Инструкция по выполнению заданий по учебной дисциплине **ПМ.02.02. Приготовление и подготовка к реализации блюд из яиц, творога, сыра, муки разнообразного ассортимента**

**26.10.2020. (6час)**

**28 группа ОПОП «Повар, кондитер»**

**МДК02.02.**

**Начинаем изучение новой темы: Тема5.1.** **Приготовление и подготовка к реализации блюд из яиц, творога.**

**1)**Ассортимент, значение в питании (пищевая, энергетическая ценность) блюд из яиц, творога, сыра.

**2)** Правила выбора яиц, яичных продуктов, творога, сыра и ингредиентов к ним нужного типа, качества и количества в соответствии с технологическими требованиями.

3)Правила взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд из яиц, творога, сыра.

4)Правила расчета требуемого количества яичного порошка, меланжа, творога, сыра при замене продуктов в рецептуре.

Информация для изучения материала:

1.Анфимова Н.А. Кулинария : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.А. Анфимова. – 11-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 400

2. Андронова Н.И., Качурина Т.А. Организация и введение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента. Москва. Издательский центр «Академия», 2018

3. Анфимова Н.А. Кулинария. Москва. Издательский центр «Академия», 2015

***Для получения оценки студент должен повторить теоретический материал, выполнить задание, результат сфотографировать и отправить на почту*** [***marina.lysova.78@mail.ru***](mailto:marina.lysova.78@mail.ru) **Или на WhatsApp по** №89022792370

***Внимательно прочитайте данную вам инструкцию, выделите для себя важное и запишите***

Приготовление, подготовка к реализации блюд из яиц, творога, сыра

Ассортимент, значение в питании (пищевая, энергетическая ценность) блюд из яиц, творога, сыра Правила взаимозаменяемости продуктов при Правила расчета требуемого количества яичного порошка, меланжа, творога, сыра при замене продуктов в рецептуре. приготовлении блюд из яиц, творога, сыра.

**Блюда из яиц и творога.**

**Блюда из яиц.**

Имеют большое значение в питании человека. Их пищевая ценность обуславливается прежде всего содержанием белков, жиров, витаминов А, Д, В1, В2, минеральных веществ.

Для приготовления блюд из яиц используют яйца, меланж и яичный порошок.

*Меланж* - смесь яичных белков и желтков, освобождённых от скорлупы, профильтрованных, тщательно перемешанных и замороженных в жестяных банках. Хранят меланж в замороженном виде, т.к. он быстро портится. Размораживают его непосредственно перед использованием и в количестве, необходимом для приготовления данных блюд, при комнатной температуре. Размороженный меланж тщательно перемешивают и процеживают. Из него готовят омлеты, яичную кашку и др.

*Яичный порошок* - высушенная смесь белков и желтков. Перед приготовлением блюда его просеивают, соединяют с холодной водой или молоком в соотношении 1: 3,5 и ставят на      30-40 мин для набухания, добавляют в смесь соль и немедленно используют для приготовления блюд. Из него готовят омлеты, яичную кашку и др.

**По способу т/о блюда из яиц делят на:**

**отварные;**

**жареные;**

**запеченные.**

**Для приготовления диетических блюд используют варку на пару.**

**Блюда из варёных яиц.**

Яйца варят в скорлупе и без скорлупы. Для варки применяют яйцеварки, кастрюли, сотейники, котлы со специальными сетчатыми вкладышами. Для варки одного яйца берут 250-300мл воды.

**В зависимости от времени варки получают яйцо разной консистенции:**

**-всмятку;**

**- «в мешочек»;**

**-в крутую.**

**Яйца всмятку** - обработанные яйца кладут в кипящую подсоленную воду (3 литра воды, 40-50г соли на 10 яиц) и варят   2,5-3мин с момента закипания. Готовые яйца вынимают шумовкой и промывают холодной водой.

Яйцо всмятку содержит полужидкий белок и жидкий желток.

Подают в горячем виде, по 1-2 штуке.

К яйцам можно подать хлеб и масло.

**Яйца «в мешочек» (пашот)** - варят также, но в течение       4,5-5,5мин. Яйцо «в мешочек» содержит плотный белок и полужидкий желток.

Подают также, кроме того, используют в качестве гарнира к некоторым блюдам (бульон с яйцом).

**Яйца вкрутую** - варят также, но 10-12мин.

Яйца вкрутую имеют плотный белок и желток.

**Нельзя удлинять срок варки яиц, т.к. они становятся твёрдыми, упругими и значительно труднее усваиваются.**

Подают также в скорлупе или используют в очищенном виде для салатов, холодных блюд, супов, соусов, фарширования.

**Варка яиц без скорлупы.**

В кастрюлю с водой добавляют соль и уксус (10гр соли,    50гр 3% уксуса на 1 литр воды) доводят до кипения, размешивают воду, чтобы в середине образовалась воронка, в которую выпускают освобождённое от скорлупы яйцо. Варят при слабом кипении 3-4мин. Вода должна кипеть еле заметно, так чтобы яйцо оставалось неподвижным и сохранило свою форму.

Вынимают шумовкой, подравнивают ножом расплывшийся по краям белок. Желток должен находиться внутри белка и иметь полужидкую консистенцию.

Используют яйца, сваренные без скорлупы, в холодном или горячем виде.

Подают на гренках из белого хлеба, под соусом или с горячими мясными блюдами.

**Яйца с ветчиной на гренках.**

На кусочки поджаренного хлеба кладут ломтик обжаренной ветчины, сверху укладывают горячие яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы. Соус красный или томатный подают отдельно.

При отпуске блюдо оформляют зеленью.

**Яичная кашка (натуральная)**

Яйца соединяют с молоком или водой, добавляют соль, размешивают, вводят кусочки сливочного масла и варят при непрерывном помешивании в небольшой посуде до консистенции полужидкой каши (**не доводя до кипения**).

Готовую кашку хранят до отпуска на мармите при температуре 600С не более 15мин.

Подают в порционной сковородке или на МСТ, выложив горкой, по краям укладывают гренки, на середину кашки кладут сыр тёртый или хлопья кукурузные или пшеничные.

**Яичная кашка с мясными продуктами**

Ветчину или окорок нарезают мелкими кубиками, колбасу, сосиски - ломтиками и поджаривают.

Яичную кашку готовят и отпускают, как описано выше. При подаче оформляют зеленью.

**Яичная кашка с овощами или грибами**

Нарезанную кусочками фасоль, цветную капусту или спаржу отваривают и заправляют маслом.

Горошек консервированный прогревают и заправляют маслом.

Кабачки, баклажаны, очищенные от кожицы или грибы нарезают ломтиками, помидоры дольками и поджаривают.

Яичную кашку готовят, как описано выше.

При подаче на середину готовой кашки кладут подготовленные овощи или грибы, оформляют зеленью.

**Бракераж:**

Варёные яйца не должны быть загрязнёнными, с трещинами . На поверхности варёного яйца не должно быть тёмного слоя.

**Блюда из яиц хранению не подлежат. Готовят по мере спроса!**

**Яичница глазунья.**

Яичницу глазунью приготавливают из одних яиц - *натуральную* или с добавлением каких-либо продуктов (мясных, овощных и др.), которые предварительно варят или жарят - это *яичница с гарниром*.

*Она может быть натуральной или с гарниром.*

**Яичница глазунья (натуральная)**

Готовят на порционных сковородках, можно использовать большие сковороды.

На хорошо разогретую сковороду со сливочным маслом или маргарином осторожно выпускают подготовленные яйца, так чтобы желток остался целым, посыпают солью (**белок**) и жарят до полного свёртывания белка и загустения желтка (**2-3мин**). Лучше использовать мелкую соль. Чтобы белок не вздувался и не разрывался, часть соли можно добавить в масло, на котором жарят яичницу. Желток посыпают молотым перцем.

ПОДАЧА: в порционной сковородке, которую ставят на МСТ, выстланную салфеткой или на МСТ, 2-3шт на порцию, поливают сливочным маслом, оформляют зеленью (1-3гр на порцию), tподачи=650С.

Используют в качестве самостоятельного блюда или как горячую закуску или для дополнения мясных блюд (бифштекс с яйцом, антрекот с яйцом), а также для бутербродов.

**Яичницы с гарниром**

**Яичница глазунья со шпиком**

Шпик нарезают ломтиками или кубиками, поджаривают и выпускают на него яйца. Жарят также.

Подают также.

**Яичница глазунья с луком**

Лук репчатый пассеруют, затем выпускают на него яйца и жарят также.

1. Если приготавливают яичницу с зелёным луком её жарят, как натуральную, но перед окончанием жаренья посыпают мелко нарезанным зелёным луком.

Подают также.

**Яичница глазунья с жареным картофелем**

Сырой картофель поджаривают (тонкими кружочками), выпускают на него яйца и жарят также. Яичницу можно готовить с картофелем, жареным из предварительно сваренного.

Подают также.

**Яичница глазунья с сыром**

Подготовленные яйца выпускают на горячую порционную сковороду с жиром, посыпают тёртым сыром и жарят ≈4мин в жарочном шкафу.

Подают также.

**Яичница глазунья с чёрным хлебом**

Хлеб (без корок) нарезают тонкими ломтиками и поджаривают на порционной сковородке, затем выпускают яйца и жарят.

Подают также.

**Яичница глазунья с мясными продуктами**

Мясопродукты (варёная колбаса, ветчина, сосиски и др.) нарезают ломтиками, обжаривают, выпускают на них яйца и жарят также.

Подают также.

**Бракераж:**

* **внешний вид:**желток сохранил форму, края яичницы не  подсушены, нежелательны белые пятна на желтке;
* **цвет:**белый, желтка - жёлтый;
* **вкус:** в меру солёный;
* **запах:**жареных яиц и входящих продуктов;
* к**онсистенция:** белок плотный, желток загустевший.

**Готовят по мере спроса!**

**Омлеты.**

**Омлеты отличаются от яичницы тем, что их приготавливают с добавлением жидкости - молока, воды или сливок.**

**По технологии приготовления омлеты делят на:**

1. натуральные;
2. смешанные с гарниром;
3. фаршированные гарниром.

**По способу т/о делят на:**

1. жареные;
2. запечённые.

Готовят порционным или массовым способом.

Для приготовления омлетов используют яйца, меланж или яичный порошок.

**Приготовление омлетной массы:** подготовленные яйца соединяют с молоком, солью (яйца-3шт, молоко-45гр, соль-1,5гр), хорошо вымешивают, слегка взбивая до появления на поверхности пены.

**Омлет натуральный**

Готовят омлетную массу.

* Выливают на порционную сковородку с разогретым маргарином и, помешивая, жарят 5-7мин. Как только омлетная масса загустеет, края омлета загибают с двух сторон к середине, придавая ему форму продолговатого пирожка.

Когда нижняя сторона омлета поджарится, его перекладывают на подогретую тарелку швом вниз.

При подаче поливают растопленным маслом или маргарином, tподачи=650С, оформляют зеленью.

1. При массовом приготовлении готовую омлетную массу выливают на противень смазанный размягченным маргарином, слоем 2,5-3см и ставят в жарочный шкаф (t=180-2000C) на 8-10мин. Запекают до полного загустения массы и появления на поверхности слегка подрумяненной корочки.

ПОДАЧА: готовый омлет нарезают на порционные куски квадратной или треугольной формы по одному на порцию, кладут на МСТ, поливают маслом, оформляют зеленью.

Такой омлет можно использовать для бульона, для закрытых бутербродов.

*Смешанный омлет - в сырую омлетную массу добавляют мелко нарезанные овощи, грибы, мясные продукты, сыр и т.д. и жарят, как натуральный.*

**Омлет со шпиком**

Шпик, нарезанный кубиком, поджаривают, заливают омлетной смесью и жарят 5-7мин.

Подают также.

**Омлет с луком**

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют в порционной сковородке, заливают омлетной смесью и жарят или запекают, как омлет натуральный.

Зелёный лук мелко нарезают и добавляют в готовую омлетную смесь, перемешивают и жарят или запекают.

Подают также.

**Омлет с сыром**

Омлетную сырую смесь смешивают с тёртым сыром, жарят или запекают, как омлет натуральный.

Подают также.

**Омлет, смешанный с мясными продуктами**

Мясопродукты нарезают мелким кубиком или ломтиками, обжаривают на порционной сковородке, заливают омлетной смесью, перемешивают и жарят, как омлет натуральный.

Подают также.

**Фаршированные омлеты**

Приготавливают с мясными, овощными или сладкими гарнирами.

**Омлет, фаршированный овощами или грибами**

Для фарша: очищенные кабачки, баклажаны нарезают кубиками, поджаривают; фасоль или спаржу отваривают; зелёный консервированный горошек прогревают и сливают отвар. Или грибы поджаривают. Подготовленные продукты заправляют густым молочным соусом или сметаной.

Омлетную смесь выливают на порционную сковородку с разогретым маргарином и жарят. Когда масса слегка загустеет, на середину кладут фарш, закрывают с двух сторон загустевшей массой, придав омлету форму пирожка, и дожаривают.

ПОДАЧА: на МСТ, готовый омлет перекладывают на тарелку швом вниз, поливают растопленным маслом или маргарином, оформляют зеленью, tподачи=650С.

**Блюда из творога.**

Творог - это высококачественный продукт, легко усваивается организмом. Поэтому творог и блюда из творога широко применяются в детском и лечебном питании.

Творог содержит полноценные белки, жиры, минеральные соли, молочный сахар и т.д.

Из творога приготавливают холодные и горячие блюда.

Выпускается творог жирный, полужирный и обезжиренный.

Жирный используется для подачи в натуральном виде, а из нежирного приготавливают сырники, запеканки, пудинги и т.д.

**Холодные блюда из творога.**

Подают при t=10-120С. Для улучшения вкуса, аромата, при приготовлении блюд из творога вводят ванилин.

Подают холодные блюда из творога в мелкой десертной, глубокой десертной тарелках или в креманках.

**Творог с молоком, сливками, сметаной, сахаром**

Творог укладывают в глубокую десертную тарелку небольшой горкой и заливают кипячёным, охлаждённым молоком или сливками, посыпают сахаром.

Можно молоко или сливки и сахар подать отдельно.

Вместо сахара можно сахарную пудру.

Отпуская творог со сметаной его протирают, укладывают горкой, сверху делают углубление и вливают сметану.

Можно также посыпать творог сахаром или сахарной пудрой или подать их на розетке. Можно творог не протирать.

**Творог с сыром**

В протёртый творог добавляют тёртый сыр, соль, сметану и перемешивают до получения однородной массы.

Подают также.

**Творожные массы.**

Состоят из протёртого свежего жирного или полужирного творога, сахара, размягчённого сливочного масла, изюма, ванилина, мёда, цукатов, сметаны, орехов, а также соли, томата, перца.

На предприятиях используется творожная масса, вырабатываемая промышленностью.

**Творожная масса со сметаной**

Готовую творожную массу кладут горкой, делают в ней углубление, в которое кладут сметану и подают.

**Творожная масса с ягодами или плодами**

Готовую творожную массу кладут горкой, сверху дольки свежих плодов или ягод. Если с консервированными плодами или ягодами - массу, уложенную горкой, поливают сиропом, а затем оформляют плодами или ягодами и подают.

*Можно подать творожную массу с орехами или вареньем.*

# *Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд*

Сборником рецептур предусмотрено использование сырья определенной кондиции. При отсутствии нужного сырья необходимо произвести замену на сырье другой кондиции, возможность замены и эквивалентная масса отражены в таблице 36.

Например. На предприятии отсутствует яйца. Рассчитать, какое количество яичного порошка понадобится, если яиц необходимо 40 кг.

РАССУЖДЕНИЕ. В колонке 2 находим наименование заменяемого продукта. В нашем случае он числится под номерами 1—2. В колонке 4 ищем наименование заменяющего продукта. В колонке 5 находим эквивалентную массу продукта — 0,28.

Кратко записываем условия задачи:

|  |  |
| --- | --- |
| Дано: | Решение: |
| М бр. пр.- 40кг. М экв. Масса прод..-0,28кг. НАЙТИ: М бр – необходимую на 40кг. взаимозаменяемости яиц на яичный порошок | 20) 1. Составим пропорцию   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | масса заменяемого продукта |  |  | масса продукта брутто из таблицы | | 40кг |  |  | 1,0кг | | Х |  |  | 0,280 | | масса необходимого продукта |  |  | эквивалентная масса продукта из таблицы |   http://konspekta.net/zdamsamru/baza1/84977923422.files/image046.gif  **21) Ответ:** масса яичного порошка необходимого для замены яиц равна 11,20кг.. |

**САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

**1) ОТВЕТЬТЕ НА Вопросы**

1.Пищевая ценность яиц

2.Пищевая ценность творога

3.Что происходит с белком яиц при варке?

4.Как подготовить яйца к варке?

5.Правила варки яиц всмятку.

6.Виды варки яиц.

7.Показатели качества блюда «яичница глазунья».

8.Правила варки яиц «в мешочек».

9.Показатели качества блюда «сырники из творога».

10.Правила варки яиц вкрутую.

11.Перечислить блюда из творога.

12.Назвать яичные продукты.

13.Перечислить состав продуктов, входящих в состав блюда «пудинг из творога»

14.Необходимый производственный инвентарь и оборудование для подготовки сырья и приготовления блюд из яиц и творога;

**Карточка - задание**

**Заполнить таблицу:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование блюд из яиц** | **Требования к качеству** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Соотнесите показатели качества яиц отварных:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование** | **Показатели качества** |
| 1. Яйца вкрутую | а) желток и основная часть белка жидкие, белок у скорлупы уплотненный.  б) желток полужидкий; белок в меру плотный  в) желток в меру плотный, белок уплотненный |
| 2. Яйца «в мешочек» |
| 3. Яйца всмятку |

**Установите соответствие между наименованием блюд и способами тепловой обработки:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюд** | **А. Отварные** | **Б. Жареные** | **В. Печеные** |
| 1. Яичная кашка  2. Яичница-глазунья  3. Омлет со шпиком  4. Омлет натуральный  5. Омлет с сыром  6. Яйца пашот  7. Омлет, фаршированный грибами  8. Яйцо всмятку |  |  |  |