

Государственное учебное заведение
Запорожское высшее индустриально-политехническое училище

Письменная Дипломная работа «Ассортимент и технология приготовления первых блюд (рассольников)»

Подготовила: Краева Н.А.
Проверила: Букреева И.В.

Запорожье
2015



Содержание

Введение

1. Технологическая часть

1.1. Значение первых блюд в питании

1.2. Классификация первых блюд

1.3. Технология приготовления полуфабрикатов для рассольников

1.4. Ассортимент и технология приготовления рассольников

1.4.1. Рассольник с гречневой крупой

1.4.2. Рассольник с грибами

1.4.3. Рассольник по-россошански

1.4.4. Рассольник домашний

1.4.5. Рассольник куриный

1.4.6. Рассольник петербургский

1.5. Требования к качеству рассольников

1.6. Организация работы горячего цеха

1.7. Характеристика жарочных шкафов

1.8. Характеристика диет 7,8

1.9. Расчет сырья для приготовления рассольников

1.10. Составить калькуляцию блюда

2. Действие электрического тока на организм

Перечень ссылок



www.kuharka.ru

Введение

Супы - лицо русской кухни. Их известно очень много, и они являются одной из древнейших блюд в нашей кулинарной традиции.

Хотя само слово "суп" европейского происхождения, оно с легкостью прижилось в русском языке, появившись в нем в эпоху Петра I вместе со многими другими новшествами.

Главное отличие русских супов от европейских в том, что европейские имеют однообразную пюреобразную консистенцию, а русские состоят из жидкой части и гущи.

Рассольник – это первое блюдо, которое предполагает в качестве основного ингредиента использование соленых огурцов и даже огуречного рассола. Еще в состав этого блюда принято включать пряные корни, крупы и часто мясные бульоны. Это блюдо также известно нам издавна, только раньше оно именовалось «калья». Его готовили с икрой, курицей, мясом. В старину огуречный рассол иногда заменялся раствором лимонного сока, но такую роскошь могли позволить себе только состоятельные люди.



1. Технологическая часть

1.1 Значение первых блюд в питании

- Украинская народная кухня отличается широким выбором первых блюд, которые готовят из разнообразных продуктов. Первые блюда возбуждают аппетит, повышают секрецию желез органов пищеварения из-за экстрактивных веществ жидкой основы (бульонов, отваров), органических кислот (томатов, квашеной капусты, квасов, соленых огурцов, сметаны), вкусовых ароматических веществ (лука, моркови, белых корней), пряностей и приправ. Без первых блюд не обходится не один полноценный обед.
- Супы возмещают от 15 до 25% потребности организма в жидкости. Врачи приходят к однозначному мнению, что супы просто необходимы для нормального функционирования нашего организма. Они важны для рационального питания, обеспечивают тело теплом и энергией, помогает активизировать обмен веществ и кровообращение.
- Первые блюда оказывают огромное влияние на восстановление водно-солевого баланса, что необходимо для контроля над артериальным давлением. Суп содержит много минеральных веществ и витаминов. Постоянное наличие первых блюд в рационе является отличной профилактикой гастритов и холецистита.
- Первые блюда легко усваиваются нашим организмом, включают в себя необходимые вещества и элементы, которые оказывают благоприятное воздействие на общее самочувствие человека.



1.2.Классификация первых блюд

Первые блюда классифицируют:

По характеру жидкой основы :

- 1)На бульонах и отварах;
- 2)На молоке;
- 3)На хлебном квасе, сыворотке, кислом молоке, охлажденном овощном отваре;
- 4)На фруктовых и ягодных отварах;

По температуре подачи:

- 1)Горячие
- 2)Холодные

По способу приготовления :

- 1)Заправочные (борщи, юшки картофельные, рассольники)
- 2) Прозрачные (бульоны)
- 3) Пюреобразные (супы-пюре из овощей, мяса)
- 4) Другие (сладкие, молочные, холодные)

Горячие первые блюда готовят в суповом отделении горячего цеха, холодные — в холодном цеху.



1.3 Технология приготовления полуфабрикатов для рассольников

Обязательной составляющей частью рассольников являются соленые огурцы.

Кроме того в рецептуру входит лук (репчатый, порей) и белые коренья (петрушка, сельдерей, пастернак).

Также в рецептуру входят картофель, крупы, капуста, щавель.

Соленые огурцы – нарезают соломкой или ромбиками. Огурцы, имеющие грубую кожицу - очищают, а большие семена удаляют. Затем их припускают 10-15 минут в бульоне, воде или отваре, приготовленном из кожицы и семян огурцов.

Картофель - моют, очищают, нарезают брусочками или дольками.

Коренья – моют, очищают, нарезают ломтиками или соломкой (зависит от вида рассольника) и пассируют.

Рис, перловую и пшеничную крупы сначала промывают теплой, а потом горячей водой.

Перловую крупу варят 1 час, потом промывают горячей водой несколько раз, чтобы рассольник не потемнел. Пшеничные крупы распаривают (закладывают в кипяток и выдерживают 30-40 минут) или варят почти до готовности.

Лук очищают, нарезают полукольцами или кубиками, в зависимости от вида рассольника.

Морковь моют, очищают, нарезают соломкой или кубиками и пассируют до готовности.

1.4 Ассортимент и технология приготовления рассольников

1.4.1 Рассольник с гречневой крупой



Картофель – 500г,
Лук репчатый – 125г,
Морковь - 100г,
Огурцы соленые – 150г,
Масло сливочное – 100г,
Крупа гречневая – 150г,
Корень петрушки – 25г,
Сметана - 75г,
Лавровый лист – 5г,
Зелень петрушки или укропа – 15г.

Выход 1000г

Картофель, петрушку, морковь, репчатый лук нарезать дольками, обжарить и сварить. Отдельно припустить мелко нарезанные очищенные соленые огурцы. Засыпать в овощной отвар гречневую крупу, сварить ее, добавить сливочное масло, лавровый лист, припущенные огурцы, огуречный рассол и все прокипятить. При подаче посыпать рассольник рубленым укропом, петрушкой. Отдельно подать сметану.

1.4.2 Рассольник с грибами



Грибы сушеные – 50г,
Корень петрушки – 200г,
Сельдерей – 50г,
Лук репчатый – 50г,
Лук-порей - 100г,
Картофель – 400г,
Огурцы соленые -150г,
Масло сливочное – 50г,
Шпинат – 50г,
Сметана – 50г,
Зелень, соль.
Выход 1000г

Нашинкованные коренья и репчатый лук пассировать на сливочном масле. Картофель нарезать брусочками. Сварить грибной бульон, а грибы нарезать соломкой. В кипящий грибной бульон положить картофель, довести до кипения, добавить пассированные овощи, нарезанные грибы, нашинкованный шпинат и варить 10-15 минут. В самом конце варки добавить нашинкованные и предварительно сваренные в бульоне соленые огурцы; заправить рассольник огуречным рассолом, солью и специями. Подавать со сметаной и зеленью.

1.4.3 Рассольник по-россошански



Картофель – 800г,

Морковь – 100г,

Лук репчатый – 100г,

Томат пюре – 50г,

Огурцы соленые -150г,

Шпик – 75г,

Сметана - 50г,

Лавровый лист, перец душистый горошком, соль, зелень.

Выход 1000г

Шпик нарезать, растопить, пассировать в нем репчатый лук и морковь, добавить томат-пюре и продолжать пассирование до окрашивания жира в один цвет. Далее блюдо готовить так же, как и рассольник домашний.

1.4.4 Рассольник домашний



Wedding

Капуста – 200г,
Картофель – 500г,
Морковь – 100г,
Петрушка – 150г,
Сельдерей – 50г,
Лук репчатый – 100г,
Лук-порей – 100г,
Огурцы соленые - 150г,
Маргарин столовый – 50г,
Сметана 50г,
Зелень - 15.
Выход 1000г

Рассольник домашний готовят на мясном бульоне с говядиной, свининой, бараниной, а также на рыбном бульоне или на воде. Капусту, коренья и лук шинковать.

Коренья и лук пассировать на жире. Огурцы нарезать так же, как для рассольника московского, а картофель - дольками или брусочками.

В кипящий бульон или воду положить свежую белокочанную капусту, довести до кипения, добавить пассированные коренья, картофель, огурцы и продолжать варку еще 20-25 минут. За 5-10 минут до окончания варки положить соль и заправить суп кипяченым процеженным огуречным рассолом. Подавать со сметаной и зеленью.

1.4.5 Рассольник куриный



Потроха куриные – 500г,
Огурцы соленые – 250г,
Морковь – 75г,
Репа – 100г,
Лук репчатый – 100г,
Корень петрушки - 50г,
Рис - 75г,
Масло сливочное – 100г,
Чеснок – 10г,
Зелень укропа, петрушки и эстрагона – 25г,
Лавровый лист, перец черный горошком, соль.

Выход 1000г

Заложить в кипяток тщательно промытые, нарезанные на мелкие кусочки куриные потроха и варить около часа, после чего добавить пассированные коренья, промытый несколько раз рис и варить до его полуготовности, снимая пену.

Затем положить мелко нарезанный репчатый лук, перец, лавровый лист и варить до готовности риса, после чего ввести припущенные огурцы, проварить 5-7 минут, добавить пряную зелень, варить еще 3 минуты, снять с огня и заправить растертым с маслом и солью чесноком.

1.4.6 Рассольник Петербургский



**Мясо – 300г,
Лук репчатый – 50г,
Морковь – 100г,
Соленые огурцы – 150г,
Картофель – 500г,
Томатная паста – 30г,
Перловая крупа – 150г,
Масло растительное -50г,
Перец, укроп, лавровый лист, сметана – 50г.
Выход 1000г**

Мясо хорошо промыть, залить водой, посолить, варить после закипания на слабом огне около часа. Затем достать мясо, процедить бульон, порезать мясо, и опустить в процеженный бульон.

Сварить перловую крупу (отдельно сварить и хорошо промыть). Огурцы нарезать мелким кубиком, переложить в сотейник, залить холодной водой и припускать огурцы 5-10 минут.

Мелко порезать лук, морковь натереть на терке, переложить овощи в сотейник, добавить растительное масло, пассировать, периодически помешивая. Добавить томатную пасту и хорошо размешать.

Картофель очистить и порезать крупными кубиками, опустить в бульон, проварить 20 минут. Добавить пассированные овощи с томатом. Добавить огурцы с той жидкостью, в которой они варились, затем добавить перловую крупу. Довести до кипения и снять с плиты. Опустить лавровый лист на 5 минут, добавить перец, накрыть крышкой и оставить настаиваться. При подаче заправить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

1.5 Требования к качеству рассольников



На поверхности дольки жира оранжевого, желтого цвета или бесцветные.

Бульон бесцветный или белый, поскольку в нем есть сметана. Овощи натурального цвета, имеют соответствующую форму нарезки.

Соленые огурцы, нарезанные соломкой или ромбиками, или кубиками, картофель - брусочками или дольками, коренья - ломтиками или соломкой, лук - кубиками или соломкой, сохраняют форму нарезания.

Консистенция овощей мягкая, огурцов - слегка хрустящая.

В рассольнике с крупой – крупа хорошо разварена.

Вкус острый, благодаря присутствию огурцов, огуречного рассола, в меру соленый;

Запах соответствующий рассольнику с ароматом специй.

Хранят рассольники не больше двух часов на мармитах.



1.6 Организация работы горячего цеха

Горячий цех организуется на предприятиях, выполняющих полный цикл производства. Он является основным цехом предприятия общественного питания, в котором завершается технологический процесс приготовления пищи: осуществляется тепловая обработка продуктов и полуфабрикатов, варка бульона, приготовление супов, соусов, гарниров, вторых блюд, а также производится тепловая обработка продуктов для холодных и сладких блюд.

Кроме того, в цехе готовят горячие напитки и выпекаются мучные кондитерские изделия (пирожки, расстегаи, кулебяки) для прозрачных бульонов. Из горячего цеха готовые блюда поступают непосредственно в раздаточные для реализации потребителю.

Горячий цех занимает в предприятии общественного питания центральное место. Горячий цех должен иметь удобную связь с заготовочными цехами, со складскими помещениями и удобную взаимосвязь с холодным цехом, раздаточной и торговым залом, моечной кухонной посуды.



1.7 Характеристика жарочных шкафов

Жарочный шкаф – практически универсальное тепловое оборудование для любой профессиональной кухни. Он позволяет готовить разнообразные мясные, рыбные и овощные блюда, разогревать полуфабрикаты и выпекать хлебобулочные и кондитерские изделия.

Шкаф жарочный электрический секционно-модулированный ШЖЕСМ-2К

Шкаф устанавливается на металлической раме с опорами, которые регулируются по высоте. Корпус шкафа изготовлен из листовой стали и покрыт эмалью. Внутри корпуса расположено две камеры, которые работают независимо одна от другой. Между корпусом и камерами размещен шар теплоизоляции. Каждая камера закрывается двойными дверцами с шаром теплоизоляции. На дверцах установлены шарниры. С помощью пружин дверцы плотно прижимаются к корпусу. Для удаления пара, который появляется в процессе работы, предусмотрено вентиляционное отверстие. В каждой камере сверху и снизу вставлено по четыре электронагревателя, причем нижние нагреватели закрыты подовым противнем. С правой стороны шкафа размещен блок электроаппаратуры. На главную панель выведено (отдельно для каждой камеры) два пакетных переключателя для отдельного управления нижними и верхними нагревателями, лимбы терморегуляторов, сигнальные лампы.



1.8 Характеристика диет 7,8

Диета № 7 - При заболеваниях почек

Показания к диете №7

Острый диффузный гломерулонефрит, в период выздоровления (с 3-4-го дня от начала болезни), хронический нефрит вне обострения. В первые 3-4 дня от начала заболевания рекомендовано проведение контрастных дней (сахарный, картофельный, тыквенный, арбузный дни).

Общая характеристика диеты №7

Диета с небольшим ограничением белков, физиологической нормой жиров и углеводов, исключением поваренной соли (пищу готовят без соли и не выдают соль больному). Жидкость ограничивают до 0,8 л. Исключают экстрактивные вещества. Повышено содержание витаминов. Режим питания дробный, 5–6 раз в день. Кулинарная обработка - разнообразная (в отварном, паровом, запеченном виде, жаренье разрешается). Температура блюд обычная.



Диета № 8 - При ожирении

Показания к диете №8

Показанием к применению этой диеты является повышенный вес больного: различная степень ожирения в условиях выполнения умственного или физического труда, при отсутствии осложнений со стороны органов пищеварения, кровообращения и других систем, требующих специальных режимов питания.

Общая характеристика диеты №8

Диета гипокалорийная, гипонатриевая, с физиологической нормой белка и значительной редукцией углеводов за счет уменьшения хлеба и полного исключения простых углеводов, обогащенная липотропными веществами, пищевыми волокнами. Уменьшение энергетической ценности рациона (калорийности пищи) осуществляется за счет углеводов, особенно легкоусвояемых, частично жиров, при нормальном содержании белка; ограничение свободной жидкости, хлористого натрия и возбуждающих аппетит продуктов и блюд.

Для данной диеты характерен дробный режим питания (5-6 раз в день) с объемом, достаточным для чувства насыщения. Достаточный объем формируется за счет низкокалорийной пищи (сырых овощей, фруктов), при этом отсутствует чувство голода. Это позволяет избежать стресса и соблюдать предложенную диету длительное время.

Кулинарная обработка блюд - варение, тушение, запекание.



2. Действие электрического тока на организм

Поражение электрическим током происходит, когда человеческий организм вступает в контакт с источником напряжения.

Коснувшись проводника, который находится под напряжением, человек становится частью электросети, по которой начинает протекать электрический ток. Как известно, организм человека состоит из большого количества солей и жидкости, что является хорошим проводником электричества, поэтому действие электрического тока на организм человека может быть летальным.

В зависимости от того, какие последствия возникают после электрического удара, их разделяют на четыре степени воздействия:

- * I - судорожные сокращения мышц, человек в сознании;
- * II - судорожные сокращения мышц, человек без сознания, дыхание и работа сердца присутствуют;
- * III – отсутствие дыхания с нарушением работы сердца;
- * IV – клиническая смерть, отсутствие дыхания, остановка сердца.

Мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему

- 1) Освобождение пострадавшего от действия электрического тока.
- 2) Оценка состояния пострадавшего.
- 3) Определение характера травмы, которая создает наибольшую угрозу для жизни пострадавшего.
- 4) Проведение необходимых мероприятий по спасению пострадавшего.
- 5) Поддержание жизненных функций пострадавшего до прибытия медперсонала.
- 6) Вызвать медперсонал или самостоятельно организовать перевозку пострадавшего в лечебное учреждение.



Перечень ссылок

Доцяк В.С., Українська кухня.- Л.: Оріяна-нова, 1998.-557с.

Саєнко Н.П., Волошенко Т.Д., Устаткування підприємств громадського харчування, К.: ЛДЛ, 2005.-320с.

Олійник О.М. Основи фізіології, санітарії та гігієни харчування.-Л.: Оріяна-нова, 1998.-124с.

Антонець Л.І., Лабораторний практикум з предмета Технологія приготування їжі та організації виробництва.-К.: Факт, 2003.-304с.

Здобнов А.И., Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий.- К.: Арий, 2012.-680с.

Бровко О.Г., Товароведение пищевых продуктов.- М.: Экономика, 1989.-424с.

Радченко Л.А., Организация производства на предприятиях общественного питания.- Ростов-на –Д, 2009.-373с.

Интернет ресурси

www.tourlib.net/books_tourism/radchenko5-11.htm

www.vevivi.ru/best/Tekhnologiya-prigotovleniya-rassolnikov-ref182188.html