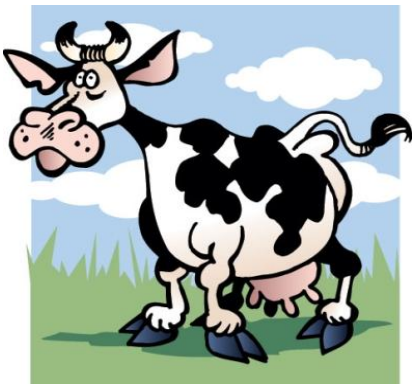




Тема урока :  
Блюда из круп, бобовых  
и макаронных изделий.

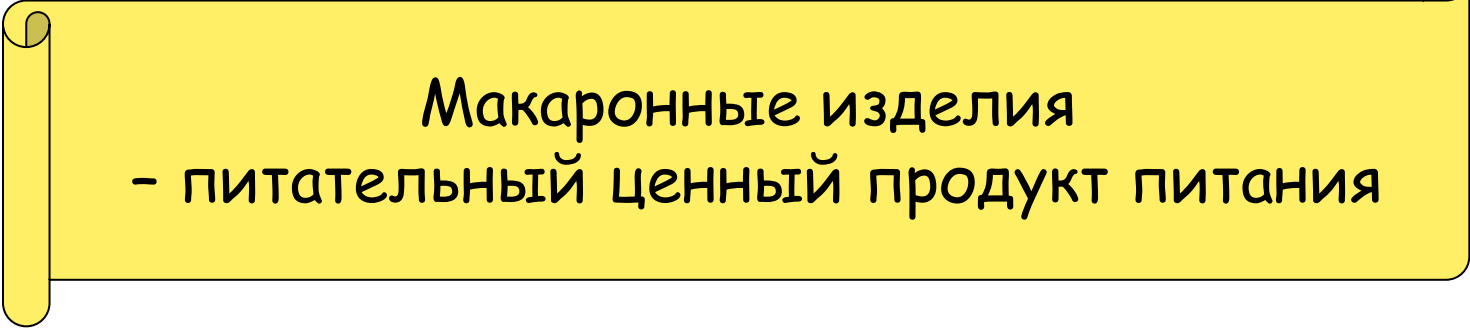


Кулинария 5 класс  
Учитель технологии МБОУ «СОШ № 151 г. Челябинска  
Добрынина Лариса Эргардовна


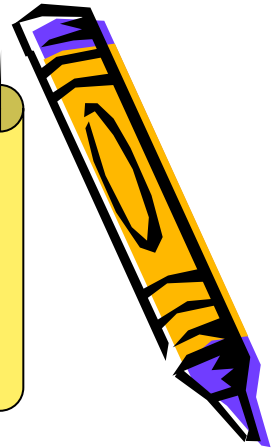


- Цель: Ознакомить с видами круп, бобовых и макаронных изделий и правилами приготовления разновидностей каш, бобовых и макаронных изделий







Макаронные изделия  
- питательный ценный продукт питания



Белки  
10 -11 %



Углеводы  
74-75 %



Жиры  
1 %



# История появления макарон

- Впервые макароны появились в Южной Италии. Уже в эпоху средневековья они пользовались большой популярностью у населения, были основным продуктом питания. Изготавливали макароны кустарным способом.
- С 18 века Италия наладила фабричное производство макарон и стала вывозить их на продажу в соседние европейские страны. Макароны разошлись по всему свету. Первую макаронную фабрику в России построили в 1797 г. Одесе.
- Сейчас макаронные фабрики вырабатывают из различных сортов пшеничной муки разные виды макаронных изделий: трубчатые, макаронные засыпки, вермишель.



# Требования к макаронным изделиям.

- Иметь однотонный цвет - белый с желтоватым оттенком.
- Правильную форму;
- Вкус и запах - без горечи, затхлости, кислого привкуса и других посторонних привкусов и запахов.



# Способы приготовления макарон

Сливной способ  
варки  
применяют для  
гарниров

Несливной  
способ варки  
применяют  
для запеканок  
и  
макаронников



# Требования к качеству ГОТОВЫХ блюд:

- 1) отварные макаронные изделия должны быть мягкими не склеенными, не разваренными без комков;
- 2) запеканки должны быть мягкими, сочными: макаронные изделия в них соединены между собой; на поверхности подрумяненная корочка;
- 3) вкус, цвет и запах блюда должны быть свойственны отварным макаронам, с привкусом того продукта с которым оно приготовлено.



# Крупы и бобовые

Получают крупы из различных зерновых культур.

- Пшеница
- Овёс
- Ячмень
- Рис
- Просо
- Кукуруза
- Гречиха

Бобовые

бобы  
фасоль  
горох  
чечевица  
соя





# Виды круп

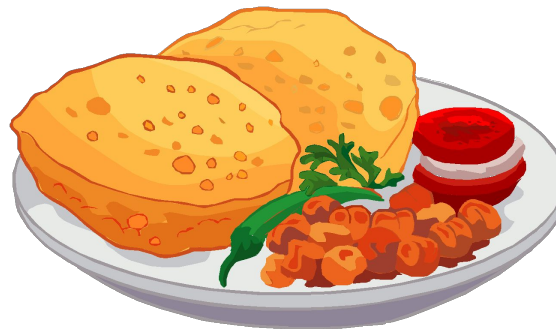
- из твёрдых сортов пшеницы - манную
- Из риса - рис шлифованный, полированный, дроблёный, пропаренный
- Из овса - толокно, «Геркулес».
- Из ячменя - перловая, ячневая
- Из проса - пшено шлифованное, дроблёное
- Из гречихи- ядрица



# Крупы - питательный ценный продукт питания

Углевод  
ы  
% 68 - 77%

Раститель  
ные  
белок  
До 12%



# Основные требования

- Иметь цвет, вкус и запах присущий данному виду крупы без посторонних привкусов и запахов.
- Хранить крупы в сухом хорошо проветриваемом помещении использовать для хранения круп полотняные мешочки, стеклянные или металлические банки, которые не следует плотно закрывать



# Первичная обработка

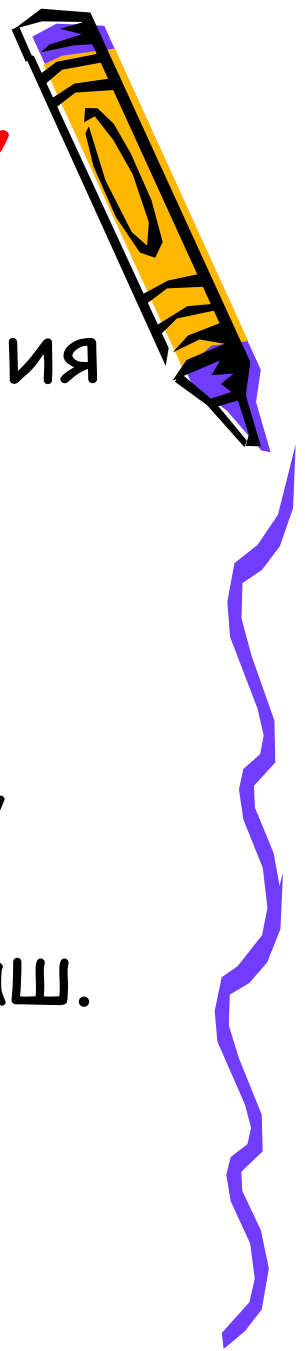
- Крупы перебирают, удаляют примеси (применительно ко всем крупным крупам)
- Мелкие и дроблёные крупы просеивают (манная, перловая, ячневая)
- Промывают, обжаривают, замачивают (гречневую, иногда перловую).
- Бобовые перед варкой перебирают для удаления посторонних примесей и повреждённых зёрен. Промывают 2-3 раза тёплой водой и замачивают в холодной.
- Макароны изделия предварительной обработке не подвергают.



# Использование круп, бобовых, макаронных изделий

Крупы используют для приготовления различных блюд:

- Закусочных
- Первых(супов)
- Вторых (каши, запеканки, пудинги, котлеты, биточки.)
- Бобовые используют для супов, каш.



# Способы приготовления каш

**Рассыпчатые каши** готовят из риса, гречневой, пшеничной, перловой, ячневой. Используют как самостоятельное блюдо или как гарнир. Варят их на воде или бульоне. Крупу засыпают в кипящую жидкость и помешивают. После набухания оставляют для упревания под крышкой

**Вязкие каши** готовят на молоке, воде и молоке, разбавленном водой. Засыпают крупы в кипящую жидкость. Такие крупы как рис, перловая, ячневая, пшеничная в молоке развариваются труднее их сначала варят в кипящей подсоленной воде 5-7 минут, затем заливают молоком и варят до готовности.

**Жидкие каши** готовят на молоке, смеси молока с водой или воде. Готовят так же как вязкие каши, но жидкости берут больше нормы. Из вязких каш готовят запеканки, пудинги, котлеты, биточки. В кашу добавляют жир, яйца, сахар, ванилин.



# шпаргалка по кашам

КАША	КРУПА	ЖИДКОСТЬ	ВРЕМЯ ВАРКИ
Гречневая	1 стакан	2 стакана	15-20 мин.
Манная	1-2 ст. ложки	1 стакан	4 мин.
Овсяные хлопья	1,5 стакана	1 литр	4 мин.
Перловая	1 стакан	3 стакана	60 мин.
Пшено	1 стакан	3 стакана	45 мин.
Пшеничная	1 стакан	3 стакана	50 мин.
Рис	1 стакан	1,5-2 стакана	15-20 мин

# Практическая работа

## Суп молочный рисовый

- Рис - 4 столовые ложки
- Молоко - 1 литр
- Соль, сахар - по вкусу
- Масло сливочное - 1 чайная ложка.
- **Посуда и инвентарь**
- Кастрюля, дуршлаг, ложка столовая, ложка чайная, глубокая тарелка.
- Оборудование - электроплита.





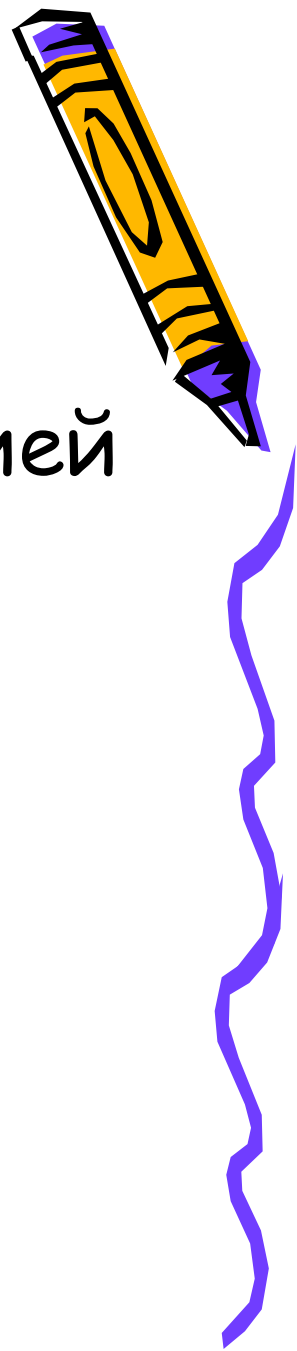
# Практическая работа «Приготовление макарон с сыром.»

Продукты на порцию (в г):  
макароны 100, маргарин сливочный 10, сыр голландский 20, масло сливочное 5.

Отварные макароны заправляют сливочным маргарином, кладут на смазанную жиром и посыпанную молотыми сухарями порционную сковороду, после чего посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу. Подают на порционной сковороде.



# Литература



- Учебник технологии под редакцией В.Д. Симоненко
- Поурочные планы технология 5 класс составитель И.В. Бобунова
- БЭКМ Кирилла и Мефодия 2005 год.

