

Тема 2.3. Салатно-шпинатные, десертные, пряные, тыквенные, томатные овощи

МДК 01.01 Товароведение
продовольственных товаров и продукции
предприятий общественного питания

Специальность: 43.02.01 Организация обслуживания в
организациях общественного питания

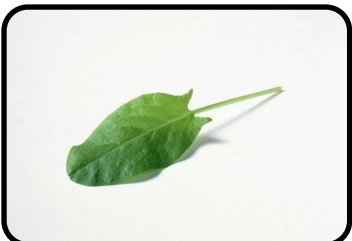
Преподаватель: Юрченко Елена Александровна



Салатно-шпинатные овощи

К салатно-шпинатным овощам относят салат, шпинат и щавель, съедобной частью которых являются листья. Эти овощи скороспелые, сочные, нежные, богатые азотистыми веществами (3%), минеральными веществами (2%), особенно железом, фосфором, йодом, кальцием, витаминами С, Р, К и группы В, каротином.

Салатные овощи





РОМАНО



РАДИЧИО



ЛАТУК



ФРИССЕ



КОРН



КРЕСС-САЛАТ



РУККОЛА



ЛОЛЛО-РОССА



АЙСБЕРГ



ОАКЛИФ

Салат

На предприятия общественного питания поступает салат листовой, кочанный, ромен.

Листовой салат является наиболее скороспелым, образует розетку длинных (10... 15 см) бледно-зеленых листьев с маслянистой поверхностью и нежным вкусом, ботанический сорт — «Московский парниковый».

Кочанный салат образует из нежных бледно-зеленых листьев рыхлый кочан массой от 50 до 200 г.

Салат ромен представляет собой рыхлый, сильно вытянутый кочан массой 200 ... 300 г, состоящий из жестковатых темно-зеленых не очень сочных листьев. Все виды салата употребляют в свежем виде как самостоятельное блюдо, на гарнир к мясу и рыбе, для украшения блюд.

Шпинат



Шпинат

Шпинат. Это однолетнее травянистое растение, которое состоит из зеленых, мясистых, сочных листьев, собранных в розетку. В диком виде встречается в Закавказье, Средней Азии. В Европу шпинат был завезен из арабских стран, а в XVIII в. появился в России.

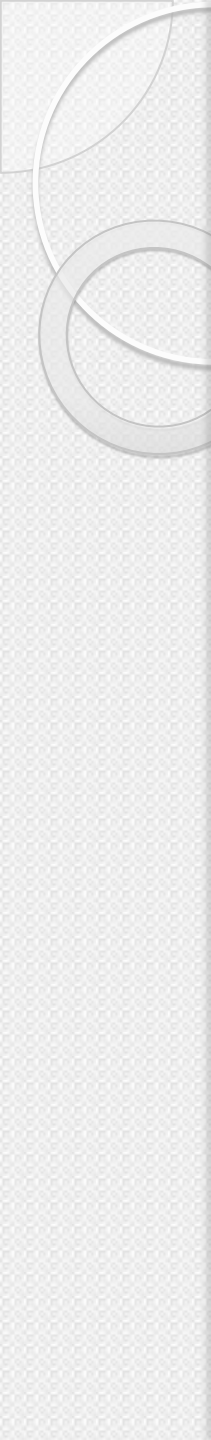
В шпинате содержится 2,9 % ценного белка, много железа, благодаря чему он рекомендуется при малокровии. В кулинарии шпинат используют для приготовления супов-пюре, соусов, в свежем виде для салатов. Консервная промышленность выпускает пюре из шпината.

Щавель



Щавель

Щавель. Это многолетнее растение, выращиваемое в диком и культурном виде. Употребляют его в питание с XVII в., а в России намного позднее. В пищу используют молодые, нежные, сочные, зеленые листья щавеля, обладающего кислым вкусом из-за большого содержания щавелевой кислоты. Щавель богат витамином С (43 мг%) и каротином (2,5%). Щавелевая кислота и ее щавелево-кислая кальциевая соль вредны для организма, особенно в пожилом возрасте, для страдающих подагрой и заболеваниями почек. В кулинарии щавель используют для приготовления зеленых щей, а также для консервирования в виде шоре.



Требования к качеству салатно-шпинатных овощей. Салат, шпинат и щавель должны иметь свежие, чистые, неогрубевшие, ярко окрашенные листья, без цветочных стеблей. Длина листьев, не менее: у щавеля — 5 см, у шпината — 6, у салата — 8 см. Допустимо у щавеля 5 % массы сухих, загрязненных и пожелтевших листьев и 1 % примесей сорных трав, у салата — до 2 % отпавших от розетки листьев и 1 % прилипшей к корням земли.

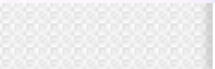
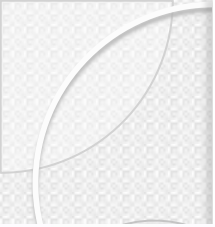
Упаковывание и хранение салатно-шпинатных овощей. На предприятия общественного питания эти овощи поступают в ящиках и корзинах вместимостью не более 10 кг, уложенными вертикально в один ряд, а щавель — навалом. Хранят их при температуре 4 °С и относительной влажности воздуха 90... 95 % в течение 1... 2 сут, так как эти овощи быстро увядают из-за большого содержания воды (95 %).

Десертные овощи



Ревень





Ревень

Ревень. Многолетнее растение в виде лопуха. В пищу используют молодые мясистые черешки листьев овощного ревеня (бывает ревень лекарственный), собранные ранней весной. Осенний ревень грубее и содержит много щавелевой кислоты. В ревене имеются также яблочная кислота, придающая ему приятный кислый вкус, пектиновые вещества, витамины В₂, С, Р, РР, каротин. Благодаря этим веществам и появлению ранней весной ревень используют для приготовления киселей, компотов, джемов, варенья, сладких супов, соусов, когда нет еще других овощей, а так же фруктов и ягод.

Спаржа



Спаржа

Спаржа. Это многолетнее растение. В пищу используют молодые, еще не показавшиеся из-под земли побеги бело-розового цвета

Они обладают сладковатыми нежными вкусом и запахом благодаря содержанию сахаров (2,3%), белков (1,9%), минеральных веществ (0,9%) в виде натрия, калия, фосфора, железа.

Побеги, появившиеся над землей, в пищу непригодны, так как от солнечного света они зеленеют и становятся горькими. Собирают спаржу ранней весной. В кулинарии ее используют в отварном виде как самостоятельное блюдо, на гарнир и для супов.

Артишок



Артишок

Артишоки. Цветы многолетнего растения, которые собирают до начала полного цветения. Съедобными частями такого цветка являются мясистое цветоложе и основание мясистых чешуй-лепестков (цв. вкл., рис. III, 3). Артишоки содержат сахара (до 12 %), минеральные вещества, белки (2,2 %), благодаря чему обладают высокими пищевыми свойствами и ценятся как диетический продукт. Используют артишоки на десерт в отварном виде.

На предприятия общественного питания десертные овощи должны поступать свежими, чистыми, неогрубевшими, упакованными в ящики по 10 кг. Спаржа поступает пучками по 10 ... 20 побегов в каждом. Ревень поступает пучками по 1 ... 3 кг черешков, длина которых 20 ... 70 см. Хранят десертные овощи при тех же условиях, что и салатно-шпинатные овощи.

Пряные овощи

К пряным овощам относят укроп, эстрагон, майоран, базилик, кориандр, чабер, базилик, фенхель и др. Все они обладают своеобразным ароматом и вкусом благодаря содержанию эфирных масел — от 500 мг% в эстрагоне до 2 500 мг% в укропе. Кроме того, в них много витамина С (100... 150 мг%) и минеральных веществ.

Пряные овощи

Укроп. Употребляют в виде молодой зелени как приправу к салатам, супам, различным вторым блюдам. Укроп в стадии цветения и зрелый используют при посоле и мариновании овощей.

Эстрагон. Это многолетнее растение с анисовым запахом

Его листья и молодые стебельки используют для салатов, при солении, мариновании овощей и как приправу к мясным и рыбным блюдам.

Майоран. Многолетнее растение, в диком виде встречается на Кавказе, в Крыму, Сибири, а возделывается в Прибалтике, Крыму. Используется для ароматизации чая, уксуса, при засоле огурцов, помидоров и для приготовления различных национальных блюд.

Кориандр (кинза). Однолетнее растение, листья которого используют как приправу к овощным и мясным блюдам, обладает приятным запахом.

Пряные овощи

Чабер. Однолетнее растение, в дикорастущем виде встречается на Кавказе, в Крыму, обладает сильным приятным запахом

Применяется в качестве приправы к салатам, мясу, рыбе, грибам, а также при мариновании и засоле огурцов.

Базилик. Травянистое растение, произрастающее на юге. Имеет приятный перечный, мятный или лимонный аромат (цв. вкл., рис. III, 6). Используется как приправа к мясным, овощным и рыбным блюдам.

Фенхель. Растение, широко распространенное в Италии, Франции, Германии, Голландии, внизу которого находится белое круглое образование в виде кочанчика с толстыми круглого сечения стеблями со сложно-перистыми листьями и цветами, собранными в зонтик. На вкус фенхель сладковатый с запахом аниса (цв. вкл., рис. III, 7).

Растение содержит до 9,7 % сахара, 2,4 % белков, много витамина С — 90 мг%, Е — 6 мг%, эфирные масла, минеральные вещества (К, Са, Р, Fe).

Используют фенхель как приправу к салатам, мясным блюдам. Разрезанный на две части кочанчик можно фаршировать овощами, мясом с рисом.

Укроп



Эстрагон



Майоран



Кориандр (кинза)



Чабер



Базилик



Фенхель



Пряные овощи

Пряная зелень должна поступать свежей, чистой, с нежными зелеными листьями. Допускается 2 % массы стеблей с пожелтевшими, увядшими, помятыми, загрязненными листьями.

На предприятия общественного питания пряные овощи поступают в ящиках или корзинах вместимостью не более 10 кг. Хранят эти овощи не более 1 ... 2 дней при той же температуре и относительной влажности воздуха, что и салатно-шпинатные овощи.

Тыквенные овощи

Тыквенные овощи - это овощные растения, относящиеся к семейству Тыквенные, у которых в пищу используется плод – тыква.

Тыквенные овощи


- кабачок
- огурец обыкновенный
- арбуз
- дыня
- люффа
- тыква обыкновенная
- патиссон (тарельчатая тыква)
- чайот съедобный (мексиканский огурец)
- восковая тыква (бениказа, зимняя тыква)
- антильский огурец (ангурия, рогатый огурец)
- китайская горькая тыква (момордика харанция, горький огурец)
- момордика двудомная
- кивано (африканский огурец, рогатая дыня)
- горлянка (лагенария обыкновенная, калабас, калемаса, калабаш)
- перуанский огурец (циклантера съедобная)
- змеиная тыква (трихозант змеевидный, змеиный огурец)
- гладианта сомнительная (красный огурец)
- кассабанана (сикана ароматная, мускусный огурец, ароматная тыква)
- мышинный арбуз (мелотрия шершавая, мышинная дыня, мексиканский кислый огурец, мексиканский миниатюрный арбуз, кислый корнюшон)

Химический состав тыквенных овощей

Виды овощей	Содержание на 100 г продукта, %					Витамин С, мг%
	воды	азотистых веществ	сахаров	клетчатки	золы	
Огурцы	94-96	0,6-1	2-2,5	0,5-0,8	0,2-0,6	6-8
Тыква	90-92	0,6-1,2	5-7	0,9-1,3	0,5-0,8	3-5
Кабачки	94-95	0,5-0,8	2,5-3	0,2-0,5	0,4-0,6	8-10
Патиссоны	93-94	0,6	4-5	1,3	0,7	8-12
Арбузы	88-92	0,5-0,9	6-10	0,3-0,9	0,2-0,5	5-10
Дыни	86-92	0,6-0,9	5-12	0,4-0,9	0,2-0,5	10-40

Огурцы






Огурцы. Это распространенная овощная культура, которая по посевным площадям занимает в России второе место после капусты.

Родиной огурцов считают Индию, где их употребляли в пищу 3 тыс. лет до нашей эры. Их знали древние египтяне и римляне, о чем свидетельствуют изображения на памятниках. Во времена Гомера в Греции существовал город Сикион, т. е. город огурцов. В Россию огурцы завезены из Византии.

Огурцы выращивают в открытом грунте, парниках и теплицах.

По содержанию питательных веществ огурцы не представляют собой ценности. Их употребляют в основном как вкусовой продукт. Благодаря содержанию минеральных веществ (калия — 141 мг%, кальция, магния, фосфора и железа), сахаров (2,5%), витаминов (В₁, В₂, С и РР) огурцы играют положительную роль в обмене веществ и благоприятно влияют на процесс пищеварения. Огурцы пригодны в пищу в незрелом виде с нежной, плотной мякотью и зеленой кожицей.

По срокам созревания различают огурцы *ранние* (45 дней), *средние* (50 дней), *поздние* (более 50 дней).




Наиболее распространенными хозяйственно-ботаническими сортами огурцов являются: «Муромский» — самый скороспелый сорт с небольшими плодами, используется в свежем виде и для засолки; «Нежинский» — поздний сорт, лучший сорт для засолки, плоды средних размеров; «Успех», «Каскад», «Миг» — сорта для засолки и салатов; «Неросимый» — среднеспелый сорт, чаще используется в свежем виде; «Клинский» — выращивается в теплицах, веретенообразной формы, зелено-салатового цвета, употребляется только в свежем виде; «Гибрид московский тепличный» — имеет длину до 40 см, пальцевидной формы, темно-зеленого цвета с плотной мякотью, выращивается в теплицах, используется в свежем виде.

В кулинарии ценят огурцы зеленого цвета, с плотной мякотью, мелкими водянистыми семенами, без горечи. Их используют в свежем виде для салатов, на гарнир к различным блюдам, а также солят и маринуют. В лечебном питании огурцы применяют для нормализации работы кишечника и рекомендуют тучным людям как малокалорийные овощи (15 ккал на 100 г), способствуют выведению камней из желчного пузыря, являются хорошим мочегонным средством.

Кабачки





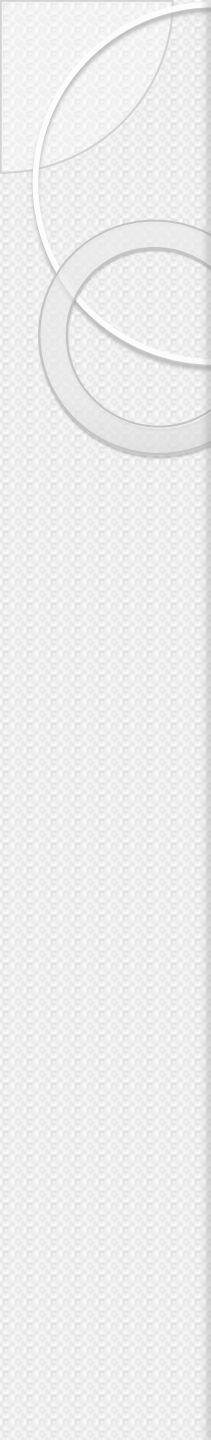


Кабачки. Они относятся к кустовым тыквам. Это холодоустойчивая культура, дающая товарные плоды через 40 ... 45 дней после посева. В пищу используют 7 ... 10-дневные завязи — незрелые плоды удлиненной формы, бледно-зеленого цвета, с плотной, хрустящей белой мякотью и неогрубевшими семенами. Кабачки содержат сахара (4,9 %), минеральные вещества (0,4 %) в виде калия, кальция, фосфора, железа, а также витамины В₁, В₂, С и РР. Распространенные сорта: «Грибовский», «Греческий», «Одесский» и др.

В кулинарии кабачки применяют для жарки, фарширования, тушения, для овощных супов. В лечебном питании их рекомендуют при желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях сердца, при тучности.

Патиссоны





Патиссоны. Как и кабачки, они относятся к кустовым тыквам. Плоды имеют тарелочную форму с зубчатыми краями. Известные сорта: «Ранние белые», «Желтые», «Белые». В пищу употребляют патиссоны 3...5-дневной завязи бледно-зеленого цвета, с плотной, хрустящей белой мякотью и мелкими семенами. В кулинарии патиссоны используют так же, как и кабачки, кроме того, их маринуют.

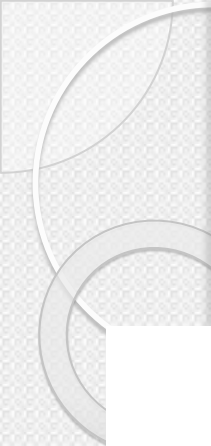
ТЫКВЫ



Тыквы. Это однолетние растения с большими мясистыми плодами, выращиваемые в южных и средних широтах нашей страны.

Родиной съедобной тыквы является Америка, а бутылочная тыква применялась в питании народов Европы и Азии, где из нее, кроме того, делали различные сосуды. В России тыква известна с XVI в.

По назначению тыквы подразделяют на *столовые, кормовые и технические*, а по времени созревания — на *ранние, средние, поздние*. Столовые тыквы богаты сахарами (4 %), пектином, минеральными веществами (калий, кальций, фосфор, магний и железо); много в них каротина (до 1,5 мг%), они содержат витамины B₁, B₂, C и PP. Столовые тыквы имеют разные по величине плоды и разную форму (шаровидную, цилиндрическую, яйцевидную). Корка тыкв бывает гладкой, сетчатой или ребристой белого, серого, желтого или оранжевого цвета. «Мозолевская», «Витаминная», «Белая медовая» — наиболее распространенные сорта.



Мякоть — белая, желтая, слабо-зеленого или оранжевого цвета.

В кулинарии ценят тыквы с мягкой, сочной, сладкой мякотью оранжевого цвета и используют для приготовления каш, овощных супов, для тушения и жарки. В лечебном питании из-за незначительного количества клетчатки и содержания калия (170 мг%) тыква рекомендуется при заболевании желудочно-кишечного тракта, сердца и сосудов.

Арбузы



Арбузы




Арбузы



Арбузы






Арбузы. Это многосемянной крупный плод со сладкой, нежной мякотью, выращиваемый в районах Нижней Волги, Украины, Средней Азии. Арбузы происходят из Южной Африки, где до настоящего времени они встречаются в диком виде. В России первые арбузы были посеяны в 1660 г., а широкое распространение они получили в XIX в.

Арбузы содержат много сахара в виде фруктозы и глюкозы (до 5,8 %), благодаря чему обладают прекрасными вкусовыми качествами, в них есть минеральные вещества (0,4 %), особенно много магния, калия, витамины (В₁, В₂, С и РР).


Различают арбузы *столовые*, *цукатные* и *кормовые*. На предприятия общественного питания поступают арбузы столовые. Они различаются по форме (шаровидные, эллипсоидные, цилиндрические и др.), толщине коркового слоя (толстокорые, тонкокорые), окраске и рисунку корки (темно-зеленые, зеленые, бело-зеленые), цвету мякоти (красные, розовые), консистенции мякоти (зернистые, волокнистые) и срокам созревания (ранние, средние, позд-



ние). Зрелость арбузов определяют по высохшей плодоножке, глянцевой поверхности и звуку при постукивании. В питании ценят арбузы с сочной, сладкой, зернистой мякотью и тонкой коркой. В кулинарии арбузы используют в свежем виде и для приготовления компотов, цукатов. Кроме того, их можно солить и готовить арбузный мед (нардек). Распространенные сорта: «Астраханский полосатый», «Мелитопольский», «Любимец хутора Пятигорска» и «Огонек».

Дыни



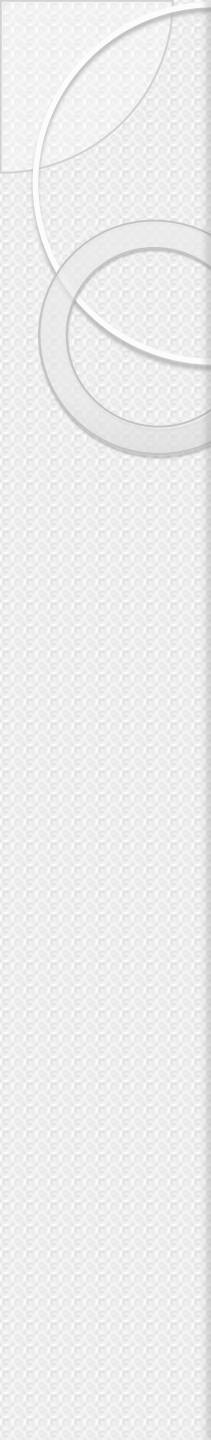


Дыни. Как и арбузы, дыни являются многосеменным крупным плодом, у которого семена находятся в середине плода и вместе с волокнами образуют плаценту. Выращивают дыни в тех же районах, где и арбузы.

Родиной дыни считается Средняя и Малая Азия. Европейцам дыня была уже известна в древние времена, о чем свидетельствуют изображения на фресках Ватикана. В Россию дыни впервые завезены в XVII в. из Англии, где они выращивались в парниках.

Дыни содержат сахара (7,3%), витамины В₁, С и РР, минеральные вещества (0,6%), особенно много калия, каротина, имеют сочную мякоть с чудесным ароматом. Они бывают различными по форме, размеру, строению кожицы (гладкокорые, сетчатые, ребристые), строению мякоти (мучнистые, хрящеватые, волокнистые), окраске (желтые, оранжевые, зеленые, коричневые), аромату (дынные, грушевые, ванильные, травянистые) и времени созревания (ранние, средние и позднеспелые). Дыни обладают способностью дозревать при хранении, поэтому их собирают за 7... 10 дней до полного созревания. Зрелость дынь определяют по изменению окраски корки, аромату и по высохшей плодоножке. Известные сорта: «Колхозница», «Десертная», «Гуляби зеленая» и «Таврия».

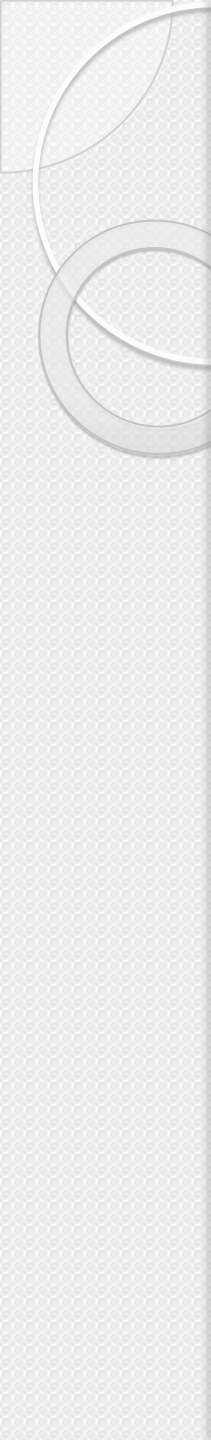
В питании ценят дыни с сочной, сладкой, ароматной мякотью. В кулинарии их используют в свежем виде на десерт, а также для цукатов и вяления.



Требования к качеству тыквенных овощей. Тыквенные овощи должны быть чистыми, свежими, целыми, здоровыми, по форме и окраске, вкусу и запаху соответствовать хозяйственно-ботаническому сорту.


Огурцы, кабачки, патиссоны должны быть недозрелыми, с нежной, плотной, сочной мякотью, с недоразвитыми, некожистыми, водянистыми семенами.

Арбузы и дыни должны быть зрелыми, но не перезревшими, с сочной мякотью, у дынь семенное гнездо со зрелыми и легко отделяющимися семенами. Тыква должна иметь зрелую мякоть с окраской, свойственной ботаническому сорту.



По длине огурцы подразделяют на короткоплодные 1-й группы (скороспелые) — длиной до 11 см, короткоплодные 2-й группы — до 14 см; среднеплодные длиной до 25 см и длинноплодные более 25 см. Диаметр всех огурцов не более 5,5 см. Длина кабачков до 20 см. Диаметр патиссонов до 8 см, тыкв — не менее 12 см, арбузов и дынь — не менее 13 (10... 12 см для раннеспелых мелкоплодных сортов). Огурцы для консервирования подразделяют на пикули — длиной 3... 5 см, корнишоны — длиной 5... 7 и 7... 9 см, зеленцы — до 11 см.

Допускаются плоды с отклонением от правильной формы (кроме огурцов), но не уродливые, до 5... 10 % плодов с легкими повреждениями. Не допускаются овощи треснувшие, раздавленные, помятые, загнившие, перезревшие.



Болезни тыквенных овощей. Тыквенные овощи чаще всего поражаются *антракнозом* (медянкой), вызываемым грибом, в виде темно-бурых пятен на поверхности и внутри мякоти, *бурой пятнистостью* в виде бурых пятен на поверхности овощей, *белой гнилью* в виде белого налета.


Упаковывание и хранение тыквенных овощей. На предприятия общественного питания огурцы и кабачки поступают в ящиках по 30 кг, а арбузы, дыни и тыквы — в ящиках или без тары. Хранят эти овощи в течение 3 сут при температуре 4 °С и относительной влажности воздуха 85 ... 90 %.

Томатные овощи

- Помидоры
- Баклажаны
- Перец (горький и сладкий)
- Физалис
- Бамия

Помидоры






Помидоры. Плод помидоров — сочная ягода, которая состоит из кожицы, мясистых стенок и семенных камер, заполненных студенистой массой с семенами.

Помидоры родом из Южной Америки, где в Перу до настоящего времени встречаются в диком виде. После открытия Америки из Испании и Португалии помидоры проникли в другие европейские государства и в Россию. Вначале их выращивали как декоративное растение в комнатах, оранжереях, садах. В XIX в. помидоры стали употребляться как овощи после того, как русскому ученому-агроному А. Т. Болотову в результате опытов удалось доказать, что помидоры не ядовиты, как утверждали до него, а вкусны и полезны.

Помидоры широко распространены благодаря высокой пищевой ценности и прекрасному вкусу, который зависит от сочетания сахаров (3,5 %) в виде глюкозы и фруктозы и органических кислот (0,8 %) в виде яблочной и лимонной. Из минеральных веществ (0,7 %) в помидорах имеются соли калия, натрия, кальция, магния, фосфора, но больше всего солей железа. Кроме витамина С в помидорах содержится каротин, витамины В₁, В₂, К и РР.




В России выращивают более 100 хозяйственно-ботанических сортов помидоров, которые различаются по окраске (красные, розовые, желтые), форме (плоские, округлые, удлинённые, вишневидные и др.), поверхности (гладкие, ребристые) и массе (от 60 до 100 г и более). В зависимости от семенных камер помидоры бывают много- и малокамерными (обычно многосемянные). Различают помидоры *зеленой, молочной, бурой, розовой и красной степеней зрелости*. Помидоры, кроме зеленой степени зрелости, способны дозревать в темноте или на рассеянном свете при температуре 20 ... 25 °С. В настоящее время созревание помидоров ускоряют с помощью стимуляторов (этилена, кислорода и др.).

Для кулинарных целей лучшими считаются помидоры крупные и средние, красные по окраске, с гладкой поверхностью, зрелые. Этим требованиям соответствуют хозяйственно-ботанические сорта: «Бизон 639», «Волгоградский», «Гумберт 23», «Молдавский ранний», «Невский», «Белый налив», «Грибовский» и др.

Помидоры используют в свежем виде для салатов, на гарнир к мясу и рыбе, на заправку супов и соусов в пассированном виде, для фарширования. Их солят, маринуют и применяют для приготовления томатной пасты, томатного пюре, сока, томатного соуса.

Баклажаны





Баклажаны. Это южные плоды, покрытые кожицей, под которой находится мякоть с камерами, наполненными семенами.

Родиной баклажанов является Индия, где и сейчас они встречаются в диком виде. Выращивали эти овощи в Египте, Алжире и Южной Америке, где индейцы называли их «бадиджан», от этого слова, вероятно, произошло русское название «баклажан». В европейских странах эти овощи особое признание получили во Франции и Болгарии. В дореволюционной России баклажаны были очень редки, по-настоящему их начали возделывать лишь в советское время.

Питательная ценность баклажанов обусловлена содержанием сахаров (3,6 %) в виде глюкозы, минеральных веществ (0,5 %) в виде калия, кальция, фосфора, магния, железа; органических кислот (0,2 %) и витаминов (В₁, В₂, С, РР). Своеобразный горький вкус баклажанам придает гликозид соланин. В пищу используют незрелые плоды с недоразвитыми семенами и нежной мякотью.

Хозяйственно-ботанические сорта баклажанов различают по форме (грушевидная, круглая, цилиндрическая и др.) и цвету кожицы (от светло-фиолетовой до темно-фиолетовой). Известные сорта: «Деликатес», «Скороспелый», «Донской».

В кулинарии баклажаны применяют для жаренья, фарширования и приготовления икры, их можно мариновать.

Перец сладкий



Перец сладкий



Перец горький



Перец. Распространился стручковый перец из стран Южной Азии и Южной Америки. Первое упоминание о перце зафиксировано в записках врача, сопровождавшего Х. Колумба в его путешествии. Позднее перец стали выращивать в Европе и на юге России.

Перец ценят как вкусовой продукт, обладающий острым горьким вкусом и содержащий много витамина С (250 мг%), кроме того, в нем содержатся витамины В₁, В₂, РР, каротин (2 мг%), сахара (4,8 %), минеральные вещества (0,6 %) в виде калия, натрия, фосфора, магния. В зависимости от наличия или отсутствия гликозидов (капсаицина) перец бывает горьким и сладким. У *сладкого перца* в пищу пригодны плоды технической зрелости (недозрелые) — зеленого цвета и спелые — желтой и красной окраски. У *горького перца* в пищу употребляют только зрелые плоды красного цвета. По форме плоды сладкого перца бывают яйцевидными, конусовидными, гладкими, ребристыми, а горький перец — удлиненной саблевидной формы. Лучшие сорта сладкого перца: «Болгарский», «Майкопский», «Новочеркасский». Сорта горького перца: «Койенский», «Астраханский».

В кулинарии сладкий перец используют в свежем виде для салатов, фарширования, заправки супов, соусов и для маринования. Горький применяют в свежем и сушеном виде, как приправу к супам, соусам, для засолки различных овощей.

Физалис

Физалис. Мелкие, сочные плодовые овощи по внешнему виду похожи на помидоры (рис. 2.8). Плоды сверху заключены в тонкую, раздутую чашечку. Физалис бывает *огородный*, или *овощной*, светло-желтого или зеленого цвета, с кисловато-сладковатым вкусом и *кондитерский* — земляничный янтарно-желтого цвета, кисло-сладкого вкуса, с земляничным запахом. Плоды содержат сахара 2,5... 4 %, органические кислоты, пектин, минеральные вещества, витамины С и группы В.

В кулинарии физалис используют в свежем и маринованном виде для

салатов; кондитерские сорта — для приготовления сладких блюд и варенья.



Физалис

Физалис





Бамия



Бамия

Бамия. Плодовые овощи выращивают на Украине, Кавказе, в Средней Азии. Плоды похожи на длинные стручки перца длиной до 25 см. Они содержат сахара до 2 %, белков до 4,5 %, крахмала 1,5 %, минеральные вещества, витамин С. В России их относят к экзотическим овощам.

В питании используют плоды в виде 3...5-дневных завязей для приготовления салатов, гарниров, супов.

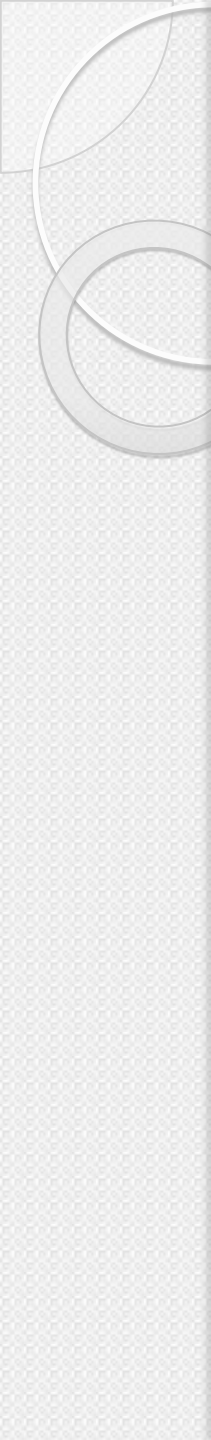
Требования к качеству томатных овощей. *Томаты свежие* по качеству (ГОСТ Р 51810—01) подразделяют на три класса: экстра, 1-й и 2-й. Помидоры должны быть целыми, чистыми, здоровыми, плотными, одного ботанического сорта, с плодоножкой или без нее, не поврежденными вредителями, не перезревшими, без механических повреждений и солнечных ожогов.

Допускается в 1-м и во 2-м классах незначительные дефекты формы и окраски, легкие нажимы от тары, незначительные помятости, зарубцевавшиеся трещины у 1 % (от общего числа помидоров).

Степень зрелости помидоров — красная, розовая. Допускается у 1-го и 2-го классов степень зрелости бурая. Содержание плодов смежной степени зрелости у 1-го класса 5 %, у 2-го класса — 10 %.


Наибольший диаметр помидоров (кроме мелкоплодных и вишневидных) у класса экстра — 5 см, у 1-го и 2-го — 4 см. Диаметр мелкоплодных помидоров класса экстра — 4 см, у 1-го и 2-го классов — 3 см. Диаметр менее установленного у класса экстра — 5 %, у 1-го — 10 %, у 2-го — 20 % (от общего числа помидоров).

Не допускаются плоды с трещинами, зеленые, мятые, перезревшие, загнившие, пораженные болезнями, сельскохозяйственными вредителями, увядшие, подмороженные, с прилипшей землей.



Баклажаны должны быть свежими, целыми, чистыми, здоровыми, с сочной, упругой мякотью, с недозрелыми белыми семенами, с окраской, свойственной ботаническому сорту, без механических повреждений, с плодоножкой. Наибольший диаметр у баклажанов — 5 см, длина удлинённых форм не менее 10 см. Допускается до 5 % плодов с незначительными отклонениями по размеру, небольшими изменениями внешнего вида и повреждениями кожицы.

Перец должен быть свежим, целым, чистым; сладкий перец — сладковатым с легкой остротой, горький перец — жгуче острым; окраска перца — свойственная ботаническому сорту от светло-зеленого до красного цвета. Плоды перца с плодоножкой. Наибольший диаметр у круглого перца — 4 см, у удлинённых форм длина



не менее 6 см. Допускается до 5 % перца с незначительными отклонениями по размеру, внешнему виду и повреждениями кожицы.

Болезни томатных овощей. Томатные овощи поражаются *фитофторой* в виде коричневых твердых пятен, *вершинной гнилью* в виде бурых пятен на верхней части плода и *черной гнилью* в виде черных пятен на поверхности овощей.

Упаковывание и хранение томатных овощей. На предприятия общественного питания помидоры спелые поступают в ящиках-лотках или корзинах по 12 кг, бурые и молочной зрелости — по 20 кг, перец стручковый — в ящиках-клетках по 20 кг, баклажаны — по 30 кг. Хранят эти овощи в течение 3 сут при температуре от 4 до 6 °С и относительной влажности воздуха 85... 90 %.

Домашнее задание

Гост 51810-2001 на томаты свежие –
ознакомиться со структурой, изучить
классификацию и технические
требования к томатам свежим.

Ознакомиться с иллюстрациями по теме
«Салатно-шпинатные, десертные, пряные,
тыквенные, томатные овощи»

Салат латук

Укроп

Физалис

Чабрец

Бамия

Майоран

Задание

Соотнесите фотографии с названиями овощей

OK

Шпинат

Эстрагон

Щавель

Салат Романо

Салат р...

Фенхель

Салат корн

Тыква

Ревень

Спаржа

