ВИДЫ МОЛОКА
ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРОДУКТЫ, ПОЛУЧАЕМЫЕ ИЗ МОЛОКА

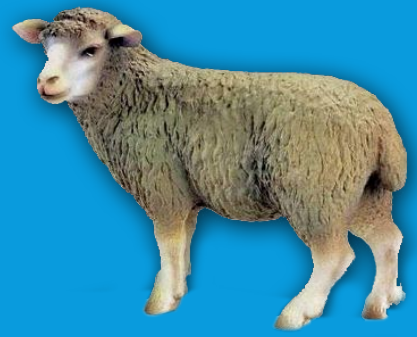
«Молоко - пища, приготовленная самой природой»
Академик И. П. Павлов

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%

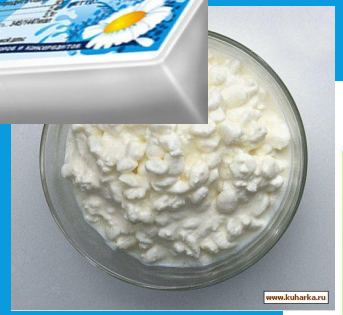
Минеральные вещества 0,7%

Белки 3,5%

Витамины A,D,E,B,C,PP и др.

Жиры 4%

Вода 87%



ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА МОЛОКА

Пастеризация	Стерилизация	**Кипячение**
- нагрев молока до температуры не выше 90˚С, но и не ниже 63˚С.	– нагрев молока в особых условиях (при повышенном давлении) до 120-145˚С 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

Молоко

Макароны

Сахар

Соль

Масло

вскипятить

положить макаронные изделия и варить

добавить соль, сахар

добавить в готовый суп

подать к столу

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.