

Кулинария

Молоко и его свойства. Блюда из молока





Молоко – это очень вкусный и полезный продукт питания,
который любят все – и взрослые, и дети!

1 Что такое молоко?

2 Какими свойствами он

3 Как определить, что он

4 Как его хранить?

5 А что можно приготовить из молока?



Молоко

Молоко – это питательная жидкость, которая появляется в молочных железах самок млекопитающих.

В состав молока входят:

- белки;
- жиры;
- углеводы;
- молочный сахар;
- вода;
- витамины А, В, В₂, РР, С;
- минеральные вещества: кальций, фосфор, железо;



Молоко



МОЛОКО



Коровье молоко

Белок, который содержится в молоке коров, отлично усваивается организмом человека.



Козье молоко

Главная особенность козьего молока – равномерное распределение сливок по всему объёму.



Кобылье молоко

По сравнению с коровьим оно содержит меньше жира и сухих веществ, но в нём больше молочного сахара и витаминов.



Кобылье молоко

По сравнению с коровьим оно содержит меньше жира и сухих веществ, но в нём больше молочного сахара и витаминов.



Буйволиное молоко

Употребление в пищу буйволиного молока является одним из секретов долголетия.



Верблюжье молоко

По сравнению с коровьим оно содержит в 3 раза больше витаминов С и D.



Овечье молоко

По сравнению с коровьим оно содержит в 2–3 раза больше витаминов А, В1, В2.



Ослиное молоко

Молоко ослиц является одним из самых полезных в мире.



Ослиное молоко

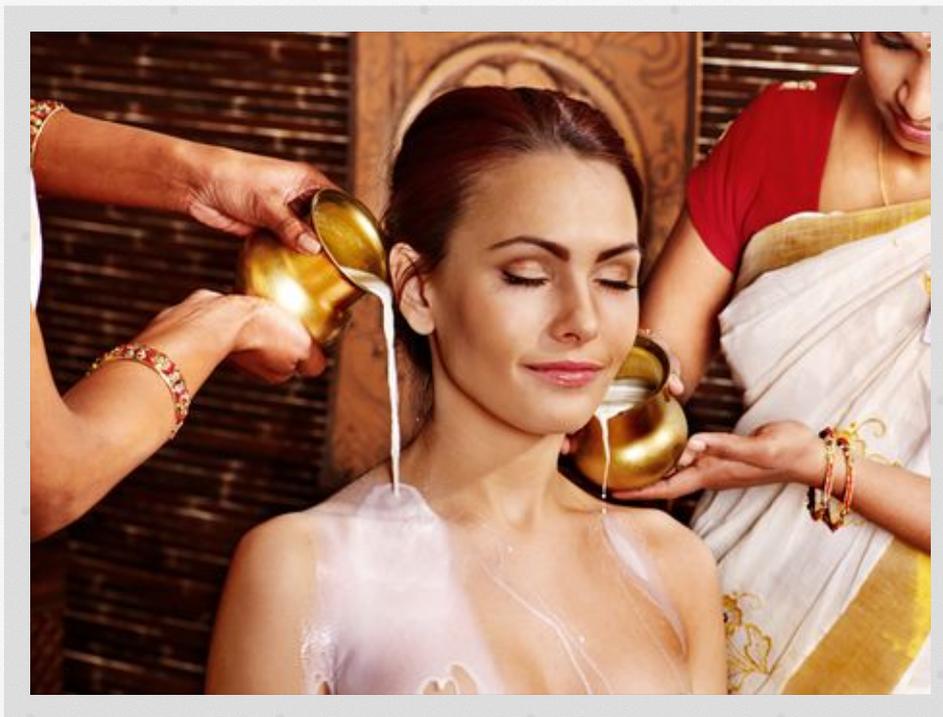
Молоко ослиц является одним из самых полезных в мире.

Молочко ослицы -
сохранение молодости!



Ослиное молоко

Молоко ослиц является одним из самых полезных в мире.



Оленьє молоко

По сравнению с коровьим оно содержит в 3 раза больше белка и в 5 раз больше жира.



Полезные свойства молока

- ✓ Молоком выхаживали ослабленных и истощённых больных.
- ✓ Молоко рекомендуют включать в питание после перенесённых заболеваний и операций.
- ✓ Молоко рекомендуют употреблять в период лечения проблем с лёгкими, а также при туберкулёзе.



Полезные свойства молока

- ✓ Молоко советуют пить в период лечения простуды, гриппа и ангины.



Полезные свойства молока

- ✓ Молоко укрепляет иммунитет, обладает бактерицидными свойствами и предотвращает развитие инфекций в организме.



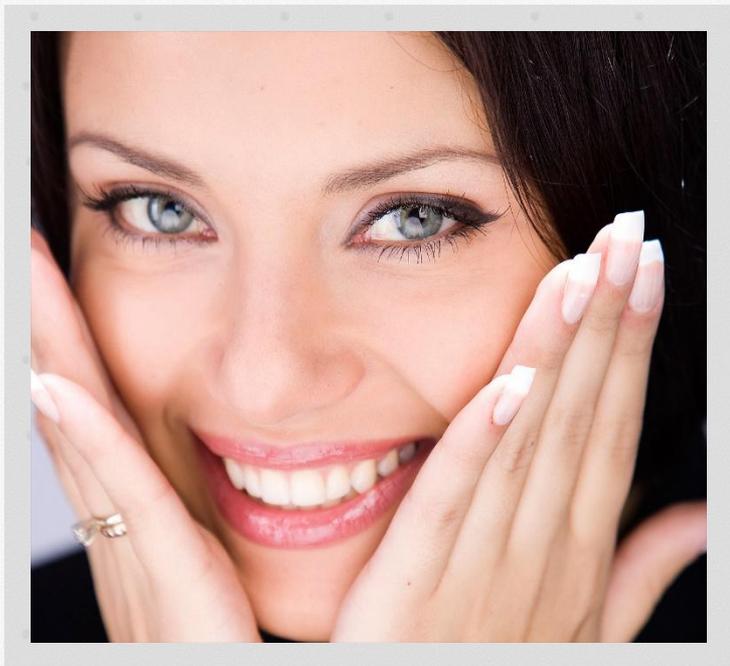
Полезные свойства молока

- ✓ Микроэлементы, которые входят в состав молока, благоприятно влияют на деятельность нервной и сердечно-сосудистой систем.



Полезные свойства молока

- ✓ Микроэлементы, которые содержатся в молоке, положительно влияют на развитие клеток в организме.



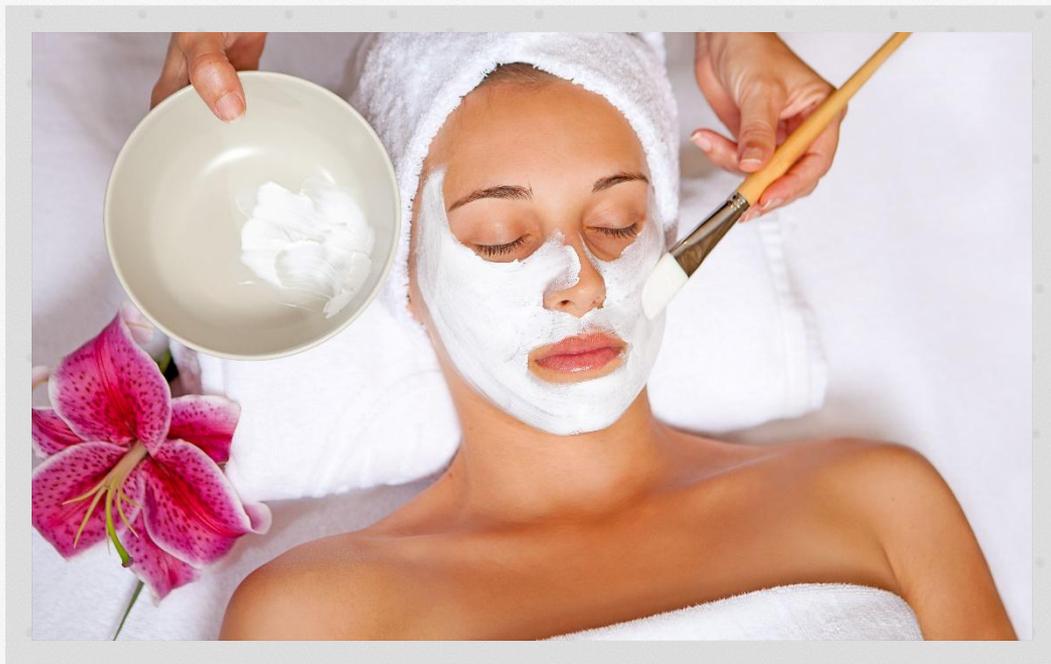
Полезные свойства молока

- ✓ Молоко прекрасно восстанавливает силы после физических и умственных нагрузок, т. к. в его составе содержится большое количество белков и жиров.



Полезные свойства молока

✓ Молоко часто используют в косметологии для приготовления различных масок.



Вредные свойства молока



- Если у человека выявлена непереносимость лактозы и казеина, то коровье молоко стоит заменить на козье или верблюжье или же употреблять продукты переработки коровьего молока: кефир, ряженку, простоквашу.



Вредные свойства молока

- Молоко может вызывать сильнейшие аллергические реакции, такие как: зуд, сыпь, отёк гортани, тошноту, вздутие живота и рвоту.



Вредные свойства молока

-  Молоко плохо усваивается в сочетании с некоторыми овощами, яйцами, рыбой, сыром и мясом.



Для нормального усвоения молока рекомендуют пить его небольшими глотками в течение 5–6 минут.



Виды молока

парное

топлёное

сухое

пастеризованное

стерилизованное

сгущённое



Парное молоко

Парным молоком называют молоко, полученное сразу после дойки.



Топлёное молоко

Топлёное молоко производится с помощью особой технологии, которая и является источником его специфического цвета и вкуса.



После предварительной пастеризации молоко нагревают до 95–99°C и поддерживают такую температуру на протяжении 3–4 часов с постоянным перемешиванием, чтобы избежать появления на поверхности слоя жира.

Сухое молоко

Сухое молоко – это продукт, который получают из натурального молока высушиванием с сохранением питательных свойств.



Пастеризованное молоко

Пастеризованное молоко – это молоко, прогретое до 75°C.



Стерилизованное молоко

Стерилизованное молоко – это молоко, которое подверглось нагреву до 145°C.



Сгущённое молоко

Сгущённое молоко – это молоко, полученное путём выпаривания влаги до густой консистенции с добавлением сахара.



Качество молока

Если вы покупаете молоко в магазине, то обязательно нужно посмотреть срок годности продукта и его состав.



Качество молока



Качество молока



Качество молока



Свежее молоко не сворачивается!

Хранение молока и молочных продуктов

Не рекомендуется хранить молоко длительное время, т. к. со временем оно теряет свои полезные и вкусовые качества.



При температуре 4–8°C:

- молоко можно хранить 20 ч,
- сметану – 72 ч,
- творог – 36 ч,
- сливочное масло – 10 дней.

Блюда из молока



Блюда из молока



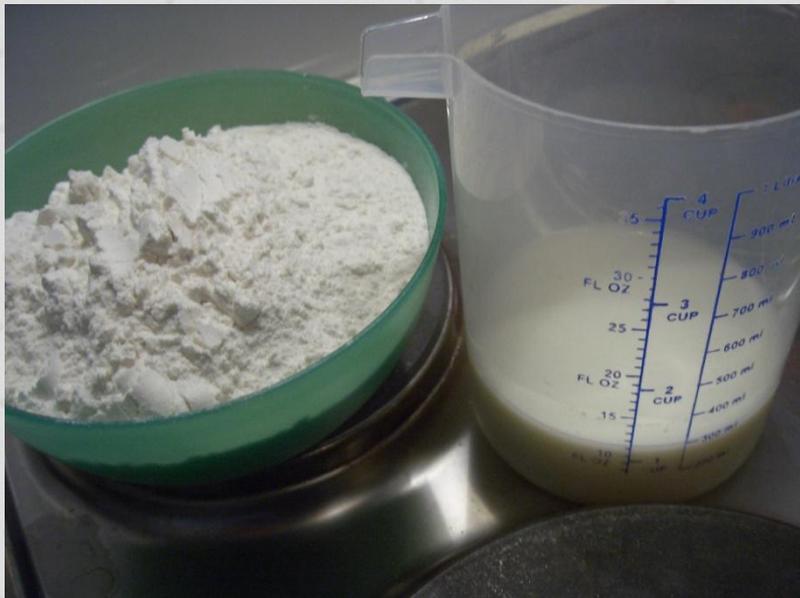
Технология приготовления молочных супов и каш



Технология приготовления молочных супов и каш

Сухое молоко берут из расчёта
1–1,5 столовые ложки на стакан воды.

Кладут 2 столовые ложки сгущёнки на
стакан кипячёной воды и размешивают.



Технология приготовления молочных супов и каш

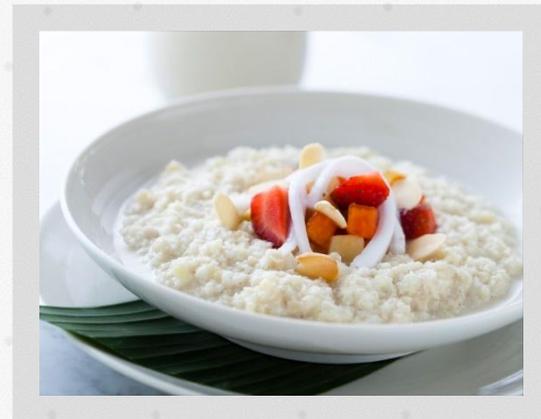
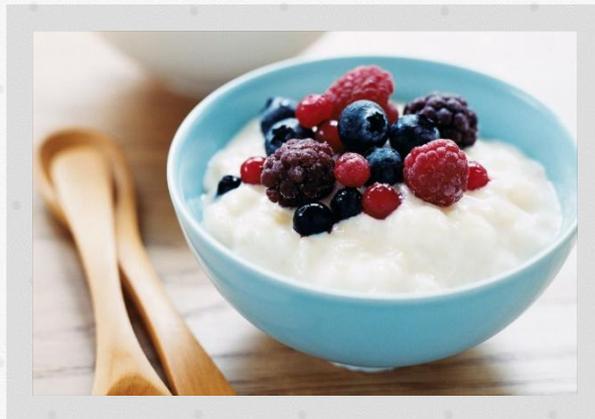


Важно знать!

Для приготовления молочных блюд лучше использовать небольшие кастрюли ёмкостью 1,5–2 литра.



Требования к качеству готовых молочных блюд



Требования к качеству готовых молочных блюд



Вкус супа или каши должен быть сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

Подача молочных блюд



Суп молочный рисовый



Пшённая молочная каша с тыквой



Итоги урока

Молоко

Молоко – это питательная жидкость, которая появляется в молочных железах самок млекопитающих.

В состав молока входят:

- белки;
- жиры;
- углеводы;
- молочный сахар;
- вода;
- витамины А, В, В₂, РР, С;
- минеральные вещества: кальций, фосфор, железо.



Итоги урока

Виды молока

парное

топлёное

сухое

пастеризованное

стерилизованное

сгущённое



Итоги урока

Качество молока

Если вы покупаете молоко в магазине, то обязательно нужно посмотреть срок годности продукта и его состав.



Итоги урока

Хранение молока и молочных продуктов

Не рекомендуется хранить молоко длительное время, т. к. со временем оно теряет свои полезные и вкусовые качества.



При температуре 4–8°C:

- молоко можно хранить 20 ч,
- сметану – 72 ч,
- творог – 36 ч,
- сливочное масло – 10 дней.

Итоги урока

Суп молочный рисовый



Пшённая молочная каша с тыквой



Итоги урока

Требования к качеству готовых молочных блюд



Вкус супа или каши должен быть сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

Подача молочных блюд

