

Блюда из круп, бобовых и макаронных изделий

Технология, 6 класс

Т. А. Федорова

Инструкция

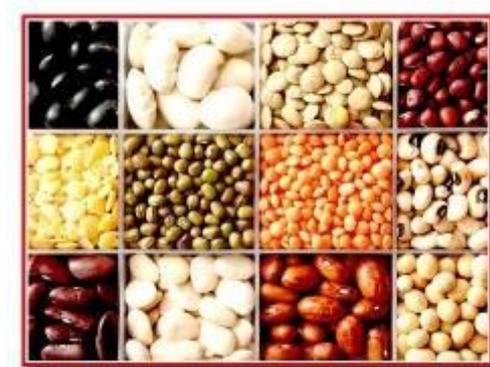
- 1. Ознакомиться с содержанием презентации.
- 2. Выполнить работу в тетради: заполнить таблицу «Крупы», используя информацию из презентации.
- 3. Записать пять пословиц или поговорок о каше.
- 4. Приготовить кашу из любой крупы.
- Поэтапный фотоотчет с личиком и фото готового блюда прислать в личные сообщения.

Что общего? Подумайте!

Крупы



Бобовые

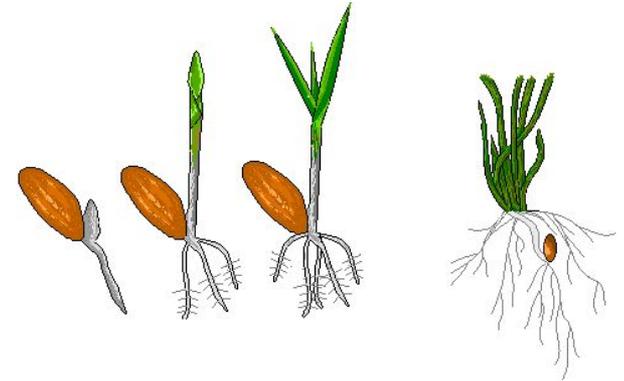


Макаронные изделия



Это семена растений

- Злаковые культуры



- Бобовые



- Макароны
из пшеничной муки



Общие признаки

- Их отваривают
- Они увеличиваются в размере при варке
- Они имеют сходный состав



Крупы получают из зерновых культур

К зерновым культурам относятся:

- Злаковые (пшеница, овес, ячмень, рис, просо, кукуруза)
- Бобовые (бобы, фасоль, горох, чечевица)
- Гречишное растение – гречиха

Крупы и бобовые имеют очень важное значение в питании. В них содержится много белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов. **Записать в тетрадь**

Работа в тетради Заполните таблицу: «Крупы»,
используя информацию презентации

| Название растения | Виды круп |
|-------------------|-----------|
| Пшеница | |
| Овес | |
| Ячмень | |
| Рис | |
| Просо | |
| Кукуруза | |
| Гречиха | |

Пшеница



Крупы из пшеницы:

Крупа пшеничная

Сечка

Манная крупа

Получаемая из зёрен пшеницы
мука идёт на выпекание хлеба,
изготовление макаронных
изделий.

Овес



Крупы из овса:

Овсяная недробленая

Овсяная плющенная

Овсяные хлопья «Геркулес»

Толокно (мука, употребляемая
для диетического и детского
питания, киселей и печенья).

Гречиха



Крупы из гречихи:
Крупа (ядрица)
Гречневый продел

Ячмень



Крупы из ячменя:
Крупа перловая
Крупа ячневая

Кукуруза



Крупы из
кукурузы:
Крупа кукурузная

Рис

Крупы из риса
Рис шлифованный
Рис полированный
Рис дробленый



Просо



Крупы из проса:
Пшено шлифованное

Признаки доброкачественности круп

По качеству крупы должны удовлетворять следующим основным требованиям: иметь цвет, вкус и запах, присущие данному виду крупы, быть без посторонних привкусов и запахов.

Первичная обработка круп

Просеять
Перебрать
Промыть
Замочить

Поджарить (Гречневую)



Блюда из круп

- Первые блюда – супы (рассольник, харчо, кулеш)
- Вторые блюда – гарниры, каши, запеканки (плов, кус-кус, ризотто, пшеник)
- Десерты (пудинги, биточки)



Виды каш

- **Каша** - одно из самых распространенных русских национальных блюд. Ее использовали как торжественное и обрядовое кушанье. Ее ели на пирах, свадьбах, крестинах, на поминках.
- Для варки каши лучше использовать посуду с толстым дном. Каши варят из любого вида круп на воде, на молоке. По консистенции каши делят на рассыпчатые, вязкие и жидкие.



Вязкие



Рассыпчатые

шпаргалка по кашам

| КАША | КРУПА | ЖИДКОСТЬ | ВРЕМЯ ВАРКИ |
|----------------|---------------|---------------|-------------|
| Гречневая | 1 стакан | 2 стакана | 15-20 мин. |
| Манная | 1-2 ст. ложки | 1 стакан | 4 мин. |
| Овсяные хлопья | 1,5 стакана | 1 литр | 4 мин. |
| Перловая | 1 стакан | 3 стакана | 60 мин. |
| Пшено | 1 стакан | 3 стакана | 45 мин. |
| Пшеничная | 1 стакан | 3 стакана | 50 мин. |
| Рис | 1 стакан | 1,5-2 стакана | 15-20 мин |

Помните! Манную крупу засыпают в кипящую жидкость тонкой струйкой, непрерывно помешивая.

Каша овсяная



- Высыпьте хлопья в горячее молоко в соотношении 1:2.
- Добавьте соль и сахар по вкусу.
- Варите на медленном огне 3-5 минут.
- Оставьте томиться под крышкой 1-2 минуты.
- Добавьте сливочное масло.
- По желанию можно добавить ягоды, фрукты, изюм, орехи.