

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета

Дата подписания: 22.05.2024 10:56:44

Уникальный программный ключ:

d74ce93cd40e39275c3ba2f584864128cc8a751

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания

по выполнению лабораторных работ

по дисциплине «Технология азиатской кухни»

для студентов направления подготовки

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания

Направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

Пятигорск, 2024 г.

Содержание

Введение	2
Лабораторная работа №1 Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ (азербайджанских, узбекских)	12
Лабораторная работа №2 Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ (туркменских, казахских)	15
Лабораторная работа №3 Технология производства блюд индийской кухни	19
Лабораторная работа №4 Технология производства блюд индокитайской кухни	23
Лабораторная работа №5 Технология производства блюд непальской кухни	28
Лабораторная работа №6 Технология производства блюд монгольской кухни	32
Лабораторная работа №7 Технология производства блюд корейской кухни	35
Лабораторная работа №8 Технология производства блюд вьетнамской и филиппинской кухни	39
Лабораторная работа №9 Технология производства блюд китайской кухни	43
Лабораторная работа №10 Технология производства блюд японской кухни	49
Рекомендуемая литература и интернет-ресурсы	53
Приложения	54

Введение

Азиатская кухня (*восточноазиатская кухня*) – обобщающий термин, используемый, как правило, для общего названия кухонь восточной, южной, и юго-восточной Азии. Кухни стран островов тихого океана обычно не включаются в это понятие, также как и кухни других регионов Азии – западной и средней Азии.

В последнее время национальная кухня Азии привлекает все большее число ее последователей. По всему миру открываются рестораны японской, китайской, тайской, индийской кухонь и пользуются они постоянно большим успехом среди посетителей.

Азиатская кухня – это термин, объединяющий в себе особенности приготовления различных блюд центральной, восточной, южной Азии, Индии, Тайваня, Бирмы, Японии, Афганистана, Пакистана, Таиланда, Вьетнама, Китая и т.д.

Целью изучения дисциплины «Технология азиатской кухни» является изучение особенностей питания иностранных гостей и туристов Азии; национальных кухонь стран Азии; национальных кухонь Азиатских стран ближнего зарубежья.

В результате самостоятельного изучения дисциплины обучающийся должен приобрести следующие компетенции:

Содержание компетенции

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-5 Способен применять специализированные и профессиональные знания, в том числе инновационные, в области технологии произ-	ИД-1 _{ПК-5} Осуществляет контроль качества, безопасности сырья и готовой продукции с использованием нормативной документации,	Осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной документацией, основными

водства продуктов питания, определять направления развития технологии пищевых производств, повышения качества и безопасности готовой продукции.	основных и прикладных методов исследований.	и прикладными методами исследований.
	ИД-2ПК-5 Организует технологический процесс производства продуктов питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов с применением современного технологического оборудования, традиционных и новых видов сырья.	Анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного технологического оборудования.
	ИД-3ПК-5 Выявляет объекты для улучшения технологии пищевых производств с учетом прогрессивных методов эксплуатации оборудования, принципов управления качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства, основ физиологии пищеварения и обмена веществ, современных концепций питания.	Учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасность и прослеживаемость производства, современные концепции питания для улучшения технологии приготовления блюд и изделий.
ПК-8 Способен организовать контроль за обеспечением качества продукции и услуг	ИД-1ПК-8 Организует мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции для различных видов питания, оказываемых услуг предприятиями питания.	Учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания.

Перечень лабораторных работ
по дисциплине «Технология азиатской кухни»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Номер рецептуры по НТД*	Наименование оборудования, посуды и инвентаря
1	2	3	4	5
Для очной формы обучения 8 семестр				
1	Лабораторная работа №1			Оборудование: электрическая плита, хо-

	Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ (азербайджанских, узбекских) 1. Салат-коктейль «Имбирный» 2. Кюфта-бозбаш (суп с мясными шариками) (азербайджанское национальное блюдо) 3. Лагман (узбекское национальное блюдо) 4. Чай-заварка	4	171* 347* 785* 1166*	лодильный шкаф, блендер, протираочная машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
2	Лабораторная работа №2 Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ (туркменских, казахских) 1. Плов с рыбой (туркменское национальное блюдо) 2. Манты с бараниной (казахское национальное блюдо) 3. Беляш (казахское национальное блюдо) 4. Чай-заварка	4	637* 1244* 1280* 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протираочная машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
3	Лабораторная работа №3 Технология производства блюд индийской кухни 1. Салат по-индийски 2. Суп «Карри» 3. Филе сома по-индийски 4. Алу паратха (индийские лепешки с картофельной начинкой) 5. Чай-заварка	4	183/1** 185/9** 186/13** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протираочная машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
4	Лабораторная работа №4 Технология производства блюд индокитайской кухни 1. Суп из свинины 2. Рис по-вьетнамски 3. Крабы по-сиамски 4. Пельмени отварные 5. Чай-заварка	4	195/1** 196/2** 196/4** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протираочная машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
5	Лабораторная работа №5 Технология производства блюд непальской кухни 1. Джауло - пряная овощная похлебка с рисом и бобами (Tarkaari ko Jaulo)	4	ТТК	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протираочная машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки,

	2. Жареные момо с овощной начинкой 3. Плов с курицей (Kukhura ko Pulau) 4. Чай-заварка		ТТК ТТК 1166*	дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
6	Лабораторная работа №6 Технология производства блюд монгольской кухни 1. Салат из балкажанов с чесноком 2. Суп гороховый по-монгольски 3. Баранина с луком 4. «Боорцог» Монгольский десерт 5. Чай-заварка	4	221/2** 223/11** 227/20** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
7	Лабораторная работа №7 Технология производства блюд корейской кухни 1. Салат с корейской морковью и крабовыми палочками 2. Сапсо 3. Яблоки в карамели 4. Панкейки «Хотток» 5. Чай-заварка	4	ТТК 225/15** 230/31** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
8	Лабораторная работа №8 Технология производства блюд вьетнамской и филиппинской кухни 1. Салат из курицы и овощей с чили 2. Суп из спаржи с крабами 3. Эскабече 4. Бананы в карамели по-вьетнамски 5. Чай-заварка	4	222/1*** 222/2*** 225/1*** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
9	Лабораторная работа №9 Технология производства блюд китайской кухни 1. Салат с фунчозой 2. Шпинатный суп со свиной 3. Судак по-китайски 4. Фа гао 5. Чай-заварка	4	ТТК 225/16** 228/25** ТТК 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
10	Лабораторная работа №10 Технология производства блюд японской кухни	4		Оборудование: электрическая плита, холодильник, шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли

	1. Суши «Сяйки» 2. Ролл по-домашнему 3. Ролл овощной 4. Чай-заварка		ТТК ТТК ТТК 1166*	емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
	Итого	40		
Для заочной формы обучения 9 семестр				
1	Лабораторная работа №1 Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ 1. Салат-коктейль «Имбирный» 2. Кюфта-бозбаш (суп с мясными шариками) (азербайджанское национальное блюдо) 3. Лагман (узбекское национальное блюдо) 4. Чай-заварка	4	171* 347* 785* 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильный шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
2	Лабораторная работа №2 Технология производства блюд азиатской кухни стран СНГ 1. Плов с рыбой (туркменское национальное блюдо) 2. Манты с бараниной (казахское национальное блюдо) 3. Беляш (казахское национальное блюдо) 4. Чай-заварка	4	637* 1244* 1280* 1166*	Оборудование: электрическая плита, холодильный шкаф, блендер, протирающая машина; наплитная посуда: кастрюли емкостью 1-2 л, сковороды, сотейники, инвентарь и посуда: доски разделочные, ножи поварская тройка, лопатки, дуршлаг, столовая посуда и приборы для азиатской кухни.
	Итого	8		

* Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию общественного питания /Составитель Могильный М.П.- ДеЛи плюс, 2011. -1008 с.

** Кухни народов мира. Ч. 2: Практ. пособие. – 2-е изд. – М.: Высш. шк., 1993. – 288 с.

***Практическая энциклопедия азиатской кухни. Международный конкурс кулинарных книг, 2015. – 256 с.

Основными целями проведения лабораторных работ по дисциплине «Технология азиатской кухни» являются:

Освоение рациональных методов организации труда при приготовлении блюд или кулинарных изделий.

Закрепление теоретических знаний, полученных при изучении технологии приготовления пищи и приобретение навыков работы с нормативно-технической документацией.

Отработка практических навыков приготовления, оформления, подачи блюд и проведения бракеража.

Отработка практических навыков организации рабочего места и выполнения санитарно-гигиенических требований при выполнении технологических процессов.

Описание каждой лабораторной работы начинается с определения целей. Достижение этих целей направлено на приобретение широких навыков приготовления, оформления и подачи определенной группы блюд или кулинарных изделий. Далее приводится предмет и содержание работы, после этого перечисляются оборудование, технические средства и инструмент, которые необходимо подготовить к занятию. Затем описывается порядок выполнения работы, содержащий перечень и рецептуры конкретных блюд и кулинарных изделий, на примере которых отрабатываются указанные выше навыки. Перечень необходимых продуктов и расчет их количества определяются по сырьевым ведомостям по каждому блюду (изделию). Каждое занятие заканчивается оценкой качества приготовленной кулинарной продукции. Провести бракераж помогут изложенные в конце работы требования к качеству блюд и кулинарных изделий, приготовление которых предусмотрено на занятии. В методических указаниях приводятся общие правила к оформлению работы, в конце каждой лабораторной работы даны контрольные вопросы и задания.

Лабораторная работа оформляется в виде рабочей тетради (приложение А).

К каждому блюду необходимо представить схему его приготовления.

Указания по технике безопасности:

Лабораторию специальной технологии разрешается вводить в эксплуатацию только при полном соблюдении санитарных норм технической оснащённости постановленной по вопросам охраны труда, техники безопасности, противопожарной безопасности предприятия.

Все работающие должны знать правила техники безопасности, производственной санитарии. К работе допускаются лица, прослушавшие инструктаж по технике безопасности не реже 1 раза в год.

При монтаже, эксплуатации, ремонте электрического, механического и холодильного оборудования необходимо соблюдение правил технических эксплуатаций к безопасности обслуживания.

Всё оборудование должно содержаться в исправном состоянии и в санитарном состоянии. Провода и кабели к переносному электрическому оборудованию не должны касаться влажных и горячих поверхностей.

К травматизму относят: ожоги, порезы при измельчении продуктов, травмы при работе на неисправном оборудовании без поражений опасных мест и заметного заземления.

Правила техники безопасности:

Перед началом работы.

1. Одеть спецодежду, волосы убрать под головной убор, рукава должны быть застёгнуты на кисти рук, надеть удобную обувь.

2. Привести в порядок рабочее место, не загромождать проходы.

3. Осмотреть инвентарь и убедиться в его исправности.

4. При осмотре оборудования проверить:

а) правильность сборки;

б) надёжность крепления машин;

в) наличие и исправность заземления;

г) исправность пускорегулирующего устройства;

д) наличие и исправность ограждения.

5. Ремонт машины могут производить только квалифицированные рабочие. Самому ремонту производить запрещено.

Во время работы:

1. Не трогать устройства машины, с которым не знакомы.

2. Пуск и установку электродвигателя при загрузке продуктов в сменном механизме изменять запрещено.
3. Оставлять работающую машину или сменный механизм без присмотра запрещается.
4. Все работающие механизмы и машины вне рабочее время должны быть выключены от электросети в положении “выключено”.
5. Запрещается работать со снятой загрузочной воронкой.
6. Разделку мороженого мяса производить после оттаивания.
7. При работе на тепловом оборудовании строго соблюдать правила. Необходимо, чтобы поверхность жарочной плиты была ровной без трещин.
8. Не ставить в духовку противни, не соответствующие размерам духовки.
9. Крышки варочных котлов, кастрюль и другой посуды с горячей пищей, открывать запрещено.
10. Не браться за горячую посуду голыми руками, использовать полотенца.
11. Посуду с пищей, после её обработки, поставить на удобную, устойчивую подставку.
12. Принимать меры к уборке промытой жидкости жира, уроненных на пол продуктов.
13. Для вскрытия тары пользоваться инструментом, предназначенным для этого.
14. При переноске грузов установлены следующие нормы: для женщин – 20 кг, для мужчин – 50 кг.
15. Работу производить на оборудовании с электрическим обогревом стоя на электрическом коврике.
16. Запрещается работать на оборудовании, включённом в электросеть, зажигать спички, включать электроосвещение при наличии запахов газа.
17. Не запрещается работать на оборудовании с неисправной автоматической регулировкой.

Содержание отчета:

Для допуска студента к выполнению лабораторной работы необходимо наличие письменного отчета о выполняемой работе с заполненными технико-технологическими картами, технологическими схемами и т.д., заверенного преподавателем, проводящим лабораторную работу.

Технико-технологические карты – технологическая документация предприятий общественного питания.

Технико-технологические карты (ТТК) разрабатываются на новые и фирменные блюда и кулинарные изделия, вырабатываемые и реализуемые только в данном предприятии (на продукцию, поставляемую другим предприятиям, ТТК не действуют).

Утверждаются технико-технологические карты руководителем или заместителем руководителя предприятия общественного питания. Срок рассмотрения документации – не более 10 дней.

Срок действия технико-технологических карт определяется предприятием

Технология приготовления блюд и кулинарных изделий, содержащаяся в технико-технологических картах, должна обеспечивать соблюдение показателей и требований безопасности, установленных действующими нормативными актами.

Разработка технико-технологических карт

Технико-технологическая карта включает в себя:

- наименование изделия и область применения технико-технологической карты;
- требования к сырью;
- рецептуру блюда или изделия (включая норму расхода сырья и пищевых про-

дуктов брутто и нетто, массу (выход) полуфабриката и/или выход готового изделия (блюда);

- описание технологического процесса приготовления;
- требования к оформлению, подаче, реализации и хранению продукции общественного питания;
- показатели качества и безопасности продукции общественного питания;
- информационные данные о пищевой ценности продукции общественного питания.

В разделе «Область применения» указывают наименование блюда (изделия) и определяют перечень и наименования предприятий (филиалов), подведомственных предприятий, которым дано право производства и реализации данного блюда (изделия).

В разделе «Требования к сырью» делают запись о том, что продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для изготовления данного блюда (изделия), должны соответствовать требованиям нормативных и технических документов (ГОСТ, ТУ) и иметь сопроводительные документы, подтверждающие их качество и безопасность в соответствии с нормативными правовыми документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

В разделе «Рецептура» указывают норму расхода сырья и пищевых продуктов брутто и нетто на одну, десять или более порций (штук), или на один, десять и более кг, массу (выход) полуфабриката и выход продукции общественного питания (кулинарных полуфабрикатов, блюд, кулинарных, булочных и мучных кондитерских изделий). Для мучных кондитерских и булочных изделий в соответствии с нормативной документацией выход готовых изделий указывается на 10, 0 кг и 100 шт.

В разделе «Технологический процесс» содержится подробное описание технологического процесса изготовления блюда (изделия), в том числе режимы механической и тепловой обработки, обеспечивающие безопасность блюда (изделия), применение пищевых добавок, красителей, виды технологического оборудования и др.

В разделе «Требования к оформлению, подаче, реализации и хранению» отражают особенности оформления и подачи блюда (изделия), требования, порядок реализации продукции общественного питания, условия хранения и реализации, сроки годности согласно нормативным документам, действующим на территории государства, принявшего стандарт, а при необходимости и условия транспортирования.

В разделе «Показатели качества и безопасности» указывают органолептические показатели блюда (изделия): внешний вид, текстуру (консистенцию), вкус и запах. Здесь же делают запись о том, что микробиологические показатели блюда (изделия) должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011 или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт.

В разделе "Информационные данные о пищевой ценности" указывают данные о пищевой и энергетической ценности блюда (изделия). Пищевую ценность блюда (изделия) определяют расчетным или лабораторным методами.

Каждая технико-технологическая карта имеет порядковый номер и хранится на предприятии.

При внесении изменений в рецептуру или технологию производства продукции технико-технологическую карту переоформляют.

Форма технико-технологической карты приводится ниже.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20__ г.

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № ____

на _____

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

1.1. Настоящая технико-технологическая карта распространяется

на _____

вырабатываемое _____

и реализуемое _____

2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

2.1. Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления _____

должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

4.1. Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

_____ должно подаваться _____
оформляется _____

Реализация осуществляется при температуре подачи в течение

Хранят	
--------	--

Срок годности _____

6. ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1. Органолептические показатели качества

Внешний вид

Консистенция

Цвет _____

Вкус

Запах	
-------	--

6.2. Микробиологические показатели _____ должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011, или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории государства, принявшего стандарт (В РФ СанПиН 2.3.2.1078-01, индекс _____).

7. ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ _____
на выход _____

Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал
общие	из них животные	общие	из них растительные	общие	из них моно- и дисахариды	

Ответственный за оформление ТТК _____
 должность подпись Ф.И.О.

Примечание - При необходимости в разделе 7 указывают и другие показатели пищевой ценности, например, содержание витаминов, минеральных веществ и др.

Лабораторная работа №1

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД АЗИАТСКОЙ КУХНИ СТРАН СНГ

(азербайджанских, узбекских)

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд азиатской кухни стран СНГ (азербайджанских, узбекских).

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд азиатской кухни стран СНГ (азербайджанских, узбекских). Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Когда речь заходит об узбекских национальных блюдах, на первое место всегда ставят плов. И это закономерно.

Любимое кушанье жителей Средней Азии имеет многовековую историю. Такие его виды, как тонтарма-плов, софаки-плов, создали далекие предки. Некоторые рецепты появились уже в наши дни – янгилик-плов, вермишель-плов и другие. В каждой области во многих городах Узбекистана есть свои варианты плова.

Такое завидное долголетие и огромная популярность, давно перешагнувшая пределы Средней Азии, объясняются высокими вкусовыми качествами плова, его калорийностью и питательностью. Приготовление плова – настоящее искусство. В Узбекистане по традиции праздничные и свадебные пловы готовят мужчины. Юноша, достигший совершеннолетия, обязательно должен научиться готовить плов.

Многие самобытные узбекские блюда также древнего происхождения, например, кавардак - жареное мясо, залитое бараньим салом. Этим своеобразным способом консервирования мяса пользовались когда-то скотоводы-кочевники.

Мясные блюда в узбекской кухне готовятся в основном из баранины, реже из говядины и конины. Капусту, картофель, помидоры, свеклу и другие овощи стали выращивать в Узбекистане сравнительно недавно, поэтому самостоятельных овощных блюд в национальной кулинарии практически нет. Овощи используются в супах, подливах к лагману и нарыну. Сырые овощи подаются к пловам.

В узбекской кухне широко применяются специи – зира, барбарис, разные сорта красного стручкового перца, черный перец, кинза, петрушка, укроп, райхон и другие.

Значительное место в узбекской кулинарии занимают мучные изделия. Разнообразные лепешки: гуштли, нон, патырча, чалпак, катлама. Самсы – пирожки с мясом, луком, горохом, зеленью. Данные мучные изделия выпекают в специальной печи – тандыр, к раскаленным стенкам которой прикрепляются мучные изделия. Лепешки в узбекских семьях подаются вместо хлеба.

Право разломить лепешку перед едой по обычаю предоставляется старшему в семье. Сдобные лепешки, сладости, киемы, бекмесы, фрукты подаются к чаю, которым традиционно начинается и заканчивается обед.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Технология приготовления супов.
2. Технология приготовления блюд из мяса.
3. Технология приготовления мучных изделий.
4. Использование специй в узбекской кухне.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат-коктейль «Имбирный»

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Курица	76	53
Масса отварной курицы	-	20
Яблоки свежие	29	20
Ананасы	36	20
Апельсины свежие	30	20
Лимон	11	10
Орех грецкий	24	10
Имбирь (порошок)	0,2	0,2
Мускатный орех (порошок)	0,2	0,2
Зелень	3	2
Выход	-	100

Технология приготовления

Вареное куриное филе нарезают кубиками, свежие яблоки (удалив сердцевину с семенами), ананасы и апельсины – кусочками. Кладут в бокал, чередуя филе с фруктами. Заливают соусом из тех же фруктов, растертых с орехами и заправленных мускатным орехом и имбирем. Украшают ломтиками лимона и зеленью.

Кюфта-бозбаш (суп с мясными шариками)

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Баранина (тазобедренная и лопаточная части)	121	86,5
Жир-сырец (курдючный)	16,5	16,5

Лук репчатый	10,5	9
Крупа рисовая	13,5	13,5
Алыча свежая	16,5	16,5
или сушеная	11	11
Перец черный молотый	0,06	0,06
Соль	1,7	1,7
Масса полуфабриката	-	139
Масса готовой кюфты	-	110
Картофель	166,5	125
Лук репчатый	12	10
Горох или нут	28,5	28
Шафран	0,1	0,1
Мята сушеная	0,1	0,1
Бульон	210	200
Перец черный горошком	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02
Соль	3	3
Выход	-	500

Технология приготовления

В фарш, приготовленный из мякоти баранины с добавлением репчатого лука и жира-сырца, кладут рис, соль, перец и разделяют по два шарика на порцию, начиная их алычой (по 2-3 шт.).

В бульоне варят до полуготовности горох или нут (предварительно замоченные), затем добавляют мясные шарики, картофель, нарезанный кубиками и мелко нашинкованный репчатый лук. За 10-15 мин до готовности кладут соль, перец и добавляют настой шафрана. При отпуске суп посыпают сушеной мятой.

Лагман

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная часть, грудинка)	107	79
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	99	71
Масса готового мяса	-	50
Мука пшеничная	150	150
Вода для замеса теста	60	60
Масса теста	-	205
Масса готовой лапши	-	270
Масло растительное для смазывания лапши	3	3
Масло растительное	25	25
Картофель	51	38
Лук репчатый	18	15
Чеснок	5	4
Перец сладкий*	33	25
Морковь	38	30
Редька	21	15
Томат-пюре	20	20

или помидоры свежие	71	60
Вода	150	150
Укроп, петрушка (зелень)	7	5
Соль	-	4
Перец черный молотый	-	0,05
Выход	-	580

* Перец сладкий можно заменить таким же количеством лука репчатого.

Технология приготовления

Замешивают крутое пресное тесто и оставляют на 1,5-2 часа. Подготовленное тесто нарезают небольшими кусками и пропускают его через лагманную машину. Полученный лагман (длинную лапшу) отваривают в кипящей подсоленной воде, откидывают, промывают и смазывают растительным маслом.

Затем готовят мясо с овощами. Репчатый лук и перец сладкий нарезают полукольцами, свежие помидоры – дольками, морковь, редьку, картофель – мелкими кубиками.

Мясо, нарезанное мелкими кусочками, обжаривают на жире с репчатым луком, добавляют свежие помидоры или томат-пюре. Через 5-10 мин кладут морковь, редьку, сладкий перец, измельченный чеснок и продолжают обжаривать еще 8-10 мин. Затем добавляют воду и кладут картофель, специи и тушат до готовности.

Перед отпуском готовую лапшу разогревают в кипящей воде, выкладывают в глубокую тарелку, сверху – мясо с овощами, посыпают зеленью.

Лабораторная работа №2

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД АЗИАТСКОЙ КУХНИ СТРАН СНГ

(туркменских, казахских)

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд азиатской кухни стран СНГ (туркменских, казахских).

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд азиатской кухни стран СНГ (туркменских, казахских). Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Основу казахской кухни издавна составляют продукты животноводства – мясо и молоко. Среди мясопродуктов превалирует, как и во всей Средней Азии, баранина. Потребляются также и другие виды мяса: говядина, козлятина, конина, птица, дичь. Наиболее распространенное мясное блюдо - бешбармак – сваренные в бульоне баранина и куски раскатанного теста. "Бешбармак" в переводе означает "пять пальцев". Названо кушанье так потому, что его принято есть руками. Распространено оно не только в Казахстане, но и других среднеазиатских республиках.

Бешбармак заправляют сорпой – крепким бульоном, процеженным, налитым в глубокую тарелку или кесе, добавляют мясо и подают баурсаки. Сорпа с разными наполнителями – одно из самых любимых первых блюд.

Любят казахи также и куырдак - жаркое из бараньей печени, лёгкого и мяса с картофелем. Этот продукт восточной кухни может являться первым и вторым блюдом одновременно, ароматным и сытным. Правильный куырдак, готовится из бараньих субпродуктов с добавлением курдючного жира, но иногда в него кладут и мясо.

Казахи – большие мастера заготавливать мясо впрок. Мясо заготавливают различными способами – вялением, солением, копчением. Из конины, например, делают очень вкусные сырокопченые колбасы – казы и шужук.

Шужук – подготовленные кишки выворачивают и хорошо промывают под проточной водой. После того как вода стечет, щедро солят и на время отставляют. Затем их наполняют нарезанным кусочками мяса и аккуратно расправляют по всей длине. Оба края кишки соединяют, используя зубочистку, и вывешивают в прохладном месте на три-четыре часа. Практически готовый шужук доводят до кондиции двумя способами: отварив его или прокоптив.

Отличие казы от шужука в способе приготовления. Для казы выбирают конское мясо на ребре и филе поясничной части, так как там больше жира. Эти куски заправляют специями, а потом наполняли ими, не разрезая, кишки. Хорошее созревшее мясо срезают с ребра коня полосками, маринуют сутки в холодном месте с солью, чесноком и перцем и потом аккуратно заполняют им кишку.

Второе место после мясных блюд занимают мучные и молочные блюда. Дежурные кушанья – баурсаки и различные лепешки из кислого и пресного теста. Баурсак – это традиционное блюдо казахской кухни, а также башкирской, татарской и других азиатских кухонь. Рецепт баурсаков несложен, это кусочки теста, жаренные во фритюре. Обычно баурсаки готовятся из пресного или дрожжевого теста, но есть и баурсаки, рецепт которых предлагает сделать их из творожного теста.

Нередко казахи едят тары. Тары – это обработанное вручную просо. Сначала просо отваривают в большом казане, затем высушивают и просушенные зерна с шелухой обжаривают в прокаленном казане. После этого в ступе отделяют скорлупу от зернышек, тщательно очищают зерна от плевел путем выдувания. После очистки от кожуры, просо еще раз обжаривается в прокаленном казане. Тары обычно кладут в чай с молоком небольшими порциями – 2-3 чайные ложки, выпивают чай, затем уже не сильно твердый тары съедают с молоком, сметаной или со сливочным маслом.

Летом почти в каждой семье готовят айран – кислое молоко, разбавленное водой. Его пьют как прохладительный напиток, им заправляют различные крупяные похлебки. Из айрана делают также курт и иримшик. Курт – это творог скатанный в колобки и высушенный на солнце. Главное в технологии приготовления курта – это четкое соблюдение температурного режима. Для того чтобы молоко правильным образом заквасилось и просушилось, в течение пары дней должна стоять жара до сорока градусов. Иримшик – это среднее между творогом и сыром. Обычно иримшик бывает светло-коричневого цвета, а на вкус сладковатый. Для начала, свежее цельное молоко подогревают и заквашивают, или дают самому скиснуть. Кислое молоко долго уваривают на медленном огне до отделения творожного сгустка и практически до полного испарения всей сыворотки. Уваренный иримшик отжимают и раскладывают на ровной поверхности для просушки. Подается к столу как десерт вместе со сметаной.

Излюбленный напиток казахов – кумыс. Это особым способом заквашенное кобылье молоко, известное своими лечебными свойствами. Подобным же образом из верблюжьего молока делают шубат. Это кисломолочный продукт, жирнее кумыса.

Чтобы приготовить шубат в домашних условиях, в верблюжье молоко добавляют закваску. Классический напиток сквашивается в деревянной кадушке или специальном кожаном мешке – торсыке в течение суток при комнатной температуре. В отличие от кумыса шубат не взбалтывают, а лишь слегка встряхивают перед подачей.

Очень любят казахи крепкий чай, который пьют в любое время дня. Казахи Алтая добавляют в чай, помимо молока, сливки, сметану, талкан, сало, соль или сахар. Заварку не только заливают кипятком, но и кипятят, «томят». К чаю непременно подают молочные продукты: балкаймак – сливки, томленные на огне, сушеный сыр курт, сыкпа и иримшик из прес-

ного молока, а также сладости: сахар, конфеты, варенье, печенье, пряники. Из традиционных кушаний – баурсаки.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Технология приготовления бешбармака.
2. Технология приготовления куырдака.
3. Технология приготовления колбас.
4. Технология приготовления мучных изделий.
5. Технология приготовления напитков.
6. Использование молочных продуктов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Плов с рыбой

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Осетр	248	123
или судак	239	122
Масса вареной рыбы	-	100
Крупа рисовая	57	57
Бульон рыбный	120	120
Масса готового риса	-	160
Лук репчатый	107	90/45*
Масло растительное	40	40
Шафран	0,05	0,05
Петрушка или укроп	7	5
Соль	3	3
Выход	-	305

*Масса лука пассерованного.

Технология приготовления

Осетрину (порционные куски с кожей, без хрящей) или судака (филе с кожей без костей) нарезают кубиками массой 40 г, припускают; полученный бульон используют для приготовления плова. Лук репчатый, нарезанный мелкими кубиками, пассеруют на растительном масле, добавляют крупу рисовую, заливают бульоном и варят до готовности.

При подаче рис окрашивают настоем шафрана (0,5 г шафрана на 30 г кипяченой воды), сверху укладывают куски рыбы и посыпают мелко нарезанной зеленью. Блюдо можно отпускать и без шафрана.

Манты с бараниной

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	75	75
в том числе мука на подпыл	5	5
Вода	30	30
Соль	1	1
Масса теста	-	100
Баранина (лопаточная или тазобедренная части)	200	143
Лук репчатый	77	65
Перец красный молотый	1	1
Соль	1,5	1,5
Вода	20	20
Масса фарша	-	228
Масса полуфабриката	-	328
Масло растительное (для смазывания каскана)	5	5
Уксус 3%-ный	15	15
Выход	-	315

Технология приготовления

Из муки, воды и соли замешивают крутое тесто (влажность 39%), накрывают влажной тканью и выдерживают в течение 40-60 мин. Готовое тесто формуют тонкими жгутами, делят их на кусочки массой 19-20 г и раскладывают на круглые лепешки с утонченными краями. На середину лепешки укладывают фарш и края защипывают посередине, придавая изделию круглую или овальную форму. Для фарша баранину нарезают мелкими кубиками, смешивают с мелко рубленным репчатым луком, добавляют соль, перец, холодную воду и все перемешивают. Манты укладывают на смазанную жиром решетку, вставляемую в специальный котел (каскан), и варят на пару в течение 30 мин. Отпускают по 5 шт. на порцию (1 шт. – 60 г) с уксусом и красным перцем или без уксуса, соответственно уменьшив выход.

При использовании нежирной баранины необходимо добавить жир-сырец курдючный (10 г на порцию), при этом соответственно уменьшить норму мяса.

Беляш

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	80	80
Вода или молоко	40	40

Дрожжи (прессованные)	2	2
Сахар	2	2
Соль	1	1
Масса теста	-	120
Говядина (котлетное мясо)	149	110
или баранина (котлетное мясо)	154	110
Лук репчатый	24	20
Перец черный молотый	0,5	0,5
Соль	2	2
Вода	15	15
Масса фарша	-	144
Масса полуфабриката	-	264
Масло растительное для жарения и смазывания стола и листов	17	17
Выход	-	240(3 шт. по 80 г)

Технология приготовления

Готовое дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, разделяют на лепешки массой по 40 г, на середину лепешки кладут 48 г фарша, придают изделиям круглую форму, края защипывают, оставляя отверстие в центре, чтобы фарш был виден.

Для приготовления фарша мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой, добавляют мелко рубленый лук, соль, перец, воду, перемешивают до однородной консистенции.

Беляши укладывают отверстием вниз на сковороду с раскаленным до температуры 180-190 °С жиром и жарят с обеих сторон до готовности. Подают по три на порцию. Можно отпускать беляши поштучно.

Лабораторная работа №3

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД ИНДИЙСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд индийской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд индийской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Основу питания народов Индии составляет растительная пища: рис, кукуруза, дал, горох, чечевица и другие бобовые, лепешки из муки низших сортов – чапати, овощи. Из молочных продуктов распространено кислое молоко.

Большинство индийцев не едят мяса, исключение составляют главным образом мусульмане, которые едят баранину, козлятину, птицу.

В кухне северной Индии есть блюда среднеазиатского происхождения, такие как кима из рубленного мяса, разнообразные кебабы из маринованной баранины, пловы из риса, шаффана.

Популярны блюда типа тандур. Тандур – печь в которой их готовят, представляет собой вытянутый резервуар с отверстием наверху, прикрытый крышкой. В глубине тандура разводят огонь; в качестве топлива используют дрова или уголь.

В тандуре выпекают лепешки – роти из несдобного теста, наан из сдобного теста. В этой печи готовят цыплят замаринованных в йогурте со специями, кебабы нанизанные на шпажки. Для вегетарианцев запекают овощи и куски панира – творог со специями.

В Индии употреблять в пищу мясо коровы, как и вообще крупного рогатого скота, строжайше запрещено религиозными законами и древними обычаями, которых придерживаются даже мусульмане. В то же время в районе Гоа население употребляет в пищу много свинины. Рис и свинина – основная пища гоанцев во все времена года.

Настоящая вегетарианская кухня распространена на юге Индии. Многие индийцы здесь строгие вегетарианцы. Они не едят лука и чеснока, отказываются от помидоров и свеклы, потому что у них цвет крови. Основу их пищи составляют сладкий перец, финики, желтая чечевица, отварной рис.

Из этих продуктов готовят самбхар, которое едят 2 раза в день.

Расам – похлебка из чечевицы с перцем – тоже обязательное блюдо на завтрак и обед. Популярными блюдами являются оладьи из рисовой муки и дала (досу), рисовые клецки (идли).

На востоке Индии в Бенгалии на первом месте в меню – рыба, главным образом пресноводная, а также блюда из крупных и мелких креветок, омаров. Рыбу тушат, жарят на сковороде или рашпере.

Излюбленное кушанье индийцев – плов, сваренный с бобовыми, (иногда со стручковыми), овощами с добавлением небольшого количества растительного масла, (горчичное, арахисовое, кунжутное).

Блюда из овощей, бобовых, картофеля, баранины, птицы, рыбы, как правило, подают с различными специями и приправами. Среди них самой популярной приправой считается карри, в состав которой входят черный перец и красный, мускат, корица, гвоздика, имбирь, орехи, горчица, мята, укроп, чеснок, шафран, лук.

Однако для индийца карри не только приправа, но и целая группа блюд, приготовленных из мяса, птицы, рыбы, овощей, иногда даже фруктов, общей особенностью которых является густая консистенция и комбинации свежемолотых специй, что делает одно блюдо с карри непохожим на другое.

Из других соусов распространены острый соус анчар, сваренный из фруктов со специями, красный острый соус масала. Важное место в питании индийцев занимают фрукты: бахчевые, свежий и сушеный тутовник, абрикосы, яблоки, лимоны.

Самым распространенным напитком в Индии считается нимбу панч, приготовленный из сока лимона и воды. Любимый напиток в штате Пенджаб – канджи, который делают из квашенной моркови и горчичного семени. Летом везде в Индии пьют сок манго. Пиво, вино и другие напитки подавать за обедом не принято, еду обычно запивают водой. Любимым напитком является чай, кофе.

По традиции еду подают на тали – большом, обычно круглом подносе, медном или из нержавеющей стали. На поднос ставят катори – металлические порционные чашечки для каждого блюда. Кроме этого могут быть пикули, дольки лимона, щепотка соли. Все это располагают на краях тали, а в центре помещают рис. Питьевую воду ставят слева от тали.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Особенности питания индийцев.
2. Технология приготовления расам.
3. Технология приготовления блюд из рыбы.
4. Технология приготовления соусов.
5. Организация подачи индийских блюд.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат по-индийски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	43	43
Спаржа	20	15
Яблоки	32	22
Перец сладкий зеленый	29	22
Майонез	30	30
Карри	1	1
Выход	-	200

Технология приготовления

Рис отваривают в большом количестве воды в течение 15 мин, откидывают и охлаждают. Спаржу отваривают, перец запекают в жарочном шкафу, режут соломкой, очищенные от кожицы яблоки – ломтиками. Рис кладут на середину тарелки, гарнируя спаржей, яблоками, перцем, посыпают карри, поливают майонезом.

Суп «Карри»

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Баранина (тазобедренная часть, корейка, лопаточная часть)	110	110
Лук репчатый	24	20
Масло сливочное	8	8
Зелень	14	10
Карри	3	3
Сок лимонный	5	5

Сметана	20	20
Рис	35,7	35,7
Лавровый лист	0,012	0,012
Соль	2	2
Выход	-	300/100/50

Технология приготовления

Крупные куски баранины обжаривают. Мелко нарубленный лук пассеруют, добавляют к нему карри. Подготовленный лук, лавровый лист кладут в баранину, солят, заливают бульоном или водой, добавляют зелень и варят до готовности. Затем бульон процеживают, добавляют лимонный сок, сметану и порционные куски баранины. Отдельно подают откидной рис.

Филе сома по-индийски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Филе сома	256	256
Масло сливочное	27	27
Вино белое	30	30
Морковь	13	10
Корень сельдерея	15	10
Лук репчатый	12	10
Зелень петрушки и укропа	21	16
Крупа рисовая	50	50
Мука	3	3
Карри	3	3
Выход	-	285

Технология приготовления

Филе сома нарезают на порционные куски, кладут в кастрюлю с нарезанной ломтиками морковью, сельдереем и репчатым луком, добавляют немного сливочного масла и ароматической зелени, заливают вином и рыбным бульоном и припускают. Готовую рыбу вынимают.

Муку пассеруют на масле, добавляют карри и вводят в сок, в котором припускалась рыба. Готовый соус протирают, заправляют сливочным маслом и процеживают через сито. Припущенную рыбу укладывают на рис, приготовленный по-индийски, заливают соусом, посыпают мелко нашинкованной зеленью петрушки.

Для приготовления риса по-индийски перебранный и промытый рис засыпают в большое количество подсоленной кипящей воды, варят 15 мин, откидывают на дуршлаг и дают стечь. Затем рис перекладывают в сотейник, смешивают со сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу 5-10 мин.

Алу паратха (индийские лепешки с картофельной начинкой)

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Тесто:		
Пшеничная мука	420	420
Масло оливковое	2 ст.л.	34

Вода	220	220
Соль	щеп.	2
Масло сливочное	10	10
Начинка:		
Картофель	180	135/131*
Масло растительное	2-3 ст.л.	34
Зира	1/2 ч.л.	2
Кориандр	1 ч.л.	4
Чеснок	29	24
Лук репчатый	156	140
Перец чили зеленый	50	25
Перец красный молотый	0,05	0,05
Карри порошок острый	1 ч.л.	3
Лук зеленый	50	30
Соль	10	10
Лимон (сок)	100	42
Выход	-	

Технология приготовления

В разогретый вок вливают небольшое количество растительного масла и добавляют зиру. Зира отдает все ароматы. Добавляют мелко нарезанный чеснок и обжаривают секунд 30. Добавляют лук, нарезанный соломкой. Пока лук обжаривается, мелко нарезают острый перец и пучок зеленого лука. Картофель варят, натирают на крупной терке. Как только лук слегка подзолотится, добавляют в вок карри, кориандр, острый перец, перец чили и зелень. Все хорошо перемешивают и слегка обжаривают (несколько минут). Добавляют натертый картофель и соль. Выдавливают сок лимона (1 дес. ложка) непосредственно в вок. Все хорошо прогревают, перемешивают. Начинку остужают.

Замешивают крутое эластичное тесто. Тесту дают отлежаться минут 30. Делят тесто на шесть частей, подкатывают в колобки. Накрывают пленкой, чтобы не подсыхали. Каждую заготовку раскатывают в пласт толщиной 4-5 мм. Края лепешечек должны быть намного тоньше середины. Делится начинка на шесть частей, по количеству лепешек. Выкладывают часть начинки в центр лепешки и тонкие края собираются к середине. Теперь аккуратно разравниваются лепешки с начинкой скалкой. Чтобы не порвать тесто, первые движения можно сделать руками. Если надо, посыпать стол мукой. Жарят лепешки в небольшом количестве растительного масла. Обжаривают с обеих сторон до золотистой корочки. Если при формировании тесто не повредилось, тогда лепешки будут надуваться на сковороде. Горячие лепешки смазываются сливочным маслом.

Лабораторная работа №4

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД ИНДОКИТАЙСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд индокитайской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд индокитайской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Пища различных народов Индокитая имеет много общих черт. Это единство вызвано близостью экологических сред, сходством флоры и фауны, а также культурным взаимообменом. Основой питания всех этих народов является рис. Всеобщее распространение получило приготовление риса с различными приправами. Преобладание риса в рационе большинства народов Индокитая определило развитие их кухни.

Рыболовство, которым занимается население приморских районов Бирмы, побережья Таиланда, Кампучии, многих приморских сел Вьетнама, снабжает свои страны огромным количеством рыбы и рыбных продуктов, а также пастой из ферментированной рыбы.

Рыбные соусы и пасты – неперенное сопровождение почти всех блюд. Они содержат очень ценные элементы питания. Например, в составе нгали содержится 20-30% протеина, 3-5% жиров. Богата кальцием, фосфором, хлористым натрием. В ней есть все аминокислоты, за исключением триптофана, а он в свою очередь содержится в рисе.

Говоря о пище Индокитая, нельзя не упомянуть о дикорастущих растениях, играющих важную роль в питании, и прежде всего о ростках бамбука. Овощные блюда бывают сложного приготовления, точно так же как и блюда мясные и рыбные. Вместе с тем, каждая национальная кухня народов стран Индокитая сохраняет и свои самобытные черты. Особенно древние традиции обуславливали чрезвычайное своеобразие современной системы питания вьетов, которая отличает их от всех других народов Индокитая.

С огромным чувством уважения бирманцы относятся к рису. Они часто говорят, что рис – хозяин, а люди его слуги. Рис готовят рассыпчатым. Рисовое блюдо сопровождается несколькими другими. Среди них наиболее распространены овощной суп, блюда и приправы из соленой и квашеной рыбы, овощи в виде зелени, (тосая) или отварные овощные блюда, мясное или рыбное блюдо (кхин).

Нгапи – давленная рыба – занимает огромное место в рационе бирманцев. Существуют три категории нгапи.

Нгапи гаунг – целый – рыбу не растирают, прожаривают на открытом огне. Нарезанную ее иногда добавляют в овощную приправу.

Таунгтха – рыбная паста. Из нее получается соус.

Сейнса нгапи – делают из лангустов, креветок и мелкой рыбы.

Супы готовят на основе бульона, сваренного из рыбы или креветок. Бульон заправляют нгапи, чесноком или луком. Овощи вводят в кипящий суп последними. Так же используют листья тамаринда, щавель, зелень различных тыкв. В супы считающимися изысканными кладут свиные ножки, курицу, утку, сушеные грибы, вермишель, семена лотоса.

Хин – бирманское блюдо, напоминающее индийское карри, но приготовленное с небольшим количеством специй. Для приготовления требуется стручковый перец, имбирь, чеснок и лук пассеровать, добавить мясо с куркумой. Мясо так же жарят, варят. Часто готовят фаршированным.

Сладкие блюда едят между приемами пищи. К праздничной пище относятся блюда из рисовой и пшеничной лапши, из кокосового ореха.

Основная пища тайландцев – рис. Все остальные продукты считаются приправами. На севере и востоке страны едят клейкий рис, на юге – обычный. В рационе питания большое место занимают рыба, продукты моря. В блюдах к рису много стручкового перца и пряностей.

Одно из распространенных блюд – кен, сиамское карри – состоит из креветочной пасты, перца и пряностей, истолченных и смешанных с мелко нарезанным мясом. Все это заправляют кокосовым молоком и варят.

Важную роль в кулинарии играет перец. Почти повсеместно пасту из квашеной рыбы или креветок заправляют большим количеством перца. Самое обычное блюдо тайландцев – рыба, приготовленная самыми разными способами. Мясо употребляется мало.

Основное население Лаоса отдает предпочтение рису клейких сортов, но употребление его несколько меньше, чем у народов других стран Индокитая. Особенность питания лаотянцев – употребление большого количества сахара практически во всех блюдах. Лаотянци употребляют много черного и особенно стручкового перца.

Рис с блюдом из стручкового перца часто служит завтраком. Перец готовят различными способами, включая пюре из него – тес. Важную роль играет имбирь, иногда это не приправа, а самостоятельное овощное блюдо. Любят его есть с солью в сыром виде.

Большое место в рационе занимают супы. Их едят в середине или в конце трапезы. Очень популярен суп из молодых ростков бамбука. Рыба или паста из ферментированной рыбы должна присутствовать в любой еде.

Для кхмерской кухни характерна большая доля рыбных продуктов, сочетаемых с рисом. Тукчей – соус на основе жидкости из ферментированной рыбы и прахок – пряная рыбная паста входят в большинство блюд. Тукчей употребляется в среднем по пол-литра на душу населения в день.

Деликатесом является клейкий рис. Популярны уха из рыбы, лука и ароматических трав. К числу изысканных блюд относится фаршированная рыба. Истинно кхмерским блюдом является фаак – кулебяка – рыбный фарш запеченный в клейком рисе. Рыба входит в состав супов.

Кхмеры употребляют очень мало мяса. Готовят его мелко нарезанным с различными приправами. В блюдах из курицы мясо должно быть отделено от костей. В пище кхмеров большое распространение получили и китайские блюда.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Особенности питания в индокитайских странах.
2. Технология приготовления супов.
3. Технология приготовления хин.
4. Особенности питания бирманцев.
5. Особенности питания тайландцев.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Суп из свинины

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Свинина (лопаточная часть)	97	97
Масло оливковое	20	20
Лук порей	28	21
Корень сельдерея	28	19
Молоко кокосовое	10	10
Уксус	5	5
Мускатный орех	1	1
Перец черный молотый	0,03	0,03
Соль	2	2
Выход	-	300

Технология приготовления

Нарезанную небольшими кусочками свинину отваривают до полуготовности в небольшом количестве подсоленной воды, добавляют оливковое масло и тушат, пока жидкость не испарится.

Отдельно отваривают в подсоленной воде белую часть мелко нарезанного лука-порея и измельченный на терке сельдерей. Затем кладут мясо, добавляют немного тертого мускатного ореха, доводят суп до готовности, снимают с огня, вливают кокосовое молоко, уксус и заправляют солью.

Рис по-вьетнамски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	55	55
Лук репчатый	48	40
Масло сливочное	20	20
Мускатный орех	1	1
Соль	1,5	1,5
Выход	-	200

Технология приготовления

Рис промывают в нескольких водах, процеживают, заливают водой и варят до полуготовности. Затем солят, проваривают еще 5 мин, кладут мелкую луковичу (не нарезанной) и ставят на слабый огонь, пока рис не впитает воду. После этого накрывают кастрюлю крышкой и оставляют на 15 мин на водяной бане. Перед подачей посыпают мускатным орехом и кладут кусочки сливочного масла.

Креветки по-сиамски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Крабы консервированные	95	76

Лук репчатый	24	20
Лимонная кислота	0,2	0,2
Масло растительное	5	5
Имбирь	1	1
Перец черный молотый	0,1	0,1
Соль	1,5	1,5
Для теста:		
Мука	30	30
Яйцо	$\frac{3}{4}$ шт	30
Молоко	30	30
Масло растительное	20	20
Для соуса:		
Лук репчатый	72	60
Томатное пюре	15	15
Чеснок	3	2,3
Имбирь	1	1
Масло растительное	15	15
Перец	0,01	0,01
Соль	1,5	1,5
Выход соуса	-	50
Выход	-	150/50

Технология приготовления

Мясо креветок смешивают с рубленым луком, солью, перцем, разведенной лимонной кислотой или лимонным соком, растительным маслом, имбирем, черным молотым перцем, солью и оставляют в маринаде на 1 час. Из муки, яиц и молока замешивают тесто – кляр. Ку-сочки креветок отжимают от маринада, обмакивают в тесто и обжаривают во фритюре до золотистого цвета. Подают тотчас же с рассыпчатым рисом. Отдельно подают соус. Для приготовления соуса лук мелко шинкуют и пассеруют на растительном масле, добавляют имбирь и чеснок. Затем чеснок удаляют, вводят томатное пюре, перемешивают, солят и перчат.

Пельмени отварные

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Тесто:		
Мука пшеничная	65	65
Вода	40	40
Для фарша:	-	150
Свинина	118	88
Соевая паста	10	10
Капуста	46	38
Лук зеленый	13	10
Соус соевый	25	25
Масло кунжутное	5	5
Имбирь	10	8
Сало свиное	10	10

Концентрат	5	5
Выход	-	250 (10 шт)

Технология приготовления

Муку просеивают, делают в ней лунку, в которую вливают холодную воду, и замешивают крутое тесто. Затем оставляют на 20-30 минут, после чего тесто закатывают в ровный по толщине жгут диаметром 1-2 см и нарезают на небольшие кусочки (по 10г). Каждый кусочек теста раскатывают в виде круглой лепешки. На лепешку кладут фарш (15 г) и, соединив противоположные концы лепешки, защипывают. Готовые пельмени укладывают в один ряд на деревянные лотки или листы, посыпанные мукой, и хранят в холодильнике.

Фарш приготавливают так: мякоть свинины нарезают, измельчают, смешивают с соевым соусом, кунжутным маслом, соевой пастой, свежей мелконарубленной капустой, мелконарубленным имбирем, луком и солью.

Пельмени отваривают в кипящей воде до готовности. (В процессе варки вес пельменей увеличивается на 8-10%.) Отдельно подают соевый соус, уксус, заправленную горчицу и дольки неочищенного чеснока.

Лабораторная работа №5

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД НЕПАЛЬСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд пакистанской и непальской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд пакистанской и непальской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Непальскую еду слишком часто сравнивают с индийской. С одной стороны, тут нет ничего удивительного, ведь два народа тесно связаны между собой и многие потрясающие блюда из Индии доступны практически в каждом непальском меню.

Это горная страна и у них нет большого разнообразия продуктов, да и вкусы отличаются, а блюда часто подогнаны под туристов.

Непальцы готовят блюда перед их подачей.

Основа рациона среднестатистического непальца – рис и бобовые. Вариаций много, специй тоже. Самое популярное блюдо – дал-бат. Этот непальский сет из риса, чечевичной похлебки, овощного рагу, соусов, свежих овощей и хрустящей вафельки пробовал каждый, кто побывал в этой стране.

В непальской кухне больше вегетарианских блюд. Даже правильнее будет сказать – именно такой диеты чаще придерживаются местные. Во-первых, в стране много индугов, которые из религиозных убеждений не употребляют мясо в пищу. Во-вторых, его стоимость. Вегетарианские блюда всегда намного дешевле. В долине Катманду живут неварцы, вот у них кухня более мясная. В больших городах и на популярных треках предлагают бургеры из яка, например, но многие туристы часто отдают предпочтение традиционной непальской еде с небольшим количеством мясных продуктов.

Многие непальцы едят руками. Но в туристических кафе всегда есть столовые приборы.

Основные этнические группы Непала: индугов, тибетцы и неварцы. Их повседневная еда отличается. Неварцы живут в долине Катманду, в их рационе много мяса. Индугов предпочитают традиционную индийскую кухню – с преобладанием бобовых, риса, специй, мо-

лочных продуктов, масала-чай. Тибетцы и жители гималайских областей едят много зерновых, их блюда более простые и не такие острые, как у тех же индусов. В этих областях также популярен картофель, кисломолочные продукты из молока яка, а также очень специфический тибетский чай с маслом.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Особенности непальской кухни.
2. Развитие туризма и особенности питания в Непале.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Джауло - пряная овощная похлебка с рисом и бобами (Tarkaari ko Jaulo)

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Длиннозерный рис	1 стакан	
Вода	2 л	
Желтая фасоль (yellow mung beans, очищенные)	1/2 стакана	
Гхи (или сливочное масло)	1/4 стакана	
Фенугрек (семена)	1/4 ч.л.	
Турмерик (молотый)	1/2 ч.л.	
Лавровый лист	2 шт.	
Асафетида (молотая)	1 большая щепотка	
Репчатый лук	1 шт.	
Имбирь	1 ст.л.	
Чеснок	4 головки	
Помидоры	2 шт.	
Цветная капуста	1/4 шт.	

Картофель	2 шт.	
Кумин (молотый)	1 ч.л.	
Кориандр (молотый)	1 ч.л.	
Соль	1 ч.л.	
Зеленый горошек	1 стакан	
Выход	-	

Технология приготовления

Бобы или желтую фасоль промыть, залить водой и оставить на ночь. Рис промыть в холодной воде «до прозрачной воды», переложить в толстостенную кастрюлю, залить водой и оставить на 20 минут. Откинуть на сито, дать воде стечь.

В кастрюле с толстым дном разогреть масло, добавить семена фенугрека и обжаривать около 7 секунд, пока они не покоричневеют. Прибавить лавровый лис, турмерик, асафетиду, мелко нарезанный лук, свежий и измельченный имбирь и мелко нарезанный чеснок. Обжаривать, помешивая, в течение 5 минут. Затем добавить картофель, очищенный и нарезанный кубиками, рис, бобы, цветную капусту, помидоры, ошкуненные, нарезанные кубиками, молотые кумин и кориандр. Перемешать, влить воду и довести бульон до кипения. Затем уменьшить огонь и варить, изредка помешивая, пока бобы или фасоль не станут мягкими. На это уйдет около 30 минут. Должна получиться густая похлебка. Засыпать в кастрюлю зеленый мороженный горошек и варить еще 5 минут. Если джауло получается слишком густой, добавить немного воды.

Жареные момо с овощной начинкой

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
<i>Тесто:</i>		
Мука	3.5 стакана	
Соль	1/2 ч.л.	
Вода	1 стакан	
<i>Начинка:</i>		
Растительное масло	2 ст.л.	
Репчатый лук	1 шт.	
Чеснок	3 зубчика	
Имбирь (свежий)	1 ст.л.	
Кориандр (молотый)	1.5 ч.л.	
Кумин (молотый)	1 ч. л.	
Кайенский перец	1 ч.л.	
Турмерик	1/2 ч.л.	
Черный перец (молотый)	1/8 ч.л.	
Листовая капуста (пак чой или пет сай)	1/2 кочана	
Шпинат	1 пучок	
Морковь	1 шт.	
Цветная капуста (небольшой кочан)	1/4	
Картофель (вареный)	1 шт.	
Соль	1 ч.л.	
Растительное масло (для жарки)		
Выход	-	

Технология приготовления

Для начинки разогреть в сковороде растительное масло, добавить мелко нарезанный лук, чеснок и готовить, часто помешивая, 3-4 минуты. Положить в сковороду натертый на мелкой терке имбирь, посыпать все кориандром, кумином, кайенским перцем, турмериком и черным перцем. Размешать, готовить около 30 секунд. Капусту порубить тонкими короткими полосками, шпинат крупно порезать, морковь – крупной соломкой, вареный картофель – небольшими кубиками, цветную капусту разобрать на соцветия. Добавить все овощи в сковороду, тушить, пока не испарится вся жидкость. Снять сковороду с плиты, дать начинке остыть.

Приготовить тесто: в миске смешать муку с солью, сделать в центре углубление и добавить примерно 1 стакан воды комнатной температуры. Вымешивать до образования грубого неоднородного теста. Переложить тесто на припудренную мукой доску и вымешивать 5-6 минут, пока оно не станет однородным, эластичным. Переложить тесто в миску, накрыть кухонным полотенцем и оставить на 30 или более минут при комнатной температуре.

Стол посыпать мукой и раскатать тесто (толщиной 3мм). Формой для печенья вырезать кружки диаметром около 8 см. Можно подготовить тесто другим способом: скатать тесто жгутом около 30 см и разделить его на 50-55 равных кусочков. Каждый кусочек скатать в шар, скалкой или просто пальцами раскатать в лепешку диаметром около 8см. Стремиться к тому, чтобы центр лепешки оставался немного толще, чем края. Готовые кружки накрыть пленкой, чтобы они не подсыхали, пока вы будете лепить момо.

В центр каждого кружка положить по 1 столовой ложке начинки, края смочить водой и соединить, делая маленькие складочки (как на варениках), стараясь нижнюю часть момо делать плоской. Сверху по центру будет проходить полоска складок. Пока будете лепить момо, готовые экземпляры накройте полотенцем.

В сковороде разогреть растительное масло (примерно 2 ст.л.), выложить момо плоской стороной вниз. Жарить примерно 5 минут, пока низ момо не станет светло-коричневым. Влить в сковороду 1/4 стакана холодной воды, накрыть крышкой и готовить, пока не испарится вся жидкость. Горячие момо сразу же разложить по тарелкам и подать к столу с соусом.

Плов с курицей (Kukhura ko Pulau)

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Курица	1 шт. (1.5 кг)	
Специи для курицы:		
<i>репчатый лук</i>	3 шт.	
<i>чеснок</i>	9 зубчиков	
<i>имбирь (свежий)</i>	1 см	
<i>корица (кора, не молотая)</i>	5 см	
<i>зеленый кардамон</i>	2 коробочки	
<i>черный кардамон</i>	1 коробочка	
<i>кумин (семена)</i>	1 ч.л.	
<i>черный перец</i>	10 горошин	
<i>фенхель (семена)</i>	1/2 ч.л.	
<i>соль</i>	1/2 ч.л.	
<i>лавровый лист</i>	3 шт.	
<i>растительное масло</i>	2 ст.л.	
<i>турмерик (молотый)</i>	1/2 ч.л.	

кумин (молотый)	1/2 ч.л.	
кориандр (молотый)	1/2 ч.л.	
Рис басмати	350г	
Специи для риса:		
шафран	1/4 ч.л	
сливочное масло	2 ст.л.	
зеленый кардамон	2 коробочки	
гвоздика	6 бутонов	
лавровый лист	2 шт.	
корица (кора не молотая)	2,5 см	
соль	1/4 ч.л.	
Для гарнира:		
орехи кешью	100г	
изюм (без косточек)	100г	
Выход	-	

Технология приготовления

Курицу промыть, положить в большую кастрюлю, залить 2 литрами холодной воды. Туда же добавить нарезанные четвертинками луковицы (2 шт.), 6 целых зубчиков чеснока, половину корня имбиря, палочку корицы, раздавленные пальцами коробочки черного и зеленого кардамона, семена кумина и фенхеля, горошины черного перца, соль, лавровый лист. Довести бульон до кипения, после чего уменьшить огонь, накрыть кастрюлю крышкой и варить около 40 минут. Курицу достать из кастрюли, дать остыть. Отделить мясо от костей, руками разделить на небольшие кусочки. Процедить бульон.

В сковороде разогреть масло, добавить тонко нарезанный лук (1 луковица), измельченные чеснок (3 зубчика) и имбирь (оставшуюся часть). Как только чеснок и имбирь приобретут золотистый оттенок, добавить кусочки куриного мяса. Добавить в сковороду турмерик, кумин, кориандр, посолить и готовить, помешивая около 3 минут. Снять сковороду с плиты.

В другой глубокой сковороде растопить масло, добавить раздавленные пальцем коробочки кардамона, гвоздику, лавровый лист, палочку корицы. Прогреть специи в масле, пока не появится сильный аромат (примерно 5 секунд). Добавить предварительно промытый рис, размешать и немного прокалить (не более 3 минут). Залить рис 1 литром бульона, довести его до кипения, после чего уменьшить огонь, накрыть сковороду крышкой и готовить, не размешивая, около 7 минут.

Шафран растереть пальцами, положить в чашку и добавить 3 ст.л. воды. Добавить в рис, размешать. Теперь можно соединить рис и мясо.

Для гарнира обжарить в масле кешью и изюм. Разложить рис по тарелкам, сверху гарнировать обжаренными орехами кешью и изюмом. К такому рису подают йогурт, чатни, обжаренные в масле овощи и лепешки пури.

Лабораторная работа №6

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД МОНГОЛЬСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд монгольской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд монгольской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Основу монгольской национальной кухни составляют блюда, приготовленные из молочных и мясных продуктов, а также мучные изделия. Из молока готовят различные виды сыров, простокваши и напитки. Одним из самых популярных кушаний являются пенки. Для их получения молоко кипятится длительное время на слабом огне. После остывания толстый слой пенки осторожно снимают лопаточкой и на широком деревянном блюде складывают вдвое, корочкой наружу. Затем пенки немного подсушивают и подают к чаю.

Из мясных, продуктов наиболее широко используется баранина. Основным способом тепловой обработки – варка. Разрезанное на куски мясо заливают водой и варят, слегка подсаливая, а часто совсем без соли. Бульон заправляют крупой (пшеном, рисом), китайской вермишелью или лапшой.

Из мучных изделий популярны: борцог – куски мелко нарезанного теста (наподобие украинских галушек), обжаренного в бараньем жире или масле, хальмаг – поджаренная смесь растопленных пенки и муки, пирожки с начинкой из сырого мяса.

Любимый напиток – чай. Его пьют в любое время дня. Употребляют главным образом кирпичный чай, который густо заваривают и заправляют молоком, маслом или салом и солью.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Технология приготовления блюд из молока.
2. Особенности технологии блюд из мяса.
3. Технология приготовления мучных изделий.
4. Технология приготовления напитков.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат из баклажанов с чесноком

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Баклажаны	157	133
Масло кунжутное	20	20
Чеснок	13	10
Соевый соус	30	30
Концентрат вейдзин	5	5
Уксус	3	3
Выход	-	150

Технология приготовления

Баклажаны очищают, промывают, нарезают пополам вдоль и варят до готовности на пару. После этого охлаждают, нарезают соломкой, добавляют соевый соус, кунжутное масло, уксус, концентрат вейдзин, соль. Продукты перемешивают, укладывают горкой в салатник или на тарелку, сверху посыпают мелко рубленным чесноком. Отдельно подают соевый соус (25 г.).

Суп гороховый по-монгольски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Горох	60	60
Сок томатный	50	50
Масло сливочное	5	5
Лук репчатый	24	20
Сметана	15	15
Перец	0,03	0,03
Соль	2	2
Выход	-	300

Технология приготовления

Репчатый лук мелко шинкуют и пассеруют на масле до золотистого цвета, заливают холодным бульоном, кладут горох и варят. Затем лук и горох протирают через сито, кладут в бульон, добавляют томатный сок, заправляют солью и перцем и проваривают 10 мин на слабом огне. При подаче кладут сметану.

Баранина с луком

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Баранина (тазобедренная часть)	166	166
или вырезка говяжья	170	170
Лук репчатый	63	53
Сало свиное	30	30
Соус соевый	5	5
Водка рисовая	10	10
Масло кунжутное	5	5
Концентрат вейдзин	5	5
Лук зеленый	12	10
Крахмал	20	20
Яйцо (белок)	¼ шт	10

Выход	-	200
-------	---	-----

Технология приготовления

Баранину нарезают тонкими ломтиками и смачивают в смеси яиц и крахмала, разведенного водой (1:1). Подготовленный лук шинкуют. Затем мясо вместе с луком жарят в слабо нагретом фритюре до готовности и откидывают. На ту же сковороду, оставив на ней немного жира, вновь кладут лук и, встряхивая сковороду, слегка обжаривают его, вводят концентрат вейдзин, соевый соус, рисовую водку, концентрированный куриный бульон без специй, снова встряхивают и вливают кунжутное масло. Поджаренный лук смешивают с приготовленным мясом.

«Боорцог» Монгольский десерт

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Тесто:		
Вода	166	166
Сахарный песок	19,5	19,5
Мука	302,5	302,5
Дрожжи (сухие)	9,5	9,5
Соль	5	5
Маргарин	10	10
Масло растительное	300	300
Сахарная пудра	10	10
Мука пшеничная (для раскатки)	25	25
Выход	-	500

Технология приготовления

Тесто (дрожжевое безопарное): в посуду вливают подогретую до температуры 35-40 °С воду, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40 °С дрожжи, сахар, соль, всыпают муку и перемешивают в течение 7-8 минут. После этого вводят растопленный маргарин и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок посуды.

Посуду закрывают крышкой и ставят на 3-4 часа для брожения с температурой 35-40 °С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 минут и вновь оставляют для брожения, в процессе которого обминают еще 1-2 раза.

Готовое дрожжевое тесто делится на 6-8 одинаковых кусочков на присыпанном мукой столе. Каждый кусочек раскатывается в толстую, но короткую ленту. Ленты нарезаются крупной соломкой. Соломка при этом не должна склеиться. Мука при раскатке не используется.

Тесто небольшими порциями погружается в раскаленное масло, и оно сразу начинает увеличиваться в объеме. В процессе жарки «Боорцог» перемешивается шумовкой. Изделия должны окраситься в золотистый цвет. «Боорцог» снимается на сито или дуршлаг. Посыпается сахарной пудрой.

Лабораторная работа №7

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД КОРЕЙСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд корейской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд корейской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Корейская кухня во многом схожа с китайской. Так же, как и китайские, корейские кулинары широко используют рис, овощи, рыбу, изделия из муки. Мясо, главным образом свинина, употребляется сравнительно в небольшие количества. В качестве приправы ко многим блюдам служит, соя. Молочные продукты и молоко корейцы в пищу почти не употребляют. Многие блюда готовят на растительном масле.

Из характерных для корейской кухни кушаний следует назвать широко распространенное кимчхи – овощное острое блюдо из квашеной салатной капусты или редьки. Своеобразным блюдом является кушанье из сырой рыбы (хве). Кусочки сырой рыбы заливают уксусом, а затем добавляют перец, соль, чеснок, мелко нарезанную морковь или редьку. Через 20 мин блюдо готово.

Другим популярным кушаньем является куксу – лапша домашнего приготовления из пресного теста. Ее подают к мясному или куриному бульону, в который для остроты добавляют перец, сою и кимчхи.

Рис, закуски и все приправы подают в различных мисках, и пиалах, причем каждый вид блюда отдельно. Чем торжественнее трапеза, тем больше различных блюд подают к столу.

Супы обычно едят во время завтрака и ужина. Их варят как на соевом соусе, так и из мяса и из рыбы.

Корейский традиционный этикет не разрешает подносить чашки с рисом, супом или другой едой близко ко рту. Нужно почтительно склоняться над приборами с едой и если брать в руки тот или иной сосуд, то не поднимать его высоко над столом.

В противоположность китайцам корейцы пьют мало чая.

Корейские кулинары умеют мастерски готовить замечательные блюда и кондитерские изделия из фруктов. Наиболее широко используются для их приготовления яблоки, груши, персики, хурма, каштаны, финики. Большим деликатесом считается особая лечебная каша из клейкого риса, меда, фиников, каштанов, кедровых орехов, кунжутного масла, жидкой сои. Популярностью пользуются печенье из фруктов и «цветочный салат», приготовляемый из хурмы, лимонника, меда и пряностей.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Что такое кимчхи?
2. Технология приготовления куксу.
3. Особенности этикета корейцев.
4. Технология приготовления супов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовле-

- нии блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат с корейской морковью и крабовыми палочками

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Крабовые палочки	50	50
Морковка корейская	50	50
Яйца	$\frac{3}{4}$ шт	30
Кукуруза	69	43
Огурцы свежие	15	12
Майонез	11	11
Соль	1	1
Выход	-	200

Технология приготовления

Кукурузу слить, оставить подсушиться. Морковку порубить помельче. Крабовые палочки нарезать колечками. Яйца очистить, мелко порубить. В последнюю очередь нарезать огурцы (не мелко). Посолить по вкусу, добавить майонез. Хорошо перемешать.

Сапо

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	76	76
или свинина (лопаточная, шейная части, грудинка)	68	68
Капуста белокочанная	125	100
Морковь	38	30
Саго	12	12
Чеснок	2	1,6
Сахар	5	5
Перец	0,5	0,5
Мука пшеничная	5	5
Соль	4	4
Выход	-	300

Технология приготовления

Мясо мелко нарезают, добавляют лук, сахар, соль, перец и оставляют на 1 час. Если сока недостаточно, добавляют воду и тушат 10 мин. Морковь нарезают тонкими полосками и прибавляют к мясу, через 5 мин добавляют капусту, затем лук и опять воду так, чтобы овощи были ею покрыты. Варят до мягкости. Саго заливают холодной водой и варят отдельно (саго должно быть рассыпчатым). Суп заваривают пшеничной мукой, приправляют солью, перцем и дают закипеть.

Яблоки в карамели

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	143	100
или ананасы	182	100
или бананы	167	100
Сахар	50	50
Яйцо (белок)	½ шт	20
Мука пшеничная	30	30
Сало свиное	30	30
Семена кунжута	25	25
Выход	-	150

Технология приготовления

Свежие яблоки очищают от кожицы, удаляют сердцевину и нарезают крупными ломтиками. В просеянную муку вливают холодную воду, яичные белки и тщательно размешивают до образования однородной массы, по густоте напоминающей сметану. Приготовленные ломтики яблок погружают в тесто и жарят во фритюре до образования бледной корочки. На сильно разогретую сковороду с небольшим количеством жира кладут сахар и, непрерывно помешивая, нагревают до тех пор, пока сахар не карамелизуется. Обжаренные яблоки кладут на сковороду с карамельной массой, а затем всыпают кунжутные семена.

Панкейки «Хотток»

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Пшеничная мука	157	157
Сахарный песок	10	10
Молоко	125	125
Дрожжи (сухие)	1 ч.л	5
Соль	½ ч.л	2,5
Масло растительное	25	25
Корица	¼ ч.л	1,25
Орехи грецкие (измельченные)	3 ст.л	35
Сахар коричневый (для начинки)	50	50
Выход	-	

Технология приготовления

Просеять муку, добавить соль, сахар, дрожжи и молоко. Все хорошо перемешать, до тех пор, пока не получится тесто, и накрыть миску полиэтиленовой пленкой. Оставить тесто при комнатной температуре, пока оно не увеличится в объеме вдвое. Как только тесто поднялось, обмять, накрыть пленкой и повторно дать постоять 20 минут. Когда тесто будет гото-

во, вылить на ладони немного растительного масла (чтобы тесто не липло к рукам) и разделить его на 6 панкейков среднего размера.

Смешать корицу, коричневый сахар и орехи в другой миске.

Положить 1 кусочек теста на ладонь и размять его руками в плоскую лепешку, выложить на нее 1 столовую ложку начинки, затем защипнуть края лепешки, закрыв начинку внутри.

На предварительно разогретую сковороду вылить тонкий слой растительного масла. Выложить тесто на сковороду и готовить его на медленном огне, пока дно лепешки не станет светло-золотистого цвета. Перевернуть панкейк и прижать его лопаткой. Жарить до тех пор, пока дно не станет золотисто-коричневым. Перевернуть панкейк в последний раз и затем уменьшить огонь. Накрыть сковороду крышкой и готовить до тех пор, пока сахарная начинка полностью не растает (примерно 1 мин).

Подавать панкейки горячими.

Лабораторная работа №8

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД ВЬЕТНАМСКОЙ И ФИЛИППИНСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд вьетнамской и филиппинской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд вьетнамской и филиппинской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Рыболовство, которым занимается население приморских районов Бирмы, побережья Таиланда, Кампучии, многих приморских сел Вьетнама, снабжает свои страны огромным количеством рыбы и рыбных продуктов, а также пастой из ферментированной рыбы.

Рыбные соусы и пасты – неперенное сопровождение почти всех блюд. Они содержат очень ценные элементы питания. Например, в составе нгали содержится 20-30% протеина, 3-5% жиров. Богата кальцием, фосфором, хлористым натрием. В ней есть все аминокислоты, за исключением триптофана, а он в свою очередь содержится в рисе.

Говоря о пище Индокитая, нельзя не упомянуть о дикорастущих растениях, играющих важную роль в питании, и прежде всего о ростках бамбука. Овощные блюда бывают сложного приготовления, точно так же как и блюда мясные и рыбные. Вместе с тем, каждая национальная кухня народов стран Индокитая сохраняет и свои самобытные черты. Особенно древние традиции обуславливали чрезвычайное своеобразие современной системы питания вьетов, которая отличает их от всех других народов Индокитая.

Несмотря на то, что вьеты употребляют те же продукты, что и другие народы Индокитая, их кухня отличается обработкой исходного сырья, а также разнообразием приготавливаемых блюд, оттенков вкуса и запаха. Важное значение имеет консистенция пищи, подразделяющаяся не только на жидкую и твердую, но и на эластичную клейкую и слизистую.

Основу питания составляет рис крахмалистых сортов, но клейкий рис так же играет большую роль, особенно в приготовлении бань – пирожков. Рис готовят, как правило, на пару. Широко применяют рисовую муку, часто в поджаренном виде. Иногда вместо риса используют кукурузу или просо. Из пшеницы готовят каши, блины и сладкую начинку для сухих хлебцев.

Еще одна характерная особенность смешивание мяса и рыбы в одном блюде. Вариации зависят от тонкости шинкования, видов фаршей, соуса, дозы кокосового молока, в кото-

ром варят многие полуфабрикаты. Использую следующие типы тепловой обработки: варку, варку на пару, тушение и т.д.

Популярны блюда из бобовых: фасоли, сои и особенно зеленой фасоли. Из сои готовят два основных полуфабриката – соевый соус, соевый творог.

Из продуктов животного происхождения используют свинину, мясо кур, уток, голубей, рыбу, кальмаров и моллюсков. Морепродукты перерабатывают в пасту и соусы.

В состав многих вьетнамских блюд входят разнообразные овощи, ростки и листья различных растений: бамбуковые ростки, листья хризантем, мангового дерева, папоротника, артишоки и т.д. Из пряностей чаще всего используют имбирь.

В пищевом рационе довольно значительное место занимают кань – бульоны – и тео – супы. Широко распространены бульоны из рыбы, крабов, свинины, курицы. Бульоны едят с рисом.

Для вьетнамской кухни характерна предварительная обработка продуктов и консервирование. Это относится и к мучным продуктам. Среди них вермишель и бун – высушенные полоски рисового теста, отвариваемого на пару.

Из национальных напитков широко употребляют водную настойку из листьев эвгении. Повсеместно распространен также чай разных сортов, в том числе и зеленый.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Особенности питания вьетнамцев.
2. Технология приготовления мясных и рыбных блюд.
3. Технология приготовления паст и соусов.
4. Консервирование продуктов.
5. Технология приготовления блюд из бобовых.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат из курицы и овощей с чили

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Пекинская капуста	28,1	22,5
Морковь (2 шт)	16,0	12,8
Огурец (1/2шт)	5,0	47,5
Перец красный чили (2 шт)	5,0	37,5
Лук репчатый (1 шт)	7,0	5,9
Огурец маринованный (4 шт)	22,5	12,4
Заливка от огурца	4,5	4,5
Арахис	5,0	5,0
Курица филе	31,25	31,25
<i>Отварная курица</i>	-	22,5
Чеснок (1 зубчик)	0,6	0,47
Уксус	3,0	3,0
Сахар-песок	0,5	0,5
Соль	2,0	2,0
Выход	-	100

Технология приготовления

Пекинскую капусту, морковь тонко нарезают соломкой. Огурец тонко нарезают соломкой, обсушить. Смешать чили, нарезанного с тонкими полосками, с луком, нарезанным кольцами, добавить растолченный арахис и маринованные огурцы, нарезанные соломкой. Все овощи уложить в салатник, добавить курицу и подготовленную смесь (заливку от огурцов смешать с сахаром, уксусом и чесноком). Все ингредиенты перемешать.

Суп из спаржи с крабами

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Спаржа	480	350
<i>Масса отварной спаржи</i>	-	308
Бульон куриный	600	600
Масло подсолнечное	40	40
Лук-шалот (6 головок)		120
<i>Масса обжаренного лука-шалот</i>	-	60
Крабовое мясо консервированное		115
Мука кукурузная	15	15
Соус рыбный	30	30
Яйцо куриное	1 шт	40
Шнит-лук	4	4
Соль	8	8
Черный перец молотый	0,1	0,1
Выход	-	1000

Технология приготовления

Побеги спаржи отварить в курином бульоне до мягкости. Откинуть спаржу на сито, бульон не выливать. В большой сковороде или воке нагреть растительное масло и обжарить на нем рубленый шалот 2 минуты, не давая ему зарумяниться. Положить в вок побеги спаржи, рубленое крабовое мясо и влить куриный бульон. Довести смесь до кипения и варить 3

минуты, затем снять вок с огня, отлить немного жидкости и развести ею пасту из кукурузной муки. Вылить полученную смесь обратно в вок и перемешайте, пока суп не загустеет. Добавить рыбный соус, посолить и поперчить. Помешивая суп, влить взбитое яйцо, чтобы получились нити. В конце приготовления добавить в вок, нарезанный шнитт-лук. При подаче оформить перьями шнитт-луком. Вместо свежей спаржи можно взять консервированную, разрезав ее пополам.

Эскабече

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Рыба морской окунь	163	119
Мука пшеничная	6	6
Масло растительное (для жарки)	6	6
Соль	3	3
Перец черный молотый	0,01	0,01
<i>Масса рыбы жареной</i>	-	100
Соус:		
Имбирь	0,2	0,2
Чеснок (2 зубчика)	1,2	0,9
Лук репчатый (1 шт)	7,0	5,9
Масло растительное	3,0	3,0
Перец сладкий зеленый (½ шт)	5,0	3,8
Перец сладкий красный (½ шт)	5,0	3,8
Морковь (1 шт)	8,0	6,4
Мука кукурузная	2,5	2,5
Вода	45,0	45,0
Уксус яблочный	4,5	4,5
Сахар-песок	1,5	1,5
Соус рыбный	1,0	1,0
Перец чили (1 стручок)	2,5	1,9
Соль	0,75	0,75
Перец черный молотый	0,038	0,038
Лук зеленый	2,0	2,0
<i>Масса соуса</i>	-	75
Рис крупа	54	54
<i>Масса гарнира</i>	-	150

Технология приготовления

Рыбное филе обсушить, нарезать на порционные куски и слегка запанировать в муке со специями. Жарить до румяной корочки. Переложить рыбу на жаропрочное блюдо и не давать ей остывать.

Для соуса обжарить на масле имбирь, нарезанный тонкими ломтиками, чеснок и лук, нарезанный кольцами 5 минут, или пока лук не станет мягким (не давать луку зарумяниться). Добавить сладкий перец, морковь и жарить все, помешивая, 1 минуту.

Кукурузную муку развести небольшим количеством воды, до пастообразного состояния. Влить оставшуюся воду, добавить уксус и сахар. Получившуюся смесь вылить на овощи в вок и варить соус, помешивая, до загустения. Добавить рыбный соус, посолить, поперчить.

Положить в соус рыбу и прогреть. Затем переложить на подогретое блюдо, оформить нарезанным чили и зеленым луком, гарниром.

Бананы в карамели по-вьетнамски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Бананы	280	200
Яйца	1 шт	40
Крахмал	60	60
Пшеничная мука	75	75
Растительное масло	48	48
Вода	60	60
Коричневый сахар	50	50
Кунжут	5	5
Выход	-	538

Технология приготовления

Бананы очистить от кожуры, нарезать крупными кусочками. Приготовить кляр. Для этого смешать в миске до однородности яйцо, крахмал, муку, 1 ст. л. растительного масла и воду. Тщательно вымесить, чтобы не было комков. Обмакнуть каждый кусочек банана в кляр. Хорошо прогреть в сковороде с толстым дном 1 ст. растительное масло для фритюра. Обжарить в масле каждый кусочек банана до золотистого цвета около 1,5-2 мин. На сковороде разогреть 1 ст. ложку масла, всыпать коричневый сахар и слегка развести водой. Осторожно уварить до состояния светло-желтой карамели. В карамель, переворачивая с помощью палочек, полностью покрыть карамелью каждый кусочек. Готовые бананы выложить на тарелку, посыпать кунжутом.

Лабораторная работа №9

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД КИТАЙСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд китайской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд китайской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Основу китайской национальной кухни составляют блюда из самых разнообразных продуктов: крупы, муки, овощей, мяса, рыбы, морских беспозвоночных животных, водорослей, птицы, молодых побегов бамбука и др.

В Китае наиболее популярен рис. Во многих местах рисовая каша, приготовленная различными способами, заменяет хлеб. Ни один прием пищи у китайцев не обходится без каши. Ее готовят также из гаоляна, кукурузы, проса. Из риса варят кашу сухую рассыпчатую (дань) и очень жидкую (дамичжоу), которую китайцы очень любят и употребляют только на завтрак.

Китайская пища немыслима также без бобовых и продуктов из них: соевого масла, соевого молока, творога из сои (существуют сотни рецептов блюд из свежего, сушеного, маринованного соевого творога), острого темно-коричневого жидкого соуса и негустой соленой

пасты из соевых бобов. Бобовые культуры – основной источник белка в пище китайцев, заменяющего мясо, потребление которого весьма ограничено.

Большой популярностью у китайцев пользуются блюда и изделия из муки. Среди них: лапша, вермишель, различного вида лепешки, паровые хлебцы (пампушки), пельмени, ушки, сладкое печенье. Лапшу из крутого пресного теста отваривают в кипящей несоленой воде 4-5 мин, затем быстро промывают холодной водой, выкладывают в большую чашу, сверху кладут гарнир – кусочки свинины или курицы в соусе, мелко рубленный лук-батун, трепанги, древесные грибы, ростки бамбука и др. Продукты, используемые для гарнира, определяют название блюда с лапшой.

Для приготовления пельменей, пампушек с фаршем и ушек используют три способа тепловой обработки, варку в воде, варку на пару и жарку.

Большое место в китайской кухне занимают овощи. Наиболее широко используют капусту (салатную китайскую, белокочанную, сычуаньскую), батат, картофель, редьку разных видов, зеленый лук-батун, чеснок, томаты, перец, шпинат, зеленые стручки фасоли и др. Популярны толстые молодые ростки бамбука в отварном виде, гарнирах и консервах. Овощи в большом количестве маринуют, солят в соевом соусе квасят и сушат. Они служат основной закуской к кашам, особенно засоленные в соевом соусе редька и салатная капуста.

Из мясных продуктов широкое применение находит свинина; говядину и баранину используют значительно реже. Большинство мясных блюд готовят из мяса, нарезанного мелкими ломтиками, кубикам, соломкой. Основной способ тепловой обработки – жарка на сильном огне.

Для многих блюд используют также мясо птицы, особенно кур и уток. Их готовят различными способами с употреблением разнообразных соусов, крахмала, приправ и специй. Особенно любимое кушанье китайцев – утка, целиком обжаренная на растительном масле, иногда слегка подкопченная, предварительно вымоченная в остром соевом соусе и подкрашенная в ярко-красный цвет.

В китайской кухне широко употребляют куриные и утиные яйца. Для приготовления некоторых, холодных и горячих закусок используют утиные яйца, консервированные особым способом: их обмазывают смесью золы с известью, содой и солью и выдерживают в течение 20-100 дней в чанах или земле. В результате такой выдержки белок приобретает коричневый цвет, а желток – зеленый. Вкус яйца становится довольно своеобразным.

Китайские кулинары широко используют такие породы рыб, как китайский окунь, камбала, сабля-рыба, а также морских беспозвоночных животных. Популярны также креветки, крабы, различные моллюски (кальмары, осьминоги, каракатицы), устрицы и др.

Самый распространенный напиток в Китае – чай. Его заваривают крутым кипятком в фарфоровых чайниках различных размеров, иногда прямо в чашках. Зеленый чай пьют очень горячим без сахара. Режим питания у китайцев трехразовый. Традиционное время обеда ровно в полдень.

Следует подчеркнуть, что при всем разнообразии блюд китайской национальной кухни пища китайцев отличается простотой и однообразием. Недаром известный советский писатель Борис Полевой, посетив Китай, отметил «Кухня эта, столь ошеломляющая новичков в ресторанах и на званых обедах, отличающаяся изобилием изысканных блюд, сооруженных из всего, что растет, бегают, плавают и летает, в сущности не представляет народной китайской еды. Это еда банкетная, деликатесная. Простые люди едят ее лишь в дни свадеб и праздников».

Китайская национальная кухня делится на ряд местных кухонь, которые очень различаются между собой как способами приготовления отдельных блюд, так и набором продуктов. Наиболее известны 14 кухонь: пекинская, кантонская, сычуаньская, шанхайская и др.

В целом китайская кухня имеет следующие характерные особенности. Нарезка продуктов. Для большинства блюд продукты нарезают очень маленькими кусочками кубиками (1 см³), соломкой (толщиной 2 мм, длиной 6-8 см), ромбиками (толщиной 1 см, высотой 2 см, длиной 6-7 см), ломтиками (толщиной 1,5-2 мм, высотой 2 мм и длиной 6-7 см). При этом особое внимание обращают на равномерность нарезки по толщине и длине.

Когда мясо или рыбу нарезают одним куском на порцию, а также при нарезке продуктов ромбиками, при обработке свиных почек, потрохов птицы, перед тепловой обработкой делают неглубокие косые надрезы. Нарезку продуктов производят большими и тяжелыми ножами – тесаками. Равномерность нарезки продуктов исключает недожаривание или пережаривание при тепловой обработке.

Тепловая обработка. Как правило, многие кушанья готовятся на очень сильном огне в течение 2-3 мин. Для жарки и приготовления некоторых горячих блюд используют котлообразную сковороду с полусферическим дном. Такая сковорода погружается до половины в вырезы конфорок плиты.

Для приготовления риса, пампушек, пельменей на пару используют пароварку, состоящую из нескольких сит, вставляющихся одно в другое, и специального очага с котлом, в котором кипит вода.

Существуют следующие виды тепловой обработки варка в воде (холодной или горячей); варка в бульоне (нарезанные продукты опускают в кипящий бульон и снова доводят его до кипения на очень сильном огне) применяется при приготовлении некоторых прозрачных супов; варка в маринаде (в посуду наливают равные части воды и соевого соуса, опускают марлевый мешочек со смесью различных специй, добавляя ароматические овощи, сахар, жженку и рисовое вино, доводят до кипения на сильном огне, затем закладывают продукты и доводят до готовности на слабом огне – так готовят ароматическую курицу, потроха и другие блюда.

Варке риса в китайской кухне придают очень большое значение. Существует несколько способов тепловой обработки этого продукта. Первый способ. Вначале рис перебирают, затем промывают холодной водой несколько раз, пока вода не станет прозрачной. Промытую крупу сыпают в котел или кастрюлю и заливают холодной водой так, чтобы она покрывала рис на высоту 3 см. Соотношение риса и воды должно быть 1:3. Для получения рассыпчатого риса такое соотношение воды и крупы обязательно. Рис варят без помешивания под крышкой сначала на сильном огне, потом на слабом.

Второй способ. Подготовленный рис всыпают большое количество кипящей воды и варят, помешивая чумичкой до полуготовности. Соотношение круп и воды должно быть 1:6. Сваренный до полуготовности рис перекладывают дуршлагом в специальное паровое сито, на дно которого уложено влажное полотенце. Сито ставят на котел или электросковороду с бурно кипящей водой и варят на пару до готовности.

Третий способ. Этим способом готовят жидкую кашу дамичжоу. Воду наливают из расчета 1 кг риса на 10 л воды, затем кашу уваривают до желаемой густоты сначала на сильном, а затем на слабом огне до готовности. Иногда такую кашу готовят с небольшим количеством мелких крахмалистых бобов.

Рис варят без соли, отпускают в пиалах.

Тушение. Для приготовления некоторых блюд используют тушение. Существуют два способа тушения:

Первый способ. Продукты кладут в разогретую с небольшим количеством жира сковороду, обжаривают их в течение 1 мин, добавляя вино, бульон, специи, тушат все на слабом огне до готовности, затем ставят на сильный огонь, чтобы жидкость испарилась.

Второй способ. Продукты обжаривают с двух сторон до образования золотистой корочки, добавляют куриный бульон, специи и тушат на слабом огне до тех пор, пока бульон не испарится.

Жарку продуктов осуществляют в небольшом количестве жира, в полуфритюре или во фритюре. При жарке в полуфритюре количество жира должно соответствовать количеству продуктов.

Во время жарки сковороду непрерывно встряхивают над огнем, чем обеспечивают равномерность обжарки. Жарят продукты обычно на растительном масле: соевом, бобовом, хлопковом и др. Для приготовления пищи используют и животные жиры: свиное сало, куриный и утиный жир.

Пряности и специи играют в китайской кухне большую роль. Наиболее часто используют бадьян (при приготовлении горячих блюд), горчицу, имбирь (употребляют в измельченном виде или в виде настоя при приготовлении холодных, горячих блюд, бульонов, соусов), кинзу, корицу, перец хуцзё.

Широко применяют китайские кулинары порошок глутамината натрия (концентрат вейдзин). Разведенный в воде с солью он напоминает по вкусу куриный бульон. Применяется при приготовлении холодных закусок, бульонов, соусов и горячих блюд.

Во многие кушанья для придания им аромата добавляют кунжутное масло (иногда по несколько капель). В качестве приправы для приготовления холодных и горячих блюд, бульонов и соусов широко используют соевый ферментативный соус, свиное сало, пережаренное с бадьяном, имбирем, перцем и луком, пасту кунжутную и соевую.

Следует упомянуть также усянмань – смесь 5 специй: корицы, укропа, солодкового корня, гвоздики и бадьяна, растертых в порошок.

В Китае в начале обеда подают чай ароматический или зеленый в чайниках, без сахара. Отдельно ставят небольшие пиалы. Затем холодные закуски, горячие закуски, горячие блюда. Сладкие блюда и мучные кулинарные изделия подают в промежутках между горячими блюдами (их может быть от 8 и более на банкетах). В конце обеда подают суп с рисом и снова чай.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Технология приготовления блюд из круп.
2. Технология приготовления блюд из бобовых.
3. Технология приготовления мучных изделий.
4. Технология приготовления мясных блюд.
5. Технология приготовления рыбных блюд.
6. Особенности китайской кухни.
7. Технология варки риса в китайской кухне.
8. Подача чая в китайской кухне.
9. Особенности обработки яиц.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;

- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Салат с фунчозой

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Огурец	30	24
Фунчоза (рисовая вермишель)	100	100
Масса отварной фунчозы	-	286
Растительное масло	5	5
Морковь	30	30
Копченая колбаса	55	55
Лук репчатый	15	13
Соевый соус	15	15
Соль	2	2
Зелень	3	2
Перец красный молотый	0,02	0,02
Выход	-	

Технология приготовления

Если фунчоза имеет диаметр до 0,5 мм, ее нужно просто залить кипятком, накрыть крышкой и оставить на 5 минут, затем слить воду, если же лапша более толстая, то ее варят также как и обычную – опускают в подсоленную кипящую воду, но отваривают не более 3-4 минут.

Переваренная фунчоза будет раскисшей, а недоваренная прилипнет к зубам, правильно отваренная стеклянная лапша мягкая, но слегка хрустящая.

Чтобы при варке фунчоза не слипалась, в воду нужно добавить растительное масло из расчета 1 ст.л. на 1 л воды.

Если фунчоза в виде «моточков», готовить ее нужно следующим образом: перевязать моточек нитью, в глубокую кастрюлю налить воду (на 100 г лапши – 1 л воды), положить по 1 ч.л. соли и 1 ст.л. растительного масла (из расчета на 1 л воды), довести до кипения, опустить моток лапши, проварить 3-4 минуты, откинуть на дуршлаг, поместить под холодную проточную воду, затем взять за нить и встряхнуть, чтобы стекла лишняя вода, уложить на разделочную доску, убрать нить, нарезать фунчозу поперек при помощи острого ножа на соломку желаемой длины.

Морковь и лук очистить, нарезать лук полукольцами, морковь потереть на крупной терке. Отварить фунчозу, откинуть на дуршлаг, обдать холодной проточной водой, обсушить. Разогреть сковороду с маслом, выложить лук, перемешать, положить морковь, снова переме-

шать, влить соевый соус, положить фунчозу, потушить все 5 минут, помешивая. Огурец и колбасу нарезать длинной тонкой соломкой, добавить в салат и перемешать.

Подавать в горячем или холодном виде.

Шпинатный суп со свиной

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Свинина (лопаточная, шейные части, грудинка)	97	97
Шпинат	167	124
Яйцо	2/3 шт	27
Масло растительное (кунжутное, оливковое или перекаленное под-солнечное)	15	15
Лук репчатый	24	20
Соевый соус	5	5
Концентрат вейдзин	5	5
Перец красный молотый	0,3	0,3
Соль	3	3
Выход	-	500

Технология приготовления

Мякоть свинины нарезают узкими (3-4 мм) полосками длиной 5 см и обжаривают с мелко нарезанным репчатым луком на сковороде в масле в течение 2-3 мин на сильном огне до образования румяной корочки. Во время жарки мясо все время перемешивают, не давая кусочкам слипаться. Шпинат промывают и нарезают поперек листьев узкими (3-4 мм) полосками. В кипящую воду засыпают обжаренную свинину, а через 10-15 мин – шпинат. Через 1-2 мин после закладки шпината вливают в кастрюлю хорошо взбитые яйца, быстро размешивают и доводят до кипения. После этого суп снимают с огня, дают настояться под крышкой в течение 10 мин и всыпают перец и концентрат.

Судак по-китайски

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Филе судака	192	192
Сало свиное	20	20
Соевый соус	5	5
Яйцо	1/2 шт	20
Имбирь свежий	10	10
Концентрат вейдзин	5	5
Сухари	10	10
Масло кунжутное	5	5
Перец душистый	1	1
Соль	3	3
Выход	-	100

Технология приготовления

Порционные куски филе судака без кожи и костей (1 кусок на порцию) маринуют в течение 10-15 мин в соевом соусе, смешанном с кунжутным маслом, концентратом, мелко рубленным имбирем, молотым душистым перцем и солью. Затем куски рыбы панируют в му-

ке, смачивают взбитым яйцом и снова панируют в сухарях, а затем жарят во фритюре. Готовую рыбу откидывают, нарезают на куски и кладут в тарелку. Перец (хуацзе), смешанный с солью, подают отдельно.

Фа гао

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Пшеничная мука	140	140
Сахарный песок	120	120
Вода	130	130
Разрыхлитель	1 ч.л.	10
Ванилин	1 чеп.	0.03
Пищевые красители	0,01	0,01
Выход	-	

Технология приготовления

Муку просеивают вместе с разрыхлителем, чтобы насытить тесто кислородом. Добавляют немного ванилина или другого ароматизатора. В отдельную емкость насыпают сахар и заливают его крутым кипятком. Тщательно перемешивают ложкой, чтобы сахарный песок полностью растворился. При постоянном помешивании вливают горячий сахарный песок тонкой струйкой в миску с сухими ингредиентами. Тщательно размешивают тесто венчиком – сначала оно будет казаться комковым и густым, но спустя 2-3 минуты станет однородным и более жидким. Сладкое тесто делят на 3 разные части, разливая его по небольшим пиалам. В каждую емкость добавляют небольшое количество пищевого красителя. Размешивают венчиком, при необходимости добавляют еще пищевого красителя для интенсивности цвета. Формочки для кексов помещают в чашу пароварки, внутрь вкладывая бумажные капсулы и наполняя их на 2/3 объема. Готовят на пару в течение 30 минут – шапочки кексов «раскроются» приблизительно через 10-15 минут, а затем будут доходить до полной готовности. Открывать крышку пароварки во время приготовления нельзя!

Лабораторная работа №10

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА БЛЮД ЯПОНСКОЙ КУХНИ

Тема лабораторной работы: Ассортимент и особенности, технология приготовления блюд японской кухни.

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию производства блюд японской кухни. Провести органолептическую оценку блюд.

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Рис в питании японцев играет такую же главенствующую роль, как картофель у славян или, скажем, мясо у монголов. Чаще всего его готовят с небольшим количеством воды, на пару, и никогда не помешивают. Как правило, рис варят несоленым и едят с острыми, солеными или сладкими приправами.

Не менее значительное место на обеденном столе японца отведено рыбе и другим морским продуктам.

Из овощей широкое распространение в Японии имеют листья зеленого салата, зеленый лук, бобовые ростки, побеги бамбука, спаржи, редис, сельдерей, шпинат.

Большое значение в питании японцев имеют бобовые культуры, из которых готовят тофу и мисо. Тофу – бобовый сыр, состоящий в основном из соевого белка и напоминающий по виду творог. Это почти повсюду обязательное блюдо на завтрак. Мисо – полужидкая масса приготовленная из размятых вареных соевых бобов, в которую для брожения добавляют дрожжи. На основе мисо готовят различные супы. Суп из мисо иногда едят с вермишелью из пшеничной или гречневой муки с добавлением мяса и зелени. Кроме того, в суп кладут строганную сушеную рыбу. Большинство японских национальных блюд подается с различными острыми приправами. Их существует много видов, но основные готовятся из редьки, редиса, зелени. Широко используется в качестве приправы, а также для приготовления супов и других блюд соленые и квашенные овощи – квашеная редька, маринованный чеснок, соленые огурцы.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:

1. Технология приготовления суши.
2. Технология приготовления ролл.
3. Использование тофу и мисо.
4. Технология приготовления супов.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ:

Изучить теоретическую часть.

Ответить на контрольные вопросы.

Изучить ассортимент блюд лабораторной работы.

Заполнить рабочую тетрадь: рецептуру блюд, технологию приготовления:

- рассчитать потребное количество продуктов;
- составить технологические схемы;
- составить последовательность выполнения технологических операций при изготовлении блюд;
- составить шкалу органолептической оценки блюд лабораторной работы;
- приготовить блюда по ассортименту лабораторной работы;
- подготовить блюда к дегустации;
- провести органолептическую оценку блюд;
- результаты бракеража занести в бракеражные листы;
- выявить недостатки и замечания при изготовлении блюд;
- подготовить отчет по лабораторной работе;
- убрать рабочее место, посуду и сдать дежурным.

Посуду, инвентарь и инструменты подобрать в соответствии с необходимостью технологических процессов приготовления блюд.

РЕЦЕПТУРА И ТЕХНОЛОГИЯ БЛЮД

Суши «Сияки»

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Рис	200	200
Семга	100	100

Рисовый уксус	500	500
Соус мирин	40	40
Водоросли комбу	10	10
Сахар-песок	100	100
Лимон свежий	10	9
Выход	-	

Технология приготовления

Рис промывают до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Всыпать в кастрюлю и залить холодной водой так, что бы вода покрывала рис на 2 см, довести до готовности.

Рисовый уксус, соус мирин, сахар, сок лимона и водоросли комбу смешать и поставить на слабый огонь, томить 15-20 мин, не доводя до кипения. Горячий рис заправить полученным соусом и остудить. Из охлажденного риса вылепить небольшие брусочки. Семгу нарезать тонкими ломтиками. Кусочек семги аккуратно выложить на рис слегка прижав к нему с боков.

Ролл по-домашнему

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Лист нори	3 листа	3 листа
Рис	107	107
Рисовый уксус	267	267
Соус мирин	21	21
Водоросли комбу	5,3	5,3
Сахар-песок	53	53
Лимон свежий	5,3	4,8
Крабовое мясо	100	100
Икра лососевых рыб	100	100
Огурец	60	48
Майонез	60	60
Имбирь маринованный	10	10
Васаби (паста)	10	10
Выход	-	

Технология приготовления

Бамбуковый коврик обернуть пищевой пленкой, положить лист нории. Выложить рис на лист нории и разровнять его смоченными в уксусной воде руками до слоя толщиной в 1 см. Через несколько мин подцепить края нории и быстро перевернуть так, что бы рис оказался внизу на пленке, а нории сверху. Посередине лист нории намазать майонезом отступив на 1,5 см от края уложить в ряд крабовое мясо и нарезанные тонкими пластинками свежие огурцы удерживая начинку, поднять край коврика пока ролл не сделает почти полный оборот после чего загнуть края коврика наверх докатать ролл, приподнимая края коврика и прижимая его руками обсыпать полученный ролл икрой и подавать с маринованным имбирем и васаби.

Ролл овощной

Рецептура

Наименование сырья, полуфабрикатов	Брутто, г	Нетто, г
Рис	175	175

Капуста комбу	1 полоска	1 полоска
Для суши-уксуса:		
Рисовый уксус	27	27
Сахар-песок	25	25
Соль	2	2
Перец сладкий	100	75
Огурец	60	48
Морковь	60	48
Салат «Айсберг»	10	7
Лист нори	2 листа	2 листа
Сыр «Тофу»	40	40
Васаби	20	20
Имбирь маринованный	20	20
Соевый соус	20	20
Выход	-	

Технология приготовления

Рис всыпать в большую посуду, залить большим количеством воды, быстро перемешать деревянной лопаткой, слить воду и перетереть рис между ладонями.

Снова залить рис водой. Промывать рис до тех пор, пока вода не станет прозрачной. Чистый рис откинуть на дуршлаг и подсушить около 20 минут. Затем положить в кастрюлю, залить водой, положить комбу, накрыть посуду крышкой и поставить на слабый огонь.

С появлением первых пузырьков прибавить огонь и удалить комбу. Когда вода сильно закипит, убавить огонь до минимума и проварить рис около 20 минут, чтобы вся вода впиталась. Прибавить огонь и через 10 минут выключить его.

Между крышкой и кастрюлей положить полотенце. Дать рису настояться в течение 20 минут, переложить его в деревянную и равномерно полить суши-уксусом.

Волнообразными движениями перемешать с помощью деревянной лопатки, следя за тем, чтобы рис не мялся. Затем, обмахивая веером, остудить его до комнатной температуры и переложить в миску с крышкой.

Для суши-уксуса рисовый уксус смешать с сахаром и солью. Полученную смесь прогреть, помешивая, до тех пор, пока сахар и соль не растворятся.

Перец вымыть, обсушить, очистить от семян, перегородок и нарезать тонкой соломкой. Огурец вымыть, обсушить, разрезать вдоль пополам, очистить от семян, нарезать тонкой соломкой. Морковь вымыть, очистить от кожицы и нарезать тонкой соломкой. Листик салата вымыть, обсушить и тонко нашинковать.

Лист нории положить на бамбуковую циновку гладкой стороной и поверх разложить слой риса толщиной около 1 см, оставив край нории свободным. Рис смазать тонким слоем васаби и строго посередине разложить овощи и тофу.

Сформовать ролл, скатывая циновку от себя и придерживая начинку, чтобы она не смещалась. Полученную трубочку слегка сдавить или приплюснуть. Затем аккуратно развернуть циновку и поправить края полученного ролла.

Уложить его на разделочную доску и разрезать острым ножом, смоченным в тэдзу (смесь из рисового уксуса с чистой водой в пропорции 1:1), на отдельные суши. Также приготовить второй ролл. Подавать с маринованным имбирем и соевым соусом.

Рекомендуемая литература и интернет-ресурсы

Основная литература:

1. Васюкова, А.Т. Технология кулинарной продукции за рубежом: учебник / А.Т. Васюкова, Н.И. Мячикова, В.Ф. Пучкова ; под ред. А.Т. Васюковой. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 368 с.

Дополнительная литература:

1. Кухня народов мира: учебное пособие / авт.-сост. В.В. Марченко, Н.В. Судакова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь: СКФУ, 2016. - 149 с.
2. ГОСТ 30389-2013 «Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования».
3. ГОСТ 31987-2012 «Услуги общественного питания. Технологические документы на продукцию общественного питания. Общие требования к оформлению, построению и содержанию».
4. ГОСТ 31988-2012 «Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания».
5. ГОСТ 32691-2014 «Услуги общественного питания. Порядок разработки фирменных и новых блюд и изделий на предприятиях общественного питания».
6. Азиатская кухня – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. – 240 с.
7. Садовский Е. Суши, роллы. – М.: Эксмо, 2012. – 96 с.
8. Сборник рецептов блюд зарубежной кухни: Ассоциация кулинаров России ГО ВПО – М.: ИТК «Дашков и К°», 2008.
9. Сяо Минь. Китайская кухня. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2011. – 288 с.
10. Могильный М.П. Восточные сладости (технология, рецептуры, рекомендации). – М.: Дели-принт, 2002. – 148 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.complexdor.ru> – Сайт базы нормативной и технической документации
2. <http://www.twirpx.com> – Сайт поиск литературы
3. <http://www.pitportal.ru> – Сайт информационного портала
4. <http://www.libgost.ru> – Сайт библиотеки Гостов и нормативных документов
5. www.hotelnews.ru – Сайт сбора информации в сфере гостиничного бизнеса

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для лабораторных занятий по дисциплине
Технология азиатской кухни

студента(ки) _____
курса _____ группы _____
Преподаватель _____

Пятигорск, 20__ г.

группа _____

по теме _____

Преподаватель _____

ОРГ АНОЛЕПТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БЛЮД И ИЗДЕЛИЙ

№ по сборнику рецептур	Наименование изделий	Требования к качеству				Консистенция	Обнаруженные дефекты	Средняя оценка
		Внешний вид	Цвет	Запах	Вкус			
Баллы								
Баллы								
Баллы								
Баллы								
Баллы								

Бракераж провел(а) _____

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания
по организации и проведению самостоятельной работы
по дисциплине: «Технология азиатской кухни» для студентов
направления подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация
общественного питания
направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

Пятигорск, 2024 г.

Содержание

Введение

1. Общая характеристика самостоятельной работы студента при изучении дисциплины «Технология азиатской кухни»
2. План-график выполнения самостоятельной работы
3. Контрольные точки и виды отчетности по ним
4. Методические рекомендации по изучению теоретического материала
5. Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины)
6. Методические указания по подготовке к экзамену
7. Список рекомендуемой литературы

Введение

Азиатская кухня (*восточноазиатская кухня*) – обобщающий термин, используемый, как правило, для общего названия кухонь восточной, южной, и юго-восточной Азии. Кухни стран островов тихого океана обычно не включаются в это понятие, также как и кухни других регионов Азии – западной и средней Азии. В последнее время национальная кухня Азии привлекает все большее число ее последователей. По всему миру открываются рестораны японской, китайской, тайской, индийской кухонь и пользуются они постоянно большим успехом среди потребителей. Азиатская кухня – это термин, объединяющий в себе особенности приготовления различных блюд центральной, восточной, южной Азии, Индии, Тайваня, Бирмы, Японии, Афганистана, Пакистана, Таиланда, Вьетнама, Китая и т.д.

Целями освоения дисциплины «Технология азиатской кухни» являются приобретение знаний: по истории развития азиатских кухонь; по организации питания потребителей, отдающих свое предпочтение азиатской кухне; об осо-

бенностях приготовления и подачи блюд азиатской кухни; научных основ технологии продукции общественного питания.

Задачами освоения дисциплины «Технология азиатской кухни» является формирование знаний, умений и навыков по следующим направлениям деятельности: освоение теоретических знаний и приобретение умений по ведению технологических процессов с позиций современных представлений о рациональном использовании сырья, обеспечения высокого качества продукции и ее безопасности для жизни и здоровья потребителя; овладение приемами организации и осуществления процесса производства с использованием технических средств для измерения основных параметров технологических процессов, сырья, полуфабрикатов для обеспечения получения высокого качества готовой продукции; формирование возможности применения профессиональных знаний в производственно-технологической, организационно-управленческой, научно-исследовательской, проектной и маркетинговой деятельности.

В результате самостоятельного изучения дисциплины обучающийся должен приобрести следующие компетенции:

Содержание компетенции

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-5 Способен применять специализированные и профессиональные знания, в том числе инновационные, в области технологии производства продуктов питания, определять направления развития технологии пищевых производств, повышения качества и безопасности готовой продукции.	ИД-1 _{ПК-5} Осуществляет контроль качества, безопасности сырья и готовой продукции с использованием нормативной документации, основных и прикладных методов исследований.	Осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной документацией, основными и прикладными методами исследований.
	ИД-2 _{ПК-5} Организует технологический процесс производства продуктов питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов с применением	Анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного тех-

	современного технологического оборудования, традиционных и новых видов сырья.	нологического оборудования.
	ИД-3 _{ПК-5} Выявляет объекты для улучшения технологии пищевых производств с учетом прогрессивных методов эксплуатации оборудования, принципов управления качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства, основ физиологии пищеварения и обмена веществ, современных концепций питания.	Учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства, современные концепции питания для улучшения технологии приготовления блюд и изделий.
ПК-8 Способен организовать контроль за обеспечением качества продукции и услуг	ИД-1 _{ПК-8} Организует мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции для различных видов питания, оказываемых услуг предприятиями питания.	Учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания.

1. Общая характеристика самостоятельной работы студента при изучении дисциплины «Технология азиатской кухни»

Дисциплина «Технология азиатской кухни» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений дисциплин (модуля) Б1 – Б1.В.21 подготовки бакалавра по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания. Ее освоение проходит в 8 семестре.

Самостоятельная работа – это работа студентов по усвоению обязательной и свободно получаемой информации по самообразованию. Такая форма обучения приобретает в настоящее время актуальность и значимость. Её функцией является обеспечение хорошего качества усвоения знаний, умений, навыков и профессиональных компетенций студентами по изучаемой дисциплине. В качестве форм и методов внеаудиторной работы студентов является самостоятельная работа в библиотеке, конспектирование, работа со специальными словарями и справочниками, расширение понятийно-терминологического аппарата, подготовка к вопросам по собеседованию.

Текущая аттестация студентов проводится преподавателем, ведущим лабораторные занятия по дисциплине, в следующих формах: отчет (письменный), собеседование.

Целью подготовки к лабораторным занятиям является письменный отчет в виде рабочей тетради по лабораторным работам. Задачами при подготовке к лабораторным занятиям – оформление технико-технологической карты (ТТК) по каждому блюду тем лабораторной работы дисциплины.

Целью подготовки к самостоятельному изучению литературы по темам №1-5 дисциплины является собеседование с преподавателем по темам теоретического материала. Задачами при подготовке к самостоятельному изучению литературы по темам №1-5 дисциплины – конспектирование студентом тем дисциплины.

Научно-теоретический уровень содержания. В работе необходимо обоснованно изложить тему, представить собственную позицию по проблеме.

Теоретические положения должны быть показаны как обобщение, вывод к фактическому материалу, а фактический материал – как иллюстрация, конкретизация теоретических положений.

Связь теории с практикой. В работе должна быть раскрыта практическая значимость обоснованных теоретических положений, проявлено умение автора увязать их с жизнью, в том числе и со своим направлением подготовки.

Самостоятельность и творчество в решении и изложении рассматриваемых вопросов. Работа не может быть результатом переписывания с одного источника, она должна быть итогом изучения обширного материала, содержать мысли и рекомендации автора.

Подбор и изучение литературы. При подборе литературы следует ориентироваться на источники, изданные в последние годы. Если в литературе отсутствует единая точка зрения по тому или иному вопросу, студенту необходимо изложить взгляды авторов и сделать попытку их критической оценки, высказать свое личное мнение по данному вопросу. В заключении излагаются основные выводы по данному вопросу.

Необходимо составить план, включающий 2-3 вопроса. Тема излагается в соответствии с планом, делаются выводы. Завершает работу список литературы. Необходимо добиваться внутренней связи рассматриваемых вопросов, а также последовательности в изложении каждого вопроса.

Цитаты из работ заключаются в кавычки, пропуски слов в них отмечаются многоточием, при этом надо следить, чтобы сокращения не искажали смысл цитаты. При использовании цитат и цифр необходимо делать ссылку.

В конце работы приводится перечень фактически использованной литературы. Источников должно быть не менее 5. В список используемой литературы включаются лишь те источники, которые действительно использовались. Список составляется в алфавитном порядке.

Для правильного оформления библиографического списка использованной

литературы необходимо свериться с приведенным списком в данной методической рекомендации.

2. Методические рекомендации по изучению теоретического материала

Для успешного освоения дисциплины, необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы по рекомендуемым источникам информации.

Вопросы для собеседования

Тема 1. Общая характеристика основ азиатской кухни. Продукты, характерные для азиатской кухни

1. Характеристика основ азиатской кухни.
2. Кухонные принадлежности, используемые в азиатской кухне.
3. Современное оборудование, используемое в азиатской кухне.
4. Организация документооборота по производству на предприятии питания.
5. Использование нормативной, технической, технологической документации в условиях производства продукции питания.
6. Анализ научно-технической информации.
7. Анализ отечественного и зарубежного опыта по производству продуктов питания.
8. Организация процесса приготовления и приготовление сложной кулинарной продукции.
9. Организация документооборота по производству блюд национальной кухни на предприятии питания.
10. Использование нормативной, технической, технологической документации в условиях производства продукции питания по производству блюд национальной кухни.
11. Рис. Лапша. Сочни и блинчики. Вонтоны. Рисовая бумага. Пельмени. Овощи. Свежие и сушеные грибы. Водоросли. Фрукты. Орехи и семена. Соевых творог тофу и растительный белок.

12. Сушеная рыба и моллюски. Мясные продукты и консервированные яйца. Птица. Мясо. Рыба. Морепродукты.

13. Травы, пряности, ароматизаторы. Порошки и пасты карри. Кулинарные жиры и растительные масла. Уксусы. Соусы и пасты. Самбала. Овощные соленья и консервы. Кокосовое молоко и сливки. Пиво, вино, крепкие спиртные напитки.

Тема 2. Особенности технологии приготовления блюд азиатской кухни стран СНГ.

1. Технология приготовления холодных блюд и закусок азиатской кухни стран СНГ.
2. Технология приготовления сладких блюд азиатской кухни стран СНГ.
3. Технология приготовления первых блюд азиатской кухни стран СНГ.
4. Технология приготовления вторых блюд азиатской кухни стран СНГ.

Тема 3. Особенности технологии приготовления блюд индийской, индокитайской и непальской кухни.

1. Технология приготовления холодных блюд и закусок индийской, индокитайской и непальской кухни.
2. Технология приготовления сладких блюд индийской, индокитайской и непальской кухни.
3. Технология приготовления первых блюд индийской, индокитайской и непальской кухни.
4. Технология приготовления вторых блюд индийской, индокитайской и непальской кухни.

Тема 4. Особенности технологии приготовления блюд вьетнамской, филиппинской, монгольской и корейской кухни.

1. Технология приготовления холодных блюд и закусок вьетнамской, филиппинской, монгольской и корейской кухни.

2. Технология приготовления сладких блюд вьетнамской, филиппинской, монгольской и корейской кухни.
3. Технология приготовления первых блюд вьетнамской, филиппинской, монгольской и корейской кухни.
4. Технология приготовления вторых блюд вьетнамской, филиппинской, монгольской и корейской кухни.

Тема 5. Особенности технологии приготовления блюд китайской и японской кухни.

1. Технология приготовления холодных блюд и закусок китайской и японской кухни.
2. Технология приготовления сладких блюд китайской и японской кухни.
3. Технология приготовления первых блюд китайской и японской кухни.
4. Технология приготовления вторых блюд китайской и японской кухни.

Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» выставляется студенту, если студент осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной документацией, основными и прикладными методами исследований; анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного технологического оборудования; учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасность и прослеживаемость производства, современные концепции питания для улучшения технологии приготовления блюд и изделий; учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной

документацией, основными и прикладными методами исследований; анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного технологического оборудования; учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасность и прослеживаемость производства, современные концепции питания для улучшения технологии приготовления блюд и изделий; учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания, *но допускает ошибки.*

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент *недостаточно* осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной документацией, основными и прикладными методами исследований; анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного технологического оборудования; учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасность и прослеживаемость производства, современные концепции питания для улучшения технологии приготовления блюд и изделий; учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент *слабо* осознает контроль качества, безопасность сырья и готовой продукции в соответствии с нормативной документацией, основными и прикладными методами исследований; анализирует технологический процесс производства блюд и изделий из традиционных и новых видов сырья с применением современного технологического оборудования; учитывает прогрессивные методы эксплуатации оборудования, принципы управления качеством, безопасность и прослеживаемость производства, современные концепции питания для улучшения технологии пригото-

ления блюд и изделий; учитывает мероприятия, позволяющие провести оценку качества производимых полуфабрикатов и готовой продукции азиатской кухни, оказываемых услуг предприятиями питания.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если при собеседовании студент раскрывает вопросы по темам дисциплины, хорошо ориентируется в терминологии дисциплины.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если при собеседовании студент допускает грубые ошибки, не ориентируется в терминах, не раскрывает поставленный перед ним вопрос.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя вопросы для собеседования, которые позволяют оценить ответы студентов по темам дисциплины «Технология азиатской кухни».

Предлагаемые студенту вопросы для собеседования позволяют проверить компетенции: ПК-5, ПК-8. Вопросы для собеседования повышенного уровня отличаются от базового более глубокими знаниями материала.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо 5 минут, в течение данного времени будет проводиться беседа со студентом в диалоговом режиме.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования нормативными документами, сборниками рецептов.

3. Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины)

– Методические указания по выполнению лабораторных работ по дисциплине «Технология азиатской кухни» для студентов по направлению подготовки

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания // Писаренко О.Н./ Пятигорск.

4. Методические указания по подготовке к экзамену

Для дисциплины «Технология азиатской кухни» предусмотрен зачет.

5. Рекомендуемая литература и интернет - ресурсы:

Основная литература:

1. Васюкова, А.Т. Технология кулинарной продукции за рубежом: учебник / А.Т. Васюкова, Н.И. Мячикова, В.Ф. Пучкова; под ред. А.Т. Васюковой. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. – 368 с.

Дополнительная литература:

1. Кухня народов мира: учебное пособие / авт.-сост. В.В. Марченко, Н.В. Судакова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь: СКФУ, 2016. – 149 с.
2. ГОСТ 30389-2013 «Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования».
3. ГОСТ 31987-2012 «Услуги общественного питания. Технологические документы на продукцию общественного питания. Общие требования к оформлению, построению и содержанию».
4. ГОСТ 31988-2012 «Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания».
5. ГОСТ 32691-2014 «Услуги общественного питания. Порядок разработки фирменных и новых блюд и изделий на предприятиях общественного питания».
6. Азиатская кухня – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. – 240 с.
7. Садовский Е. Суши, роллы. – М.: Эксмо, 2012. – 96 с.
8. Сборник рецептур блюд зарубежной кухни: Ассоциация кулинаров России

ГО ВПО – М.: ИТК «Дашков и Ко, 2008.

9. Сяо Минь. Китайская кухня. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2011. – 288 с.

10. Могильный М.П. Восточные сладости (технология, рецептуры, рекомендации). – М.: Дели-принт, 2002. – 148 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.complexdor.ru> – Сайт базы нормативной и технической документации

2. <http://www.twirpx.com> – Сайт поиск литературы

3. <http://www.pitportal.ru> – Сайт информационного портала

4. <http://www.libgost.ru> – Сайт библиотеки Гостов и нормативных документов

5. www.hotelnews.ru – Сайт сбора информации в сфере гостиничного бизнеса