

**Технология  
приготовления  
блюд из яиц.**

# Значение для организма человека:

**Запиши в тетрадь**

1. Вкусно.
2. Быстро готовятся.
3. Разнообразит рацион.
4. Питательно ( по своим свойствам похоже на мясо).

# Питательная ценность.

**В одном яйце:**

**/70 калорий/**

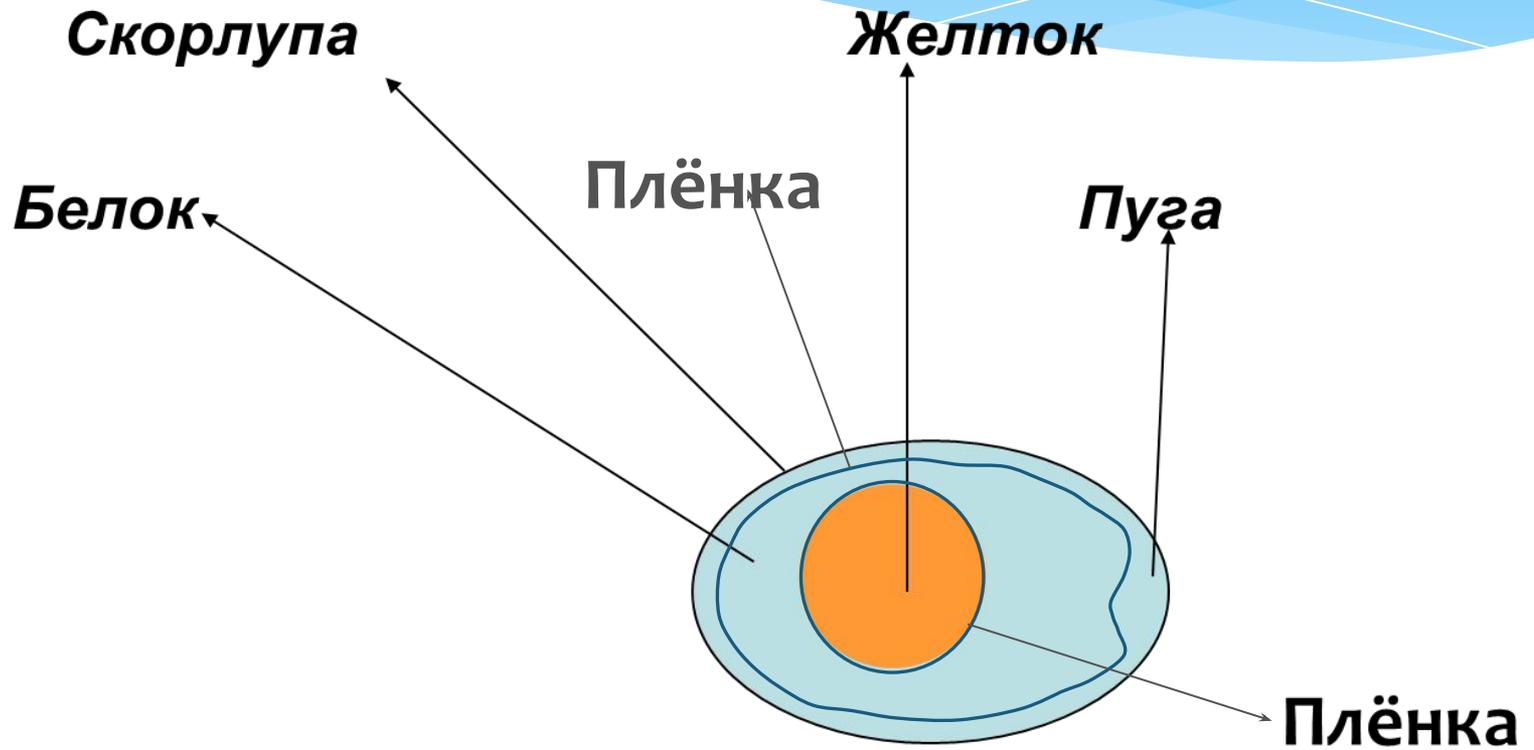
**13 главных витаминов и минералов.**

**Усваиваются на 98 процентов.**

- ❖ ***Яйцо состоит:***
- ❖ ***из воды (73%),***
- ❖ ***белка (13%),***
- ❖ ***жира (12%),***
- ❖ ***углеводов (1%),***
- ❖ ***минеральных солей (1%).***

# Строение яйца

Запиши в тетрадь



# Сорта яиц.

- ❖ *Диетические* (снесены не более чем за 7 суток до продажи).
- ❖ *Столовые* (хранятся от 7 до 30 суток в холодильнике).



# Маркировка

## Маркировка яиц

Д – диетические

С – столовые



М  
мелкое



2



1



О  
отборное

# Меры предосторожности при работе с яйцами.

Запиши в тетрадь

- ❖ Хранить отдельно от других продуктов.
- ❖ Мыть руки после работы с яйцами.
- ❖ Перед приготовлением яйца мыть.
- ❖ Не употреблять яйца с треснувшей скорлупой.

# Способы определения свежести яйца.

**Запиши в тетрадь**

- \* 1 способ. По дате изготовления.
- \* 2 способ. На свет, через овоскоп. Свежее яйцо просвечивается.
- \* 3 способ. Опускание яйца в солёную воду.

# ОВОСКОП.

Запиши в тетрадь

Электрический прибор, который помогает  
проверить качество яиц

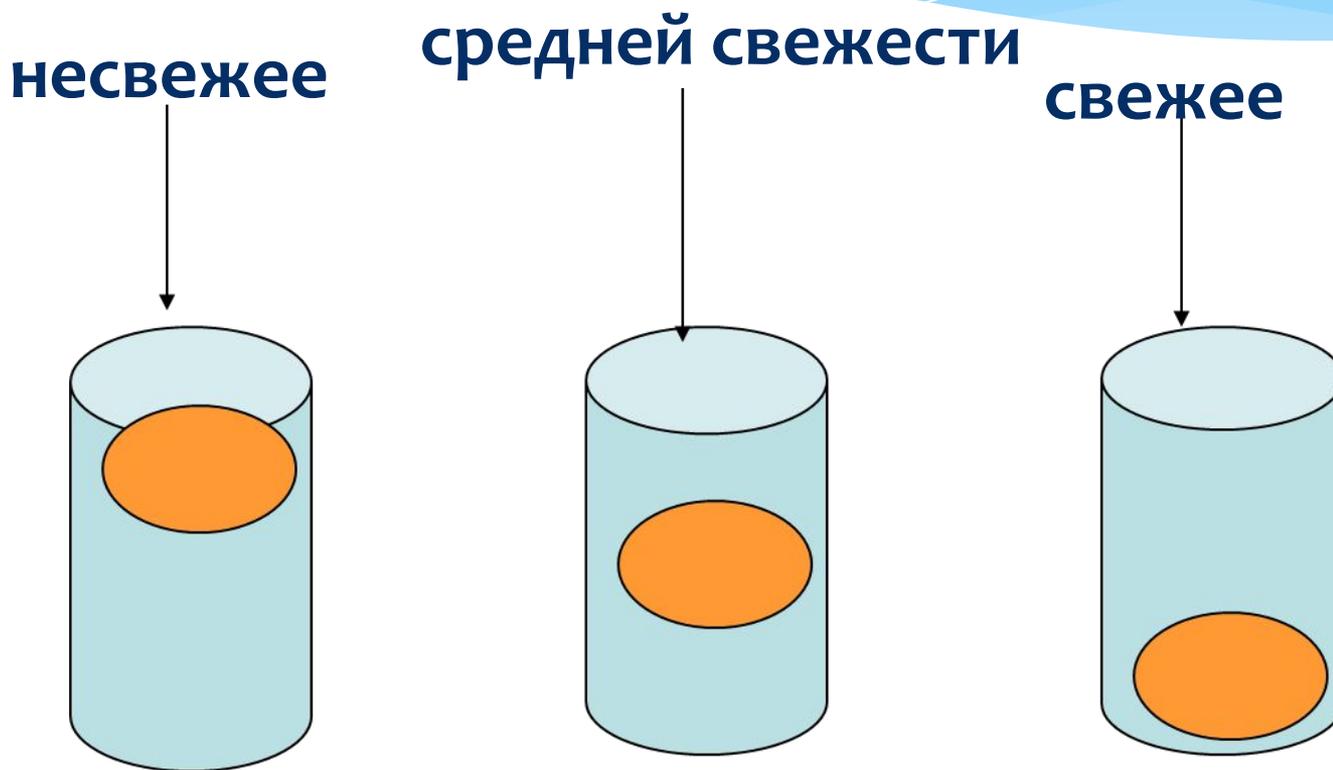


Свежее яйцо просвечивается

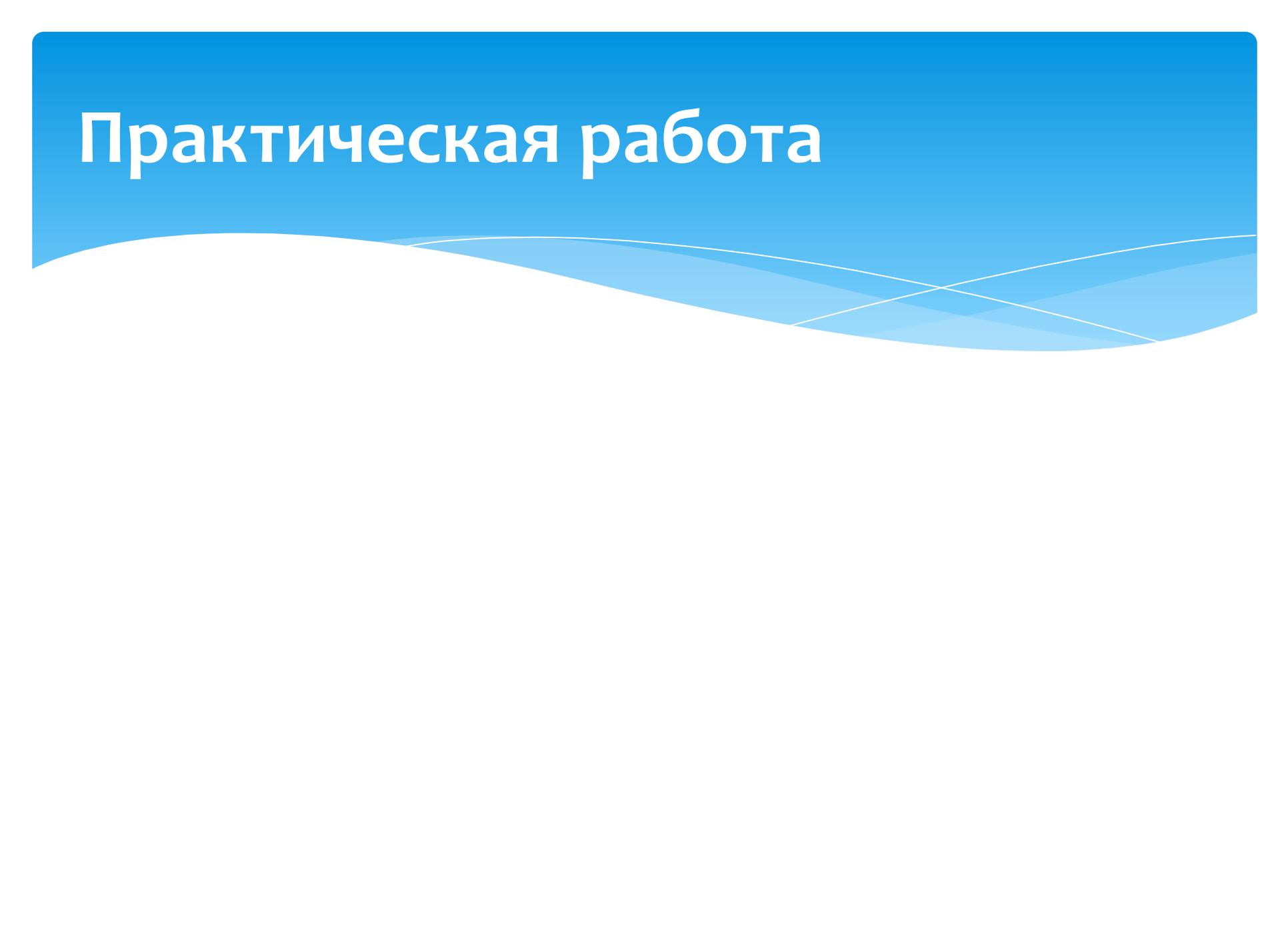


**Приготовить раствор:  
1 стакан воды+ 1 столовая ложка  
СОЛИ.**

**Запиши в тетрадь**



# Практическая работа



# Первичная обработка:

- Мытьё
- Очистка
- Нарезка

# Блюда из свежих яиц

Блюда из яиц

clideo.com

VIDEOUROKI.NET

# Тепловая обработка:

## 1. Варка

- В крутую 8- 10 мин.
- В «мешочек» 4- 5 мин.
- Всмятку 2 мин.

**Запиши в тетрадь**

## 2. Жаренье

### ■ Яичница

Натуральная.

Глазунья.

С гарниром (картофель, сыр, колбаса и т.д.).

### ■ Омлет- это яично-молочная смесь.

Натуральный.

С гарниром (картофель, сыр, колбаса, овощи и т.д.).

Смешанный.

Яйца добавляют в различные блюда.

# Омлет

## Омлет

Омлет (от фр. *omelette*) – блюдо французской кухни, приготавливаемое из слегка взбитых яиц, обжаренных в сковороде.



Итальянская  
фриттата



Испанская  
тортилья



Японский  
ому-райсу



Русская  
дрочёна

# Яичные продукты

**Запиши в тетрадь**

- \* Меланж- замороженное взбитое яйцо.
- \* Яичный порошок- высушенный меланж.

# Надо знать!

- \* 1. Не варить яйца слишком долго.
- \* 2. Всегда использовать маленькую посуду.
- \* 3. Если скорлупа треснула, варить яйцо нужно в солёной воде.
- \* 4. Сваренное яйцо необходимо опустить в холодную воду.

# Этикет

**Запиши в тетрадь**

- \* 1. Яйцо подаётся на стол в специальной посуде- пашотница.
- \* 2. Яйца вкрутую разбивают чайной ложкой, скорлупу складывают на край тарелки.
- \* Держим яйцо 2 пальцами левой руки и разрезаем пополам на две части
- \* ножом или вилкой.
- \* 3. Солью посыпаем, а не окунаем
- \* в солонку.



# Польза или вред

## Польза и вред яиц



# Интересные факты

## Интересные факты

---

# Способы подачи вареных яиц



# Способы подачи вареных яиц с оригинальным оформлением

Можно подать вареные яйца с оригинальным оформлением.

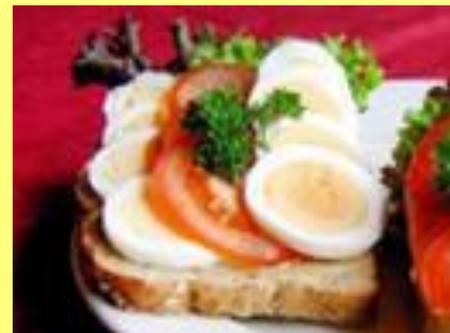


# Способы подачи яичницы - глазуньи



# Способы подачи яичницы - глазуньи и вареных яиц

На завтрак можно подать бутерброды  
с вареным яйцом или яичницей –  
глазуньей.



# Украшения из яиц

Вареные яйца используют как украшение холодных блюд и закусок



# Украшения из яиц

Очень красиво смотрятся салаты, украшенные тертым желтком вареного яйца.



**Приятного**

**аппетита!**