

# Заготовка продуктов

6 класс



Стремясь предохранить пищевые продукты от порчи, человек, еще в древности разработал способы их сохранения путем консервирования. Этим способом много.



# Способы консервирования:

1. Консервирование  
нагреванием.

2. Консервирование  
сахаром.

3. Маринование.

4. Сушка

5. Замораживание

7. Копчение.

6. Соление  
и квашение.

8. Мочение.

Все эти способы основаны на замедлении или уничтожении жизнедеятельности вредных микроорганизмов, которая возможна только в жидкой среде.

Высокая температура (80-100°C), а также кислая и соленая среда препятствуют развитию вредных бактерий.



Наиболее легкими и общедоступными способами переработки являются **засолка, квашение и мочение**. Эти способы издавна известные на Руси способы консервирования в домашних условиях, при которых сохраняется до 80-90% витамина С.



Эти способы основаны на превращении сахара, находящегося во всех овощах, в молочную кислоту под действием молочно-кислых бактерий.



Молочная кислота препятствует развитию гнилостных микробов и предохраняет овощи от порчи. Молочная кислота является консервантом для овощей. Соль, которая добавляется при квашении к овощам, усиливает действие молочной кислоты.

# Следует отличать соление и квашение

**Соление** – плоды  
и овощи заливают  
рассолом.

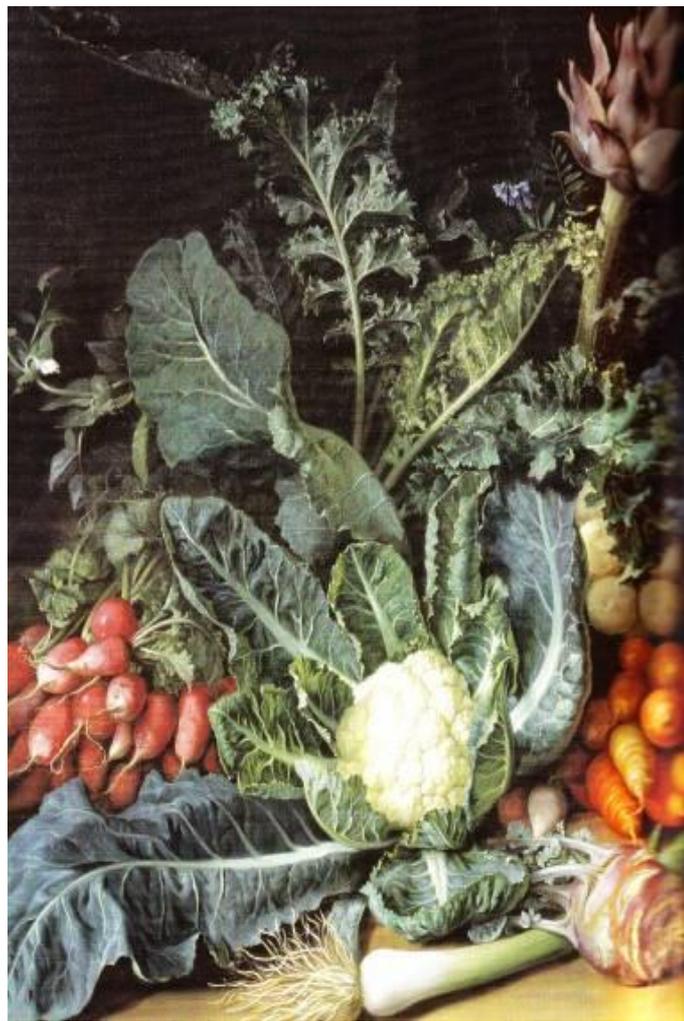


**Квашение** – плоды и  
овощи выделяют  
собственный сок.

# “Летний день – год кормит”

- гласит пословица. Домашние заготовки делали еще в давние времена. Половину лета хозяйка проводила за закатыванием банок, варкой варенья, а осенью квасили капусту.

# НЕМНОГО ИСТОРИИ



- ❑ Философы и историки, медики и повара оставили нам целые монографии о магических, целебных и кулинарных свойствах капусты.
- ❑ Согласно сказанию, громовержец Юпитер, трудясь, от страшного перенапряжения обливался потом.
- ❑ Несколько крупных капель скатились с чела отца богов на землю. Вот из этих капель и выросла капуста

- ❑ Само слово «капуста» произошло от древнеримского «капутум», что в переводе означает «голова».
- ❑ Древние греки и римляне придавали капусте огромное значение, считая ее лекарством, вылечивающим практически все болезни.



- ❑ Одним из первых русских источников, в котором упоминается капуста, можно считать «Изборник» Святослава, датируемый 1073 годом.
- ❑ В более поздней летописи говорится, что смоленский князь Ростислав Мстиславович в 1150 г. подарил своему другу Мануилу капустнику.



□ Огороды с капустой повсеместно окружали русские поселения. «В Московии произрастает обыкновенная белая капуста, которой русские заготавливают большие запасы и которые простолюдины едят по два раза в день» .

*Корнелий де Буин XIII в.*



# Капуста содержит:

- клетчатку
- ферменты
- минеральные вещества:
  - соли калия
  - фосфор
  - серу
- витамины:
  - С, А, РР, К, группа В
- холин
- фитонциды



В настоящее время капустный ряд насчитывает около 150 разновидностей.

Кроме белокочанной, наибольшее распространение имеют цветная капуста и краснокочанная капуста



# Квашеная капуста...

Ничего не зная о витамине С, народ опытным путем распознал, что квашеная капуста обладает уникальной способностью сохранять этот жизненно важный элемент питания.



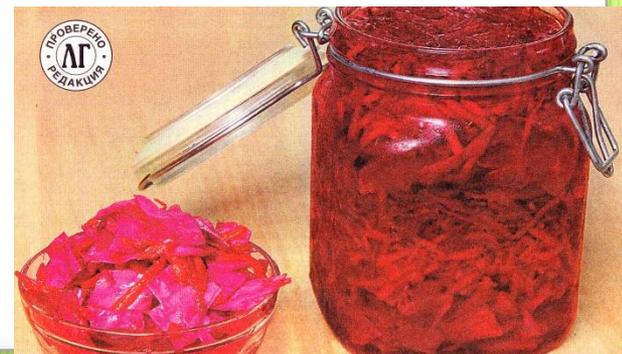
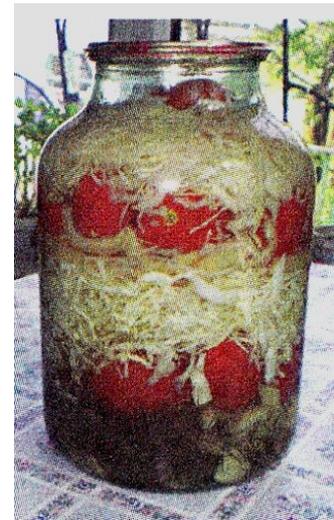
- Сегодня, как и сотни лет назад квашеная капуста занимает важное место в нашем рационе питания.
- Это прекрасная закуска, отличный гарнир к мясным блюдам, ароматный фарш для пирогов



# ПРИГОТОВЛЕНИЕ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

## 1. Подготовка тары

(деревянных бочек, эмалированной и стеклянной посуды). Чисто вымытую тару обдают кипятком или держат над паром: для уничтожения вредных микробов, нейтрализации соды.



## □ 2.Первичная обработка овощей

(сортировка, мытье, очистка, промывание, нарезка)

## □ 3.Укладывание овощей

в тару плотное, без воздушных промежутков, что обеспечивает хорошее качество готового продукта.



# ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ



- ❑ Кочаны обмывают, зачищают от испорченных и вялых листьев
- ❑ Разрезают кочан, вырезают кочерыжку

# ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

- ❑ При шинковке должна получиться стружка 3-5 мм
- ❑ Очистить морковь, натереть на крупной терке.
- ❑ Смешать капусту и морковь



# ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

$\frac{1}{4}$  смеси уложить в кастрюлю, добавить соль, утрамбовать деревянным пестиком, пока не покажется сок. Повторить эту операцию, пока вся смесь не будет уложена в кастрюлю.

Положить гнет, укрыть полотенцем. Оставить в помещении для брожения ( 18-22°C)

4-5 дней ежедневно прокалывать для удаления накапливающихся газов.





Разложить по банкам по окончании процесса брожения (просветление рассола, выделение газов, оседание капусты).

## **ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ**



**В качестве вкусовых и цветовых добавок могут быть использованы тмин, чеснок, яблоко, клюква, лист смородины, укроп, хрен, анис, мята, свекла, душистый перец.**



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**