



Творческий проект по технологии

«МОЙ ЛЮБИМЫЙ САЛАТ»



ВЫПОЛНИЛА
Ученица 5 «А» класса
Шабаршинникова Анна

2016 г.



ВВЕДЕНИЕ

- *В нашей семье все любят готовить. Я часто помогаю маме в приготовлении салатов, и когда нам задали по технологии разработать творческий проект, я выбрала эту тему, так как для меня, я посчитала, это будет не очень сложно и интересно.*



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Оценить свои кулинарные способности.

Разработать проект.

Изготовить салат.

*Совершенствовать и развивать умения и навыки в
кулинарии.*

Углублять знания в кулинарии.

Развивать вкус, творческую инициативу.

*Формировать умение самостоятельно расширять знания и
кругозор.*

*Готовиться к самостоятельной жизни и разумному
ведению хозяйства.*

*Готовиться к профессиональному определению с учётом
своих способностей и интересов.*



Возможные варианты



Салат «Оливье» -

его каждая семья готовит на «Новый год» по-своему, и я могу приготовить его для того, чтобы порадовать и удивить родных.



Салат «Крабовый» -

его любит вся наша семья, мы с мамой делаем этот салат очень вкусно, я сама могу его приготовить тоже.



Салат «Под шубой» -

очень простой и вкусный салат, которым я смогла бы удивить всех.



*Я выбрала салат «Под шубой»
потому что ...*



*✓ Он оригинальный,
вкусный, и я могу
приготовить его
самостоятельно.*



Мне понадобятся продукты:



□ 1 соленая селедка

□ 0,5-1 луковица

*□ 3-4 средних по размеру
моркови*

□ 2-3 картофелины

□ 2-3 небольшие свеклы

□ майонеза

□ Соль



Для приготовления салата мне понадобятся:

□ Нож



□ Разделочная доска



□ Салатник



□ Ложка



□ Терка



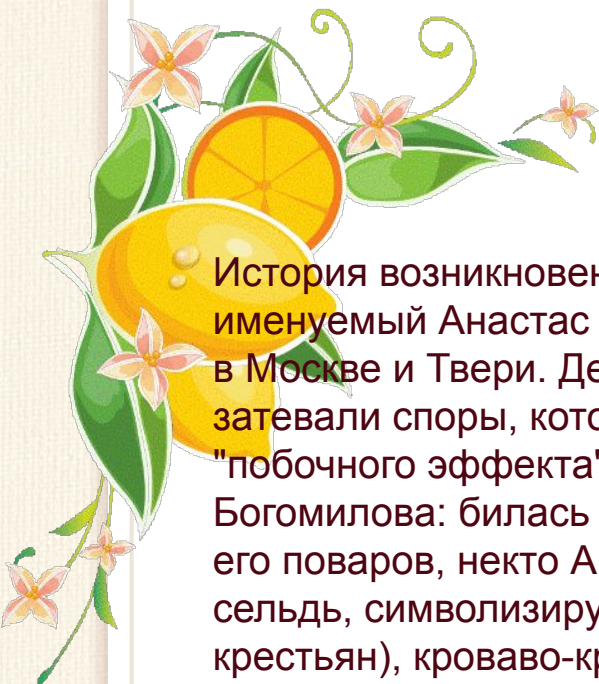
□ Пароварка



История появления салата «Под шубой»

История возникновения салата "шуба" очень романтична. В 1918 году один купец, именуемый Анастас Богомилов, сильно озаботился состоянием своих трактиров в Москве и Твери. Дело в том, что его посетители частенько напивались, затевали споры, которые, как следствие, перетекали в драки и, в качестве "побочного эффекта", после этих драк часто обнаруживалась порча имущества Богомилова: билась посуда, ломалась мебель, выбивались окна. И тут один из его поваров, некто Аристарх Прокопцев, придумал интересный рецепт. Он взял сельдь, символизирующую пролетариев, добавил картошки (символизирующей крестьян), кроваво-красной свеклы (цвета крови и большевистского знамени) и французский соус провансаль. И красиво выложил все ингредиенты на блюде, перемазав соусом. В таверне Богомилова это блюдо было презентовано в канун Нового, 1919-го, года. Все посетители и гости данного трактира с удовольствием закусывали этим необыкновенно вкусным блюдом, в связи с чем меньше пьянели и меньше дрались.

В то время блюдо получило название "Ш.У.Б.А.", что расшифровывалось как "Шовинизму и Упадку – Бойкот и Анафема". В последующие годы, когда грянули мировые войны, имена Богомилова и Прокопцева позабылись, аббревиатура в последствии эволюционировала в более привычное уху название "Сельдь под шубой" (хотя картошка, свекла и соус (майонез) мало смахивают на мохнатую шубу), ну а блюдо с ее простым доступным рецептом и необычным вкусом прижилось в народе, получив широкое распространение.



Технология приготовления



- ✓ *Отварить овощи в пароварке: свекла на нижнем ярусе, картофель и морковь – на верхнем. Если варить овощи в кастрюле, то в двух разных: одна для свеклы, вторая для морковки и картошки.*





✓ У селетки отрезать голову и хвост. Вынуть внутренности, осевой скелет и крупные кости, снять кожицу с остатками чешуи.



✓ Филе сельди порезать кубиками и уложить на дно вазы.





✓ *Мелко покрошить лук и слегка посыпать им сельдь.*



✓ *Отварную морковь натереть на крупной терке и полить её, не размазывая, майонезом.*





✓ *Отварной картофель натереть на крупной терке, посолить. Полить майонезом.*



✓ *Свеклу натереть на крупной терке. Сверху вылить немного майонеза и с помощью чайной ложки распределить его тонким слоем по свекле. Салат остудить. Лучше дать сельди под шубой отстояться в холодильнике 2-3 часа.*

Салат готов!

Приятного аппетита!





Экономический расчёт

Ингредиенты	Стоимость,руб.
1 Соленая селедка	46
1 Луковица	7
2 Моркови	24
2 Картошки	6
2 Свеклы	30
Майонез	26
Соль	12
Итого	151



Самооценка

- ✓ *Мой салат получился очень вкусный, и приготовила я его достаточно быстро.*
- ✓ *Моим родителям салат очень понравился .*
- ✓ *Я бы оценила его на «5».*



Содержание

- Цели и задачи проекта.
- Историческая справка(история появления блюда).
- Выбор варианта изделий.
- Необходимые продукты приготовления.
- Инструменты для приготовления.
- Последовательность блюда
- Себестоимость изделия(экономический расчёт).
- Самооценка

