



*Вся Вселенная вертится, кружится,
Всё - спираль, и овал, и кольцо.
Что первично - яйцо или курица?
Прочь сомнения: это - яйцо!*

А.М.С.

Тема урока: Блюда из яиц

Варка яиц: вкрутую, всмятку, «в мешочек»

- **Приготовление жареных блюд из яиц:** Яичница – глазунья (натуральная)
- Яичница с гарниром.
- **Приготовление омлетов:**
- Натуральный, смешанный, фаршированный, запеченый.



Куриные



Утиные



Гусиные

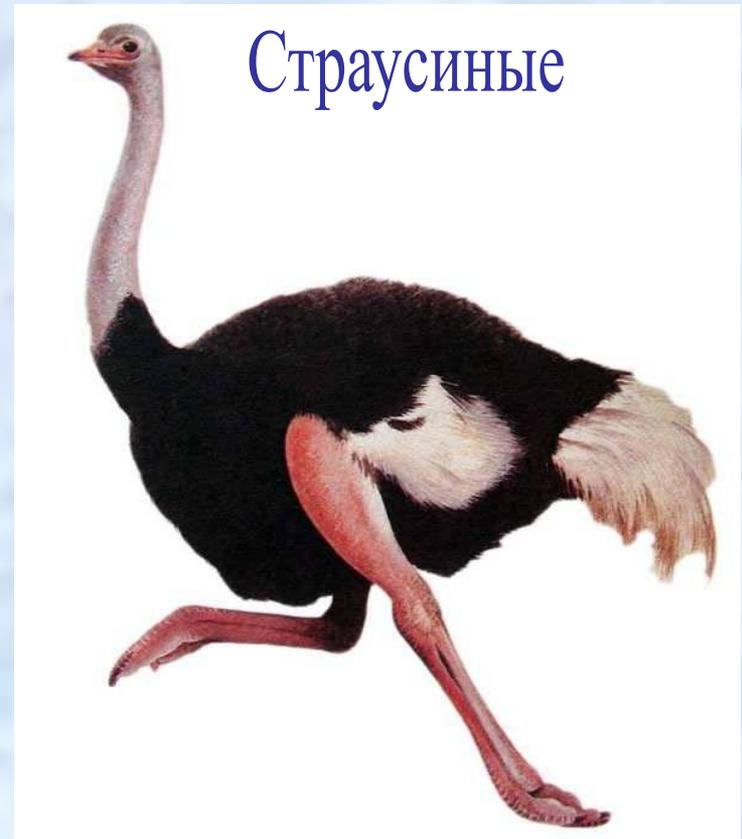


Индюшачьи



Перепелиные

Виды яиц



Страусиные

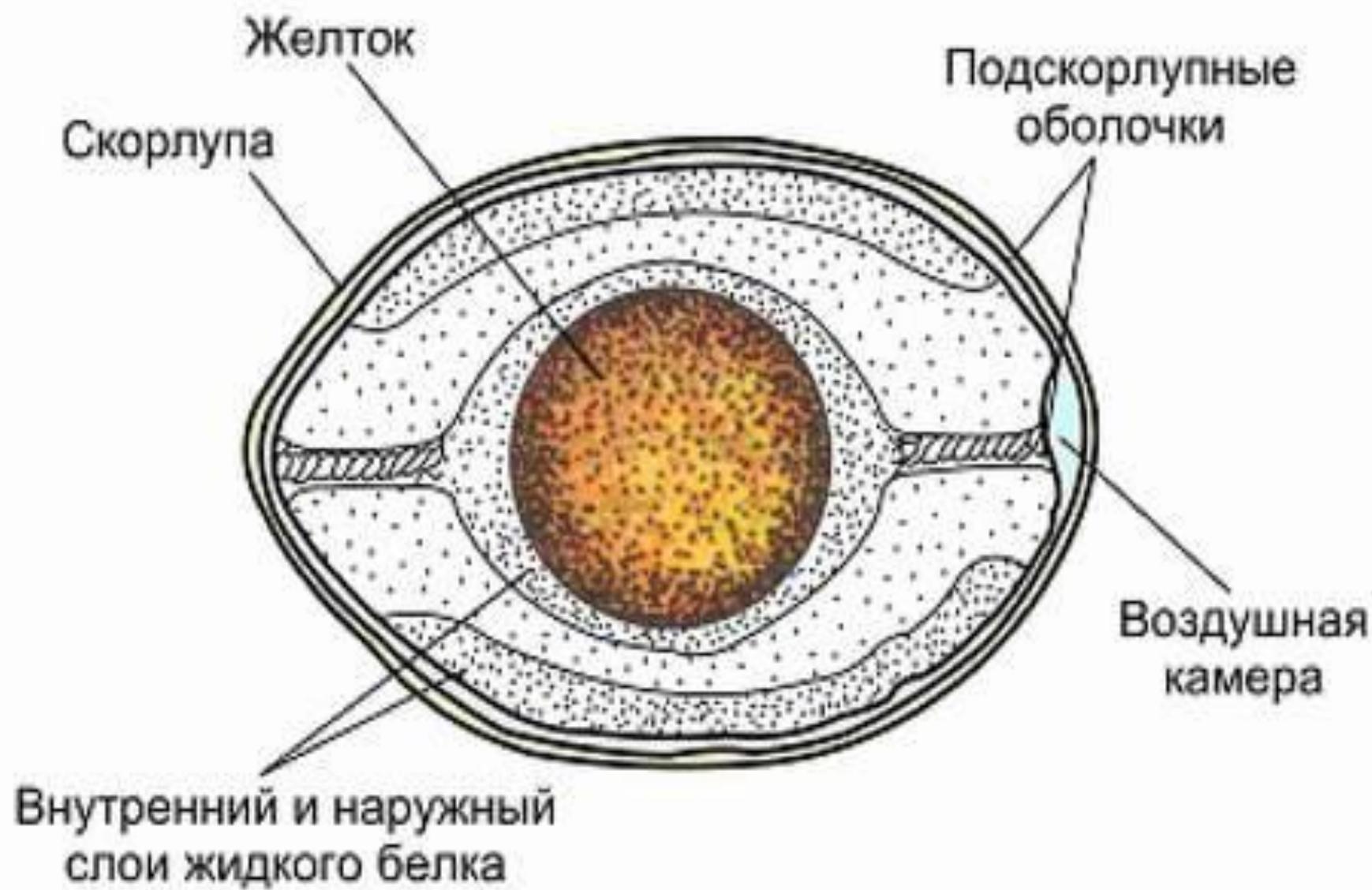


Питательная ценность яиц

В одном яйце /70 калорий/ находится 13 главных витаминов и минералов. Усваиваются яйца почти полностью – на 98 процентов. Утиные и гусиные яйца на предприятиях общественного питания не используются

воды – 74%,
белков – 12,6%,
жиров – 11,5%,
углеводов 0,6-0,7%,
минеральных веществ – 1%,
витамины А, Е, В.





Желток

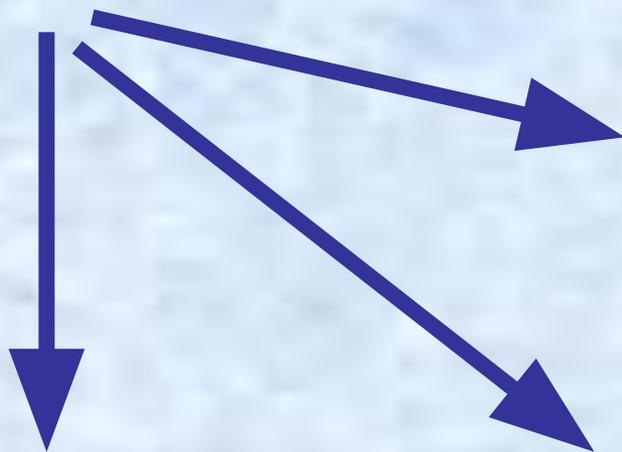
Подскорлупные
оболочки

Скорлупа

Воздушная
камера

Внутренний и наружный
слои жидкого белка

Продажа яиц

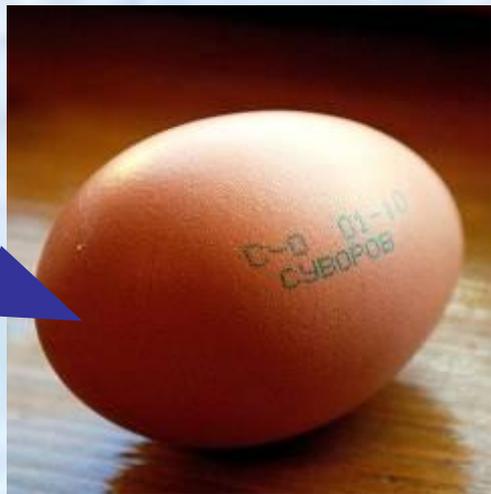




Виды яиц



**Диетические –
не позднее 7 суток**



**Столовые –
с 8 по 25 день**

Органолептическая оценка качества сырья.

1. Овоскопы

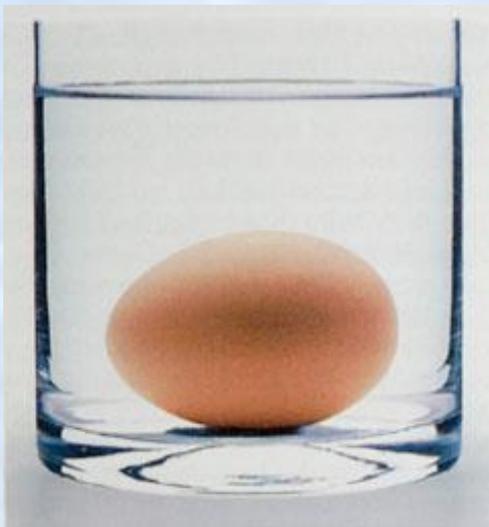


Самодельный овоскоп

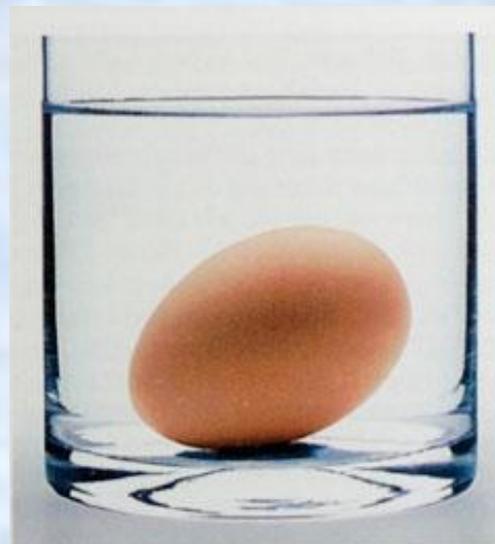


2. Определяем свежесть яйца

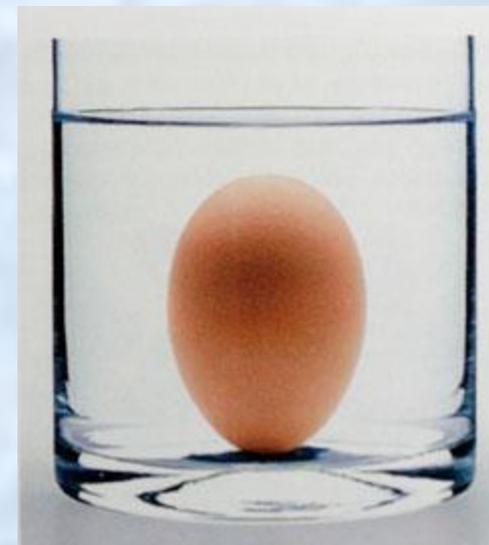
С помощью стакана с водой



только что
снесённое яйцо



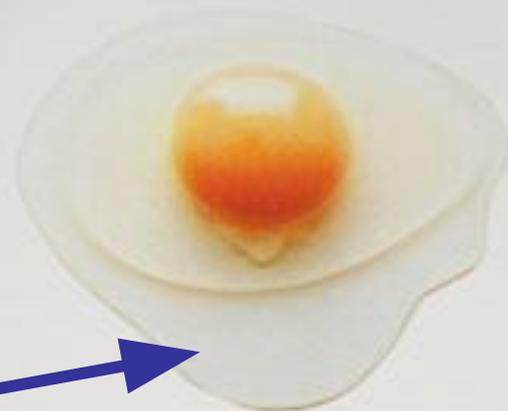
яйцо недельной
давности



свежесть яйца =
15-20 дней

3. Определение свежести яиц по консистенции белка и желтка.

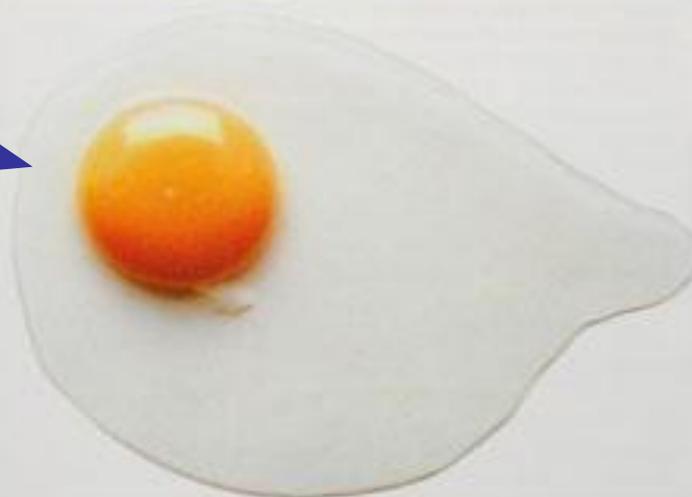
Свежеснесённое яйцо



Яйцо недельной давности



Яйцо возраста 2-3 недели



Обработка яиц

- 1. Моют в холодной воде с добавлением дезинфицирующего 0,5%-ного раствора (сода, аламинол, самаровка)
- 2. Затем ополаскивание в проточной воде
- 3. хранение в маркированной таре «Чистое яйцо»

Использование в кулинарии

Связывающие свойства



Блинчики



Пирожки



Пельмени



Котлеты



Лапша



Запеканка

Использование в кулинарии

Осветляющие свойства яичного белка



Заливное



Бульон

Использование в кондитерском производстве

Пенообразующие свойства



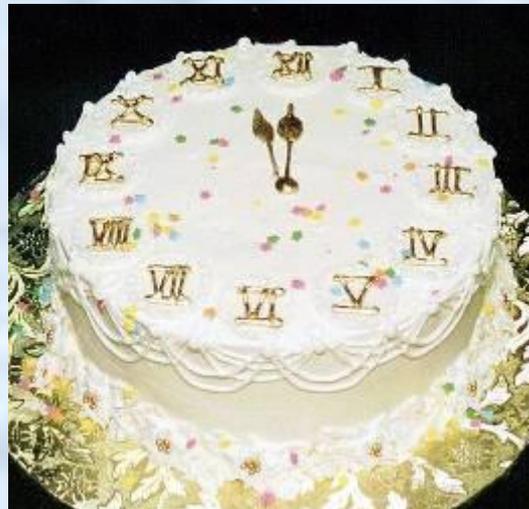
Зефир



Пастила



Безе



Крем



Суфле

Варка яиц

Для варки одного яйца берут 250-300 мл воды

- Яйца всмятку.
- Варят в кипящей воде 2,5-3 мин с момента закипания воды, соль не добавляют. Готовое вынимают, промывают холодной водой.



Яйца «в мешочек» (пашот)

- Варят в воде 4,5-5 мин с момента закипания воды.
- Ополаскивают холодной водой



Яйца вкрутую

- Варят в кипящей воде 10-12 мин.
- Промывают в холодной воде



Яйцо приготовленное без скорлупы

- В воду добавляют соль, уксус.
- Доводят до кипения, размешивают.
- Выпускают яйца в воду, в которой образовалась воронка.
- Варят в кипящей воде 3-4 мин.
- Вынимают шумовкой



Яйцо вареное без скорлупы. Способ №2

- Выстилаем миску пищевой термопленкой длиной 40 см и кисточкой смазываем обильно оливковым маслом.



- Разбиваем яйцо.
Аккуратно, как на
яичницу. Добавляем
соль



- Завязываем мешочек сверху лентой, для рукавов или ниткой.



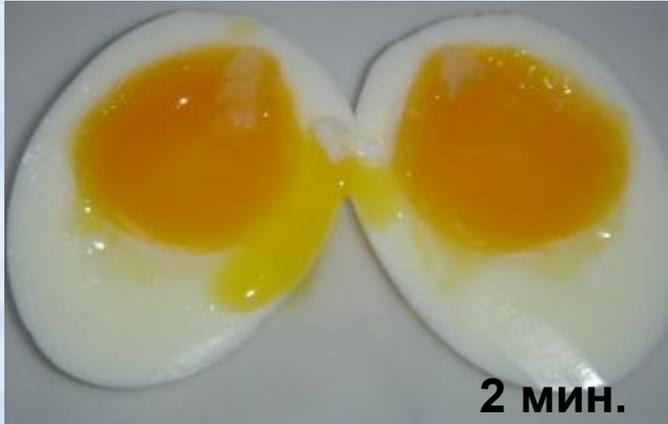
- Укладываем в кипящую воду, чтобы они свободно плавали. Нагрев уменьшаем до свободного кипения. Варим 4 минуты.



- Готовое блюдо охлаждаем, освобождаем от пленки.
- Подаем как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.



Требования к качеству



Всмятку

- Должны иметь жидкий желток и полужидкий белок



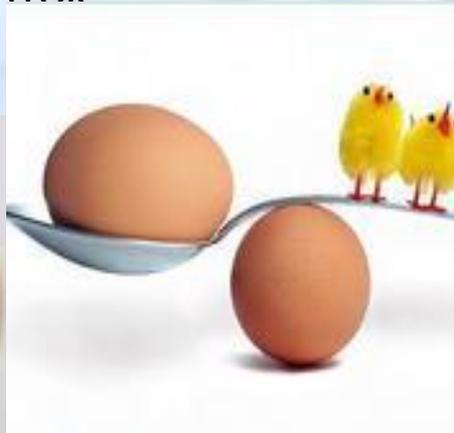
«В мешочек»

-желток полужидкий, белок загустевший сверху, а в центре полужидкий. Очищенное от скорлупы яйцо слегка деформируется



Вкрутую

- Полностью загустевший белок и желток



Яйца

- сваренные без скорлупы

- **Варёные яйца не должны быть загрязненными, с трещинами и выливами. На поверхности вареного яйца не должно быть темного слоя.**
- **Вкус и запах яичных блюд должен соответствовать запаху свежих яиц.**

Правила подачи

- Вареное яйцо отпускают в скорлупе в горячем виде укладывая на тарелку или вставляя в специальные подставки.
- Можно подать хлеб и масло
- А так же используют для прозрачного бульона;
- Или подают под майонезом без скорлупы





Для начинающих кулинаров отлично подойдет яйцо ВеерЕgg. Гаджет поможет сварить куриные яйца вкрутую, "в мешочек" или всмятку.

Оборудование для варки яиц



Жареные блюда из яиц



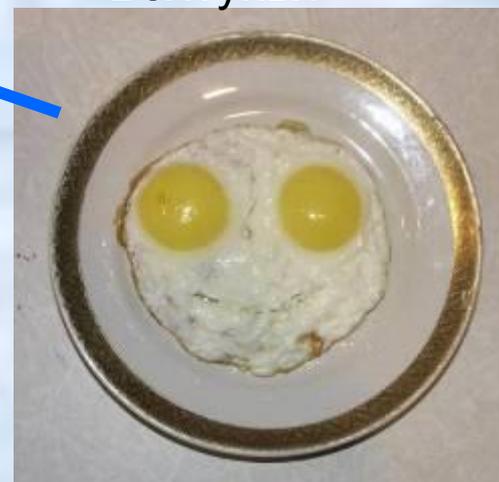


Яичницы

Натуральная
-из одних яиц



Болтунья



Глазунья

С гарниром

- С добавлением различных
продуктов



Жарка яиц

- Выпускают подготовленные яйца на разогретую с жиром сковороду, противень или специальную сковородку с углублением для желтка



Яичница глазунья (натуральная)

- Солят только белок, т.к. если крупинки соли попадают на желток, на нем появляются светлые пятна, жарят 2-3 мин. До полного загустения белка. При жаренью глазуньи очень важно, чтобы белок прогрелся и не засох по краям.
- Если глазунью жарить на сковороде на несколько человек, то ножом прорезают белок, чтобы он прожарился.



Яичница с гарниром

- Подготовленные мясные и овощные продукты обжаривают основным способом или отваривают
- На подготовленный гарнир выливают сырые яйца так, чтобы желток остался целым.
- Посыпают солью белок;
- Жарят 2-3 мин до готовности.



Требования к качеству

- **Яичница-глазунья должна иметь сохранивший форму полужидкий желток.**
- **Края яичницы не подсушены, нижняя часть не загрязнена.**
- **В яичнице с гарниром продукты легко поджарены, нарезка однородной формы.**
- **Вкус и запах яичных блюд соответствует запаху свежих яиц и добавленных в блюдо продуктов.**
- **Консистенция – желток должен остаться полужидкий.**

Омлеты



Натуральный

- яйца, молоко



С гарниром:

1- смешанный

2- фаршированный



Натуральный



Смешанный омлет



Фаршированный омлет





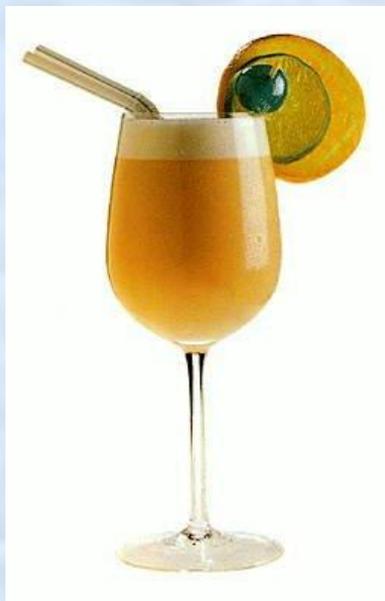
Напитки из яиц



Гоголь-моголь



«Кастэрд»



Флип



Яичный пунш



Эг-ног

Украшение блюда



Хранение яиц

Есть правильный способ хранения яиц в холодильнике.

Убедитесь, что яйца направлены вниз своим острым концом, так как они дышат через тупой конец.



Пастеризованные яйцепродукты



**Желток яичный
сухой
пастеризованный**



**Белок яичный
сухой
пастеризованный
обессахаренный**



**Порошок яичный
сухой
пастеризованный**

