

Кисломолочные продукты и блюда из них

**Раздел
«Технология обработки
пищевых продуктов»
7 класс**

Молоко

▶ Ценный пищевой продукт. В нем содержатся 160 полезных питательных веществ, необходимых для роста и развития организма. В состав молока входят: белки 3,6%, жиры 3-4%, углеводы 4%, витамины А, В, С, Д и минеральные соли.

Разновидности молока

- Пастеризованное цельное (3,2% жирности),
- Шестипроцентное,
- Обезжиренное,
- Стерилизованное,
- Топленое.





Молочные продукты,
которые получают путем брожения,
называют **кисломолочными**

По характеру брожения кисломолочные продукты разделяются на две группы.

1-я группа. Продукты, полученные путем молочнокислого брожения (простокваша, сметана, творог, сыр)

2-я группа. Продукты, полученные при смешанном брожении – молочнокислым и спиртовом (кефир, кумыс)

Ассортимент кисломолочных продуктов





Простокваша

▶ Приготовление: молоко вскипятить, остудить. Размешивая молоко, добавить стакан сметаны. Кастриюлю накрыть крышкой и поставить в теплое место. Через 18-20 часов простокваша готова.

Хранят простоквашу при температуре не выше 8°C не более 36 часов.

Варенец

Приготовление: цельное молоко наливают в широкий сотейник и ставят в духовой шкаф с температурой 170-180°C. Образующуюся на молоке румяную корочку погружают в молоко и так делают 6-8 раз, пока молоко не станет светло-коричневого цвета. После этого охлаждают и заквашивают как простоквашу.



Кефир

Относится к продуктам смешанного брожения. Вырабатывают его особым способом, заквашивая молоко закваской, приготовленной на кефирных грибках.

Кефир может быть жирный (обычно 3,2% и 6%), нежирный, с фруктовыми добавками и с добавлением натуральных плодов и ягодных сиропов и сахара.



Кумыс

Вырабатывается из кобыльего молока. Отличается кисломолочным острым и слегка спиртовым вкусом, жидкой, пенистой консистенцией с хлопьями белка. Содержит не менее 0,8% жира.



Творог



Для приготовления используют цельное и пастеризованное молоко (20%, 9% жира), обезжиренное. Молоко кипятят, охлаждают, добавляют закваску (сметана, кефир). Заквашенное молоко перемешивают и ставят в теплое место. Можно подогреть. Творог отделяется и остается сверху, а сыворотка – внизу. Творог процеживают через сито или марлю. (на 1 литр молока – 50-75 г. закваски)

Йогурт

▶ Продукт с повышенным содержанием сухих обезжиренных веществ молока. Получают его из пастеризованного молока, сквашенного особым способом.

Йогурт бывает сладкий и фруктово-ягодный.



Практическая работа № 2

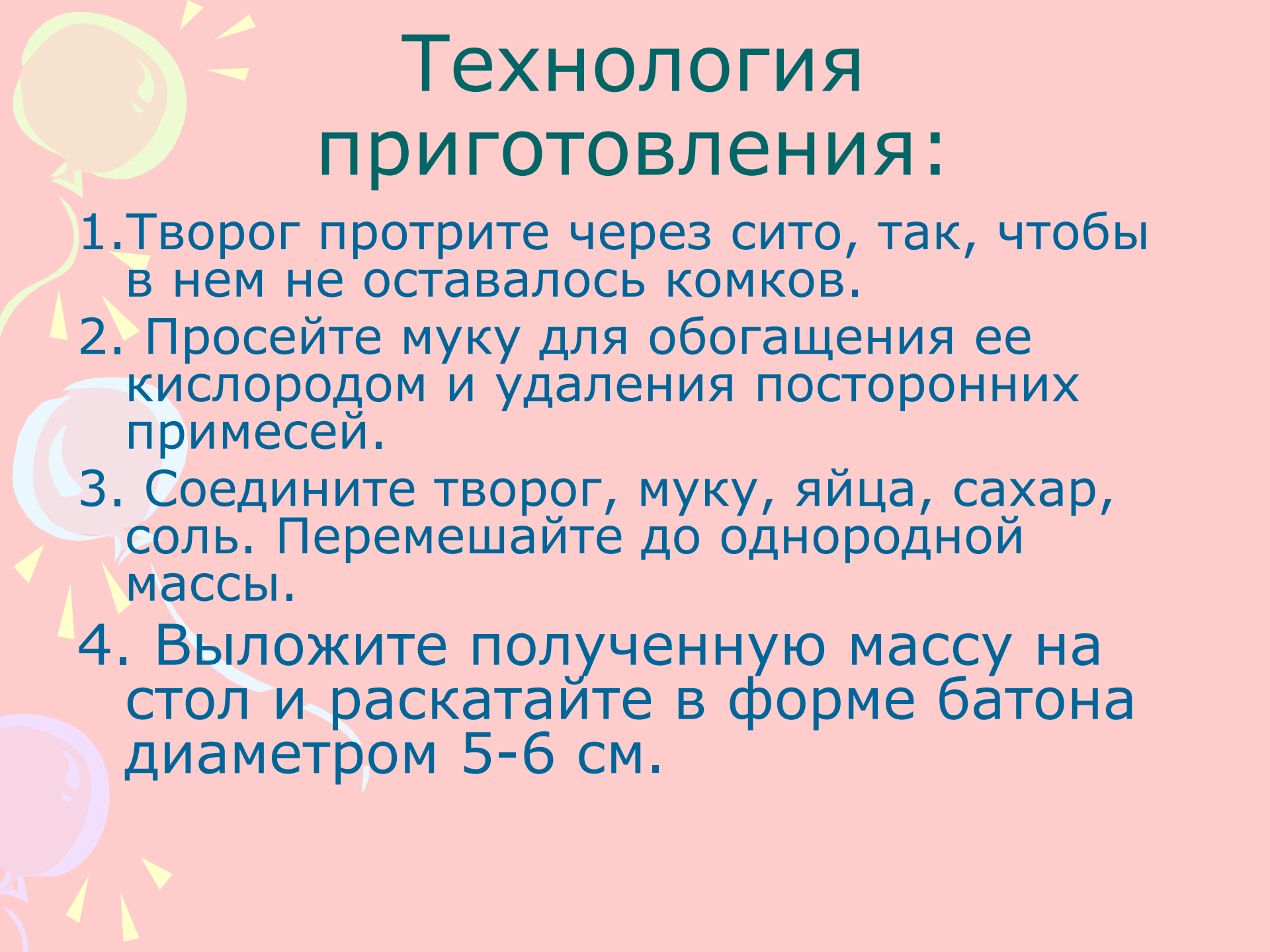
«Приготовление сырников из творога»

Посуда и инвентарь: сито, миска, сковорода, ложка столовая, деревянная лопатка, доска разделочная, нож.



Норма продуктов:

- Творог – 500 г.,
- Мука пшеничная – $\frac{1}{2}$ стакана,
- Яйцо – 1 шт.,
- Сахар – 2 ст. ложки,
- Маргарин – 20 г.,
- Сметана – $\frac{1}{3}$ стакана,
- Соль – по вкусу.

The background is a light pink color. On the left side, there is a stylized sun with yellow rays and a yellow balloon. Below the sun, there are two more balloons, one light blue and one light purple, both with yellow rays. The text is centered and written in a dark teal color.

Технология приготовления:

1. Творог протрите через сито, так, чтобы в нем не оставалось комков.
2. Просейте муку для обогащения ее кислородом и удаления посторонних примесей.
3. Соедините творог, муку, яйца, сахар, соль. Перемешайте до однородной массы.
4. Выложите полученную массу на стол и раскатайте в форме батона диаметром 5-6 см.

Технология приготовления:

5. При помощи ножа разделите на равные части по 1-1,5 см., придайте им форму биточков. Запанируйте в муке.
 6. На сковороде разогрейте жир и выложите сырники.
 7. Обжарьте с обеих сторон до образования румяной корочки.
- Подайте сырники по 2-3 штуки на порцию с вареньем или сметаной.

Приятного аппетита



Домашнее задание

- ▶ Выполнить реферат на тему **«Кисломолочные продукты и блюда из них»**. Реферат должен содержать несколько рецептов блюд из молока. Работа должна быть оформлена рисунками или вырезками из газет и журналов по кулинарии.