. Подготовленную квашеную капусту тушат с добавлением бульона, жира и пассерованного томат пюре в течении 1,5-2 часов, затем добавляют пассерованные овощи, лавровый лист, перец, сахар и тушат в течении 20-30 минут, за 5 минут до готовности заправляют мучной пассеровкой.
Можно готовить тушеную капусту со шпиком или копченой грудинкой. Их предварительно обжаривают и добавляют в капусту в начале тушения. Вытопившийся при обжаривании жир используют для пассерования овощей.
Можно приготовить тушеную капусту с грибами. Для этого подготовленные свежие грибы нарезают дольками и жарят до готовности. При использовании сушеных грибов их предварительно замачивают, отваривают, нарезают соломкой, обжаривают. Обжаренные грибы добавляют в капусту в конце тушения.

Требования к качеству.

Тушеные овощи должны быть нарезаны на куски одинаковой формы. Консистенция мягкая, сочная. Овощи должны сохранять форму нарезки, за исключением картофеля, тыквы и кабачков, форма которых может быть частично нарушена. Тушеные блюда из овощей хранят горячими не более двух часов.