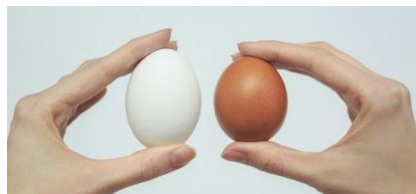


Тема: «Технология приготовления блюд из яиц»



Виды яиц.

- Куриные



- утиные



- гусиные



- индюшинные



- перепелиные



Сравнительные размеры яиц.



Пищевая ценность яиц.

Куриные яйца – питательный и ценный продукт питания. В состав яиц входят:

- минеральные вещества;
- витамины группы В, Е, Д, РР, А;
- 87% воды.



Меры предосторожности при работе с яйцами.

- Хранить яйца отдельно от других пищевых продуктов (в холодильнике – в специальных лотках)
- Мыть руки после того, как брали в руки сырые яйца.
- Перед приготовлением блюд из яиц вымыть их в тёплой воде с помощью щётки.
- Не употреблять в пищу яйца с треснутой скорлупой.

Влияние яиц на организм человека.

У некоторых людей яйца могут вызвать аллергию.



Влияние яиц на организм человека.

Яйца могут быть источником инфекционного заболевания сальмонеллёз.

Яйца необходимо употреблять в пищу:

- только свежие;
- хорошо промытые;
- прошедшую тепловую обработку.

Определение свежести яиц.

1-й способ

Осмотреть яйца через *овоскоп* – прибор для определения качества яиц путём просвечивания лучом направленного света.



Свежее яйцо просвечивается, несвежее – нет (темное)

Определение свежести яиц.

2 – способ

Налить в стакан воду, растворить в ней одну столовую ложку соли, опустить туда яйцо.

Свежее



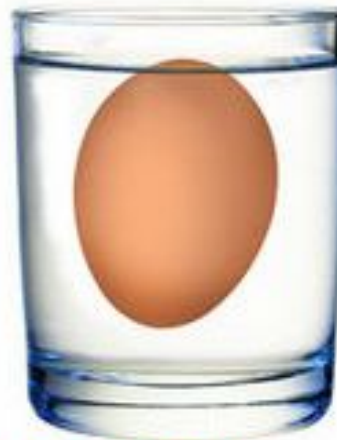
Яйцо лежит на дне горизонтально-ему до 6 дней (диетическое)

1 неделя



Приподнимается вверх тупым концом яйца 7-10 дней (столовое)

2-3 недели



Принимает вертикальное положение 11-14 дней (столовое)

5-6 недель



Плавает около 25 дней (испорченное есть нельзя)

Определение свежести яиц.

3-й способ

Разбить яйцо на тарелку.



Свежеснесённое
яйцо

Яйцо недельной
давности

Яйцо двух-трёх
недельной давности

Покупка яиц в магазине.



Маркировка яиц.

Первый знак означает допустимый срок хранения:

Буква «Д» диетическое

Буква «С» столовое

Второй знак означает категорию яйца в зависимости от его веса:

Третья категория (3) – от 35 до 44,9г.

Вторая категория (2) – от 45 до 54,9 г.

Первая категория (1) – от 65 до 74,9 г.

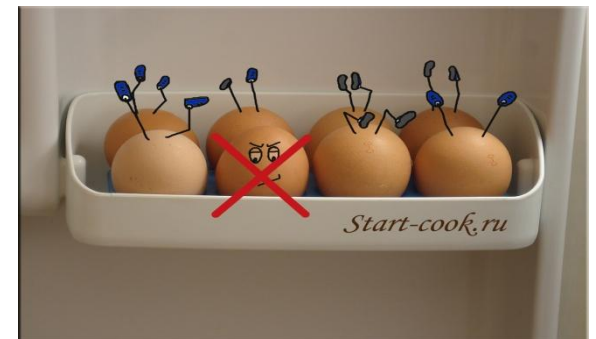
Отборное яйцо (O) – от 65 до 74,9 г.

Высшая категория (B) – 75г. и более.



Способы хранения яиц.

- Яйца должны быть вымытыми, целыми и свежими.
- Хранить в холодильнике (до 90 дней)
- Яйца направлены вниз своим острым концом, так как они «дышат» через тупой конец.



Приготовление блюд из яиц.

Из сырых яиц можно приготовить:

- Десерт гоголь-моголь (взбитые желтки с сахаром)
- Белковый крем (взбитые белки с сахаром)



венчик



блендер



миксер



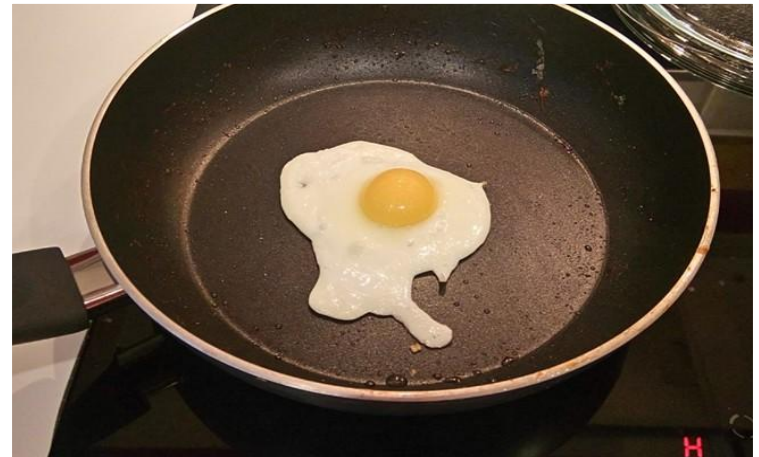
комбайн

Приготовление блюд из яиц.

Лучше всего подвергать тепловой обработке:



варят



жарят



запекают в духовке

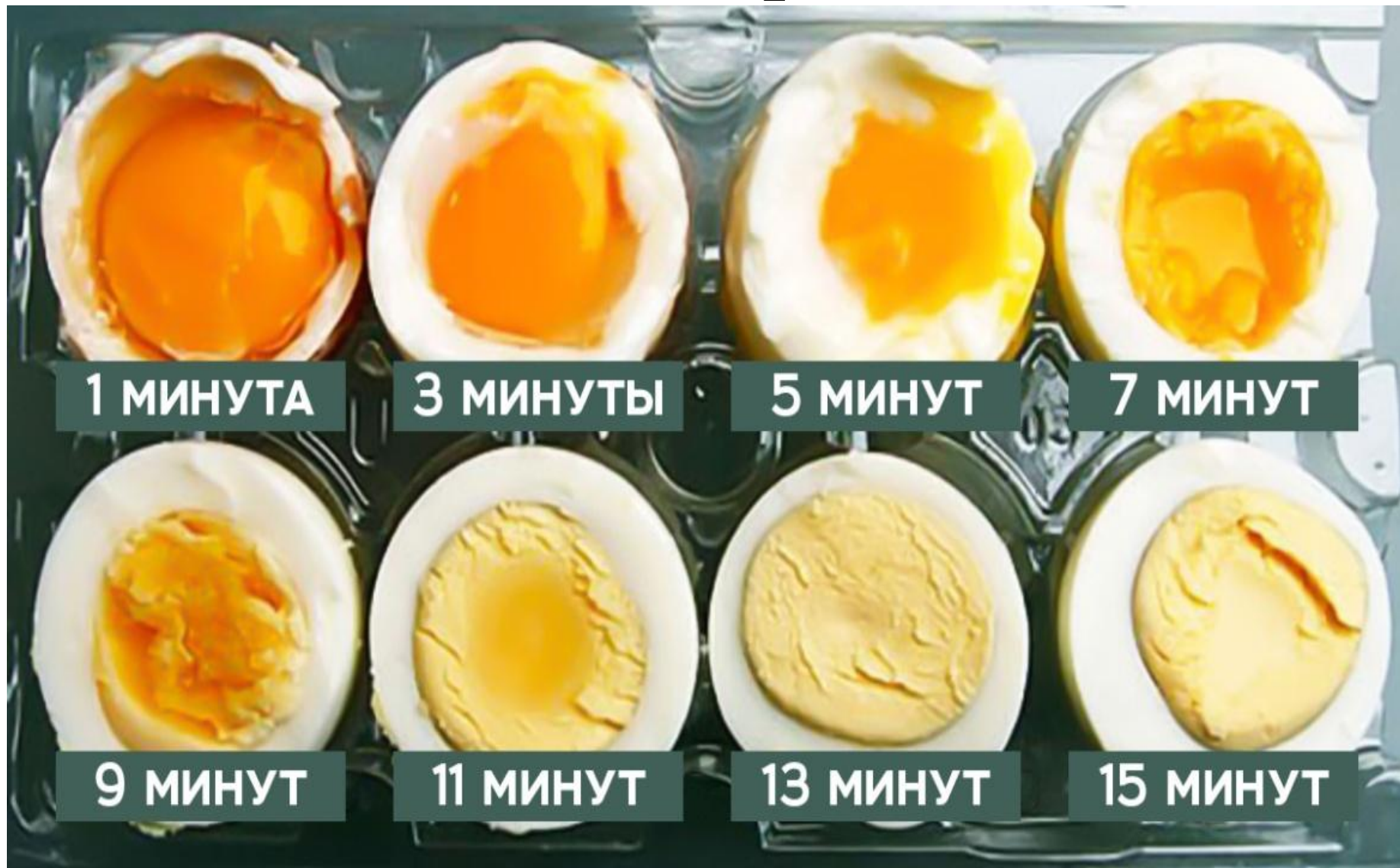
Как правильно сварить яйцо.

- 1 Выбери небольшую посуду для варки.
- 2 Налей в неё воды.
- 3 Положи в воду подготовленное яйцо.
- 4 Включи плиту.
- 5 Доведи до кипения.
- 6 Убавь нагрев и засеки время.
- 7 Вари до готовности.
- 8 После окончания варки поддержи яйца в холодной воде.

Способы варки яиц.

Способы приготовления	Время варки, мин.	Готовность
Всмятку	2-3	Белок немного свернулся, а желток нет
В мешочек	4-5	Белок свернулся, желток не свернулся
Вкрутую	7-10	Желток и белок свернулись

Способы варки яиц.



Технология приготовления яичницы - глазуньи

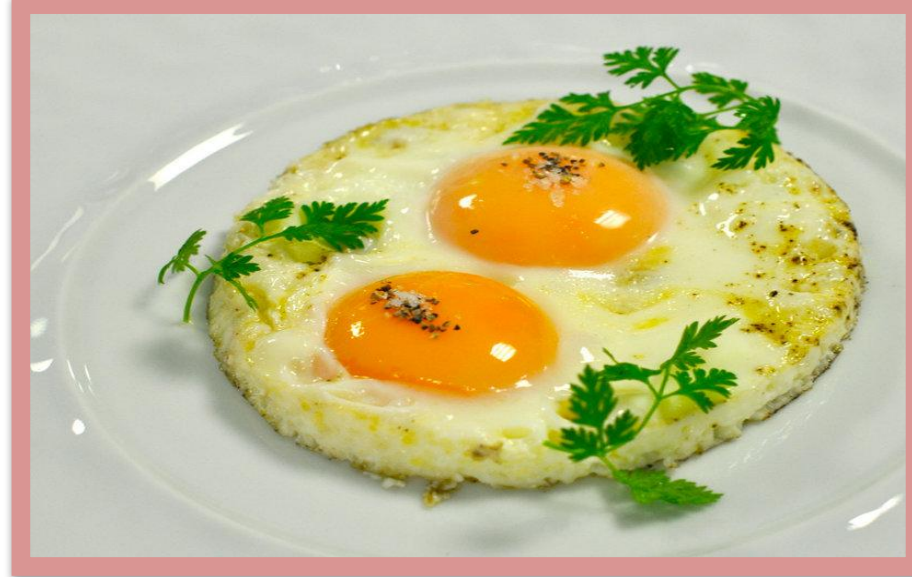


- Слегка нагреть масло в сковороде. Осторожно разбить в неё яйца, чтобы не повредить желток, и жарить на умеренном огне. Слегка посолить только белок (он должен остаться полужидким). Эту яичницу жарят до тех пор, пока края не станут золотисто-желтыми.

Подача варёных яиц.



Подача жареных яиц.



Задание №1

Определи по положению яйца в воде его свежесть (свежее, недостаточно свежее, недоброкачественное)



А _____



Б _____



В _____

Задание №2

Прибор для определения качества яиц называется

- миксер
- овоскоп

Свежее яйцо в стакане с солёной водой

- остаётся наверху, не тонет
- опустится на дно стакана

Чтобы облегчить очистку сваренных яиц от скорлупы надо

- опустить яйца в холодную воду
- опустить яйца в кипяток