

Тема 2.4 (а).

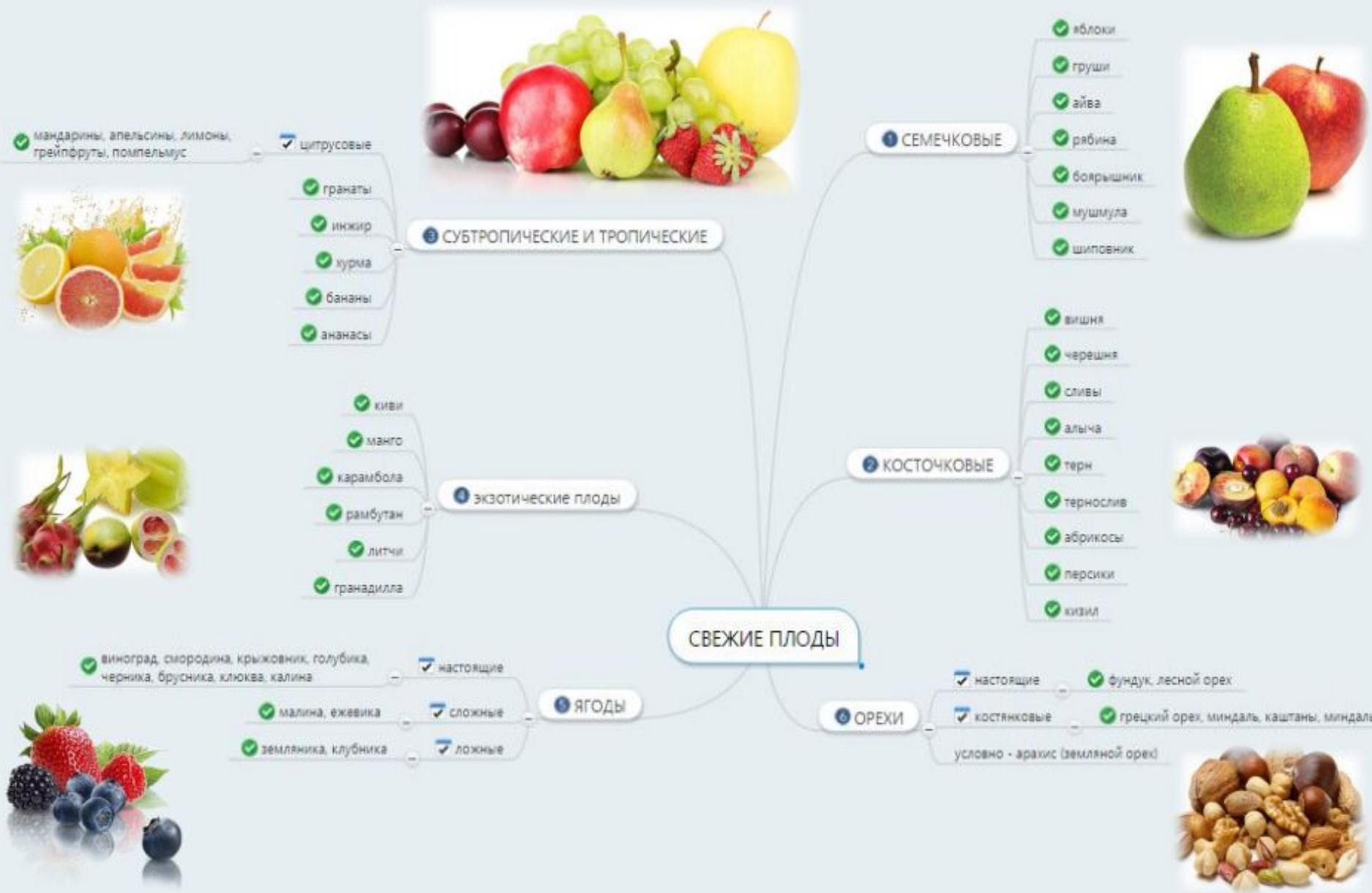
Экзотические плоды. Ягоды. Орехи

МДК 01.01 Товароведение
продовольственных товаров и продукции
предприятий общественного питания

Специальность: 43.02.01 Организация обслуживания в
организациях общественного питания

Преподаватель: Юрченко Елена Александровна

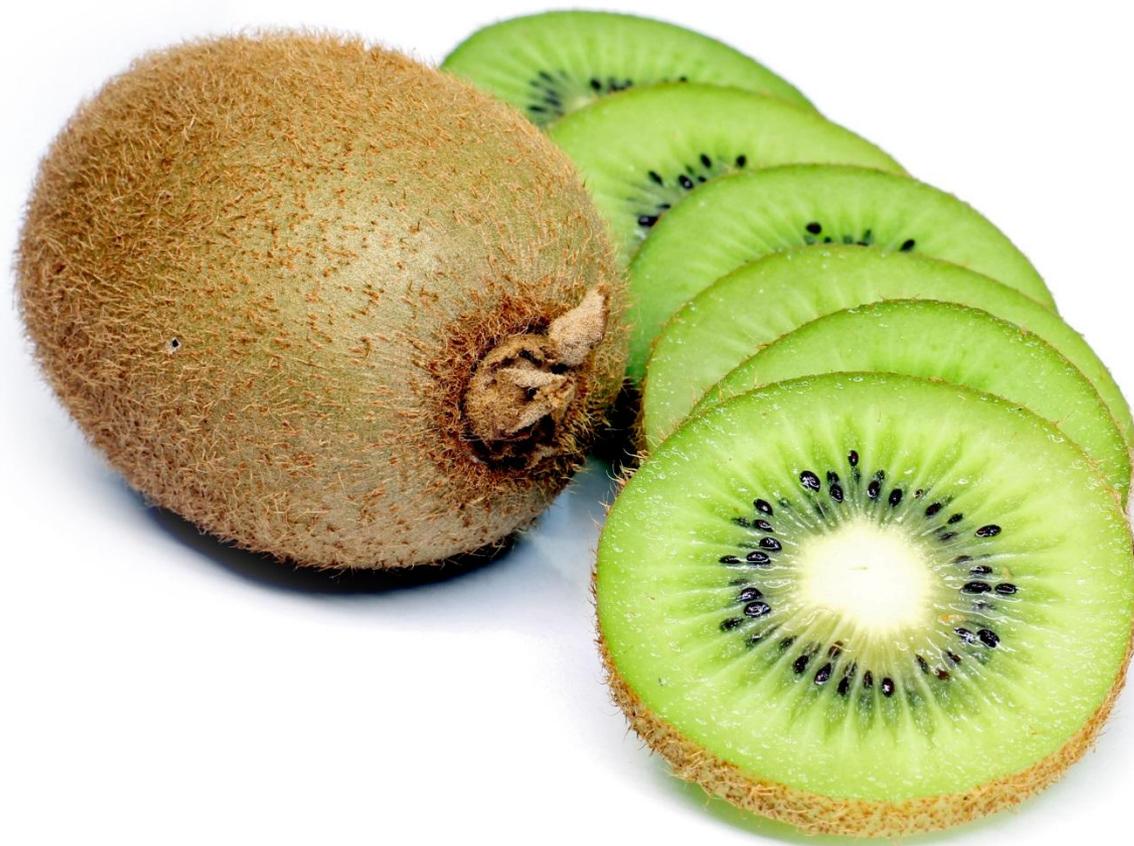




ЭКЗОТИЧЕСКИЕ ПЛОДЫ



КИВИ



Киви

Малоизвестные в России экзотические плоды в основном произрастают в Южном полушарии Земли, в странах с тропическим климатом. В Новой Зеландии получил свое название в честь птицы, являющейся символом страны. Это плоды размером от грецкого ореха до мандарина, круглоовальной формы, с плотной кожицей коричневого цвета; с нежной зеленоватой, сочной, ароматной, тающей во рту мякотью; кисло-сладкого вкуса с легким привкусом ананаса и земляники.

Плод содержит сахара, органические кислоты, эфирные масла, минеральные вещества, витамины С и группы В.

Используют в свежем виде на десерт, для приготовления фруктовых салатов, для отделки тортов и пирожных.



Манго



Манго

Один из популярных плодов в тропических странах.

Это плоды продолговатой формы, зеленого цвета с красноватым румянцем, с большой плоской косточкой внутри. Мякоть манго сочная, с ароматным нежным кисло-сладким вкусом. Содержит в себе сахара, органические кислоты, эфирные масла, минеральные вещества, витамины С и группы В.

В кулинарии используют в свежем виде на десерт, в фруктовых салатах, приготавливают сок.



Карамбола



Карамбола

Плод, родиной которого являются Малайзия, Бразилия. Имеет продолговатую звездчатую форму длиной 7 ... 12 см с 5...6 гранями зеленовато-желтого или ярко-желтого цвета с коричневыми гранями.

Мякоть спелого плода карамболы кисло-сладкая с привкусом свежести, сочная.

Плод содержит много витамина С (85 мг%) и каротина (4 мг%), кроме того, сахара, органические кислоты, минеральные вещества, эфирные масла.

Употребляют в сыром виде, разрезанными поперек в виде звездочек украшают фруктовые и овощные салаты, десерты. Используют на гарнир к рыбным, мясным блюдам. Получают экзотический напиток, положив звездочки карамболы в бокалы с шампанским.



Рамбутан



Рамбутан

Плод, произрастающий в странах Юго-Восточной Азии и Африки.

Это небольшие косточковые плоды с толстой кожицей от бордового до коричневого цвета, с нежной, очень сочной мякотью, сладко-кислого вкуса, с тонким ароматом мускатного ореха.

Плод содержит сахара, органические кислоты, эфирные масла, минеральные вещества, много витаминов В₁₂, С.

Употребляют рамбутан в свежем виде, очищенным от кожицы, на десерт.



Литчи





Литчи. Косточковые плоды тропических стран, круглой или овальной формы с темно-красной или желтоватой шероховатой кожицей. Мякоть плода нежная, сочная, кисло-сладкого пряного вкуса с ароматом мускатного ореха.

Плоды литчи по вкусу очень похожи на плоды рамбутана

Плод содержит сахара (до 16 %), эфирные масла, минеральные вещества, органические кислоты, витамины С (50 мг%), группы В.

Используют в питании литчи в свежем виде, на десерт, как гарнир с рисом, к рыбным и мясным блюдам.

Гранадилла



Гранадилла. Плод произрастает в тропических странах, овальной формы, оранжевого цвета, с острой верхушкой или круглой коричневато-лилового цвета, с гладкой твердой кожицей. Плод легко разламывается руками. Мякоть плода светло-желтого цвета, желеобразная, сочная, со съедобными черными семенами, с освежающим сладким вкусом (цв. вкл., рис. V, б). Мякоть гранадиллы содержит до 16 % сахаров, 2,3 % белка, минеральные вещества (Ca, Fe и др.), витамины С, В₁₂, ароматические вещества, пектин.

Употребляют сочную мякоть плода в свежем виде на десерт, как приправу к фруктовым салатам, при приготовлении коктейлей.



ЯГОДЫ



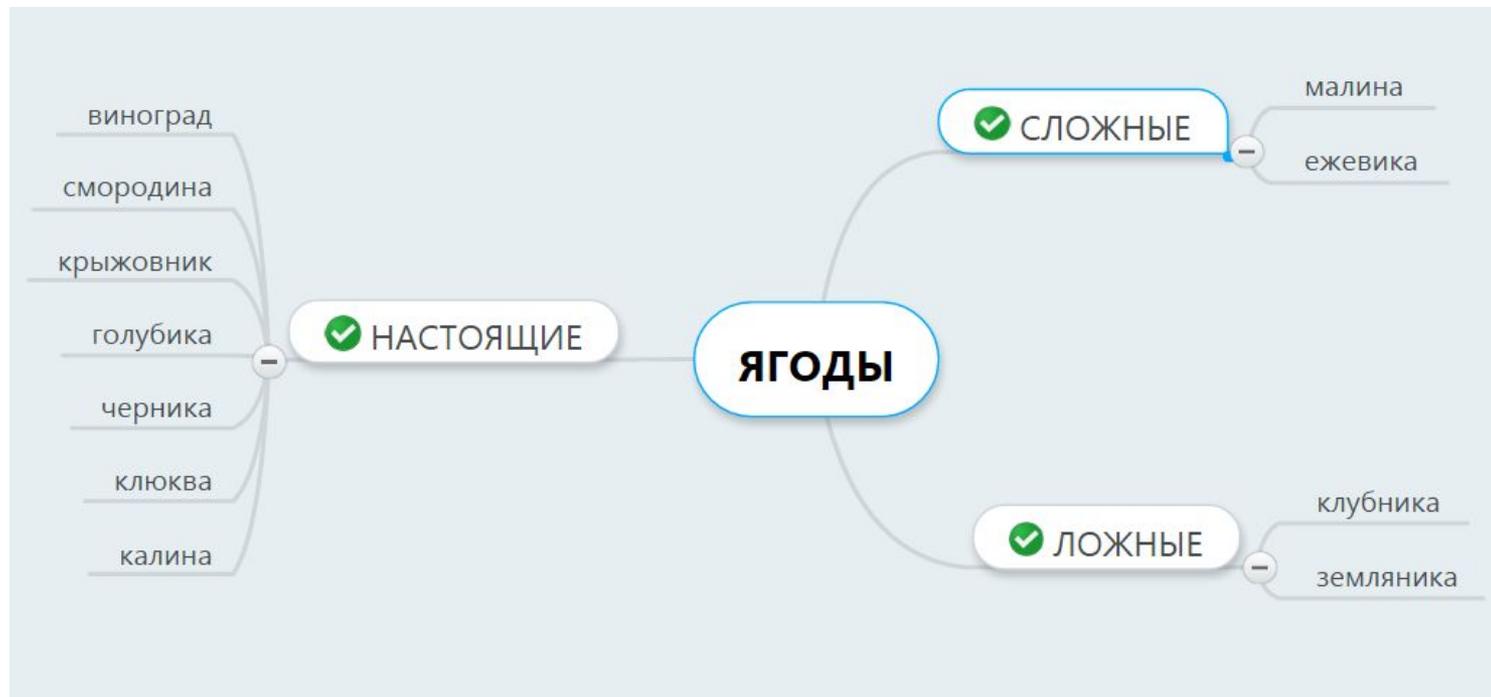
Ягоды

Ягоды представляют собой плоды, у которых семена находятся непосредственно в мякоти или на ее поверхности.

Они рано созревают, что дает возможность уже в мае—июне иметь ценные свежие плоды. Кроме выращивания культурных видов ягод в нашей стране ведется большая заготовка дикорастущих ягод, не уступающих, а иногда и превосходящих по питательной ценности первым.

Пищевая ценность ягод и их вкус обусловлены наличием в них сахаров (4... 16%), органических кислот (до 3%), витаминов, минеральных, ароматических и красящих веществ. Ягоды имеют сочную, нежную мякоть, большинство из них являются скоропортящимися.

По строению все ягоды подразделяют на три группы. *Настоящие ягоды* — это одиночные плоды, в мякоти которых расположены семена; к ним относят виноград, смородину, крыжовник, бруснику, чернику, голубику, клюкву, калину. В *сложных ягодах* плод состоит из группы сочных костянок, находящихся на общем плодоложе; к ним относят малину и ежевику. *Ложные ягоды* — это разросшееся сочное плодоложе, на поверхности которого находятся семена; представителями ложных ягод являются земляника и клубника.



Виноград



Виноград

Это ягоды теплолюбивого, вьющегося многолетнего растения, произрастающего в Крыму, Республике Молдова, на Кавказе и в Средней Азии. Ягода состоит из тонкой кожицы зеленого, розового или синего цвета, сочной сладкой мякоти и семян; существуют и бессемянные сорта. Виноград имеет прекрасный вкус, высокую пищевую ценность (энергетическая ценность 100 г его равна 69 ккал) и лечебные свойства, обусловленные большим содержанием легкоусвояемых глюкозы и фруктозы (16 %), винной кислоты, ценных минеральных солей железа, кальция, фосфора, калия, кобальта, марганца, витаминов группы В, С и Р.

Все ампелографические сорта винограда в зависимости от хозяйственного использования подразделяют на сушильные, технические и столовые. *Сушильные сорта* имеют повышенное содержание сахара, тонкую кожицу, плотную мякоть и небольшую кислотность; используют их для получения изюма и кишмиша. *Технические сорта* характеризуются высоким содержанием сахара (до 25 %) и азотистых веществ, хорошим ароматом, используют в виноделии. *Столовые сорта* имеют красивые, крупные ягоды, хорошего вкуса, с тонкой или толстой кожицей, с сочной, сладкой, ароматной, невысокой кислотности мякотью, рыхлые кисти; хорошо сохраняются и транспортируются, используют в свежем виде.

Ампелографические сорта винограда подразделяют на три группы: к I относят «Алма-атинский ранний», «Киргизский ранний»,

«Десертный», «Кишмиш», «Мускат десертный», «Молдавский»; ко II — «Шаслу белую и розовую», «Чауш белый», «Шабаш»; к III — прочие столовые и винные сорта.

В кулинарии столовый виноград используют в свежем виде и для компотов. В диетическом питании его рекомендуют для улучшения обмена веществ, при истощении организма, упадке сил, малокровии, туберкулезе, болезнях печени и почек.



Смородина



Смородина. В нашей стране выращивают черную, красную и белую смородину. В районе реки Волга, на Урале и в Сибири встречается дикорастущая смородина.

Самой распространенной является *черная смородина* ягоды которой содержат большое количество витаминов В₁, С (до 200 мг%), Р, пектина, яблочной и лимонной кислот, железа, калия и других минеральных веществ. Эту ягоду считают прекрасным средством против цинги и других авитаминозов. Достаточно 25... 30 г черной смородины, чтобы обеспечить организм суточной нормой витамина С. Известные сорта: «Голиаф», «Боскопский великан». В свежем виде черная смородина в реализацию почти не поступает, а используют ее для варенья, джема, желе, сиропов и в протертом виде с сахаром.

Красная и белая смородина содержат меньше питательных веществ, чем черная смородина, в том числе витамина С (38 мг%). Собирают ее с кистями и используют для варенья и консервирования.



Крыжовник



Крыжовник

Ягоды распространены в средней полосе России, их называют «северным виноградом». Они бывают различными по форме (круглые, удлиненные), массе, цвету (зеленые, желтые, красные, фиолетовые), с опушенной и гладкой поверхностью.

Мякоть крыжовника кисло-сладкая из-за содержания сахаров и органических кислот, легко образует желе благодаря наличию пектиновых веществ. По вкусовым качествам крыжовник подразделяют на *десертный*, *столовый* и *технический*. Десертные сорта имеют крупные красивые ягоды с нежной кожицей, с сочной кисло-сладкой мякотью и небольшим количеством семян.

В кулинарии крыжовник используют в свежем виде (десертные сорта), для компотов (столовые сорта), а в промышленности для приготовления варенья, желе, маринадов и джемов.



Малина



Малина. Среди ягодников малина занимает одно из первых мест. Она распространена повсеместно — как садовая, так и дикорастущая. Ягоды бывают разными по величине, окраске (желтые, красные) и форме

Мякоть мягкая, сладкая, ароматная. Ягоды используют в лечебных целях как потогонное средство благодаря имеющейся в них салициловой кислоте. Малина является ценным сырьем для производства варенья, джема, соков и сиропов. Готовят ее в протертом виде с сахаром.



Садовая земляника и клубника



Садовая земляника и клубника. Одной из самых распространенных ягод является *садовая земляника*. Она произрастает на всей территории России в диком и культурном виде. Эта урожайная ранняя ягода характеризуется прекрасным вкусом и ароматом, обусловленным хорошим сочетанием сахаров (7,2%), органических кислот, витамина С (60 мг%) и ароматических веществ. В ней много солей железа, поэтому ее рекомендуют при малокровии и подагре. Ягоды бывают разной формы (округлой и грибовидной) и массы (от 5 до 20 г и более). По срокам созревания земляника может быть ранней, среднеспелой и поздней. Лучшие сорта: «Красавица Загорья», «Комсомолка», «Коралловая».

В кулинарии землянику используют в свежем виде для приготовления многих блюд: со сливками, в сиропе, компотов, муссов. В промышленности ее применяют для изготовления варенья, конфитюра и начинок для конфет, соков и сиропов.

Клубника — мелкая, малораспространенная (в Сибири, на Урале) ягода удлинённой формы, с сильным ароматом и темно-фиолетовым оттенком.

Дикорастущие ягоды



Дикорастущие ягоды. На территории России, кроме дикорастущих смородины, малины и клубники, произрастают ценные ягоды, сбор которых организован, и они поступают на предприятия общественного питания. К таким ягодам относят клюкву, бруснику, чернику и др.

Клюква произрастает на болотах в северных и западных районах страны. Ягоды мелкие, сочные, красные, с приятным кислым вкусом. В клюкве содержатся сахара, органические кислоты, в том числе бензойная, способствующая длительному хранению ягод, а также витамин С (15 мг%). Собирают клюкву осенью и весной. В настоящее время ведутся работы по культивированию клюквы на опытных увлажненных полях. Клюква — прекрасное лечебное средство при болезнях сердца, сосудов, почек.

В кулинарии ее используют для киселей, муссов, морсов и соусов, а в промышленности — для изготовления варенья, начинок для карамели, клюквы в сахаре, сиропов и экстрактов.



Ежевика



Ежевика

Эта ягода, как и малина, бывает садовой и дикорастущей. По строению отличается от малины тем, что имеет на плодоложе крупные костянки. Цвет ягод ежевики синеvато-черный с сизым налетом; мякоть кисло-сладкого вкуса, обладающая жаропонижающим свойством. Используют эту ягоду для производства соков, сиропов, варенья, вин. В кулинарии из ежевики готовят кисели, компоты, желе.



Требования к качеству ягод. Ягоды по качеству подразделяют на 1-й и 2-й сорта. Все ягоды должны быть свежими, зрелыми, чистыми, одного помологического сорта, со вкусом и запахом, свойственными данному сорту, без постороннего запаха и привкуса, без следов плесени и гнили, однородной окраски. Размер земляники по диаметру, не менее: 1-го сорта — 25 мм, 2-го сорта — 18 мм. У винограда грозди должны быть целыми.

Допускается во 2-м сорте неоднородная окраска ягод садовой земляники, крыжовника, черной смородины. У винограда в 1-м и во 2-м сортах допускается 10... 20 % нецелых гроздей, 3... 15 % осыпавшихся ягод, 2... 10 % перезревших, механически поврежденных экземпляров.

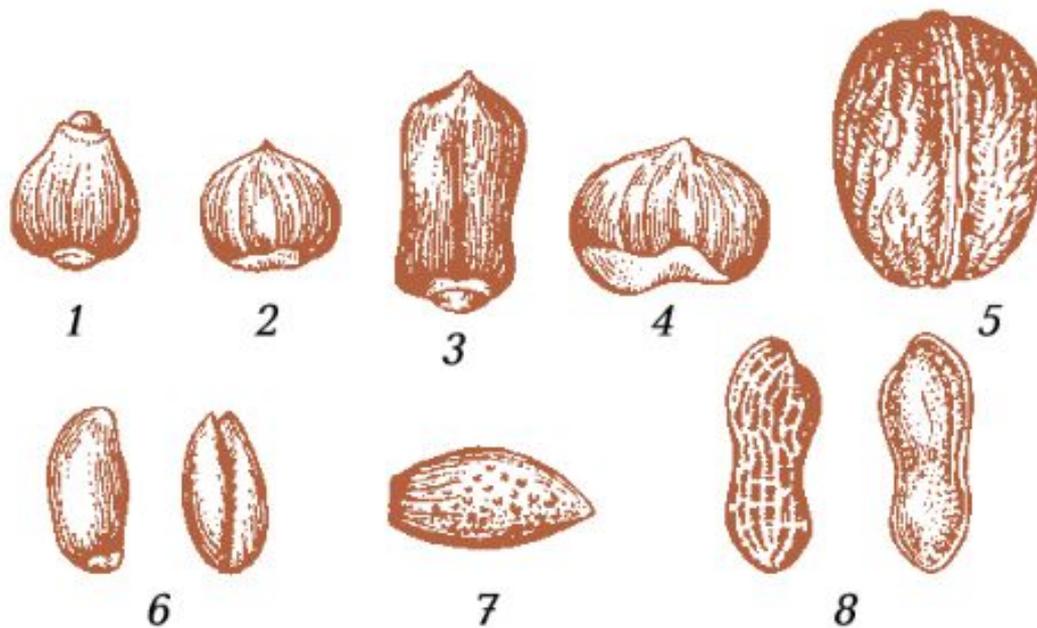
Болезни ягод. Ягоды чаще всего поражаются *серой гнилью*, которая вызывается грибом, в результате чего мякоть быстро размягчается и сгнивает.

Упаковывание и хранение ягод. Виноград упаковывают в ящики-лотки или решетчатые ящики вместимостью до 10 кг. Кисти укладывают в ящики плотными рядами. Ягоды упаковывают насыпью в открытые ящики-лотки, решета, корзины: землянику — по 2,5 кг, смородину — по 6, крыжовник — по 8 кг. Дикорастущие ягоды (клюкву, бруснику) укладывают в бочки вместимостью по 200 л или в корзины по 60 кг. Хранят ягоды на предприятиях общественного питания не более 1 ... 2 сут при температуре 4 °С и относительной влажности воздуха 85 ... 90 % в таре, уложенной на стеллажи и подтоварники.



ОРЕХИ





Орехоплодные:

1, 2 — лещина; 3, 4 — фундук; 5 — грецкий орех; 6 — фисташки;
7 — миндаль; 8 — арахис

Орехи — плоды, состоящие из деревянистой скорлупы и съедобного ядра. По строению их подразделяют на *настоящие* (фундук, лесной орех), имеющие строение, свойственное орехам, и *костяновые* (грецкий орех, миндаль), состоящие из мясистой кожуры, из которой при созревании выпадает костянка. *Условно к орехам* относят бобы арахиса — земляные орехи

Пищевая ценность ядер ореха обусловлена наличием в них большого количества жиров и белков. Жиры, содержание которых достигает 63 %, являются легкоусвояемыми и состоят из ненасыщенных жирных кислот. Содержание белков 18... 25 %. Кроме того, в орехоплодных имеются до 3,7 % минеральных веществ (калий, магний, кобальт, железо, марганец и др.), незначительное количество витаминов С и группы В и до 3,5 % клетчатки. Энергетическая ценность 100 г орехов составляет в среднем 650 ккал.

Лесной орех (лещина)



*Лещина
обыкновенная*



Лесной орех (плод лещины обыкновенной). Плод кустарника, произрастающего в лесах России. Собирают орехи в сентябре, когда ядро становится плотным, и после очистки от обертки их сушат. Орехи бывают круглой, конической или продолговатой формы, цвет скорлупы от светло- до темно-коричневого, масса ореха 2,5 г, ядро белое.

Фундук



Фундук. Разновидность лещины, выращивается в садах Крыма, Кавказа, Средней Азии. Форма плодов фундука бывает круглой, продолговатой или сплюснутой; размеры и масса их больше плодов лещины; ядро плотное белое с лучшим, чем у лещины, вкусом.

Грецкий орех



Грецкий орех. Плоды дерева, произрастающего в Крыму, на Кавказе, в Республике Молдова и Средней Азии в диком и культурном виде. После сбора (август — ноябрь) орехи очищают от высохшей оболочки и высушивают, иногда их предварительно отбеливают. Скорлупа ореха имеет извилистую поверхность различной толщины светло- и темно-коричневого цвета. Ядро ореха кремового цвета, покрыто коричневой оболочкой и расчленено перегородками. Форма ореха — от круглой до овальной.

Миндаль



Миндаль. Плоды миндального дерева, произрастающего в районах тропиков и Средней Азии, с мягкой пористой оболочкой, овальной формы, от сероватого до коричневого цвета, с ядром кремового оттенка и приятного вкуса и запаха. В пищевой промышленности используют только сладкие сорта миндаля, так как горький миндаль содержит гликозид амигдалин, при гидролизе которого образуется синильная кислота.

Арахис



Арахис (земляной орех). Это формирующиеся в земле плоды однолетнего растения семейства бобовых, произрастающих в южных районах страны. Орехи выкапывают из земли, моют и сушат. Плод арахиса — боб светло-желтого цвета, с мягкой сетчатой скорлупой, с 2... 4 ядрами, покрытыми легко спадающей кожицей, со своеобразным приятным вкусом. В отличие от других орехов арахис содержит до 26,3 % белка.

Фисташки



Фисташки. Плоды фисташкового дерева, произрастающего в диком виде в горах Средней Азии и культивируемого в Азербайджане и Крыму. Орехи яйцевидной формы, светло-желтого цвета, с твердой скорлупой, растрескивающейся по шву при полном созревании плода. Ядра фисташек зеленоватой окраски с фиолетовым бочком, маслянистые, приятного вкуса.

<http://LearningApps.org/view2595303>

Тест "Свежие плоды" по МДК 01.01 "Товароведение продовольственных товаров и продукции общественного питания"

Семечковые плоды

Косточковые плоды

Субтропические и тропические плоды

Экзотические плоды

?