



ВИДЫ МОЛОКА
ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРОДУКТЫ, ПОЛУЧАЕМЫЕ ИЗ МОЛОКА



«Молоко - пища, приготовленная самой природой»

Академик И. П. Павлов

Первая пища человека с момента рождения — молоко, и любовь к нему у многих людей сохраняется до глубокой старости.

Для новорожденного молоко служит единственной пищей, природа щедро наделила его биологически активными веществами, причем в наиболее полезных сочетаниях.

Для пищевых целей используется в основном коровье молоко, реже козье и другие виды молока (кобылье, овечье, оленье и т. д.).



Виды молока



- Коровье
- Козье
- Кобылье
- Овечье
- Оленье



Пищевая ценность молока

Молочный сахар 5%

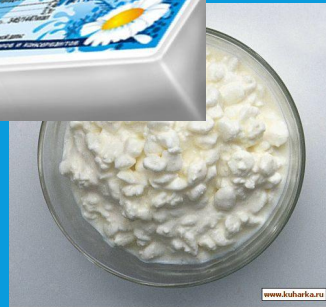
Минеральные вещества 0,7%

Витамины А, D, E, B, C, PP и др.

Вода 87%

Белки 3,5%

Жиры 4%



ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА МОЛОКА

| <u>Пастеризация</u> | <u>Стерилизация</u> | <u>Кипячение</u> |
|---|--|---|
| - нагрев молока до температуры не выше 90°C, но и не ниже 63°C. | – нагрев молока в особых условиях (при повышенном давлении) до 120-145°C в течении 2-10 с. | – самый распространенный способ тепловой обработки. |

Продукты, получаемые из молока

- масло
- творог
- сметана
- кефир
- сырки
- йогурт



Сроки хранения молочных продуктов

Сроки хранения молочных продуктов в домашних холодильниках на средних полках с температурой +2, +6 °С следующие, в днях:

сыры — 7—10;

творог и изделия из него — 3;

масло сливочное — 14—20;

кефир, простокваша, сметана — 3;

молоко пастеризованное, вскрытое

стерилизованное, сливки — 2.

Молоко, сливки, сметану, кефир надо держать на верхней полке холодильника



ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ МОЛОКА

| Виды блюд | Названия блюд |
|-------------------------|---|
| Супы | С крупами, макаронными изделиями, с овощами, с клецками или галушками. |
| Каши | Манная, рисовая, пшенная, овсяная |
| Творожные блюда | Сырники, запеканки, пудинги, крупеники, творог с молоком, творог со сметаной. |
| Соусы и заправки | Соусы: молочный, сметанный, сметанный с томатом, сметанная заправка |
| Сладкие блюда и напитки | Молочный кисель, молочное желе, молочные кремы, мороженное, коктейль |

Посуда для приготовления МОЛОЧНЫХ СУПОВ И КАШ



Нельзя использовать эмалированную посуду.

Рекомендуется использовать высокую, металлическую кастрюлю.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА УЧАЩИХСЯ (ПРИГОТОВЛЕНИЕ МОЛОЧНОГО СУПА С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ).



Технологическая карта. Суп молочный рисовый

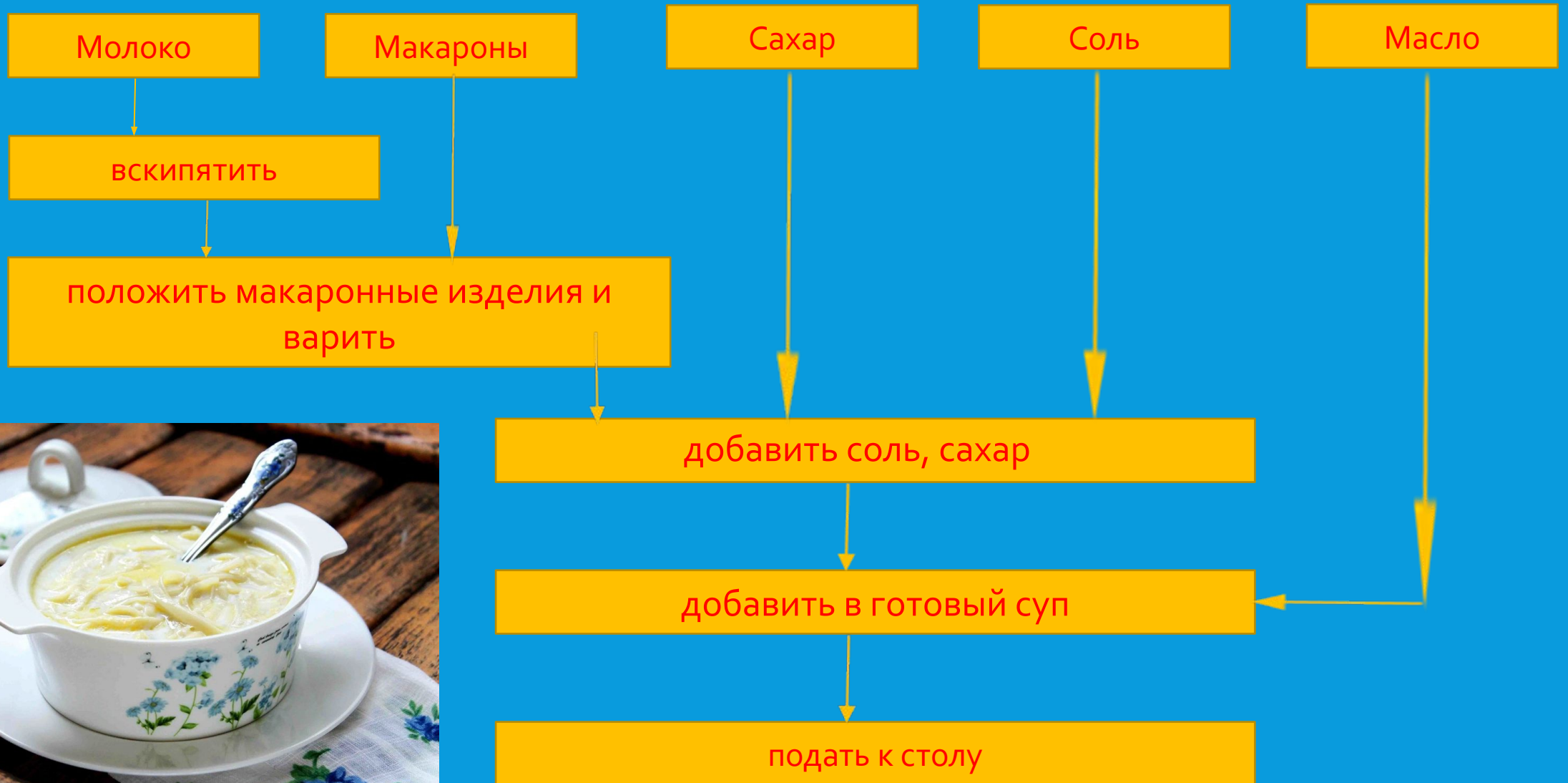
| Наименование продукта | Количество продукта | Последовательность приготовления | Посуда и инвентарь |
|-----------------------|---------------------|---|---|
| Рис | 4 ст. ложки | Промыть. Проварить 3—5 мин в кипящей воде и откинуть на дуршлаг | Кастрюля, дуршлаг, столовая ложка |
| Молоко | 1л | Вскипятить. В кипящее молоко положить рис и варить 30 мин | Кастрюля, столовая ложка |
| Соль, сахар | По вкусу | Добавить соль, сахар | Столовая ложка, чайная ложка |
| Масло сливочное | 1 ч. ложка | Перед подачей к столу добавить в готовый суп | Столовая глубокая тарелка, столовая ложка |

Технологическая карта.

Суп молочный с макаронами

| Наименование продукта | Количество продукта | Последовательность приготовления | Посуда и инвентарь |
|-----------------------|---------------------|---|---|
| Молоко | 1л | Вскипятить. | Кастрюля, столовая ложка |
| Макаронные изделия | 80-10г | В кипящее молоко положить макаронные изделия и варить (макароны – 15-20 минут, лапшу – 10-12 минут, вермишель – 5-7 минут). | Кастрюля, столовая ложка |
| Соль, сахар | По вкусу | Добавить соль, сахар | Столовая ложка, чайная ложка |
| Масло сливочное | 1 ч. ложка | Перед подачей к столу добавить в готовый суп | Столовая глубокая тарелка, столовая ложка |

Схема приготовления молочного супа с макаронами



Молочные супы готовят на молоке с различными гарнирами - крупами, макаронными изделиями, овощами.

Эти супы легко усваиваются, так как молочный жир легкоплавок и находится в молоке в виде микроскопических шариков, распределенных по всему объему. Для супов используют цельное, разбавленное, сухое или консервированное молоко. Овощные молочные супы можно готовить с различным набором овощей: зеленым горошком, репой, тыквой, морковью, капустой.

Варят супы небольшими порциями. Реализуют их в течение 30 - 40 мин. Для улучшения вкуса и повышения калорийности при отпуске заправляют сливочным маслом.

Требования к качеству готовых блюд

1. Приготовленные блюда должны иметь соответствующую консистенцию: суп — жидкий, каша — вязкая или рассыпчатая.
2. Форма продуктов, входящих в суп, должна быть сохранена.
3. Цвет молочных супа или каши — белый.
4. Вкус супа или каши должен быть сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

Домашнее задание:

1. Изучите схему приготовления молочного супа.
2. Приготовьте молочный суп.
3. Угостите свою семью.
4. Сообщите оценку, которую вам поставила семья.