

ТЕМА: «Первичная обработка овощей»

5 класс





1. кофе

Установи соответствие между фото и текстом.



3. какао



2. чай

1. Этот напиток получают из семян шоколадного дерева.
2. Тонизирующий напиток, очень сильно стимулирующий физическую и психическую деятельность человека.
3. Бывает зеленый, красный, желтый, но не светофор.

Рациональное питание
людей невозможно без
овощей и плодов.



Классификация овощей

корнеплоды



клубнеплоды



капуста



тыквенные



луковичные



листовые



пасленовые



бобовые

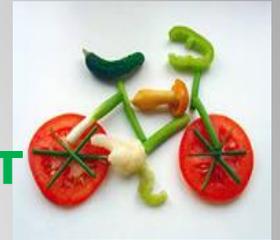


Из истории овощей

Родиной огурца считают Индию, где до сих пор встречается один из его диких видов



Морковь - древнейший корнеплод, который человечество употребляет уже 4 тысячи лет



Родиной петрушки считается Испания и

Средиземноморье, где она растет в диком виде

Родиной капусты является Средиземноморье.

Родиной картофеля – Центральная и Южная Америка и ее завез в Россию Петр 1 из Голландии.

Родиной томата – Южная и Центральная Америка.

Горох был широко распространен в Древней Индии и Китае, где являлся символом плодородия и богатства



Луковичные культуры – двулетние, многолетние травянистые растения. Лук содержит эфирные масла, сахар, витамины, калий, фосфор, кальций, железо и т.д. Существует много видов лука: лук-батун, лук-порей, многоярусный лук. Самый распространенный вид лука – репчатый. Это ценнейшая овощная культура. Он хорошо сохраняется всю зиму, не высыхает и не портится благодаря золотистой кожице.

Лук.



Капуста.



Капусту начали возделывать с 3-го тысячелетия до н.э. Ее, как и лук, наши предки считали лечебной. Ею лечили свежие раны, нарывы.

Капуста отличается высокими пищевыми качествами, очень богата витаминами, минеральными солями. Витамина С в ней даже больше, чем в лимонах. Есть в капусте каротин, витамины группы В.

Родина капусты – берега Средиземного моря.

Морковь.



4 тысячи лет морковь употребляют в пищу.

Родина моркови – средиземноморье. Она очень полезна, так как содержащийся в ней каротин в организме человека, превращается в витамин А – витамин роста.

Морковный сок назначают как лечебное питание при различных заболеваниях. Морковь жарят, варят, тушат, пассируют, но особенно полезна она в сыром виде.

Обработка овощей

ПЕРВИЧНАЯ

- Нарезка
- Мойка
- Сортировка
- Промывание
- Очистка

ВИДЫ НАРЕЗКИ

- Соломка
- Кубики
- Кольца и полукольца
- Кружочки
- Брусочки
- Ломтики

Тест Первичная обработка овощей



1. Сначала овощи по размеру
2. Далее овощи
3. Морковь, картофель
4. В картофеле глазки
5. При обработке капусты верхние грязные листья
6. А затем овощи

Ответы: **вырезают** **нарезают**
сортируют **очищают**
удаляют **моют**



Виды нарезки овощей

кубики



соломка



брусочки



полукольца



кольца



Виды нарезки овощей

ЛОМТИКИ



ДОЛЬКИ



кружочки



шашечки



Сложные виды нарезки овощей

Карвинг - фигурная резка по овощам и фруктам



Инструменты и приспособления для нарезки овощей



терка для соломки



ножи



нож фигурный



для нарезки брусочками



Нож овощерезка

НАРЕЗКА ОВОЩЕЙ

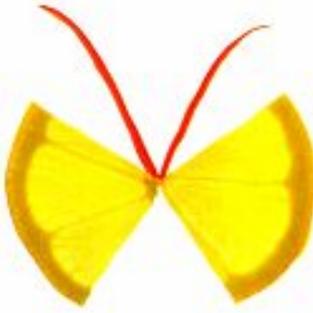
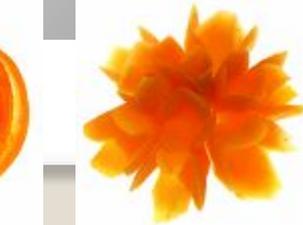
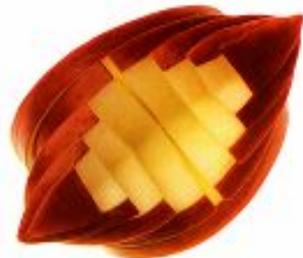
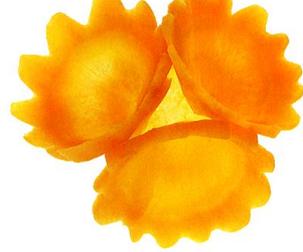
Нарезать овощи можно разными способами: брусочками, крупными и мелкими кубиками, помтиками, кружочками.

Овощи нарезают соломкой для жарки во фритюре, для щей, борщей, рассольников, супов из овощей.

Лук нарезают мелкими кубиками в суп-харчо, крупяные супы, щи.

Капусту нарезают шашками, соломкой.

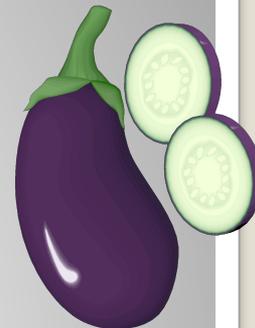
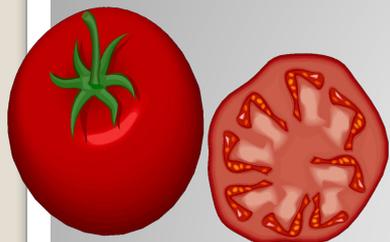
Для украшения салатов и других блюд овощи нужно красиво нарезать. Из моркови можно сделать «шестеренки», «звездочки», картофель и корнеплоды можно нарезать в виде орешков, бочонков. Из помидора или свеклы – розочки, грибочки, фигурки из сладкого перца, крылышки из редиса, цветы из моркови, из огурца – веер и т.д.



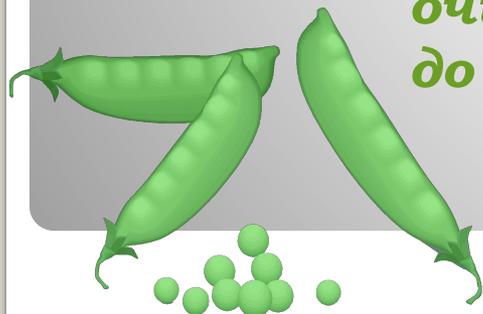
Напиши как нарезают картофель для приготовления следующих блюд:



ЗАПОМНИ!



В салате овощи должны быть одинаково нарезанными. При обработке следует пользоваться ножом из нержавеющей стали, т. к. при соприкосновении с железом витамин С разрушается. Чем свежее овощи, тем больше в них содержится витамина С. Овощи очищают и нарезают за 1-2 часа до подачи.



САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1. Приступая к работе, надень фартук, волосы убри под косынку или шапочку.



2. Рукава одежды не должны соприкасаться с продуктами и посудой, поэтому их надо закатать.

3. Руки следует мыть с мылом, ногти должны быть коротко острижены.

4. Если на пальцах есть царапины, то эти места нужно перевязать бинтом или надеть напальчник.





Запомни правила!

1. Салат из свежих овощей готовят перед подачей.
2. Все продукты должны пройти первичную обработку, а часть из них – первичную и тепловую.
3. Овощи моют под проточной водой.
4. Не соединяй теплые и холодные овощи.
5. Заправлять и оформлять салат нужно прямо перед подачей.
6. Нельзя приготавливать и хранить салаты в металлической посуде.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

- Учебник Технология 5 класс под ред. В.Д. Симоненко, Вентана Граф, 2009 г.
- С.Э. Маркуцкая Тесты по технологии Обслуживающий труд, 5-7 классы, М., 2009 г
- Рабочая тетрадь для учащихся 5 класса (вариант для девочек) под ред. В.Д. Симоненко, М., 2005 г.

Ссылки на использованные изображения

- <http://histpro.narod.ru/potat.html>
- <http://forum.calorizator.ru/>
- http://900igr.net/detskie_prezentatsii/biologija.eda/Ovoschi_3.files/slide0008_image013.jpg
- <http://begemott.net/forum/showthread.php?t=24296>
- <http://bizcar.com.ua/adboard/ru/60028.html>
- http://poslovicyi.ru/goddess_photo_img13332.html
- <http://ovoschnoy.ru/2012/03/istory-vyraschivaniya-kartofelja/>
- <http://minfin.com.ua/2012/01/29/534042/>
- http://www.rukartinki.com/oboi/1280x800/F60978BC2059-20_jpg.html