

Виробниче навчання
29 група
Четвер 07.05.2020 року
Урок № 28

Тема програми: Страви і гарніри з круп, бобових і макаронних виробів.

Тема уроку: Приготування страв з бобових. Вимоги до якості. Відпуск.

Навчальна мета: Навчитися правильно готувати страви з бобових.

До бобових належить горох (1), зелений горошок висушений (2), квасоля (3), сочевиця (4).



(1)



(2)



(3)



(4)

Бобові перед варінням перебираємо і промиваємо. Потім замочуємо у холодній воді на 5-8 годин. На 1 кг бобових потрібно 2 л води. Після замочування підготовлені бобові заливаємо перевареною холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варимо у закритому посуді при слабкому кипінні. Тривалість варіння бобових коливається в таких межах: сочевиці – 40-60 хв, гороху – 1-1,5 год, квасолі – 1,5-2 год.

Для поліпшення смаку бобових при варінні додаємо коріння петрушки, салере, моркву – нарізані дрібними кубиками, – 3 грами на порцію, лавровий

лист, запашний перець горошком. Після закінчення варіння їх виймаємо. З 1 кг сухих бобових дістаємо 2,1 кг варених. Із варених бобових готуємо різні страви.

Приготуємо дві страви: *«Бобові в соусі»* і *«Квасоля по-домашньому»*.

Послідовність організації робочого місця при приготуванні страв з бобових:

1. Підготувати електричну плиту, посуд, кухонний інвентар, продукти.
2. Правильно організувати своє робоче місце.
3. Дотримуватись правил санітарії та гігієни під час приготування страв.
4. Дотримуватись вимог охорони праці при роботі біля електричної плити.
5. Забороняється залишати обладнання без нагляду.
6. Після закінчення роботи необхідно вимкнути обладнання.
7. Прибрати робоче місце.

Технологічна картка

на страву: **Бобові у соусі**

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



№ п/п	Назва продуктів	Маса в грамах
1	Квасоля	75
2	Вода	200
3	Соус	60
4	Маргарин столовий	10
	Вихід	225

Технологія приготування

Квасоллю відварюємо. Варені бобові з'єднуємо з соусом червоний, перемішуємо, доводимо до кипіння, заправляємо сіллю, перцем, маргарином. Перед подаванням посипаємо зеленню

Вимоги до якості: квасоля зберегла свою форму. Консистенція зерна м'яка, вони добре розварені. Смак і запах властиві смаку і запаху квасолі, з присмаком і ароматом соусом червоного.

Технологічна картка

на страву: **Квасоля по-домашньому**

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



№ п/п	Назва продуктів	Маса в грамах	
		брутто	нетто
1	Свинина	129	110
2	Маргарин столовий		10
3	Цибуля рібчаста	24	20
4	Квасоля	60,5	60
5	Огірки солоні	40	24
6	Соус основний червоний		50
7	Часник	0,9	0,7
	Вихід	225	

Технологія приготування

М'ясо свинини нарізаємо кубиками (4-5 шматочків на порцію), обсмажуємо з цибулею. Попередньо замочену квасоллю варимо. Солоні огірки зачищаємо від шкірочки нарізаємо кубиками і припускаємо. Окремо готуємо соус червоний основний.

М'ясо смажемо з цибулею, заливаємо невеликою кількістю соусу і тушкуємо до розм'якнення м'яса. Потім додаємо варену квасоллю, припущені огірки, решту соусу і тушкуємо ще 10-15 хв. Готову страву заправляємо часником.

Вимоги до якості: зварена квасоля зберегла свою форму. Консистенція зерна м'яка, вони добре розварені. М'ясо свинини м'яке. Солонві огірки зберегли свою форму. Смак і запах властиві смаку і запаху вареної квасолі поєднаної з м'ясом і огірками солоними, з ароматом соусом і часника.

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

