

# Тема: «Технология приготовления блюд из яиц»

Что вы знаете о  
яйцах?

Что нужно для  
варки яиц?

Как определить  
свежесть яиц?

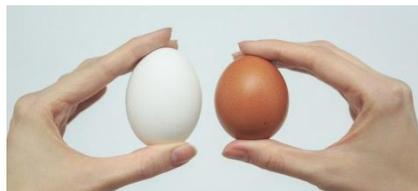
Покупали вы  
яйца в  
магазинах?

Какие блюда из  
яиц вы знаете?



# Виды яиц.

- Куриные



- утиные



- гусиные



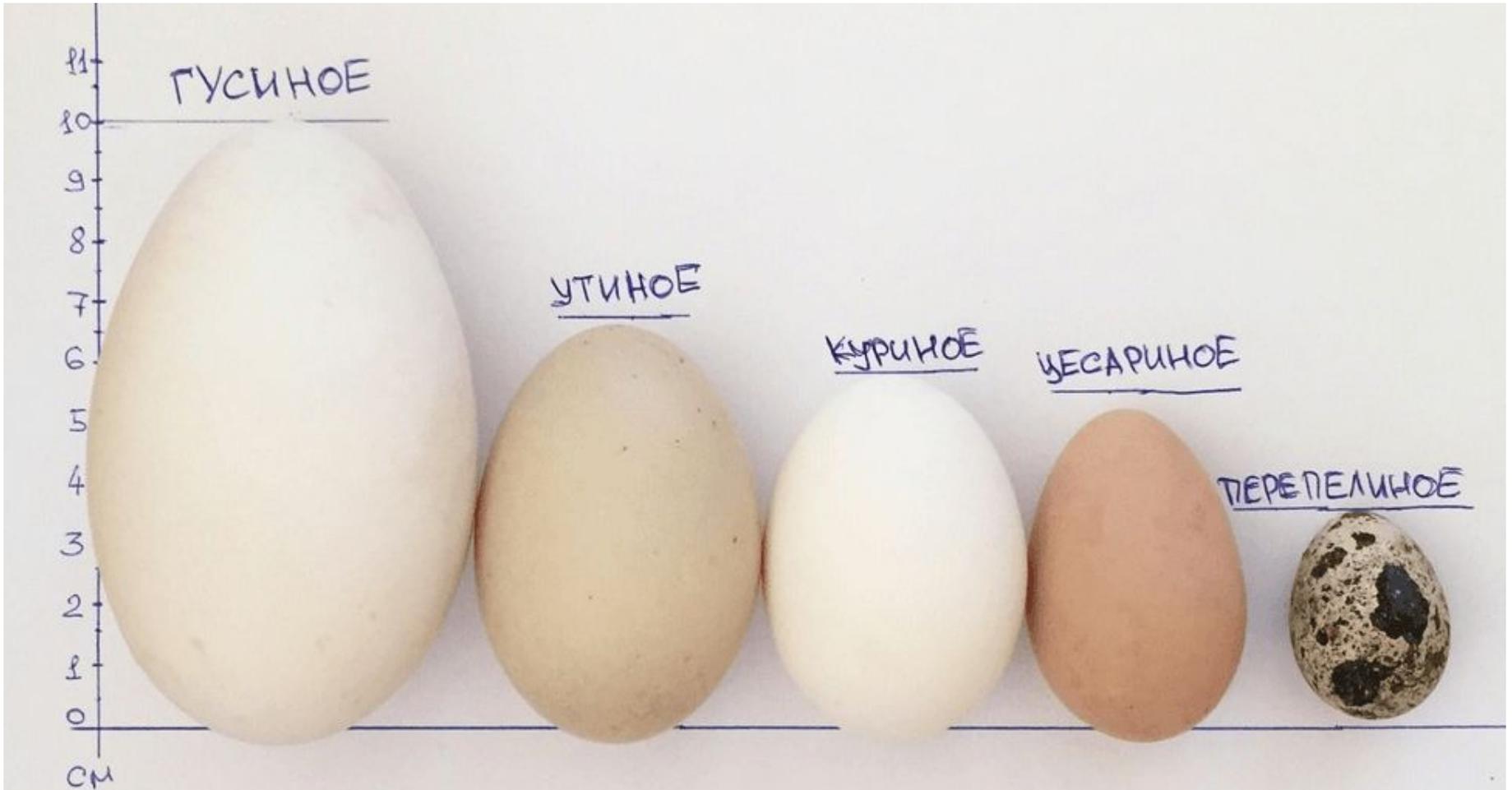
- индюшинные



- 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.



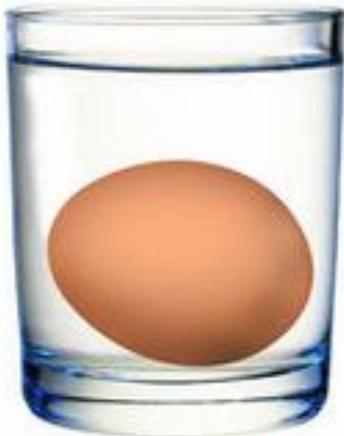
Свежее яйцо просвечивается, несвежее – нет (темное)

# Определение свежести яиц.

## 2 – способ

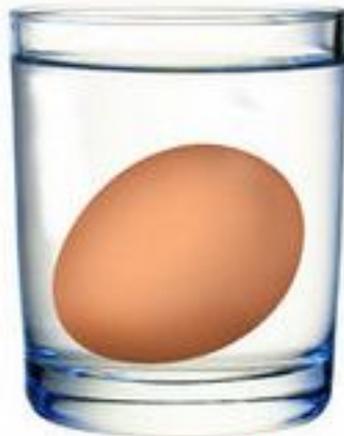
*Налить в стакан воду, растворить в ней одну столовую ложку соли, опустить туда яйцо.*

**Свежее**



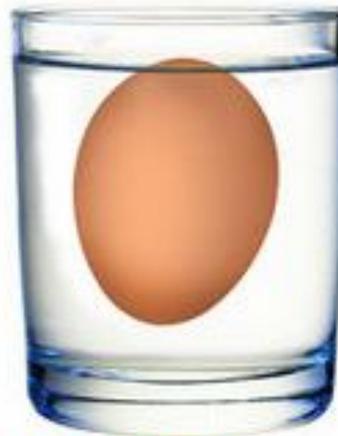
Яйцо лежит на дне горизонтально-ему до 6 дней (диетическое)

**1 неделя**



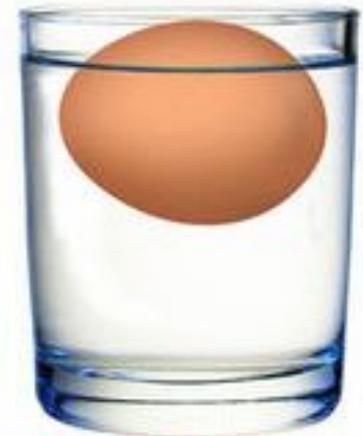
Приподнимается вверх тупым концом яйца 7-10 дней (столовое)

**2-3 недели**



Принимает вертикальное положение 11-14 дней (столовое)

**5-6 недель**

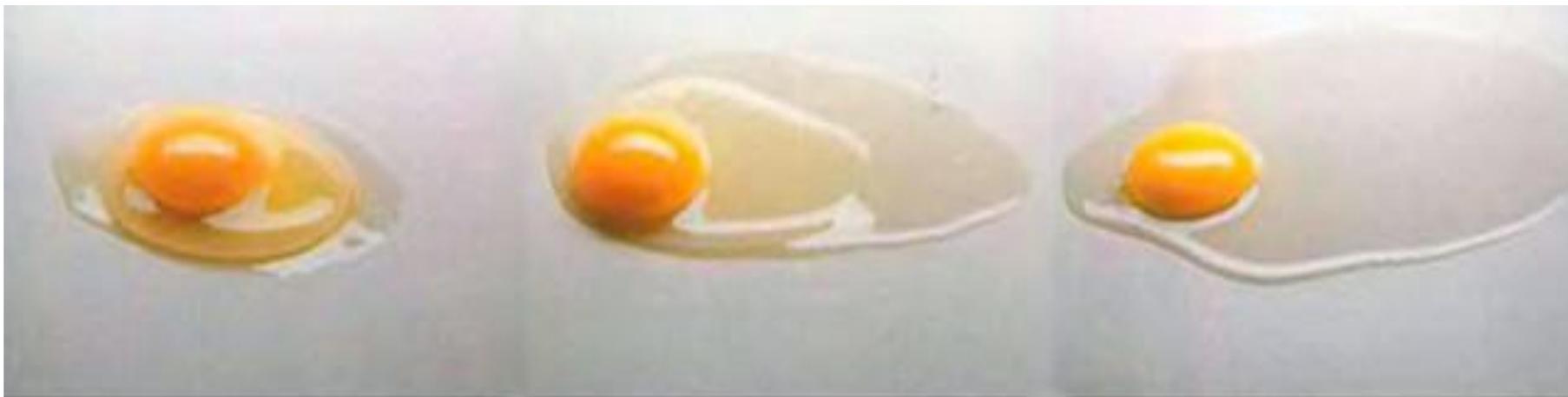


Плавает около 25 дней (испорченное есть нельзя)

# 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.

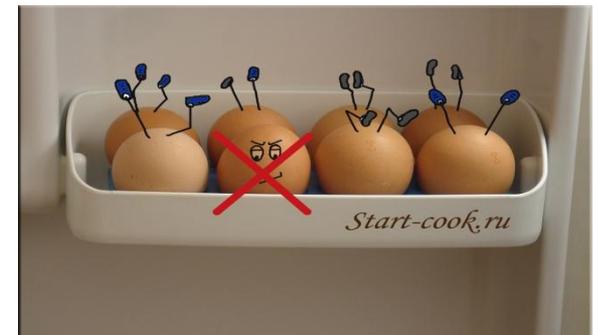
Отборное яйцо (O) – от 65 до 74,9 г.

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

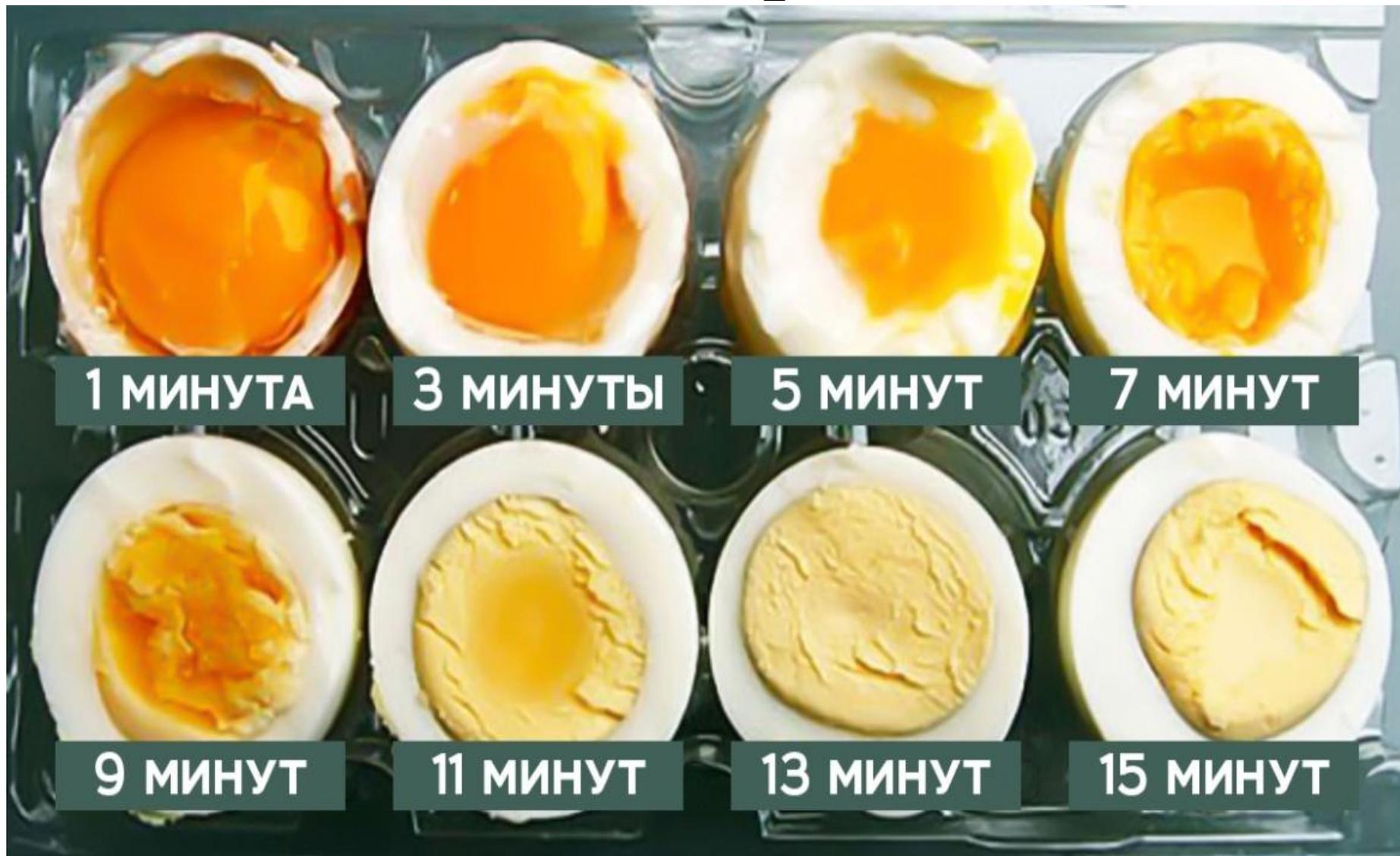
## Как правильно сварить яйцо.

- 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

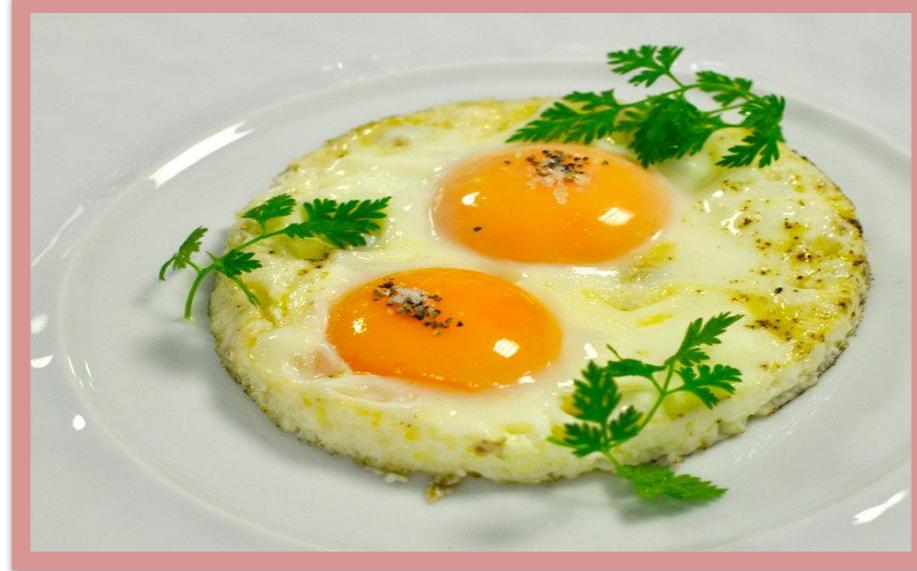


- Слегка нагреть масло в сковороде. Осторожно разбить в неё яйца, чтобы не повредить желток, и жарить на умеренном огне. Слегка посолить только белок (он должен остаться полужидким). Эту яичницу жарят до тех пор, пока края не станут золотисто-желтыми.

# 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