

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Чернігівський національний технологічний університет**

**ОСНОВИ КУЛІНАРНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ**  
**Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт**  
**для студентів напряму підготовки**  
**6.051701 – Харчові технології та інженерія**

Обговорено і рекомендовано  
на засіданні кафедри харчових  
технологій, хімії і БЖД  
Протокол № 5 від 24.01.2014

**Чернігів ЧНТУ 2014**

Основи кулінарної майстерності. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт для студентів напряму підготовки 6.051701 – Харчові технології та інженерія / Укл.: М.П.Ксенюк , О.І. Сиза – Чернігів: ЧНТУ, 2014.– 28 с.

Укладачі: КСЕНЮК МАРІЯ ПАВЛІВНА, старший викладач  
СИЗА ОЛЬГА ІЛЛІВНА, доктор технічних наук, професор

Відповідальний за випуск: СИЗА ОЛЬГА ІЛЛІВНА, завідувач кафедри харчових технологій, хімії і БЖД, доктор технічних наук, професор

Рецензент: Хребтань Олена Борисівна, кандидат технічних наук, доцент кафедри товарознавства та комерційної діяльності Чернігівського національного технологічного університету

## ЗМІСТ

|   |    |
|---|----|
| Вступ.....  | 4  |
| 1 Лабораторна робота № 1 Технологія приготування та відпуск супів.<br>Бракераж супів.....                         | 6  |
| 2 Лабораторна робота № 2 Приготування рибних смажених страв.....  | 11 |
| 3 Лабораторна робота № 3 Приготування та відпускання страв із яєць<br>і свіжого сиру. Бракераж готових страв..... | 16 |
| 4 Лабораторна робота № 4 Приготування виробів з прісного тіста.....   | 20 |
| Рекомендована література.....   | 27 |
| Додаток А.....  | 28 |

## Вступ

«Основи кулінарної майстерності» – нормативна дисципліна, яка закладає основи для подальшого вивчення майбутніми технологіями харчових виробництв профільних дисциплін, а саме: «Технологія оздоровчих харчових продуктів», «Загальні технології харчової промисловості» та інші.

Даний практикум містить 4 лабораторні роботи з основ кулінарної майстерності, які укладено за програмними питаннями курсу "Основи кулінарної майстерності" для студентів напряму підготовки 6.051701 – Харчові технології та інженерія. В методичних вказівках наведені лабораторні роботи з деяких основних розділів курсу, які включають: методику дослідження органолептичних показників якості приготовлених страв, фактичних втрат сировини та порівняння їх з нормованими. Передбачається також приготування страв з метою вивчення правил подачі, відпуску і їх естетичного оформлення.

Розділи містять інформаційний матеріал для засвоєння теми, мету роботи, матеріально-технічне забезпечення, хід виконання роботи та питання для самоконтролю. В лабораторних роботах приведена технологічно-інструкційна карта приготування їжі, технологія приготування страви, вимоги до якості. Після приготування страв, їх оформлення і відпуску проводиться їх дегустація за органолептичними показниками, робляться висновки.

При виконанні лабораторних робіт студенти використовують знання та навички, що були здобуті з предметів: товарознавство сировини, харчова хімія, санітарія, гігієна підприємств харчової промисловості, основи фізіології і гігієни харчування.

Структура лабораторних робіт дозволяє проводити їх без додаткових вказівок, що особливо актуально в зв'язку з необхідністю підготовки студентів до самостійного вирішення проблем в науково-дослідницькій та практичній роботі. Перед тим, як приступити до виконання лабораторних робіт, кожний студент повинен ознайомитися з правилами роботи і технікою безпеки у харчовій лабораторії (Додаток А).

Для виконання лабораторної роботи студент повинен бути підготовлений. Для цього він самостійно готується і пише звіт у відповідності до цих методичних вказівок. Звіт повинен містити: назву лабораторної роботи, її мету, короткі теоретичні відомості (не більше 0,5-1 стор.), експериментальну частину з результатами виконаних робіт.

Для більш глибокого засвоєння теоретичного матеріалу, протягом семестру студенти виконують різні завдання за індивідуальними варіантами (РР – розрахункова робота). Це надає викладачам можливість контролю за самостійною роботою студентів та перевіряти своєчасність підготовки їх до лабораторних занять. У питання для самоконтролю внесені питання самостійної роботи студентів.

Лабораторний практикум визначає той необхідний мінімум знань, які повинен засвоїти студент на лабораторних заняттях (таблиця В.1). Більш детальні відомості в області різних розділів основ кулінарної майстерності студенти одержують в лекційних курсах.

Таблиця В 1 – Розподіл кількості годин для виконання лабораторних робіт

| № з/п | Назва теми   | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|
| 1.    | Технологія приготування та відпуск супів. Бракераж супів                         | 4               |
| 2.    | Приготування рибних смажених страв   | 4               |
| 3.    | Приготування та відпускання страв із яєць і свіжого сиру. Бракераж готових страв | 4               |
| 4     | Приготування виробів з прісного тіста<br><b>Разом</b>                            | 4<br><b>16</b>  |

# 1. Лабораторна робота № 1

## Технологія приготування та відпуск супів. Бракераж супів

**1.1 Мета роботи:** сформувати практичні уміння та навички з приготування картопляних та молочних супів і закріплення теоретичних знань з технології приготування та подавання супів.

**1.2 Матеріально-технічне оснащення:** каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, сито, розробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки столові глибокі та мілкі, сировина.

### 1.3 Короткі теоретичні відомості

В Україні перші страви (супи) набули широкого поширення. За древньою традицією супи вживаються на початку обіду. Пояснюється це тим, що в них містяться в розчиненому виді речовини, що підсилюють секрецію травних залоз і готують травну систему для засвоєння їжі організмом. Таким чином, супи, насамперед, є стравами, що збуджують апетит; їх смаку, зовнішньому вигляду, аромату треба надавати великого значення.

Супи класифікують по декількох ознаках: по характеру рідкої основи, по температурі подачі, по способу приготування. Солодкі супи в літній період подають холодними, а узимку - гарячими.

Подають гарячі супи в підігрітих до 40°C глибоких столових тарілках, з підтарільником, прозорі бульйони без гарніру – у бульйонних чашках, солянки – у металевих супових мисках. Холодні супи подають в охолоджених до 12°C глибоких тарілках з підтарільником.

Технологічний процес готування заправних супів складається з декількох етапів: приготування бульйону; підготовка гарніру, проварювання гарніру в бульйоні, заправка супу.

*За температурою подачі супи* поділяють на холодні і гарячі. Температура подавання гарячих супів + 75°C, якщо супи заправляють л'езоном, то в цьому випадку температура подавання їх +65-+70°C, а температура подавання холодних супів +12-+14°C.

*Норма відпустки супів* коливається від 250 до 400 грамів, а в поодиноких випадках – 500 грамів, що залежить від типу підприємства й виду самого супу. Супи відпускають в різному посуді, а саме: в супових мисках, бульйонних чашках, столових глибоких тарілках, супницях, керамічних глечиках.

*Подають супи на стіл також у різному посуді:*

- глибоких столових тарілках з різного матеріалу;
- порцелянових і фаянсових бульйонних чашках;
- керамічних і глиняних глечиках;
- порцелянових і фаянсових кісе;
- у супницях з різного матеріалу.

Порцеляновий посуд для супів підігрівають в апаратах для підігрівання тарілок до температури +65-+70°C. У глибоких столових тарілках можна подавати всі види супів, а в бульйонних чашках прозорі і пюреподібні супи. При банкетному обслуговуванні в бульйонних чашках можна подати і заправні

супи такі, як розсольники, солянки. При подаванні супів на стіл глибокі столові тарілки ставлять на дрібні столові тарілки, а бульйонні чашки – на блюдця.

**Поділ супів за температурою подачі**

Найпоширенішою є група гарячих супів. Вона поділяється на чотири підгрупи:

- на бульйонах і відварах;
  - на молоці;
  - на хлібному квасі, сироватці, кислому молоці тощо;
  - на фруктових і ягідних відварах;
- Гарячі супи – температура подачі становить 75 °С.  
Холодні супи – температура подачі становить 14 °С.

**Поділ супів за технологією приготування:**

заправні (борщі, щі, розсольники, солянки, картопляні, круп'яні, овочеві супи);

- пюреподібні (супи-пюре);
- прозорі;
- молочні;

**Поділ супів за рідкою основою:**

на бульйонах (м'ясному, м'ясо-кістковому, кістковому, із птиці, риби, грибів);

- овочевих відварах;
- молоці;
- квасі і кисломолочних продуктах;
- фруктових відварах.

**1.4 Експериментальна частина**

Визначити тривалість приготування різних видів супів і провести їх органолептичну оцінку

**1.4.1 Хід роботи**

**1.4.1.1. Приготувати суп картопляний**

Таблиця 1.1– Технологічно - інструкційна карта

Найменування страви: суп картопляний

| Найменування сировини                              | Витрати сировини в г на 1000г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|--|-------------------------------|-------|---------------------------------|
|  | брутто                        | нетто |                                 |
| Картопля   | 600                           | 450   | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Морква   | 25                            | 20    |                                 |
| Ріпа   | 40                            | 30    |                                 |
| Петрушка (корінь)                                  | 13                            | 10    |                                 |
| Цибуля ріпчаста                                    | 24                            | 20    |                                 |
| Цибуля-порей                                       | 26                            | 20    |                                 |
| Томатне пюре                                       | 10                            | 10    |                                 |
| Кулінарний жир або жир тваринний топлений харчовий | 10                            | 10    |                                 |
| Бульйон або вода                                   | 700                           | 700   |                                 |
| Вихід  |                               | 1000  |                                 |

### Технологія приготування

1. Картоплю нарізають кубиками, часточками або брусочками.
2. Кладуть у киплячий бульйон або воду.
3. Доводять до кипіння.
4. Додають нарізані кубиками або соломкою і пасеровані з томатним пюре ріпчасту цибулю, моркву, петрушку.
5. Варять до готовності (12-15 хв.).
6. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають спеції і сіль.

Юшку можна готувати без томатного пюре. Вона буде смачнішою, якщо замість томатного пюре використати свіжі помідори.

Цю юшку найкраще готувати з рибою і рибними продуктами. Якщо готують юшку з грибами, варені гриби нарізують скибочками або соломкою, злегка обсмажують і кладуть разом з пасерованими овочами.

Перед подаванням у тарілку кладуть м'ясо або рибу, наливають юшку, посипають зеленню.

### Вимоги до якості

Зовнішній вигляд – на поверхні скалки жиру, овочі нарізані кубиками.

Колір – помаранчевий.

Консистенція – овочі м'які, але не переварені.

Смак і запах – пасерованих та варених овочів і спецій.

#### 1.4.1.2. Приготувати суп овочевий

Таблиця 1.2– Технологічно - інструкційна карта

Найменування страви: суп овочевий

| Найменування сировини         | Витрати сировини в г на 1000 г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|-------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------------------|
|                               | брутто                         | нетто |                                 |
| Капуста білоголова            | 100                            | 80    | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Картопля                      | 267                            | 200   |                                 |
| Цибуля ріпчаста               | 24                             | 20    |                                 |
| Цибуля-порей                  | 26                             | 20    |                                 |
| Морква                        | 50                             | 40    |                                 |
| Петрушка (корінь)             | 27                             | 20    |                                 |
| Горошок зелений консервований | 46                             | 30    |                                 |
| Помідори свіжі                | 94                             | 80    |                                 |
| Маргарин столовий             | 20                             | 20    |                                 |
| Бульйон або вода              | 750                            | 750   |                                 |
| Вихід                         |                                | 1000  |                                 |

### Технологія приготування

1. Капусту нарізати шашками, картоплю – кубиками або часточками, моркву і петрушку – часточками, скибочками, ріпчасту цибулю і помідори – часточками.
2. Дрібно нарізану моркву, цибулю пасерувати з жиром.
3. У киплячий бульйон покласти картоплю, нарізану часточками.



4. Довести до кипіння.
  5. Додати нарізану капусту.
  6. Варити 5-7 хв.
  7. Покласти пасеровані овочі, часточки томатів.
  8. За 5-7 хв. до закінчення варіння додати зелений горошок, сіль, спеції.
- Подаючи на стіл, юшку наливають у тарілку і посипають зеленню

*Вимоги до якості*

Зовнішній вигляд – овочі зберегли форму нарізки.

Колір – прозорий.

Консистенція – овочі м'які.

Смак і запах – пасерованих овочів і спецій.

### ***1.4.1.3. Приготувати суп картопляний з бобовими***

Таблиця 1.3– Технологічно - інструкційна карта

Найменування страви: суп картопляний з бобовими

| Найменування сировини             | Витрати сировини в г на 1000 г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|-----------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------------------|
|                                   | брутто                         | нетто |                                 |
| Картопля                          | 333                            | 250   | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Квасоля або горох лущений         | 81                             | 80    |                                 |
| або чечевиця                      | 101                            | 100   |                                 |
| або горошок зелений консервований | 154                            | 100   |                                 |
| Цибуля ріпчаста                   | 48                             | 40    |                                 |
| Морква                            | 50                             | 40    |                                 |
| Петрушка (корінь)                 | 13                             | 10    |                                 |
| Кулінарний жир                    | 20                             | 20    |                                 |
| Бульйон або вода                  | 650                            | 650   |                                 |
| Вихід                             |                                | 1000  |                                 |

*Технологія приготування*

1. Картоплю нарізують великими кубиками, моркву і петрушку – малими, цибулю дрібно січуть.
  2. Коріння та цибулю пасерують.
  3. Квасолю, горох перебирають.
  4. Миють.
  5. Замочують у холодній воді на 5-8 годин.
  6. Варять у посуді з закритою кришкою до розм'якшення
  7. У киплячий бульйон або воду, кладуть бобові
  8. Доводять до кипіння.
  9. Додають картоплю, через 8-10 хв пасероване коріння та цибулю
  10. Варять до готовності.
  11. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.
- Перед подаванням суп наливають у тарілку, посипають подрібненою зеленню.

Зелений горошок закладають разом з пасерованими овочами.

*Вимоги до якості*

Зовнішній вигляд – бульйон каламутний, горох майже розварений.

Колір – часточки жиру на поверхні жовтого кольору.

Консистенція – овочі м'які.

Смак і запах – відповідають вареним бобовим з картоплею.

**1.4.1.4. Приготувати суп молочний з крупами**

Таблиця 1.4 – Технологічно - інструкційна карта

Найменування страви: суп молочний з крупами

| Найменування сировини                  | Витрати сировини в г на 1000 г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|--|--------------------------------|-------|---------------------------------|
|  | брутто                         | нетто |                                 |
| Молоко                                 | 500                            | 500   | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Вода                                   | 550                            | 550   |                                 |
| Крупа рисова                           | 60                             | 60    |                                 |
| або манна, кукурудзяна, хлоп'я вівсяні | 60                             | 60    |                                 |
| або ячна, гречана, перлова, пшоно      | 80                             | 80    |                                 |
| Масло вершкове                         | 8                              | 8     |                                 |
| Цукор                                  | 10                             | 10    |                                 |
| Вихід                                  |                                | 1000  |                                 |

*Технологія приготування*

1. Крупи перебирають.

2. Рисову, кукурудзяну, ячну, перлову крупи, пшоно, пластівці вівсяні „Геркулес” варять у підсоленій воді до напівготовності 10-15 хв.

3. Вливають гаряче молоко.

4. Додають сіль, цукор.

5. Варять до готовності.

Готуючи суп з ячною або манною крупою, просіяні крупи засипають тоненькою цівкою в суміш молока з водою, додають сіль, цукор. Варять 5-7 хв. до готовності.

Кукурудзяну, перлову крупи можна варити у воді до готовності, потім відціджують і закладають у суміш молока і води, доводять до кипіння, кладуть сіль, цукор.

При подаванні суп наливають у тарілку, додають вершкове масло.

*Вимоги до якості*

Зовнішній вигляд – крупи повністю розварені, але зберегли форму, на поверхні кульки вершкового масла.

Колір – білий.

Консистенція – крупи м'які.

Смак і запах – кип'яченого молока з ароматом вершкового масла, без

присмаку і запаху підгорілого молока.

#### **1.4.2 Обробка результатів**

Органолептичні показники якості: зовнішній вигляд, колір, консистенція, смак і запах.

Кількість порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

Використані спеції:

Вид напівфабрикату з яким подається суп картопляний:

#### **1.5 Висновки**

#### **1.6 Питання для самоконтролю**

1. Як класифікують перші страви?
2. Які супи готують в Україні?
3. Що спільного в їх приготуванні?
4. Чим вони відрізняються між собою?
5. Який посуд використовують для подавання перших страв?
6. Які види молока вам відомі?
7. Які супи називаються заправними?
8. Назвіть органолептичні вимоги до супів?
9. Яка температура подавання супів?
10. Назвіть основні стадії приготування супів.

## **2 Лабораторна робота № 2 Приготування рибних смажених страв**

**2.1 Мета роботи:** сформувати практичні уміння та навички з приготування страв із риби.

**2.2 Матеріально-технічне оснащення:** м'ясорубка, сотейник, каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, обробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки для других страв, паперові серветки, сировина.

#### **2.3 Короткі теоретичні відомості**

##### **2.3.1 Технологія приготування відвареної риби**

Для варіння використовують цілі тушки риб з головою або без голови, ланки осетрової риби і порційні шматочки. Для поліпшення смаку додають біле коріння, ріпчасту цибулю, моркву, лавровий лист, перець. При варінні лососевих риб і форелі у воду додають столовий оцет для збереження кольору

(10 г на 1 л води). При варінні риби тріски, ставриди, сома, лина, щуки, використовують огірковий розсіл або шкірочку солоних огірків, щоб м'ясо набуло ніжної консистенції.

Співвідношення води на 2дм<sup>3</sup> 1 кг риби, при температурі 85-90 °С, тривалість варіння великої риби - 1-1,5 год., дрібної - 15-20 хв. Готовність визначають кухарською голкою в найтовстішій частині, має виділитися прозорий сік.

### **2.3.2 Технологія приготування тушкованої риби**

Тушковану рибу готують з додаванням нашаткованої моркви, петрушки, ріпчастої цибулі, томатного пюре, оцту, олії, цукру, рыбного бульйону. Перед закінченням тушкування за 10-15 хв. додають спеції і прянощі з розрахунку на 1 порцію: солі –3 г., перцю чорного горошком – 0,01 г., лаврового листа – 0,01 г., гвоздики – 0,01 г., кориці – 0,01 г.

Тушкують рибу сирію або смаженою. Використовують цілу дрібну рибу, порційні шматки кругляки, філе з шкіркою кістками, можна тушкувати солону вимочену рибу, а також морську. Тривалість тушкування дрібної риби – 3-4 години, порційні шматочки – 40-60 хвилин. Готовність визначають за м'якістю кісток

### **2.3.3 Технологія приготування припущеної риби**

Припускають у невеликій кількості рідини цілими тушками (форель, стерлядь, судак, щуку, рибу фаршировану), ланками та порційними шматочками у рыбних казанах з решітками або сотейниками при закритій кришці. Для припускання використовують рибу, яка не має різко виражений специфічний смак і запах.

Рибу кладуть на решітку рыбного казана або сотейник, дно змащують маслом в один ряд; цілу рибу черевцем до низу, ланки осетрової - шкіркою до низу, порційні шматочки під кутом 30°. Щоб зберегти форму фаршировану рибу при припусканні, з обох боків її прикріплюють шпагатом на дві дерев'яні палички.

Рибу заливають водою або рыбним бульйоном (0,3 на 1 кг), щоб рідина вкрила третину об'єму. Цілу рибу і ланки заливають холодною водою, порційні – гарячою, додають біле коріння, ріпчасту цибулю, спеції. Посуд з рибою щільно закривають і доводять до кипіння і припускають при слабкому нагріванні: порційні шматочки – 10-15 хв., ланки, цілу і фаршировану рибу – 25-45 хв. Внутрішні шари риби повинні прогрітися до температури не нижче 80 °С.

## **2.4 Експериментальна частина**

Визначити тривалість приготування різних страв із риби та втрати маси риби при її приготуванні; визначити їх органолептичну оцінку

### **2.4.1. Хід роботи**

#### **2.4.1.1. Приготувати рибу смажену в тісті**

Таблиця 2.1 – Технологічно-інструкційна карта  
Найменування страви: риба смажена в тісті

| № п/п | Найменування сировини | Витрати сировини, г |       | Вимоги до якості                         |
|-------|-----------------------|---------------------|-------|--|
|       |                       | брутто              | нетто |  |
| 1     | Філе риби             | 140                 | 67    | Сировина повинна відповідати вимогам НТД |
| 2     | Борошно               | 30                  | 30    |  |
| 3     | Олія соняшникова      | 2                   | 2     |  |
| 4     | Кислота лимонна       | 0,2                 | 0,2   |  |
| 5     | Яйце                  | 40                  | 30    |  |
| 6     | Вода                  | 30                  | 30    |  |
|       | Вихід:                | -                   | 100   |  |

*Технологія приготування*

Філе без шкіри й кісток або порційні шматки без шкіри й хрящів нарізають на шматочки товщиною 1-1,5 см довжиною 5-6 см. Рибу маринують 20-30 хвилин у рослинному маслі, сметаню з лимонною кислотою, сіллю, перцем і дрібно нарізаною зеленню. Просіяне борошно розводять теплим молоком або водою з температурою 20-30°C, розмішують, щоб не було грудок, додають рослинне масло, жовтки яєць, сіль і залишають на 10-15 хвилин для набрякання клейковини. Перед смаженням в тісто вводять збиті білки й розмішують.

Підготовлену рибу за допомогою кухарської голки занурюють у тісто й жарять у фритюрі при температурі 180-190°C. При відпустці рибу кладуть в виді піраміди або колодязя, поруч скибочка лимона. Соус томатний, майонез із корнішонами подають окремо.

*Вимоги до якості*

Риба добре прожарена, але соковита. Тісто пористе, пишне. Колір світло-золотавий.

Неприпустимі дефекти – темне фарбування обсмаженої риби.

Неприпустимий смак і запах пересмаженого фритюру.

**2.3.1.2. Приготувати піджарку з палтуса**

Таблиця 2.2 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: піджарка з палтуса

| № п/п | Найменування сировини | Витрати сировини, г |       | Вимоги до якості                         |
|-------|-----------------------|---------------------|-------|--|
|       |                       | брутто              | нетто |  |
| 1     | Філе палтуса          | 315                 | 150   | Сировина повинна відповідати вимогам НТД |
| 2     | Борошно               | 6                   | 6     |  |
| 3     | Масло                 | 30                  | 30    |  |
| 4     | Цибуля                | 56                  | 50    |  |
| 5     | Картопля              | 263                 | 150   |  |
| 6     | Помідори              | 100                 | 100   |  |
| 7     | Часник                | 1                   | 1     |  |
| 8     | Перець                | 0,3                 | 0,3   |  |
| 9     | Зелень                | 5                   | 5     |  |
|       | Вихід:                | -                   | 375   |  |

### *Технологія приготування*

Філе палтуса нарізають великими смужками, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні й обсмажують на соняшниковій олії. Готову рибу змішують з окремо підсмаженою картоплею. Все це викладають на тарілку і прикрашають підсмаженими половинками помідора, посипають зеленню петрушки із дрібно нарізаним часником.

#### *Вимоги до якості*

Обсмажене філе, змішане з обсмаженою картоплею й цибулею, прикрашене половинкою помідори, обсмаженого на маслі й посипано дрібно нарізаною петрушкою із часником.

#### **2.4.1.3. Приготувати рибу смажену із зеленим маслом**

Таблиця 2.3 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: риба смажена із зеленим маслом

| № п/п | Найменування сировини    | Витрати сировини, г |       | Вимоги до якості                         |
|-------|--------------------------|---------------------|-------|--|
|       |                          | брутто              | нетто |  |
| 1     | Шар чистого філе риби    | 282                 | 192   | Сировина повинна відповідати вимогам НТД |
| 2     | Борошно                  | 6                   | 6     |  |
| 3     | Льезон                   | 6                   | 6     |  |
| 4     | Біле панірування         | 15                  | 15    |  |
| 5     | Сіль кухонна             | 1                   | 1     |  |
| 6     | Цукор білий кристалічний | 2                   | 2     |  |
| 7     | Лимон                    | 1                   | 1     |  |
| 8     | Зелене масло             | 10                  | 10    |  |
|       | Вихід:                   | -                   | 223   |  |

### *Технологія приготування*

Чисте філе риби нарізають у вигляді стрічки шириною 4-5 см, товщиною 1см, довгої 15-20 см, злегка відбивають, панірують у борошні, льезоні й білому паніруванні. Напівфабрикат згортають із двох сторін, надають йому форму вісімки й сколюють металевою шпажкою.

Підготовлений напівфабрикат опускають у розігрітий жир, смажать до утворення рум'яної скоринки, потім виймають із жиру, видаляють шпажку, а рибу доводять до готовності в жаровій шафі. Смажену рибу гарнірують картоплею фрі. На рибу укладають кружечок зеленого масла, добре охолодженого, прикрашають зеленню і часточкою лимона. Окремо подають соус томатний. Блюдо відпускають відразу ж після готування, щоб зелене масло зберегло свою форму.

#### *Вимоги до якості*

Порційний шматок риби у формі вісімки, зверху якого покладений кружечок зеленого масла, оформлений зеленню й часточкою лимона. Поверхня має піджарену скоринку ясно-коричневого кольору. Консистенція м'яка, соковита. Смак і запах специфічний, без стороннього присмаку.

#### **2.4.1.4. Приготувати рибу смажену із цибулею по лєнінградськи**

Таблиця 2.4 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: риба смажена із цибулею по лєнінградськи

| № п/п | Сировина                  | Витрати сировини, г |       | Вимоги до якості                         |
|-------|---------------------------|---------------------|-------|--|
|       |                           | брутто              | нетто |  |
| 1     | Картопля                  | 263                 | 150   | Сировина повинна відповідати вимогам НТД |
| 2     | Цибуля ріпчаста (смажена) | 44                  | 35    |  |
| 3     | Порційні шматки риби      | 286                 | 155   |  |
| 4     | Борошно                   | 6                   | 6     |  |
| 5     | Олія рослинна             | 6                   | 6     |  |
|       | Вихід:                    | -                   | 352   |  |

#### *Технологія приготування*

Картоплю варять у шкірочці, (охолоджують, очищають, нарізають кружечками й обсмажують по обидва боки. Ріпчасту цибулю нарізають кільцями, панірують в борошні й варять у фритюрі до золотавого кольору.

Порційний шматок риби варять основним способом і доводять до готовності в жаровій шафі. Смажену рибу укладають на порційну сковороду в середину, навколо – смажена картопля кружечками, а на рибу кладуть кільця смаженої цибулі.

#### *Вимоги до якості*

Риба повинна бути рівномірно обсмажена з усіх боків, цибуля не горіла і ні в якому випадку із запахом і смаком пересмаженого фритюру. Золотава картопля кружками, що зберегла форму.

#### **2.4.1.5. Приготувати рибу смажену на рожні**

Таблиця 2.5 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: риба смажена на рожні

| № п/п | Сировина        | Витрати сировини |       | Вимоги до якості                         |
|-------|-----------------|------------------|-------|--|
|       |                 | брутто           | нетто |  |
| 1     | Лосось          | 384              | 254   | Сировина повинна відповідати вимогам НТД |
| 2     | Сметана         | 1                | 1     |  |
| 3     | Цибуля ріпчаста | 48               | 40    |  |
| 4     | Зелень петрушки | 5                | 5     |  |
| 5     | Лимон           | 7                | 7     |  |
|       | Вихід:          | -                | 150   |  |

#### *Технологія приготування*

Порційні шматки риби без шкіри й кісток ошпарюють, промивають. Посипають сіллю й одягають на шпажку, рожен змазують сметаною й смажать на грилі. При відпуску гарнірують дрібно нарізаною цибулею, зеленню петрушки й часточками лимона, окремо в соуснику можна подати кетчуп, майонез.

### *Вимоги до якості*

Порційні шматки, рівномірно обсмажені на рожні  
Гарніруються дрібно нарізаною цибулею й зеленню кропу із часточкою лимону.

#### **2.4.2 Обробка результатів**

Органолептичні показники якості:

Кількість приготовлених порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

#### **2.5 Висновки**

#### **2.6 Питання для самоконтролю**

1. Значення рибних страв у харчуванні людини?
2. Як змінюються основні речовини, що містяться в рибі при тепловій обробці?
3. Як варять і відпускають рибу?
4. Поясніть, чому припущена риба смачніша, ніж варена?
5. Як визначити готовність смаженої риби?
6. Як підготувати рибу для припущення? Для тушкування? Для смаження?
7. З яким гарніром краще відпустити смажену рибу?
8. При якій температурі смажать рибу основним способом та як визначити її готовність?
9. При якій температурі смажать рибу у фритюрі?
10. З яким гарніром відпускають рибу, смажену у фритюрі?
11. Як підготувати рибу до запікання?
12. Як приготувати запечену рибу?
13. Назвіть вимоги до якості смаженої риби?

### **3 Лабораторна робота № 3**

#### **Приготування та відпускання страв із яєць і свіжого сиру.**

#### **Бракераж готових страв**

**3.1 Мета роботи:** поглибити теоретичні знання, сформувати практичні уміння та навички з приготування страв із яєць і свіжого сиру.

**3.2 Матеріально-технічне оснащення:** каструлі різної ємності, сковорідки, шумівку, обробні дошки, лотки, друшляк, розливні, мірні та столові ложки, сито, столові тарілки та прибори, сировина.

#### **3.3 Короткі теоретичні відомості**

**Яйця** – продукт високої харчової і біологічної цінності, оскільки в них



містяться всі поживні речовини, які потрібні людині для нормальної життєдіяльності.

За способом теплової обробки страви з яєць поділяють на відварні, смажені і запечені.

При нагріванні білок і жовток яйця змінюються, зсідаються. При температурі 50-55°C з'являються перші ознаки зсідання білка (денатурації) – часткове помутніння; при 55-60°C каламутним стає весь білок; при 60-65°C він помітно загусає; при 65-75 °C перетворюється на драгледоподібну ніжну рухливу масу, яка при нагріванні до температури 75-85°C ущільнюється, а при подальшому нагріванні утворені драглі поступово твердіють. При температурі 80-85°C білок міцнішає, при 95-100°C його міцність майже не змінюється. На відміну від білків м'яса і риби яєчний білок при нагріванні не виділяє води.

Жовток починає загусати лише при температурі 70 °C, оскільки жир його має низьку температуру топлення і знаходиться у стані ніжної емульсії.

При приготуванні страв із суміші білків і жовтків з додаванням молока або води температура, при якій відбувається денатурація білків, також підвищується до 70-75 °C, маса залишається ніжною, завдяки чому страви легше засвоюються організмом, порівняно з білком яйця, звареного круто.

Додавання солі знижує температуру зсідання білків, тому при смаженні яєчні на поверхні жовтка утворюються білі плями у тих місцях, де потрапила сіль.

При тривалому варінні яєць (понад 10 хв.) білок частково розпадається, виділяючи сірководень, який із залізом жовтка утворює сірчисте залізо, при цьому верхній шар жовтка темніє.

Швидке охолодження зварених яєць у воді перешкоджає сполученню сірководню із залізом, колір поверхні жовтка майже не змінюється.

**Сир** – цінний продукт харчування. До складу його входять органічні (молочні) кислоти, мінеральні речовини, зокрема солі фосфору і кальцію, вітаміни А, Е групи В.

Білки жиру повноцінні, містять усі незамінні амінокислоти, сприятливо впливають на жировий обмін. Завдяки лікувальним властивостям білків, які входять до складу сиру, а також високому вмісту мінеральних речовин страви з сиру рекомендується використовувати у дитячому і дієтичному харчуванні, при захворюваннях печінки, нирок, шлунка, атеросклерозу.

Сир використовують для приготування холодних і гарячих страв. Застосовують жирний, напівжирний і знежирений сир.

### **3.4 Експериментальна частина**

#### **3.4.1 Хід роботи**

Визначити втрати при тепловій обробці сирників. Фактичні результати порівняти з нормативними та пояснити розбіжності.

##### **3.4.1.1 Приготувати яєчню натуральну**

**Рецептура:** яйця – 3 шт., маргарин або вершкове масло – 10г.

Вихід – 114 г

### *Технологія приготування*

На добре розігріту (140-160°C) порціонну сковороду з вершковим маслом обережно випустити підготовлені яйця, не порушуючи цілісності жовтка, посипати сіллю (на 1 яйце 0,25 г солі) і смажити 3-5 хвилин. Жовток повинен залишитися напіврідким. Сіль використовують дрібну і посипають нею тільки білок, оскільки на жовтку від солі залишаються білі плями. Частина солі можна додати у жир, щоб білок не набухав. Жовток при смаженні можна посипати перцем.

Подають яечню у порціонній сковорідці, яку ставлять на закусочну тарілку з паперовою серветкою, іноді перекладають у тарілку, поливають вершковим маслом, посипають зеленню.

### *Вимоги до якості*

Яечня зберігає форму і має напіврідкий жовток. Краї яечні не підсушені. Жовток не містить білих плям від солі, збережена правильна форма жовтка.

#### **3.4.1.2 Приготувати яечню з сухарями**

**Рецептура:** яйця – 2 шт., сухарі житні або пшеничні – 5г, маргарин або вершкове масло – 10 г. Вихід – 90 г.

### *Технологія приготування*

На подрібнені й обсмажені сухарі випускають яйця і ставлять на 4-5 хвилин у жарову шафу.

Подаючи на стіл, посипають подрібненою зеленню.

### *Вимоги до якості*

Яечня зберігає форму і має напіврідкий жовток. Краї яечні не підсушені. Жовток не містить білих плям від солі, збережена правильна форма жовтка.

#### **3.4.1.3. Приготувати омлет натуральний**

**Рецептура:** яйця – 80 г., молоко чи вода – 30 г, омлетної маси – 110 г, маргарин столовий – 5 г, маса готового омлету – 105 г, масло вершкове або маргарин – 5 г. Вихід – 110 г

### *Технологія приготування*

Готують омлетну масу. Для цього підготовлені яечні продукти з'єднують з молоком і сіллю, добре розмішують, злегка збивають до утворення піни.

На добре розігріту чавунну сковороду з вершковим маслом швидко виливають підготовлену омлетну масу і смажать до повного її загусання. Коли нижня частина омлету підсмажиться

### *Вимоги до якості*

Омлет смажений має світло-жовтий колір, хвилясту поверхню, пухку соковиту консистенцію. Не допускається відокремлення рідини.

#### **3.4.1.4 Приготувати сирники**

**Рецептура:** сир – 152 г, борошно пшеничне – 20 г, яйця – 1/8 шт., маса напівфабрикату – 180 г, маргарин – 5 г, маса готових сирників – 150 г, сметана або варення – 20 г, масло вершкове – 5 г; або цукор – 10 г; або сметана – 20 г; або соус – 75 г. Вихід: 170 г /155 г /180 г /225 г.

Для цієї страви бажано використовувати жирний сир. Сирники готують з цукром і ваніліном, без цукру. Без цукру сирники готують з додаванням картопляного пюре, квасолі, а також, якщо сир з підвищеною вологістю або

кислотністю. У протертий сир додати 2/3 борошна, яйця, сіль, цукор, ванілін (0,02 г на порцію, попередньо розчинити у гарячій воді). Масу добре перемішати і сформувати у вигляді биточків 1,5 см завтовшки, запанірувати у борошні, підсмажити основним способом з обох боків. Довести до готовності в жаровій шафі протягом 5-7 хвилин.

подавати сирники по 2-3 штуки на порцію на підігрітих столових тарілках з цукром, варенням або сметаною. Молочний солодкий соус, або сметану подати окремо або підлити поряд з сирниками.

#### *Вимоги до якості*

Гарно підсмажені, не підгорілі, солодкі на смак з присмаком ванілі.

#### **3.4.1.5. Приготувати пудинг із сиру**

**Рецептура:** сир – 152 г, крупа манна – 15 г, цукор – 15 г, яйця – ¼ шт., виноград сушений (родзинки) – 204 г, маргарин столовий або масло вершкове – 5, ванілін – 0,02 г, сухарі – 5 г, сметана – 5 г, маса готового пудингу 200 г, сметана – 20 г, або соус – 75 г. Вихід 220 г

#### *Технологія приготування*

У гарячій воді (10-20 см<sup>3</sup> на порцію) розчинити ванілін, потім всипати манну крупу і помішуючи заварити. Родзинки перебрати і промити, сир протерти, білки сирих яєць відділити від жовтків, збити до утворення пухкої стійкої піни, горіхи подрібнити.

У протертий сир додати яєчні жовтки, розтерті з цукром, охолоджену заварену манну кашу або манну крупу, вершкове масло або маргарин, сіль, ванілін, родзинки, горіхи. Масу ретельно перемішати, ввести збиті білки і ще раз обережно перемішати, щоб білки не осіли.

Масу викласти у форму або на лист, змащені маслом і посипані сухарями на ¾ об'єму, поверхню вирівняти, змастити сметаною і запікати у жаровій шафі 25-35 хвилин при температурі 200-220°C до утворення на поверхні добре підсмаженої кірочки. Пудинг витримати у шафі 5-10 хв. Для остигання, вийняти обережно з форми (щоб пудинг не осів, і порізати на порції.

Пудинг запечений на листі, розрізати не викладаючи з листа на порційні куски квадратної форми. (1 кусок на порцію).

подавати у гарячому вигляді на порціонному підігрітому блюді або тарілці зі сметаною, солодким або молочним соусом. Сметану або соус подати окремо у соуснику.

#### *Вимоги до якості*

Пудинг повинен мати гладеньку поверхню без тріщин, вкритий рівномірною золотистою скоринкою, колір на розрізі світло-кремовий. Консистенція пухка, однорідна. Смак солодкий.

#### **3.4.2 Обробка результатів**

Органолептичні показники якості:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

### 3.5 Висновки

### 3.6 Питання для самоконтролю

1. Чим цінні страви з сиру?
2. Як приготувати і подати сирники?
3. Як видалити з сиру для приготування сирників зайву вологу?
4. Які терміни зберігання страв із сиру?
5. Які поживні речовини містяться в яйцях?
6. Чому сирі яйця засвоюються гірше, ніж варені?
7. Які продукти переробки яєць використовують на підприємствах громадського харчування? Дайте їм характеристику.
8. Як приготувати і подати яєчну натуральну
9. Які вимоги до якості страв з яєць?
10. Технологія приготування пудингу із сиру.

## 4 Лабораторна робота № 4 Приготування виробів з прісного тіста

**4.1 Мета роботи:** сформувати практичні уміння та навички з приготування та подачі виробів з прісного тіста;

**4.2 Матеріально-технічне оснащення:** каструлі різної ємності, сковорідки, ножі кухарської трійки, шумівку, сито, обробні дошки, розливні, мірні та столові ложки, тарілки столові мілкі, дерев'яні лотки, сировина.

### 4.3 Короткі теоретичні відомості

Вироби з тіста висококалорійні, користуються попитом; вони смачні, мають привабливий зовнішній вигляд і аромат. Їх можна використовувати як самостійні вироби, а також подавати до борщів, щів, прозорих бульйонів. Харчова цінність виробів з тіста залежить від вмісту в них вуглеводів (від 32 до 57%), рослинних білків, жирів, які додають у тісто, вітамінів групи РР, В. Проте білки тіста неповноцінні, тому в нього при замішуванні додають молоко і яйця. Приготування виробів з тіста з м'ясним, рибним, сириним фаршами дає змогу підвищити біологічну цінність і мінеральний склад виробів.

#### *До борошняних виробів відносять:*

- страви з борошна (вареники, пельмені, млинці, налисники, оладки, локшина);
- вироби з дріжджового тіста (пироги, пиріжки, ватрушки, кулеб'яки, розтягаї);
- кондитерські вироби з бісквітного, листкового, пісочного, здобного та заварного тіста (торти, тістечка, пиріжки, воловини).

#### *Класифікація бездріжджового тіста за видом розпушувачів*

Розрізняють такі види бездріжджового тіста:

- без розпушувачів (тісто для млинців, млинчиків, вареників, пельменів,

галушок, локшини);

- приготовлене з хімічними розпушувачами (пісочне, прісне, здобне тісто для пирогів, пиріжків, тортів, тістечок, сочників, ватрушок, печива, корзиночок);

- приготовлене з використанням механічного розпушування (бісквітне, листкове, заварне тісто для тістечок, тортів, рулетів, печива).

**За способом приготування** бездріжджове тісто може бути **заварне і незаварне** (вареники, галушки).

Заварним називається таке тісто, при виготовленні якого борошно або його частину заварюють гарячою водою або сиропом.

#### 4.4 Експериментальна частина

Визначити тривалість приготування різних видів виробів з прісного тіста і провести їх органолептичну оцінку.

##### 4.4.1 Хід роботи

##### 4.4.1.1 Приготувати пельмені з м'ясом

Таблиця 4.1 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: пельмені з м'ясом

| Найменування сировини                  | Витрати сировини в г на 1000 г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|--|--------------------------------|-------|---------------------------------|
|  | брутто                         | нетто |                                 |
| <b>Для тіста</b>                       |                                |       | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Борошно пшеничне                       | 500                            | 500   |                                 |
| Яйця курячі харчові                    | 55                             | 45    |                                 |
| Вода                                   | 260                            | 260   |                                 |
| Сіль кухонна                           | 15                             | 15    |                                 |
| Маса тіста                             |                                | 800   |                                 |
| <b>Для фаршу</b>                       |                                |       |                                 |
| Яловичина або свинина (котлетне м'ясо) | 650                            | 650   |                                 |
| Цибуля ріпчаста                        | 85,0                           | 70,0  |                                 |
| Перець чорний молотий                  |                                | 0,02  |                                 |
| Сіль                                   | 15                             | 15    |                                 |
| Вихід                                  |                                | 1000  |                                 |

#### Технологія приготування

##### Приготування тіста

У просіяне борошно додають воду в якій розчиненні сіль, цукор, яйця і замішують тісто однорідної консистенції. Тісто залишають на 20-30 хвилин, закривши серветкою для набухання клейковини і надання йому еластичності.

##### Приготування фаршу

М'ясо і цибулю подрібнюють на м'ясорубці, додають сіль, перець і ретельно перемішують.

Готове тісто розкочати 1-1,5 мм завтовшки у вигляді смужки 40-50 мм завширшки, змастити сирими яйцями, залишаючи з країв 3 см. На середину

змащеної смужки, вздовж неї кладуть рядками кульки фаршу масою 7-8 г на відстані 3-4 см одна від одної. Потім краї змащеної смужки тіста піднімають, накривають фарш, після чого вирізають пельмені спеціальними формочками. Маса однієї штуки 12-13 г. Вирізки тіста без фаршу використовують при повторному розкачуванні.

Сформовані пельмені викладають в один ряд на посипані борошном дерев'яні лотки і до варіння зберігають при температурі не нижче 0°C.

Пельмені варять 5-7 хвилин у киплячій воді. На 1 кг пельменів – 4 дм<sup>3</sup> води і 20 г солі, варять при слабому кипінні.

Готові пельмені виймають шумівкою або друшляком, дають стекти волі і відпускають. При відпусканні поливають маслом, оцтом, посипають перцем.

#### *Вимоги до якості*

Пельмені правильної форми, однакової величини, поверхня гладенька, добре захищені. Смак і запах відповідають виробу з прісного тіста, з ароматом начинки. Не допускають сторонні запахи і присмаки. Консистенція – щільна, м'яка, начинка соковита, м'яка.

#### **4.4.1.2 Приготувати вареники з сиром**

Таблиця 4.2 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: вареники з сиром

| Найменування сировини                                  | Витрати сировини в г на 1000 г |       | Технологічні вимоги до сировини |
|--|--------------------------------|-------|---------------------------------|
|  | брутто                         | нетто |                                 |
| <b>Для тіста</b>                                       |                                |       | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Борошно пшеничне                                       | 695                            | 695   |                                 |
| Яйця курячі харчові                                    | 63                             | 53    |                                 |
| Молоко   | 270                            | 270   |                                 |
| Сіль кухонна   | 12                             | 12    |                                 |
| Маса тіста   |                                | 900   |                                 |
| <b>Для сирного фаршу</b>                               |                                |       |                                 |
| Сир  | 500                            | 400   |                                 |
| Цукор білий кристалічний                               | 30                             | 30    |                                 |
| Сіль кухонна   | 10                             | 10    |                                 |
| Яйця курячі харчові                                    | 55                             | 45    |                                 |
| Маса сирного фаршу                                     |                                | 485   |                                 |
| Маса масла вершкового для поливання 1 порції вареників |                                | 20    |                                 |
| Вихід  |                                | 1000  |                                 |

#### *Технологія приготування*

##### *Приготування тіста*

У просіяне борошно додають молоко, в якому розчинені сіль, цукор, яйця і замішують тісто однорідною консистенцією. Тісто залишають на 20-30 хвилин, закривши серветкою для набухання клейковини і надання йому

еластичності.

#### *Приготування фаршу*

Якщо сир містить багато вологи, його загортають у чисту тканину і відтискають під пресом. Сир протерти, додати борошно, сіль, цукор, яйця. Масу добре перемішати і сформувати з неї невеликі кульки.

Готове тісто розкачати 1-1,5 мм завтовшки у вигляді смужки 40-50 мм завширшки, змастити сирими яйцями або льезоном, залишаючи з країв 4 см. На тісто покласти кульки сирного фаршу на відстані 4 см одна від одної. Піднявши край змащеної смужки тіста, накрити ним фарш., навколо кожної кульки верхній шар притиснути до нижнього і вирізати вареники металевою виїмкою. Обрізки тіста з'єднати і вдруге розкачати. Розкачане тісто можна зразу нарізати невеликими кусочками або за допомогою круглої виїмки. На них покласти фарш і защипати краї. Для формування вареників використовують стіл з дерев'яною поверхнею або широку дошку.

Для варіння вареники зберігають у холодній шафі на дерев'яних лотках посипаних борошном, при температурі від 0 до 6°C.

Вареники кладуть у киплячу підсолену воду (на 1 кг вареників 4 л води) невеликими порціями. Варять доти, поки вареники не спливають на поверхню, протягом 5-7 хвилин при слабкому кипінні. Готові вареники виймають шумівкою, кладуть у посуд з розтопленим вершковим маслом і злегка струшують.

Подавати у підігрітому посуді, полити розтопленим маслом. Можна подати окремо сметану у сметаннику або у соуснику. На 1 порцію йде 7-8 вареників.

*Вареники можна готувати з різними начинками.*

*Інші способи формування вареників:*

- тісто розкачують завтовшки 1-1,5 мм, потім з нього вирізають варениці за допомогою виїмки, посередині варениці кладуть начинку, краї зліплюють. При цьому способі залишається багато тіста, яке швидко висихає і його знову треба переробляти;

- тісто розробляють на валик діаметром 2-3 см, ріжуть його на шматочки, кожен обкачують в борошні і розкачують варениці до товщини 1-1,5 мм, потім формують вареники;

- тісто розкачують завтовшки 1-1,5 мм, ріжуть на смужки, потім на квадратики розміром 5x5 см. Начинку кладуть посередині квадрата і зліплюють два протилежні кінці у трикутник;

- тісто розкачують у вигляді прямокутника завтовшки 1-1,5 мм, завширшки 10 см. На одну половинку тіста на відстані 1 см від краю викладають начинку по всій довжині прямокутника на 6-7 см одна від одної. Краї змащують яйцем, накривають начинку другою половинкою тіста і виїмкою вирізають вареники. Обрізки тіста з'єднують і повторно розкачують.

#### *Вимоги до якості*

*Зовнішній вигляд:* правильна форма – півмісяця, краї добре защипані, поверхня гладенька без тріщин і розривів.

*Консистенція:* оболонки – щільна, м'яка; начинки – соковита, м'яка.

*Колір:* оболонки – від світло-сірого до світло-кремового; начинки – відповідає начинці.

*Смак та запах:* відповідає виробу з прісного тіста з ароматом начинки.

#### **4.4.1.3. Приготувати вареники з картоплею і шкварками**

Таблиця 4.3 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: вареники з картоплею і шкварками

| Найменування сировини              | брутто<br>в грамах | нетто<br>в грамах | Технологічні<br>вимоги до<br>сировини |
|------------------------------------|--------------------|-------------------|---------------------------------------|
| Тісто для вареників                |                    | 82                | Сировина<br>відповідає<br>вимогам НТД |
| Начинка з картоплі                 |                    | 103               |                                       |
| Маса сирих вареників               |                    | 185               |                                       |
| Маса варених вареників             |                    | 200               |                                       |
| Цибуля ріпчаста                    | 25                 | 21                |                                       |
| Сало шпик                          | 19,8               | 19                |                                       |
| Маса пасерованої з салом<br>цибулі |                    | 25                |                                       |
| Вихід                              |                    | 225               |                                       |

*Для тіста вам знадобиться:*

- 3 склянки (350 г) борошна;
- 3-4 ст. ложки сметани;
- 1/2 ч. ложки солі;
- 1/2 ч. ложки соди;
- біля 100 см<sup>3</sup> (1/2 склянки) води.

*Для начинки:*

- 5-6 невеликих картоплин (500 г);
- 2 цибулини;
- 70-100 г вершкового масла;
- мелений перець;
- сіль.

*Технологія приготування*

1. Приготувати тісто.
2. Зробити з тіста валик.
3. Нарізати валик невеликими шматочками (масою 10-11 г).
4. Розкочати кружальцями завтовшки 1,5-2 мм.
5. Розмістити посередині начинку (12-13 г. на шт.).
6. З'єднати краї.
7. Защипнути, надаючи форму півмісяця.
8. Воду довести до кипіння.
9. Посолити.
10. Скласти вареники у киплячу підсолену воду.
11. Варити 5-7 хв. при слабкому кипінні.
12. Подавати: на підігріту тарілку скласти вареники (7-8 шт. на порцію) і заправити пасерованою із салом цибулею.



### Вимоги до якості

**Зовнішній вигляд:** правильна форма – півмісяця, краї добре защипані, поверхня гладенька без тріщин і розривів.

**Консистенція:** оболонки – щільна, м'яка, начинки – соковита, м'яка.

**Колір:** оболонки – від світло-сірого до світло-кремового, начинки – відповідає начинці.

**Смак та запах:** відповідає виробу з прісного тіста з ароматом начинки.

#### 4.4.1.4 Приготувати млинчики з варенням

Таблиця 4.4 – Технологічно-інструкційна карта

Найменування страви: млинчики з варенням

| Найменування сировини        | Брутто   | нетто           | Технологічні вимоги до сировини |
|------------------------------|----------|-----------------|---------------------------------|
|                              | в грамах | в грамах        |                                 |
| <b>Для тіста</b>             |          |                 | Сировина відповідає вимогам НТД |
| Борошно пшеничне             | 140      | 140             |                                 |
| Яйця курячі харчові          | 1/3 шт.  | 28              |                                 |
| Молоко                       | 347      | 347             |                                 |
| Цукор білий кристалічний     | 8        | 8               |                                 |
| Сіль кухонна                 | 2,6      | 2,6             |                                 |
| Маса тіста                   |          | 300             |                                 |
| Вихід, г, млинчики           | 50,5     | По 100 г кожний |                                 |
| <b>Начинка:</b>              |          |                 |                                 |
| Варення                      |          | 50              |                                 |
| Маса напівфабрикату ( 1 шт.) |          | 150             |                                 |
| маргарин                     |          | 6               |                                 |
| Маса смаженого млинчика      |          | 135             |                                 |

### Технологія приготування

#### Приготування тіста

Яйця, сіль, цукор розвести у холодному молоці (50% норми), всипати борошно, розмішати до однорідної маси, поступово додаючи молоко. Тісто процідити. При приготуванні тіста для млинчиків слід дотримуватись норми води або молока, а саме: на 1 кг борошна – 2,5дм<sup>3</sup>.

Млинчики смажать на змащеній жиром сковорідці діаметром 24-25 см. Млинчики обсмажують з однієї сторони і охолоджують. На підсмажену сторону кладуть начинку, згортають у вигляді прямокутника, обсмажують у маргарині з обох боків.

Відпускають млинчики по 2 штуки на порцію на мілкій столовій тарілці. Сметану подають у соуснику.

### Вимоги до якості

Млинчики – прямокутної форми, однакової величини, без тріщин, розривів. Смак приємний, солодкуватий. Запах смаженого тіста і варення. Не допускаються сторонні запахи і присмаки. Консистенція – м'яка.

#### **4.4.2 Обробка результатів**

Органолептичні показники якості:

Кількість приготовлених порцій:

Рецептура приготування на вказану кількість порцій:

Тривалість приготування, хв.:

Правила подачі:

Кількість штук виробів в 1 порції:

#### **4.5 Висновки**

#### **4.6 Питання для самоконтролю**

1. Яким способом готують тісто для млинців?
2. Правила подачі млинців? вареників? пельменів?
3. Як приготувати фарш картопляний зі шкварками?
4. Як підготувати свіжий сир для вареників з сиром?
5. Як підготувати сировину для приготування тіста?
6. Як приготувати тісто для вареників?
7. Як приготувати тісто для млинців?
8. Як приготувати тісто для пельменів?

## Рекомендована література

### Базова

1. Нормативно-технічна документація
2. Доцяк В.С., Українська кухня.– Львів: «Оріяна нова», 1998. – 557 с.
3. Збірник рецептур страв української кухні. – К.: Техніка, 1992.
4. Старовойт Л.Я., Косовенко М.С., Смирнова Ж.М. Кулінарія – К.: Техніка, 1999. – 430 с.

### Допоміжна

5. Азбука домашнього господарювання. / Е.О. Блажко, М.Й. Барановський, Д.М. Володарська та ін.; Упоряд. Д.М. Володарська. – К.: Техніка, 1980. – 367 с.
6. Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів для підприємств громадського харчування всіх форм власності. – К.: А.С.К., 2000.
7. Кіросір Л.М., Титаренко В.П. Традиційні українські страви. – Полтава: ПДПУ, 1999. – 120 с.
8. Кравець В.С. Страви з картоплі. – К.: Час, 1991. – 294 с.
9. Карсекін В.В., Колакура М.М. Раціональне харчування в сім'ї. – К.: Техніка, 1986.
10. Майструк П.Н., Дунаевский Г.А. Организация диетического питания. – К.: Здоров'я, 1980. (рос.).
11. Сирохман І.В., Задорожний І.М., Пономарьов П.Х. Товарознавство продовольчих товарів. – Київ: Лібра, 1997.– 632 с.
12. Ткач В.В., Пластун А.М. Технологія приготування їжі: практикум. – К.: Центр навчальної літератури, 2004.
13. Українська кухня. – [3-тє вид., доп.]. – К.: Мистецтво, 1992. – 304 с.
14. Шумило Г.І. Технологія приготування їжі: Навч. посібник. – К.: «Кондор», 2003. – 506 с.

## Додаток А – Правила роботи в харчовій лабораторії і техніка безпеки

Студенти несуть дисциплінарну відповідальність за неправильну поведінку в лабораторії.

*При роботі в харчовій лабораторії необхідно неухильно виконувати правила роботи та техніку безпеки:*

- старанно готуватися до кожного лабораторного заняття;
- не входити до лабораторії у верхньому одязі, не класти на столи портфелі, валізки та інші непотрібні для роботи речі;
- не дозволяється носити годинники, каблучки, персні, нігті повинні бути коротко підстрижені, без лаку;
- не дозволяється розчісувати волосся в лабораторії;
- при механічній кулінарній обробці м'яса, риби, овочів необхідно дотримуватись санітарних вимог: сирі і варені продукти обробляти на окремих обробних маркованих дошках;
- у процесі роботи постійно прибирати відходи, періодично прибирати робоче місце, мити посуд, інвентар, руки;
- роботи треба проводити лише в чистому посуді. Посуд необхідно мити відразу після виконання роботи;
- при роботі з електричними приладами необхідно дотримуватись правил роботи з ними, які приводяться інструкціях до будови і роботи електричних приладів;
- категорично забороняється залишати включені прилади без нагляду;
- вимкнути після роботи електронагрівальні прилади, загасити газові пальники, перевірити, чи добре закручені водопровідні крани;
- після закінчення роботи прибирати робочі місця: дерев'яний інвентар ретельно очищують, миють із содою, просушують, а інший інвентар миють, ошпарюють окропом і здають лаборанту.