

# \* Мои успехи по теме «Кулинария»



Выполнила ученица 6 «Б» класса  
МБОУ СОШ № 105  
Савельева Диана  
город Новосибирск 2015.

# \* Гречневая каша



## ИНГРИДИЕНТЫ:

крупа гречневая (ядрица) - 2 стакана

соль - 1 ч.л.

вода - 3 стакана

масло сливочное - 2 ст.л.

Чтобы приготовить Гречневая каша с маслом необходимо:

В кастрюлю влить воду, посолить, вскипятить. В кипящую подсоленную воду засыпать гречневую крупу, перемешать, удалить шумовкой всплывшие зерна и, периодически помешивая, варить до загустения 15-20 минут.

Когда каша загустеет, кастрюлю плотно закрыть крышкой и поставить на 1-1,5 часа для упаривания. Перед подачей на стол в кашу положить масло.

В готовую гречневую кашу при подаче на стол при желании можно добавить сваренные вкрутую и нарезанные тонкими ломтиками яйца.

С приготовлением справилась хорошо

# \* Рыба в кляре



## ИНГРИДИЕНТЫ:

-семга или другая рыба  
(филе) - 1 кг

## для кляра:

мука - 200г

яйцо - 2-3 шт.

МОЛОКО

Чтобы приготовить Рыба в простом кляре необходимо:

Рыбное филе порезать кусочками, сложить в кастрюлю, посыпать нарезанным репчатым луком, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом, накрыть крышкой и оставить мариноваться.

Пока рыба маринуется, нужно приготовить кляр. Для этого муку разбавить молоком до густоты жидкой сметаны. Отделить белки от желтков. Тесто смешать с желтками, белки взбить и осторожно ввести в тесто.

На сковороду налить растительного масла, дать ему нагреться. Затем, берем кусочек рыбы, окунаем в кляр и жарим в масле как пончики.

С приготовлением справилась хорошо

# Эклеры

## Шаг 1

Приготовить тесто. Просеять муку. В сотейник или кастрюлю среднего размера налить воду и положить масло. Поставить на средний огонь. Добавить сахар и соль. Нагревать, пока масло полностью не растает. Снять сотейник с огня, дать утихнуть кипению. Всыпать всю муку и очень интенсивно вымешивать смесь деревянной лопаткой до образования однородной массы, легко отстающей от стенок и дна сотейника, около 30 сек. Вернуть на слабый огонь и прогреть тесто, постоянно перемешивая, до образования белесой пленки на дне сотейника.

## Шаг 2

Переложить массу в глубокую миску, дать остыть до комнатной температуры. Затем добавить 1 яйцо и быстро перемешать до полной однородности. В том же режиме ввести оставшиеся яйца. **Важно! Если после добавления третьего яйца тесто уже стало достаточно пластичным, четвертое яйцо следует добавлять постепенно, буквально по 1 ч. л., при этом не забывая вымешивать. Если яйца крупные, не исключено, что четвертое не понадобится вовсе. Тесто будет нужной консистенции, если оно свободно спадает с лопатки и бороздка, проведенная на поверхности теста, не затягивается**

## Шаг 3

Разогреть духовку до 200°C (если ваша духовка оборудована функцией принудительной конвекции, то до 180°C).

## Шаг 4

Противень сбрызнуть водой, застелить бумагой для выпечки, смазать ее сливочным маслом. Готовое тесто переложить в кондитерский мешок или в обычный полиэтиленовый пакет, отрезать уголок так, чтобы выходили кусочки теста толщиной 1-1,5 см. Аккуратно отсадить на противень полоски теста, оставляя между ними расстояние не менее 3 см, так как пирожные при выпекании увеличатся в объеме. Поместить противень с эклерами в середину духовки. Выпекать 20 мин. Затем уменьшить температуру духовки до 160°C (140°C) и готовить еще 10 мин.

## Шаг 5

Пока готовятся эклеры, приготовить крем. Сливки влить в сотейник и довести до кипения. Яйца разбить в отдельную миску, просеять туда же муку. Размешать венчиком до полной однородности. Добавить в яичную смесь сахар и ванильный сахар, еще раз перемешать. Непрерывно и энергично размешивая венчиком, тонкой струйкой влить горячие сливки в яичную смесь. Перелить яично-сливочную смесь в сотейник и готовить на средне-слабом огне, постоянно помешивая, пока крем не загустеет. Крем должен закипеть. Добавить в крем кусочки сливочного масла, перемешать, переложить в плоскую миску и остудить до комнатной температуры.

## Шаг 6

Готовые эклеры достать из духовки и остудить на решетке до комнатной температуры. Кремом их можно наполнить, либо сделав надрез сбоку и уложив крем ложкой, либо наполнив кремом кондитерский шприц и введя его внутрь пирожных через небольшое отверстие. При желании можно смазать верх эклеров растопленным шоколадом, шоколадной или сахарной глазурью, или взбитыми с сахаром сливками.



## ИНГРЕДИЕНТЫ

[сахар](#) – 0,5 ст. л.  
соль мелкая – 1 щепотка  
[мука пшеничная](#) хлебопекарная – 150 г  
вода питьевая – 250 г  
[масло сливочное](#) для смазывания  
[масло сливочное](#) – 100 г  
очень свежие [яйца](#) – 3-4 шт.  
**Для заварного крема**  
[мука пшеничная](#) хлебопекарная – 1 ст. л.  
сахар – 180 г  
очень свежие [яйца](#) – 2 шт.  
[сливки](#) жирностью 20% – 375 г  
ванильный сахар натуральный – 1 ч. л.  
сливочное масло - 50-70 г

С приготовлением справилась хорошо

# \* Блины



## ИНГРИДИЕНТЫ:

молоко - 500 мл,  
яйца - 3 шт,  
мука - 280 г,  
сахар - 1-2 столовых ложки,  
соль - 1 чайная ложка (без горки),  
растительное масло - 3 столовых  
ложки,  
сливочное масло для смазывания  
готовых блинчиков

В миску разбить яйца, добавить соль и сахар.

Перемешать, венчиком или вилкой до однородности (взбивать не нужно).

Влить к яйцам около 200 мл молока и перемешать.

Влить оставшееся молоко (около 300 мл), перемешать.

Тесто должно получиться жидким и легко льющимся.

Влить растительное масло.

Тесто перемешать и дать постоять 15-20 минут.

Хорошо разогреть сковороду для блинов (желательно чугунную) и смазать ее тонким слоем растительного масла.

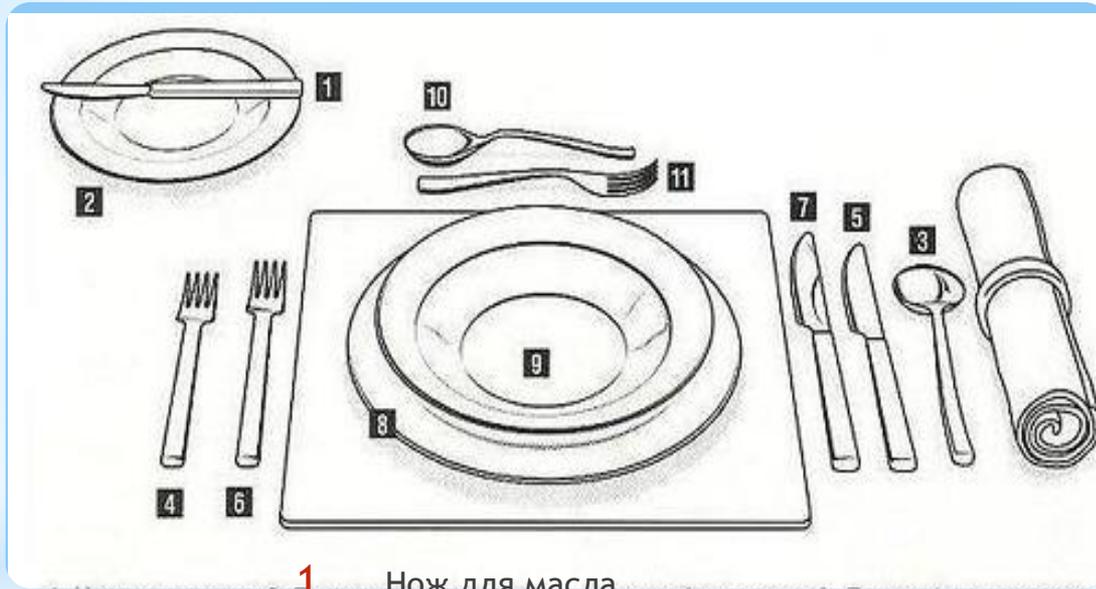
Когда края теста начнут подсыхать и слегка румяниться - поддеть блинчик тонкой широкой лопаткой и аккуратно перевернуть.

Дать блинчику немного подрумяниться с другой стороны.

При помощи лопатки снять блинчик со сковороды, переложить на тарелку и обильно смазать растопленным сливочным маслом.

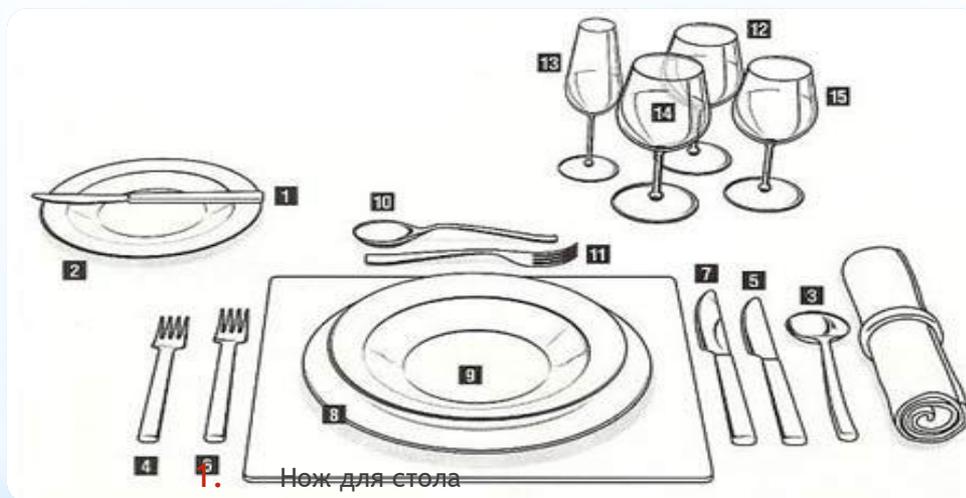
С приготовлением справилась хорошо

# \* Сервировка стола к обеду



1. Нож для масла
2. Пирожковая тарелка-для хлеба и масла
3. Ложка для первого блюда
4. Вилка для морепродуктов
5. Нож для морепродуктов
6. Вилка для мяса и салатов
7. Столовый нож
8. Декоративная тарелка
9. Суповая тарелка
10. Десертная ложка
11. Десертная вилка

# \* Сервировка стола к ужину



1. Нож для стола
2. Пирожковая тарелка - для хлеба и масла
3. Ложка
4. Вилка для морепродуктов
5. Нож для морепродуктов
6. Вилка для мяса и салатов
7. Столовый нож
8. Декоративная тарелка
9. Суповая тарелка
10. Десертная ложка
11. Десертная вилка
12. Стакан для воды
13. Бокал для шампанского
14. Бокал для красного вина
15. Бокал для белого вина

# \* Правила поведения за столом

- \* Не следует опаздывать к столу и ждать неоднократного приглашения
- \* За стол следует садиться в опрятном виде , вымыв руки
- \* На стуле надо прямо , не горбиться , не наклоняться низко к тарелке , не класть ногти на стол
- \* Садится и вставать из-за стола можно только с разрешения взрослых
- \* Есть следует бесшумно и не торопясь , не следует стучать вилкой , вилкой и ножом
- \* Во время еды громко не разговаривать , это не приятно

