

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
ГОБПОУ «ЛИПЕЦКИЙ ТЕХНИКУМ ОБЩЕСТВЕННОГО
ПИТАНИЯ»

Экзаменационная работа
по специальности 19.01.17 Повар, кондитер
На тему: «Описание технологического процесса
приготовления палтуса в зеленом соусе, пирожков печеных
с капустным фаршем».

Выполнил: студент группы 8-17
Кованцев П.А.

Содержание:

Введение

I. Описание технологического процесса приготовления

1.1 Товароведная характеристика сырья для приготовления

1.2 Организация работы производственных цехов для приготовления

1.3 Характеристика и пищевая ценность блюда

1.4 Подготовка сырья для приготовления

1.5 Расчет количества сырья для приготовления 30 порций

1.6 Технология приготовления, оформления и отпуска

1.7 Органолептические показатели качества: требования к качеству,

условия и сроки реализации

II. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены при приготовлении готовых блюд и изделий.

Заключение

Список использованной литературы

Введение

В настоящее время общественное питание страны, как и другие отрасли народного хозяйства, переживает существенные изменения, связанные с переходом к рыночным отношениям. Ежегодно его услугами пользуются более трети населения страны, доля общественного питания в расходах населения на питание составляет около 10% у горожан и 4-6% в сельской местности. В развитых странах расходы на общественное питание в 1,5 - 4 раза выше, причем повсеместно испытывают тенденции к росту. По обеспеченности предприятиями общественного питания наша страна уступает экономически развитым странам примерно в 2,5 раза, причем предприятий открытого типа в расчете на 10 тыс. человек у нас меньше примерно в 6 раз. Предприятия питания выполняют такие функции, как производство, реализация и организация потребления кулинарной продукции населением в специально организованных местах.

Товароведная характеристика сырья для приготовления палтуса в зеленом соусе

Палтус — наиболее ценная рыба из камбаловых. Это крупная рыба (вес 5—10 кг и выше) имеет очень жирное, белое и вкусное мясо, небольшую, но очень богатую витаминами А и D печень. Крупный потрошенный палтус имеет вес более 10 кг, средним считается палтус весом 10 кг и менее. Используются для жаренья, копчения, припускания, приготовления в гриле. Его можно запекать целиком. Прекрасно коптится.

Организация работы производственных цехов для приготовления палтуса в зеленом соусе

1. В холодной соленой воде для сохранения минеральных веществ, растворяющихся в воде.
2. Вымачивание. Рыбу вымачивают в течение 4-6 ч., через каждые 1-2 ч. меняя воду.
3. Удаляют чешую с рыбы. Очищают и потрошат рыбу в небольших количествах.
4. Потрошение рыбы осуществляется при помощи малого ножа.
5. Рыбу после потрошения промывают в двух водах. Для снятия потерь сока и сокращения микрофлоры разделанную рыбу погружают на 5-6 мин. в 15% раствор поваренной соли при температуре 4-6 С. После этого у рыбы удаляют голову, срезают со спины плавники и пластуют рыбу на звенья. Звенья ошпаривают при температуре 80-90 С.
6. Нарезка на порции перед тепловой обработкой.

Характеристика и пищевая ценность блюд из палтуса в зеленом соусе

Все виды палтуса обитают в океанических водах Тихого и Атлантического океана. Относятся к семейству камбаловых. Средний показатель калорийности 107 ккал на 100 г. Энергетическая ценность этой рыбы может меняться в зависимости от способа приготовления. Основная ценность данного продукта представляется содержанием белка. Его средний показатель составляет 19 г на 100 г филе. Также в состав рыбы входят особые жиры. В 100 г готового продукта их содержание представляет 5,8 г на 100 г филе. Углеводы в рыбе этого вида отсутствуют. Употребление палтуса нормализует метаболические процессы в организме, улучшает зрение, благоприятно влияет на печень. Оказывает положительное воздействие на функциональность сердечно-сосудистой системы, улучшает биохимический состав крови и предотвращает развитие атеросклероза сосудов. Помогает восстановить силы, стабилизировать психоэмоциональное состояние и побороть асомнию.

Подготовка сырья для приготовления палтуса в зеленом соусе

Мороженую рыбу перед разделкой оттаивают. Палтус укладывают в ванну, заливают холодной водой (10-12 °С). В зависимости от его дальнейшего использования, можно разделять разными способами. Для приготовления палтуса в зеленом соусе необходимо подготовить неразрезанные вдоль по спине большие филе с кожей и костью с последующей нарезкой на порционные куски (кругляши). Для этого у подготовленной рыбы средним поварским ножом надрезают мякоть по краям жаберных крышек с обеих сторон, перерубают позвоночную кость и отделяют голову. Через образовавшееся отверстие производят потрошение, надрезают и удаляют пленки, стараясь не разорвать кожу брюшка, затем обрубая ножом плавники и хвост. Промытую рыбу нарезают поперек на порционные куски с кожей и костями – кругляши.

Расчет количества сырья для приготовления 30 порций палтуса в зеленом соусе

Исходя из того, что на 1 порция готового изделия блюда палтус в зеленом соусе составляет 150 г (75 х 2), следовательно, масса сырья брутто составит на 1 порцию $92 \times 2 = 184$ г (Палтус чернокорый) и $116 \times 2 = 232$ г (палтус белокорый). Для получения 30 порций блюда, таким образом, понадобится $184 \times 30 = 5520$ г палтуса чернокорого и $232 \times 30 = 6960$ г палтуса белокорого.

Количество сырья, необходимого для приготовления зеленого соуса

| Ингредиенты | 1 порция, г | 30 порций, г |
|--------------------------|----------------------|--------------|
| Масло сливочное | 0,5 ст. л. | 15 ст.л. |
| Вино белое сухое | 25 | 750 |
| Вода | 37,5 | 1125 |
| Бульон рыбный (кубик) | $\frac{1}{4}$ (1,25) | 37,5 |
| Мука | 0,25 ч.л. | 7,5 ч.л. |
| Сливки | 25 | 750 |
| Горошек зеленый | 56,25 | 1687,5 |
| Лук-резанец | 0,5 ст.л. | 15 ст.л. |

Технология приготовления, оформление и отпуск палтуса в зеленом соусе

1. Приготовить соус: вскипятить воду и вино, добавить бульонный кубик, затем горошек и варить в течение пяти минут. Снять с огня, остудить и протереть горох вместе с жидкостью через сито.
2. Муку и сливки смешать и соединить с гороховым пюре. Посолить, вмешать херес и мелко порезанный лук.
3. Рыбу разделить на четыре порционных куска, посолить и поперчить. Пожарить с двух сторон каждый кусок до образования золотистой корочки.
4. Разложить рыбу на четыре теплые тарелки, полить соусом и украсить дольками лимона.

Органолептические показатели качества: требования к качеству, условия и сроки реализации палтуса в зеленом соусе

Внешний вид: рыба полностью сохранила форму, полита соусом, украшена лимоном.

Консистенция: мягкая, сочная, свойственная палтусу.

Цвет рыбы: золотисто-желтая корочка, мякоть белая.

Вкус и запах: в меру соленое, в меру острое. Рыба имеет сочный, нежный вкус. Свойственный используемым компонентам.

Отварную и припущенную рыбу до отпуска хранят на мармите в бульоне при температуре 60–70 °С не более 30 мин. Жареную рыбу хранят на плите или мармите не более 2–3 ч, после чего охлаждают до 6–8 °С и хранят при этой же температуре до 12 ч. Перед подачей рыбу прогревают в жарочном шкафу при температуре до 90 °С или на плите основным способом, после чего реализуют в течение 1 ч.

Блюда из рыбы фри и запеченные приготавливают по мере спроса.

Согласно СанПиН 42-123-4117-86, готовые продукты могут храниться в холодильнике при температуре +2 – +6 градусов Цельсия следующие сроки (в часах) : рыба всех наименований жареная – 36.

Товароведная характеристика сырья для приготовления пирожков печеных с капустным фаршем

Изделия из теста высококалорийны благодаря содержанию углеводов (крахмал, сахар), жиров, белков, минеральных веществ и витаминов В,РР,А.

Вся выпускаемая кондитерскими цехами предприятий питания продукция должна соответствовать требованиям государственных стандартов (ГОСТам), стандартов отрасли (ОТСам), стандартам предприятия (СТП), техническим условиям (ТУ), Сборнику рецептур и выработываться по технологическим инструкциям и картам при соблюдении санитарных правил.

Капуста









Капуста белокочанная - наиболее распространенная из всех капустных овощей. В капусте содержится 25% белков; 5% сахаров; 0.8% минеральных веществ; до 70 мг % витамина С.

Организация работы кондитерского цеха для приготовления пирожков печеных с капустным фаршем

Для нормального ведения технологического процесса в цехе должны быть следующие отделения: замеса теста, тесторазделочное, выпечное, отделки изделий, приготовление крема, фаршей, кладовая суточного запаса продуктов, тары, моечные (для яиц, посуды, тары), экспедиция.

Технологический процесс обычно состоит из следующих стадий: хранения и подготовки сырья, приготовления и замеса теста, формование изделий, приготовление отделочных полуфабрикатов, начинок, выпечки, отделки и кратковременного хранения готовых изделий.

Характеристика и пищевая ценность пирожков печеных с капустным

| Продукт | Мера | Вес, гр | Бел, гр | Жир, гр | Угл, гр | Кал, ккал |
|--|---------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|
|  вода | 1.75 л | 1750 | 0 | 0 | 0 | 0 |
|  сахар-песок | 1 ст.л. | 25 | 0 | 0 | 24.93 | 99.5 |
|  дрожжи | 20 гр | 20 | 2.54 | 0.54 | 0 | 15 |
|  масло подсолнечное | 3 ст.л. | 51 | 0 | 50.95 | 0 | 458.49 |
|  капуста белокочанная | 500 гр | 500 | 9 | 0.5 | 23.5 | 135 |
|  морковь | 100 гр | 100 | 1.3 | 0.1 | 6.9 | 32 |
|  перец душистый | 3 гр | 3 | 0.18 | 0.26 | 1.52 | 7.89 |
|  яйцо куриное | 1 шт | 55 | 6.99 | 6 | 0.39 | 86.35 |
| Итого | | 2504 | 20 | 58.4 | 57.2 | 834.2 |
| 1 порция | | 125 | 1 | 2.9 | 2.9 | 41.7 |
| 100 грамм | | 100 | 0.8 | 2.3 | 2.3 | 33.3 |

Подготовка сырья для приготовления пирожков печеных с капустным фаршем

На стол, смазанный растительным маслом, выкладывают готовое тесто. Отрезают ножом кусок. Закатывают его в длинный жгут толщиной 3-4 см. Жгут берут в левую руку, а правой отрезают порцию теста. Взвешивают. Формуют шарики. Раскладывают их на столе на расстоянии 4-5 см один от другого. Расстаивают 5-6 мин. Шарики переворачивают швом вверх, раскатывают скалкой на лепешки толщиной 4-5 мм. На середину лепешки кладут фарш. Защипывают края. Формуют пирожки в виде полумесяца. Готовые полуфабрикаты укладывают на смазанный кондитерский лист на расстоянии 2-3 см друг от друга. Ставят на теплое место на 20-30 мин для расстойки.

Свежую очищенную и промытую капусту шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным жиром и жарят до готовности при температуре 180—200°С в жарочном шкафу. Готовую капусту охлаждают, добавляют соль, пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, нашинкованную зелень петрушки. Не солить.

Расчет количества сырья для приготовления 60 шт пирожков печеных с капустным фаршем

| | <i>1 порция брутто, г</i> | Нетто, г | <i>60 порций брутто, г</i> | Нетто, г |
|---|-------------------------------|----------|--------------------------------|----------|
| Мука пшеничная Высший сорт | 25 | 25 | 1500 | 1500 |
| Сахар песок | 1,8 | 1,8 | 108 | 108 |
| Масло сливочное | 2,7 | 2,7 | 162 | 162 |
| Яйца куриные, шт | 0,08 | 2,7 | 4,8 | 162 |
| Соль | 0,3 | 0,3 | 18 | 18 |
| Дрожжи | 0,9 | 0,9 | 54 | 54 |
| Ввода питьевая | 6,6 | 6,6 | 396 | 396 |
| Мука пшеничная Высший сорт | 1,2 | 1,2 | 72 | 72 |
| Масло Подсолнечное рафинированное | 0,17 | 0,17 | 10,2 | 10,2 |
| Яйца куриные шт. | 0,03 | 1,04 | 1,8 | 62,4 |
| Сахар песок | 9 | 9 | 540 | 540 |

Технология приготовления, оформление и отпуск пирожков печеных с капустным фаршем

Дрожжевое тесто выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают в жгут и делят на куски требуемой массы (39, 58, 64, 43 и 22 г, соответственно), куски формуют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут капустный фарш (по 17, 25, 45, 25 г на пирожок) и защипывают края, придавая форму «лодочки», «полумесяца».

Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200-240 °С в течение 8-10 мин.

Подают на пирожковой тарелке по 1 шт. на порцию.

Органолептические показатели качества: требования к качеству, условия и сроки реализации пирожков печеных с капустным фаршем

Внешний вид: правильной формы, с ровной верхней коркой, плотно прилегающей к мякишу, форма «лодочки», «полумесяца», цилиндрическая. Трещины на поверхности недопустимы.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная

Цвет: поверхности - от золотисто-желтого до светло-коричневого. Мякиш изделий должен быть хорошо пропеченным, эластичным, равномерно пористым, без пустот. Фарш - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста и его составу, не допускается привкус горечи, излишняя кислотность, соленость.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без запаха перекисшего теста.

Хранят готовые, изделия в чистых, сухих помещениях с температурой 6-20° С в лотках, укладывая их так, чтобы они не потеряли форму. Срок реализации 24 ч. Готовые блины и оладьи хранят до отпуска сложенными стопками в посуде с закрытой крышкой, чтобы дольше сохранять их горячими.

Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены при приготовлении готовых блюд и изделий

Требования по уходу за кожей тела и ротовой полостью:

ежедневное мытье, в жаркое время душ перед началом работы, тщательный уход за волосами; ногти, коротко стриженные; не допускаются украшения и часы; в течение дня регулярно мыть руки с мылом; Полость рта: чистить зубы 2 раза в день, после еды полоскать рот, посещать стоматолога;

Требования к санитарной одежде: должна быть из светлых хлопчатобумажных тканей; нельзя застегивать булавками или иголками; не класть в карманы посторонние предметы; не выходить на улицу и не входить в туалет в санитарной одежде; хранить отдельно от верхней одежды; обувь должна быть не скользкая, с закрытой пяткой, легко моющаяся. Работники ПОП должны проходить медицинский осмотр 2 раза в год.

Рабочее место нужно содержать в чистоте. Чтобы не допустить развитие микробов уже в готовой пище ее необходимо хранить на раздаче не более 2-3 часов, соблюдая определенную температуру. Так температура хранения на раздаче и подаче первых блюд 75°С.

Заключение

Рыба очень богата белком. Он усваивается лучше, чем белок мяса. Также ней есть бор, литий, железо, медь, калий, кальций, кобальт, магний, марганец, бром, фосфор. А жир рыб содержит жирные полиненасыщенные кислоты, обладающих биологической эффективностью. Он богат витаминами А и D. В мясе рыб содержатся витамины группы В - В1, В2, РР, В12, биотин и пантотеновая кислота, а также в небольших количествах витамин С. Мясо морских рыб богато калием, натрием, кальцием, магнием, фосфором, хлором. А также йод и фтор.

Список литературы

1. Анфимова Н.А., Татарская Л.Л. Кулинария. - М.: Просвещение, 2002.
2. Бордунов В.В. Товароведение, 1987 г.
3. Ермакова В.И. Кулинария. - М.: Просвещение, 1993.
4. Матюхин З.П. Основы питания, гигиены и физиологии. - М.: Просвещение, 1999.
5. Богданова М.А., Смирнова З.М., Богданов. Г.А. Оборудование предприятий общественного питания: М., Экономика, 1991
6. Радченко Л.А. Организация производства предприятий общественного питания: Ростов-на-Дону, Феникс, 2004
7. Сборник рецептур национальных блюд: М., СВОРОГ, 1994
8. Сидоров А.П. Приглашение к столу: Иркутск, Восточно-сибирское книжное издательство, 1988
9. Филатов С.М. Рыбная кулинария: М., Мир искателя, 2001