ГР.№ 208

Учебная практика УП.03.01

Дата проведения **16 мая 2020г.**

**Здравствуйте, ребята, перед вами материал для самостоятельного изучения и освоения. С этого момента мы с вами работаем дистанционно!!!**

**Информация из нескольких составляющих:**

1. **Лекция, которую вы должны прочитать и освежить в памяти те знания, которые получили на теоретических уроках**. **В тексте лекции есть вопросы на которые вы должны ответить, а ваши ответы прислать мне на электронный адрес.**
2. **Пользуясь технико-технологическими картами приготовления блюд приготовить самостоятельно одно из них, сделать фото и прислать мне для одобрения.**

**Тема урока: Приготовление отварных блюд из теста**

***Лекция***

Мучные блюда в кулинарии занимают далеко не последнее место. Мучные блюда обладают высокой энергетической ценностью и содержать в себе много углеводов, жиров и витаминов группы В. К мучным блюдам относятся пельмени, манты, вареники, лапша, блины.

Есть несколько видов тепловой обработки мучных блюд: обжаривание, варка, приготовление на пару.

Варят вареники и пельмени, манты готовят на пару, а хлеб выпекают.

Вареники готовят с творогом, ягодами и картофелем. Тесто: муку добавляют нагретое молоко или воду 30-35 градусов, затем вводят яйцо, соль, немного сахара. Замешивают тесто до однородной массы. При отпуске вареники поливают маслом, сметаной. Вареники формуют также как и пельмени, но более крупных размеров.

Пельмени. Муку просеивают, соль по вкусу, яйцо, воду теплую 30-350и замешивают тесто в кастрюле до тех пор, пока тесто не приобретет однородную консистенцию. После замеса теста выдерживают для набухания клейковины и эластичности теста. Готовое тесто раскатывают толщиной 1,5-2 мм и формуют пельмени с любым фаршем.

Для пельменей и вареников тесто готовят густое, бездрожжевое. Тесто получается упругим и его можно варить. После лепки пельмени и вареники должны сохранять форму, без разрывов оболочки, иметь нелипкую поверхность. Данные продукты хранят только в морозильных камерах..

Лапша домашняя. Замешивают муку, яйцо, соль, воду. Замес производим до однородной консистенции. Тесто должно быть немного, похоже, как для пельменей и вареников. Готовое тесто оставляют на столе. Затем раскатываем на пласты в 1,5 мм толщиной и подсушиваем, затем нарезаем на полоски 35-45 см, и режем поперек соломкой. Готовую лапшу раскладывают на стол или на разносы для подсушивания. Используют домашнюю лапшу для приготовления супов и гарниров.

**Показатели качества муки**

* качество муки оценивают по органолептическим и физико-химическим показателям.
* свежесть муки можно определить по ее кислотности.
* не допускается для производства кулинарных изделий мука с плесневелым, затхлым запахом, горьким, сладким или кислым привкусом, зараженная амбарными вредителями и посторонними примесями.

**Важнейшими показателями качества муки является**: цвет, запах, вкус, влажность, зольность, крупность помола, количество и качество клейковины, кислотность, отсутствие засоренности и амбарных вредителей.

При оценке *цвета* сравнивают данный сорт муки с образцом (эталоном) муки того же сорта. Более темный цвет муки по сравнению с эталоном свидетельствует о том, что мука не свежая или низкого сорта.

***Запах*определяется:**

* при нагревании муки дыханием на ладони
* разбалтывании ее в стакане с теплой водой.

В муке не допускаются затхлый, плесневелый и другие посторонние запахи.

***Вкус* муки должен быть:**слегка сладковатым**,**при разжевывании не должно ощущаться хруста на зубах

**Горьковатый признак** может быть в случае примеси в муке семян различных трав или при разложении жиров. Кисловатый признак указывает на несвежесть муки, а резко кисловатый – на примесь муки из проросших зерен.

**Хруст** свидетельствует о плохой очистке муки от минеральных примесей.

**Влажность** муки сильно влияет на ее кулинарные свойства. Чем суше мука, тем больше выход из нее хлеба и лучше она сохраняется.

**В зависимости от упругости и растяжимости клейковина делится:**

* на сильную - упругую и растяжимою;
* среднюю - с хорошей упругостью и средней растяжимостью;
* слабую – неупругую, разрывающуюся под действием собственной тяжести.

**Хранят муку и крупу** в мешках на подтоварниках или на полу на рейках в штабелях высотой не более 8 рядов. В предприятиях питания эти продукты хранят в кладовой от остропахнущих и скоропортящихся товаров. Помещение должно быть чистым, сухим, хорошо вентилируемым. В нем поддерживают температуру 10C и ниже, но не выше 20-25С и относительную влажность воздуха в пределах 60-75%. При продолжительном хранении мешки необходимо перекладывать.

Небольшое количество крупы хранят в пристенных или передвижных ларях.

Текущие двух-, трехдневный запас муки в предприятиях общественного питания хранят в ларях с хорошо пригнанной крышкой. Высота загружаемой в ларь муки не должна превышать 1 м. Дно ларей делают с уклоном к передней стене, но не ниже 30 см от пола. Лари обивают внутри оцинкованным железом или жестью.

**При относительной влажности воздуха свыше 85% мука и крупа:**отсыревают;плесневеют;самосогреваются;прогоркают.

Для приготовления пресного теста пшеничную муку просеивают, насыпают на столе горкой, посредине делают углубление, в которое вливают воду, подогретую до 30-35оС. Раствор соли и сахара добавляют сырые яйца и замешивают в крутое тесто. Месят тесто до тех пор, пока оно не преобретет однородной консистенции, такое тесто отстает от рук и стенок посуды. При нажатии пальцем ямочка выравнивается. Тесто оставляют на 30-40 мин накрыв салфеткой для набухания клейковины и придания ей эластичности.

**Из пресного теста готовят:**вареники;домашнюю лапшу;клецки;пельмени.

**Вареники** **формируют различными способами:**

1. ***Тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5мм.***
* Вырезают из него вареники с помощью выемки.
* Посередине вареников кладут начинку, края слепливают

При этом способе остается много теста, которое быстро высыхает и его снова следует перерабатывать.

1. ***Из теста делают валик диаметром 2-3см***

Режут его на кусочки. Каждый обваливают в муке. Раскатывают вареники до толщины 1,5мм. Затем формируют вареники

1. ***Тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5 мм***

Нарезают на полоски ,их нарезают на квадратики размером 5х5см, начинку кладут посередине квадратика, лепят вареники треугольной формы.

1. ***Тесто раскатывают в виде прямоугольника толщиной 1,5мм и шириной 10см***

На одну половину теста на расстоянии 1 см от края выкладывают начинку по всей длинне прямоугольника на расстоянии 6-7см друг от друга;Края пласта около нчинки смазывают яйцом;Накрывают начинку второй половиной теста;Выемкой вырезают вареники;Обрезки теста соединяют и повторно раскатывают.

Сформованные вареники варят в кипящей подсоленной воде 5-7 минут. Вынимают шумовкой на дуршлаг, дают стечь воде, заправляют растопленным сливочным маслом; сметаной; шкварками.

**Для галушек** замесить пресное тесто чуть гуще, чем для вареников. Тесто делят на куски, раскатывают слоем толщиной 0,5-1см, затем нарезают на квадратики 3х3 см. варят клецки в кипящей подсоленной воде 10 минут.

**Подают галушки:**с растопленным сливочным маслом;сметаной;грибным соусом.

**Для домашней лапши**замешивают тесто, как для вареников, выстаивают 30 мин и раскатывают пласт толщиной 1-1,5мм, затем слои теста присыпают мукой и слегка подсушивают на воздухе, составляют тесто в 3-4 слоя, нарезают пластами шириной 4-5см, а затем поперек нарезают соломкой шириной 3мм. Лапшу рассыпают на фанерных лотках и подсушивают 2-3ч при t 40-50оС. Используют домашнюю лапшу для первых блюд и гарниров.

**Для пельменей.**Просеянную пшеничную муку высшего или 1-го сорта насыпают горкой на стол с деревянной крышкой, всередине делают углубление, в которую вливают холодную воду с растворенной в ней солью и яйцами. Замешивают крутое тесто, постепенно захватывая внутренний слой муки. Тесто считается готовым, если при нажиме пальцем на поверхность замешенного теста образовавшееся углубление восстанавливается. Для приготовления теста для пельменей используют тестомесительные машины, в которую засыпают муку, добавляют нагретую до 30-35оС воду, яйца, соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретает однородную консистенцию. Приготовленное тесто оставляют 20-30 мин, закрыв салфеткой или крышкой, для набухания клейковины и придание теста элостичности.

Мука 700, яйца 60, вода 260, соль 15. Выход 1000.

***Фарш.*** Говядину или свинину нарезают кусочками, пропускают через мясорубку, соединяют смелкорубленым луком, добавляют соль, сахар, перец черный молотый и холодную воду(18-20% массы мяса), затем все тщательно перемешивают. В фарш из свенины можно добавить меолко рубленую белокачаную капусту.

***Формовка***. При ручной формовке пельменей тесто раскатывают до толщины 1,5-2 мм., край раскатанного пласта на ширину 5-6 см смазывают яйцом. На серидину смазанной полосы вдоль не кладут рядом шарики фарша массой 7-8 г на расстоянии 3-4 см от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрыват им фарш и вырезают пельмени специальным приспособлением или выемкой с острыми краями. В настояшее время применяют специальные формовочные полуавтоматы. Оставшиеся обрезки теста используют при повторной раскатке.

***Хранение.*** Сформованные пельмени укладывают на обсыпаные мукой лотки и до варки хранят при 0оС.

***Варка.***В кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли) отпускают подготовленные пельмени, воду доводят до кипения и варят пельмени 5-7 мин при слабом кипении. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают шумовкой или дуршлагом, дают воде стечь и порционируют.

***Отпуск.***При отпуске пельмени поливают: маслом; сметаной; уксусом.

Можно пельмени посыпать мелкорубленной зеленью. Рекомендуется отваривать пельмени по мере спроса небольшими партиями.

**Пельмени можно отпускать**: жареными, запеченными, при приготовлении супов.

**Приготовление фаршей**

**Фарш из капусты.** Фарш готовят из свежей и квашеной капусты. Фарш из свежей капусты готовят двумя способами.

**Первый способ**. Обработанную белокочанную капусту мелко рубят и на 3—5 мин погружают в кипящую воду, затем откидывают на сито и отжимают. Отжатую капусту складывают в котел или кастрюлю, добавляют бульон, молоко или воду (10—15% массы капусты), жир, соль, закрывают крышкой и пропускают до готовности.

**Второй способ.**Подготовленную белокочанную капусту мелко рубят, кладут на противень с растопленным жиром слоем не более 3—5 мин и жарят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180—200 0С, Периодически помешивая. При более низкой температуре капуста приобретает бурый цвет и становится невкусной, а при более высокой может обуглиться. Готовую капусту охлаждают, добавляют соль. Солить капусту до жарки или неохлаждённую нельзя, так как при этом из неё выделяется влага, Что снижает качество фарша. В готовую капусту добавляют мелко рубленые яйца или пассерованный лук.

**Фарш из квашеной капусты.**Капусту отжимают, а если она очень кислая, промывают в холодной воде и снова отжимают, измельчают и слегка обжаривают с жиром при периодическом помешивании. Затем капусту тушат с добавлением небольшого количества жидкости (воды или бульона 5—6% массы капусты) до готовности. К концу тушения жидкость должна испариться. В готовую капусту добавляют мелко нарезанный пассированный лук, сахар, перец, соль и перемешивают.

**Фарш из зеленого лука с яйцом.** Зеленый лук очищают, промывают, обсушивают, мелко шинкуют, соединяют с рубленым яйцами, растопленным маргарином, солью, мелко нарезанной зеленью петрушки и перемешивают.

**Фарш картофельный с луком.** Очищенный картофель отваривают в подсоленной воде, отвар сливают, картофель в горячем состоянии протирают, добавляют поджаренный с растительным маслом лук репчатый и перемешивают.

**Фарш грибной.** Сушеные белые грибы тщательно промывают и отваривают. Вареные грибы вновь промывают, обсушивают и измельчают в мясорубке. Затем грибы слегка обжаривают, добавляют пассированный лук репчатый, соль, перец, соус, приготовленный на грибном отваре, и все хорошо перемешивают.

**Фарш из рыбы.**Чистое филе свежей рыбы режут на куски, солят, кладут в смазанный жиром сотейник или глубокий противень, наливают немного воды, или бульона, солят, закрывают крышкой и припускают до готовности. Готовую рыбу рубят не очень мелко, добавляют пассированный лук, молотый перец, зелень петрушки, соединяют с белым соусом, приготовленным на бульоне, полученном при пропускании рыбы, и все перемешивают. Рыбный фарш можно готовить с рисовой крупой. В этом случае белый соус не добавляют.

**Фарш из мяса. Первый способ.**Сырое мясо (мякоть говядины, баранины, свинины) нарезают кусочками 40—50 г, обжаривают на противне; кладут в кастрюлю или котел, наливают немного воды или бульона и припускают до готовности. Готовое мясо пропускают через мясорубку вместе с пассерованным луком. Из бульона готовят белый соус, добавляют соль, молотый перец и перемешивают. Можно добавить рассыпчатый рис и крутые мелкорубленые яйца.

**Второй способ**. Сырое мясо нарезают небольшими кусками, пропускают через мясорубку, жарят. Для лучшего размягчения мяса добавляют немного бульона или воды, закрывают посуду крышкой и припускают. Готовое мясо охлаждают, пропускают через мясорубку вторично, добавляют зелень, пассированный лук, молотый перец, соль, заправляют соусом, и все вместе перемешивают.

**Можно приготовить фарш из вареного мяса**. Для этого вареное мясо нарезают, пропускают через мясорубку вместе с пассированным луком, добавляют молотый перец, соль, зелень, соус и все перемешивают.

**Фарш из творога.** Творог пропускают через сито или протирочную машину, добавляют сырые яйца, сахар, ванилин, соль. Иногда в фарш добавляют изюм, цукаты или орехи, лимонную или апельсиновую цедру. Все тщательно перемешивают. При использовании влажного творога можно добавить пшеничную муку.

**Фарш яблочный.** Свежие яблоки промывают, очищают от кожицы, разрезают на 4 части и удаляют семенное гнездо. Каждую часть нарезают на ломтики, кладут в посуду, добавляют сахар, воду и, помешивая веселкой, нагревают до тех пор, пока яблоки не размягчатся и загустеют. Можно приготовить фарш из неочищенных яблок. Для улучшения вкуса добавляют молотую корицу или сок от лимона и цедру.

**Фарш из яблок** можно приготовить и без тепловой обработки. Для этого нарезанные яблоки пересыпают сахаром и в таком виде используют как начинку.

**Фарш из мака.** Промытый в теплой воде мак засыпают в кипящую воду и варят 30—40 мин при слабом кипении, затем откидывают на сито, соединяют с сахаром и пропускают через мясорубку. В подготовленный мак добавляют сырые яйца и тщательно перемешивают. Можно положить измельченные жареные орехи или изюм

**Домашнее задание**

1. Какова пищевая ценность изделия из теста?
2. Как готовить тесто для лапши домашней?
3. В чем различия приготовления теста для пельменей и вареников?
4. Объясните технологическое приготовление пресного теста. Какие изделия готовят из него?
5. Расскажите о требованиях, которые предъявляют к готовым изделиям из теста?

**ТЕХНИКО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА № 1013**

***Тесто для вареников***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование сырья | Базовая рецептура, (г.) | Рабочая рецептура, (г.) |
| Брутто | Нетто | Брутто | Нетто |
| 1 | Мука пшеничная | 695 | 695 |  |  |
| 2 | Молоко или вода | 245 | 245 |  |  |
| 3 | Яйца | 1 1/3 шт. | 53 |  |  |
| 4 | Сахар | 25 | 25 |  |  |
| 5 | Соль | 12 | 12 |  |  |
|  | Выход | - | 1000 |  |  |

**Интрукционные указания**

В муку добавляют нагретое до 30 - 35° С молоко или воду. Затем вводят яйца, соль, сахар и замешивают тесто, до тех пор пока оно не приобретет однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30-40 минут.

**ТЕХНИКО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА № 1059**

***Фарш картофельный с грибами или луком***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование сырья | Базовая рецептура, (г.) | Рабочая рецептура, (г.) |
| Брутто | Нетто | Брутто | Нетто |
| 1 | Картофель | 1017 | 740 |  |  |
| 2 | Лук репчатый | 214 | 90 |  |  |
| 3 | Грибы сушеные | 90 | 180 |  |  |
| 4 | Масло растительное | 30 | 30 |  |  |
| 5 | Соль | 10 | 10 |  |  |
|  | Выход | - | 1000 |  |  |

**Интрукционные указания**

Отваренный картофель варят, отвар полностью сливают, затем картофель в горячем виде протирают, смешивают с пассерованным до готовности луком или вареными нарезаными грибами и луком.

**ТЕХНИКО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА № 1069**

***Фарш творожный для вареников***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование сырья | Базовая рецептура, (г.) | Рабочая рецептура, (г.) |
| Брутто | Нетто | Брутто | Нетто |
| 1 | Творог | 792 | 784 |  |  |
| 2 | Яйца | 2 шт. | 80 |  |  |
| 3 | Сахар | 90 | 90 |  |  |
| 4 | Мука пшеничная | 40 | 40 |  |  |
| 5 | Масло сливочное | 40 | 40 |  |  |
| 6 | Ванилин | 0.1 | 0,1 |  |  |
|  | Выход: | - | 1000 |  |  |

**Интрукционные указания**

Творог протирают. Затем добавляют яйца, муку, сахар, масло сливочное, ванилин и все тщательно перемешивают.

**ТЕХНИКО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА № 1014**

***Вареники с творожным или картофельным фаршем***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование сырья | Базовая рецептура, (г.) | Рабочая рецептура, (г.) |
| Брутто | Нетто | Брутто | Нетто |
| 1 | Тесто для вареников | 82 | 82 |  |  |
| 2 | Фарш №1059; №1069 | - | 103 |  |  |
| 3 | Масса сырых вареников | - | 185 |  |  |
| 4 | Масса вареных вареников | - | 200 |  |  |
| 5 | Масло сливочное | 10 | 10 |  |  |
| 6 | Сметана | 20 | 20 |  |  |
|  | Выход: | - | 230 |  |  |

**Интрукционные указания**

Вареники формуют, опускают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении 5-7 минут. При отпуске вареники (7 – 8 штук на порцию) поливают маслом и сметаной.