

# ТЕПЛОВАЯ КУЛИНАРНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ . ЧАСТЬ 1.



МАОУ  
«Технический лицей»  
Предмет «Основы кулинарии»  
10 класс  
г. Сыктывкар

**Тепловая обработка** применяется в кулинарии для большинства продуктов.

Целями обработки являются:

- размягчение;
- улучшение вкуса, запаха, внешнего вида;
- обеззараживание.



# Основные способы тепловой обработки

---

- Варка
- Варка на пару
- Варка при пониженной температуре
- Готовка в вакууме
- Варка в автоклаве
- Припускание



# Варка

Один из самых распространённых видов термической обработки. Заключается в том, что обработке подвергается продукт, полностью погружённый в горячую (или кипящую) воду или насыщенную атмосферу водяного пара.



## Варка на пару

Термическая обработка под воздействием горячего пара, проводится в пароварке, пароконвектомате или паровом шкафу.



## Варка при пониженной температуре

«Поширование» — медленное приготовление продуктов в воде без кипения, при температуре менее 95 °С; щадящий способ термической обработки продуктов, который помогает сохранить структуру и витамины в применяемых продуктах. Используется для приготовления овощей, фруктов, рыб, яиц и мяса.



## Готовка в вакууме

(Су-вид) — варка продуктов в воде в вакуумной упаковке при невысокой температуре.



## Варка в автоклаве

Проводится под избыточным давлением при температуре 110–130 °С. Время приготовления существенно сокращается; бытовой автоклав называется «скороваркой».



## Припускание

Недолгая варка в небольшом количестве жидкости (или и вовсе «в собственном соку») в закрытой посуде. Припускание возможно и в жире при невысокой температуре (90-95 °С).



## ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ

- Расскажите о значении тепловой обработки.
- Дайте определение варки.
- Какие приемы варки выполняют с добавлением жидкости?
- Какие приемы варки выполняют без жидкости?

