

Виробниче навчання
29 група
Вівторок 12.05.2020 року
Урок № 29

Тема програми: Приготування страв і гарнірів з овочів.

Тема уроку: Приготування страв і гарнірів з варених і припущених овочів. Вимоги до якості. Відпуск.

Навчальна мета: Навчитися правильно готувати страви з варених і припущених овочів.

Для приготування варених страв і гарнірів використовуємо картоплю, капусту, буряки, моркву, кукурудзу, стручки зеленого гороху і квасолі. Овочі варимо у воді або на парі, щоб зберегти поживні речовини.

Картоплю і моркву варимо з шкірочкою або обчищеними, буряки – з шкірочкою, кукурудзу – початками, стручки квасолі – нарізаними.

Овочі занурюємо у киплячу підсолону воду (на 1л – 10г солі), покриваючи овочі на 1-2 см. Буряк, моркву, зелений горошок варимо без солі, щоб не погіршився смак. Овочі, які мають зелений колір варимо у великій кількості води (3-4л на 1кг) з відкритою кришкою, щоб зберегти колір.

Технологічна картка

на страву: **Картопля варена**

В.С. Доцяк «Українська кухня». Львів, видавництво «Оріяна-нова», 1998р.



№ п/п	Назва продуктів	Маса в грамах	
		Брутто	Нетто
1	Картопля	344	258
2	Масло вершкове		15
3	Сметана		30
	Вихід	265/280	

Технологія приготування

Однакові за величиною бульби обчищеної картоплі (великі бульби нарізаємо часточками) кладемо у казан шаром не більш ніж 50см, заливаємо гарячою водою так, щоб вона вкрила картоплю на 1-1,5см, солимо, накриваємо кришкою, доводимо до кипіння і варимо при слабкому кипінні до готовності. Відвар зливаємо, картоплю підсушуємо (посуд накриваємо кришкою і ставимо на плиту на 3хв на слабкий вогонь). Перед подаванням картоплю кладемо у підігріту столову мілку тарілку, поливаємо маслом або сметаною.

Вимоги до якості: варені овочі зберігають форму, бульби картоплі однакові за величиною, нарізані часточками. Допускається незначне розварювання бульб.

Правила припускання овочів: овочі припускаємо у невеликій кількості рідини (води, бульйону, молока). У власному соку припускаємо ті овочі, які містять велику кількість рідини і легко їх виділяють.

Технологічна картка

на страву: Морква в молочному соусі

В.С. Доцяк «Українська кухня». Львів, видавництво «Оріяна-нова», 1998р.



№ п/п	Назва продуктів	Маса в грамах
1	Морква	271
2	Маргарин столовий	5
3	Соус	75
	Вихід	275

Технологія приготування

Моркву обчищаємо і нарізаємо дрібними кубиками або брусочками, кладемо у посуд, додаємо бульйон (0,2-0,3л на 1кг), маргарин і припускаємо до готовності, потім додаємо сіль, цукор, перемішуємо і доводимо до кипіння. Подаємо як гарнір до страв з м'яса і риби або як самостійну страву.

Вимоги до якості: овочі мають однакову форму нарізування, яка збереглася, заправлені соусом. Консистенція м'яка, соковита.

Приємного приготування! Не забувайте, що Кухар – професія, що дарує щастя.

