

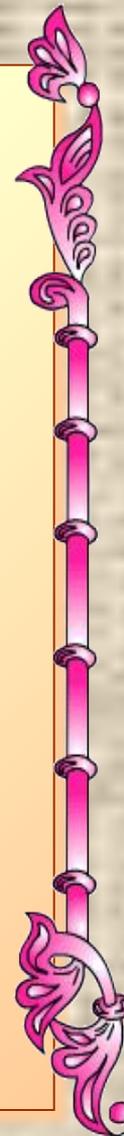
Кулинария

6 класс

Содержани

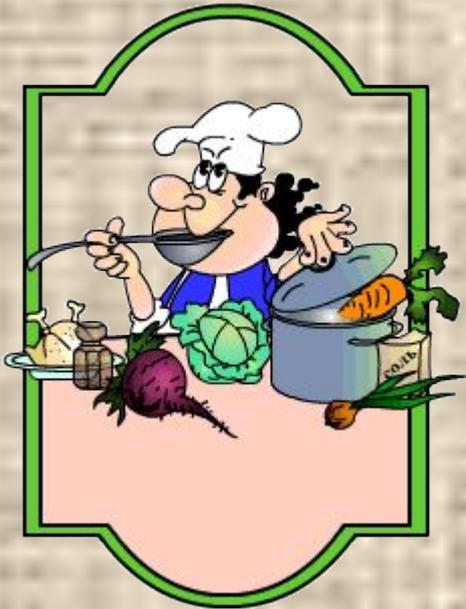
е:

- Питание;
- Техника безопасности;
- Культура поведения за столом;
- Сервировка стола к ужину;
- Русская печь;
- Каши. Крупы, их роль в питании;
- Витамин В;
- Вода;
- Напитки;
- Молоко и молочные продукты;
- Соль;
- Макароны;
- Книга кулинарных рецептов;
- Тест, загадки;



**«Мы живём не для того, чтобы есть,
но едим для того чтобы жить»**

Питание – одна из главнейших потребностей человеческого организма. Наряду с водой и воздухом пища постоянно необходима человеку для обеспечения жизнедеятельности.



Питание – процесс усвоения организмом питательных веществ, необходимых для поддержания жизни, здоровья и работоспособности.

В этом году на уроках кулинарии

Мы с вами вспомним:

- требования санитарии и гигиены, охраны труда;
- правила этикета;
- как работать с инструкционными картами;
- как готовить завтрак и сервировать стол для завтрака

Вы узнаете:

- о русской печке;
- о том, какие каши ели наши «бабушки»;
- о продуктах растительного происхождения: о крупах, и их роли в питании; и продуктах животного происхождения: молоке и молочных продуктах и их роли в питании;
- о витамине «В»;
- о роли в питании человека поваренной соли и воды;
- о разнообразных напитках: квасе, компоте, киселе, какао;
- человека соли и воды

Вы научитесь:

готовить каши, блюда из макаронных изделий, блюда из молочных продуктов (сырники, запеканки), компот, кисель, какао



Техника безопасности



Культура поведения за столом



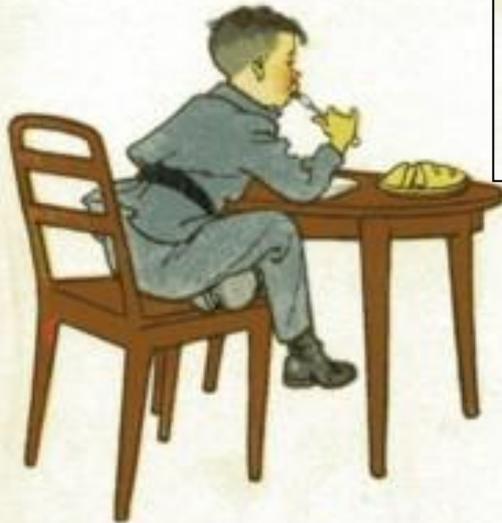
НЕ УМЫВШИСЬ, ТЫ ОТ КРАНА
НЕ УИДЕШЬ — НАПРАСНЫЙ ТРУД...
ЗНАЮ: ПОЗДНО ИЛИ РАНО,
ЭТОТ КРАН ИЗОБРЕТУТ!



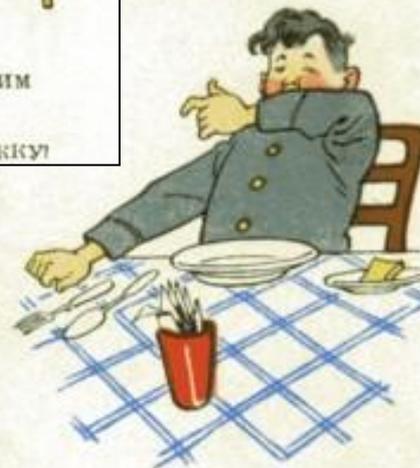
НЕТ, НЕ ПОХВАЛИМ
МЫ ПАРНИШКУ,
ЧТО ЗА ЕДОЙ
ГЛОТАЕТ... КНИЖКУ!



ОПОЗДАВ, БЕЖИТ ЗА ДВЕРЬ, —
В ШКОЛУ НУЖНО К СРОКУ...
ОТ ТАКОЙ ЕДЫ, ПОВЕРЬ,
ОЧЕНЬ МАЛО ПРОКУ!



ЕДВА ВЗГЛЯНУВ,
МЫ СКАЖЕМ ДРУЖНО:
«ТАК ЗА СТОЛОМ
СИДЕТЬ НЕ НУЖНО!»



ТАКОЕ ВИДИМ
МЫ НЕ РЕДКО:
ВЕДЬ ЕСТЬ РУКАВ,
К ЧЕМУ САЛФЕТКА?...



ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ ЕДОКАМ

Содержание

Сервировка стола к ужину



К ужину рекомендуется покрывать стол цветной скатертью. На стол ставят хлеб, холодные блюда, судки с приправами – ближе к средней линии. Хорошо, когда сервируют стол посудой одинаковой по фасону и расцветке. Для каждого члена семьи и гостя ставят мелкую тарелку, на нее – закусочную, отступая от края стола 2 см.



Справа от тарелки кладут нож острием к тарелке, слева – вилку, вогнутой стороной кверху.

Десертную ложку, вилку и нож кладут перед тарелкой параллельно друг другу. Салфетки кладут на закусочную тарелку или справа от нее. Перед подачей сладкого блюда убирают ненужную посуду, судки с приправами и сметают крошки.





Отгадай загадки:

 *Зимой нет теплей, летом – холодней.*

 *Что дают – глотают. Зимой ест
и фыркает, а летом голодная спит.*

 *Лежишь, отдыхаешь и себя согреваешь.*

 *И помоеет, и покормит, и согреет,
и спать уложит.*

 *На ней все ребрышки прогреешь.*

 *Шуба в избе, а рукав на улице.*

Русская печь



Печь – символ дома

Пословицы

- *Печь натопи и спокойно спи.*
- *Спокойный сон только на печи.*
- *Месяц май – коню сено дай, а сам на печь полезай.*
- *Хочешь есть калачи, так не сиди на печи.*
- *На печи не храбрись, а в поле трудись.*
- *Не печь кормит, а руки.*

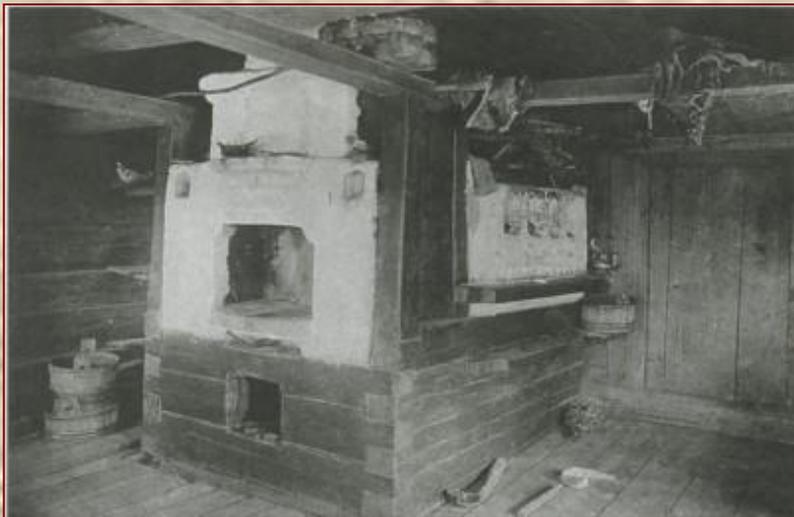


Содержание

Русская печь

Русской печке более 400 лет.

Первые печи топились «по-черному», дым выходил в дверь, щели, через крышу.



В бедных семьях печи белили, в богатых обкладывали плиткой (изразцами)



В печке:
Роль печи:
Пекли хлеба,
Обогревает
лепешки,
жилище и людей,
блины и пироги,
служит постелью,
Квасили молоко;
сушит белье,
Парили овощи;
моет людей,
Варили кашу
готовит пищу.

Содержание

Каша, крупы



Содержание

Каша



Каша когда-то была обрядовым блюдом на Руси. При заключении мирных договоров договаривающиеся стороны должны были вместе сварить и съесть кашу. Отголоски этого обычая дошли до нас: «С ним кашу не сваришь».

В течение двух тысяч лет гречневая каша является исконно отличалась русская кухня национальной русской пищей, а с таких, как подбояная, овсяная и XV века она стала одним из многих других, была и ржаная. основных продуктов питания. Ее называли «зеленой кашей». «Хлебец ржаной – отец наш родной, гречневая каша – матушка наша».



Крупы * Каша

Содержание

Каша

Хороша кашка, да мала чашка.

Подают кашу к столу, как самостоятельное блюдо на завтрак, обед или ужин. Или готовят из нее запеканку, пудинг, крупеник или начинку (фарш) для пирожков, кулебяки и других кушаний.



Крупы легко усваиваются организмом, поэтому их часто используют в детском и лечебном питании.

Каша

Рассыпчатые

Вязкие

Жидкие



Консистенция каши зависит от соотношения крупы и воды, используемых для ее приготовления.

В процессе варки каш увеличиваются объём и масса блюда.

Каша	Густота (консистенция)	Норма (г)		Сроки варки (мин)
		крупа	вода	
Манная	Рассыпчатая	66	146	20-25
	Вязкая	44	164	15-20
	Жидкая	36	170	15-20
Пшеничная и пшенная	Рассыпчатая	80	144	90-120
	Вязкая	50	160	60
	Жидкая	40	168	35-40
Перловая	Рассыпчатая	66	146	120
	Вязкая	44	164	90
Гречневая из ядрицы	Рассыпчатая	95	143	120
	Вязкая	50	160	90
Гречневая из продела	Вязкая	40	170	20-25
Овсяная	Вязкая	50	160	60
	Жидкая	44	164	40
Из крупы «геркулес»	Вязкая	50	160	60
	Жидкая	40	168	20
Рисовая	Рассыпчатая	71	150	80
	Вязкая	44	164	60
Кукурузная	Вязкая	53	154	60
	Жидкая	44	164	60



Крупы

получают из различных зерновых культур:



Пшеница	Просо	Ячмень	Гречиха	Овес	Рис	Кукуруза
Манная, пшеничная	Пшено	Ячневая, перловая	Гречневая: ядрица, продел, смоленская	Овсяная, «геркулес»	Рис	Кукурузная, кукурузные хлопья



Крупы



Первичная обработка:

(производится перед тепловой обработкой)

Просеивают:

Мелкие и
дробленые
крупы

Перебирают:

рис, пшено,
перловую
крупку

Промывают:

Все крупы, кроме гречневой,
манной, «Геркулеса» и
дробленых круп.

*Пшено промывают дважды,
чтобы удалить горечь, сначала
теплой водой, потом горячей
(50-60⁰С) водой.*

Крупы



Полба



Наиболее древний вид пшеницы – неприхотливая полба. Та самая, которой поп кормил Балду в сказке Пушкина. Зерно полбы вымолачивается из ломкого колоса не чистым, а вместе с цветковыми и колосковыми чешуями, приросшими к нему. И поэтому размолоть его в муку довольно сложно. Легче сварить. Позже на смену полбе пришли голозерные пшеницы, более высокого качества, но и более требовательные к плодородию почвы. При обмолоте колосьев этих пшениц зерна легко освобождаются от чешуй и становятся как бы голыми.



Крупы



Овсяную крупу (овсянку) вырабатывают дробленую и недробленую. Недробленую овсянку обычно используют для приготовления супов, для каш - значительно реже, так как для размягчения она требует продолжительной варки. Овсяная крупа в молоке разваривается медленнее, чем в воде, поэтому при приготовлении молочных каш или супов эту крупу сначала варят в кипящей воде в течение 20-30 минут, а затем добавляют горячее молоко и варят до мягкости.

Овес принадлежит к наиболее ценным крупяным культурам. В пищу используют его зерна, которые предварительно очищают от жесткой чешуи - обрушивают. Очищенное зерно (овсяная крупа) помимо того, что, как и все крупы, является хорошим источником углеводов в питании человека, еще и занимает первое место среди хлебных и крупяных культур по содержанию жира (4-11%). Также, овсяная крупа богата белками (10-19%) и является источником витаминов В1, В2, В4, К, калия, фосфора, железа, магния, йода и др.

Дробленая овсянка применяется для приготовления так называемых слизистых супов (они считаются целебными при некоторых заболеваниях желудочно-кишечного тракта), каш, запеканок, киселя и т.д.

Овсяная каша является традиционным блюдом английской кухни. Эту кашу (поридж) обычно подают на первый завтрак в 7-8 часов утра. Каша варится на воде до готовности, а затем, уже в тарелку, добавляются сливки и сахар. На Руси также варили овсяную кашу, но самым известным русским блюдом из овса все же является овсяный кисель, который появился задолго до современных ягодных киселей. Овсяный кисель готовился густым, и ели его ложками, заливая молоком.



Крупы



Геркулес прекрасный продукт: вид красивый, вкус и аромат превосходные. Хлопья вырабатываются из крупы овсяной целой высшего сорта. Хлопья очень быстро готовятся. В процессе варки частично сохраняют форму. При транспортировке не ломаются.



Крупы



Гурьевская каша



Гурьевская каша названа по фамилии большого гурмана графа Гурьева. Граф купил крепостного повара, приготовившего это блюдо в его честь из манной крупы. Звали кулинара Захар Кузьмин

Крупы



Манная крупа применяется для выпечки пирожных, а также для клецек, галушек, начинок, пудингов, киселей и изделий типа лапши или для непосредственной засыпки в супы.

Использование манной крупы в нашем домашнем хозяйстве нередко ограничивается лишь традиционной варкой детских и диетических каш.

А между тем кулинарные возможности этого продукта огромны.

Из всех круп манная крупа - самый большой источник углеводов, легко переваривается и усваивается организмом. Манная крупа содержит витамины В1, В2, В6, РР, белки, клетчатку, такие минеральные вещества как: Na, K, Ca, Mg, P, Fe.

Используется в детском питании.



Крупы

Греча



Гречневая крупа - эта крупа содержит больше, чем другие крупы витаминов и минеральных веществ, она богата железом, фосфором, калием и магнием.



Греча (полезные советы)



ПОДРОБНЕЕ

Содержание

Пшенная каша

Крупы



Пшено это чистейшее средоточие силы, будто специально созданное для людей со слабыми тканями:

В нем много кремния - микроэлемент, из которого все живые существа строят свои кости, панцири и скорлупу, а также кожу, волосы и ногти. Высокое содержание меди придает тканям дополнительную эластичность. Богатое содержание клетчатки, которая мягко и щадяще очищает кишечник от шлаков.

Пшено обладает свойствами сухости и холода, укрепляет и соединяет треснувшее и сломанное, рассасывает опухоли, закрепляет естество, но ослабляет половую силу.

Оно медленно переваривается и тело от него не полнеет.

В 100 г содержится:

40 мг кремния;

0,85 мг меди;

3,8 г клетчатки;

9 мг железа;

170 мг магния;

0,04 мг фтора;

1,9 мг марганца;

72,8 г углеводов;

10,6 г белка;

3,9 г жира



Содержание



Крупы



Полвина человечества питается рисом. **Рис** выгоден: в тропиках можно трижды в год собирать урожай. Пока зерно созревает, уже готовится рассада. Он растет в воде.



Из очищенного риса готовят плов, варят кашу. Очень вкусны и рисовые супы, пудинги, запеканки.



Крупы

Рис круглозерный - рис с отношением длины к ширине $2/3$.

Большинство видов круглозерного риса относятся к мягким сортам, которые после приготовления развариваются, становятся клейким и образуют сплошную массу. Очень хорош для приготовления каш, пудингов, суси.

Рис длиннозерный является наиболее популярным сортом риса. Во время приготовления зерна сохраняют свою форму, все вместе и каждое отдельно.

Готовое блюдо имеет очень вкусный вид. Этот рис есть настолько универсальным, что его используют не только как гарнир, а также для приготовления любых других блюд.

Он имеет длину зерна более 0.6 мм. В отличие от круглозерных сортов этот сорт в готовом виде не слипается, получается рассыпчатым. Длиннозерные сорта риса используются для приготовления пловов, салатов, гарниров.



Крупы

Перловая крупа содержит меньше клетчатки.

С зерна сначала удаляют цветочные пленки, затем целое или дробленое ядро шлифуют, после чего крупа приобретает овальную или округлую форму и гладкую поверхность.

Перловая крупа варится 60-90 мин, увеличиваясь в объеме в 5-6 раз.

Каша из нее получается рассыпчатой, но при остывании становится жесткой, так как набухший при варке крахмал легко отдает воду.

Для ускорения варки рекомендуется предварительно замачивать перловку (примерно на 3 часа).





Крупы

Ячневая крупа представляет собой разной формы частицы дробленого ядра ячменя, освобожденные от цветочных пленок.

Крупа разваривается за 40-45 минут, увеличиваясь в объеме примерно в пять раз.

Она обладает высокой калорийностью (355 ккл) и хорошими вкусовыми качествами.

Это весьма ценный продукт.



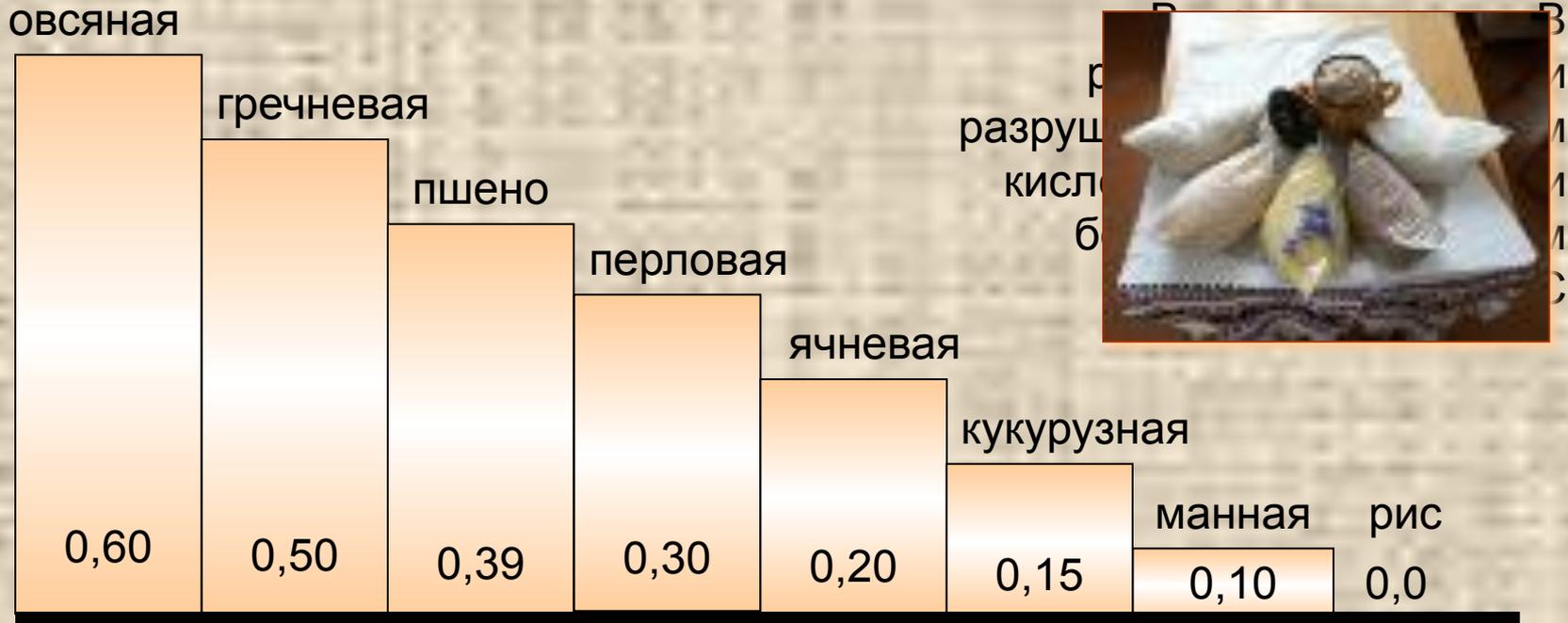
Крупы

Крупы являются ценным продуктом питания, содержащим углеводы, крахмал, растительные белки, жиры, **витамины группы В**, минеральные соли. В зернах злаков витамины группы В содержатся в основном в наружных слоях, вот почему полезно есть хлеб грубого помола. Благодаря содержанию крахмала крупяные блюда высококалорийны.



Витамин В

Содержание витамина В1 (в мг) в 100г круп



Для нормальной жизнедеятельности организма человеку требуется ежедневно 1,5-2 мг витамина В1. В зерных злаках витамин В1 содержится в основном в зародыше. Если человек не употребляет злаки, то у него могут возникнуть следующие симптомы: слабость, раздражительность, плохой сон, головная боль, депрессия, снижение аппетита, нарушение работы нервной системы, ухудшение зрения, онемение конечностей, мышечная дрожь, судороги, парестезия, дерматиты, гингивит, стоматит, гастрит, энтероколит, запоры, снижение иммунитета, анемия, снижение способности к обучению, снижение работоспособности, снижение способности к концентрации внимания, снижение способности к запоминанию, снижение способности к принятию решений, снижение способности к творчеству, снижение способности к лидерству, снижение способности к общению, снижение способности к сотрудничеству, снижение способности к компромиссу, снижение способности к разрешению конфликтов, снижение способности к принятию ответственности, снижение способности к принятию решений, снижение способности к принятию риска, снижение способности к принятию ответственности за свои действия, снижение способности к принятию ответственности за других людей, снижение способности к принятию ответственности за будущее, снижение способности к принятию ответственности за мир, снижение способности к принятию ответственности за человечество, снижение способности к принятию ответственности за планету, снижение способности к принятию ответственности за Вселенную.

Во



Содержание воды в продуктах:



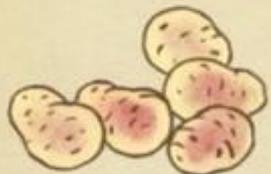
В молоке

87%



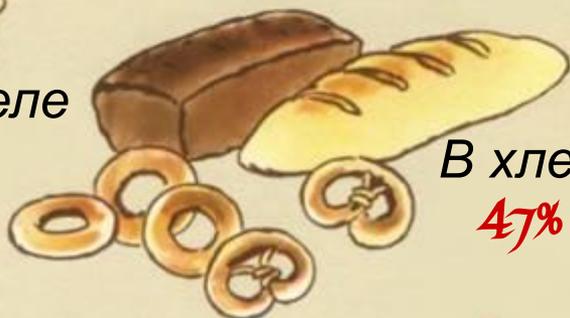
В овощах и
фруктах

90%



В картофеле

до 75%



В хлебе

47%

В состав тела человека входит две трети воды. Если без пищи человек может прожить несколько недель, то без воды погибает через несколько суток.



ПОДРОБНЕЕ

Содержание



Напитки

Напитки



Горячие:

- Чай;
- Кофе;
- Какао;
- Шоколад



Холодные:

- Молочные напитки;
- Фруктово-ягодные напитки;
- Русские национальные напитки

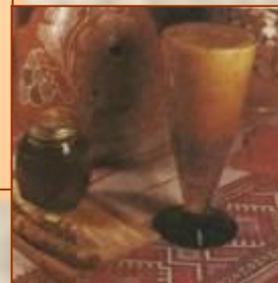


Температура подачи горячих напитков 75°C ,
холодных – $7-14^{\circ}\text{C}$



Напитк

У каждого народа есть свои любимые прохладительные напитки, которые вполне отвечают исторически сложившимся вкусам, запросам и привычкам. Например, у французов это сидр и лимонад, у итальянцев – цитрусовые соки, у немцев и англичан – пиво, а у русского народа всевозможные квасы: хлебные, фруктовые, ягодные и медовые.





Хлебный квас



Лимонно-медовый квас



Грушевый квас

Напитк

Квас утоляет жажду при изнуряющей жаре, восстанавливает силы, и повышает работоспособность при больших физических нагрузках. Квас любят в неповторимо вкусном и освежающем русском блюде – окрошке. Его пьют, как хороший десертный напиток. Особенно это относится к ягодным квасам.



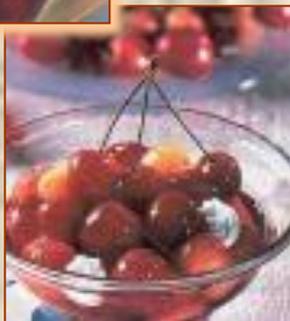
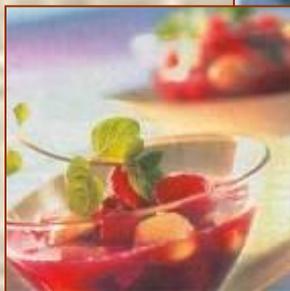
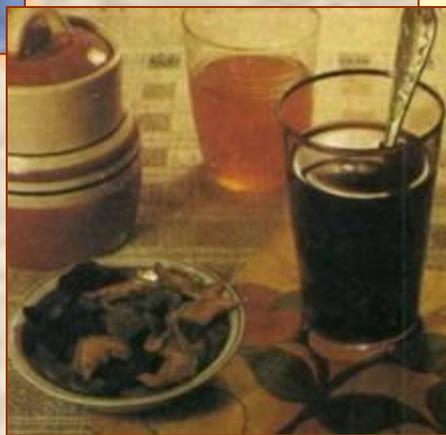
Окрошки



Содержание

Напитк

КОМПОТЫ ГОТОВЯТ ИЗ свежих, сушеных, консервированных и быстрозамороженных фруктов и ягод. Для варки можно использовать один вид фруктов или ягод или смесь



Во фруктах и ягодах содержится витамин С

Содержание

Напитк

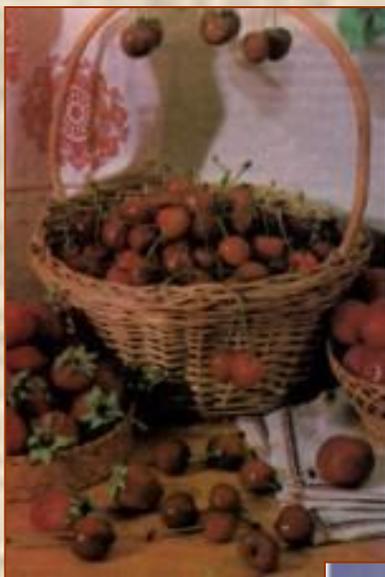
Слово «Кисель» происходит от глагола «квасить». Кисели – странное русское блюдо. До XIX в их готовили густыми не заквашенных отварах злаков. Так готовили кисель овсяный, который можно было резать ножом. Подавали кисели с конопляным или подсолнечным маслом.



Рябиновый кисель



Овсяный кисель



Кисель



Кисели готовят из плодов и ягод, соков, сиропов, молока с добавлением крахмала. Консистенция киселя (густой, средней густоты и жидкий) зависит от количества крахмала



Почти 200 лет назад в Москве жил доктор Федор Иванович Иноземцев. К нему в клинику приезжали из разных городов и даже из других государств. Говорили, что он нашел новое могучее лекарство.
А лекарством этим было ...



Молоко

Молоко



Когда в Древней Греции у знатного жителя города Абдеры заболел сын и его ничем не могли вылечить, Гиппократ прописал юноше разбавленное ослиное молоко три раза в день в течение недели, а затем – молоко коровье. И тем излечил больного. Этот знаменитый врач утверждал, что козье молоко излечивает чахотку, коровье – подагру и малокровие, ослицы – многие болезни.

Молоко



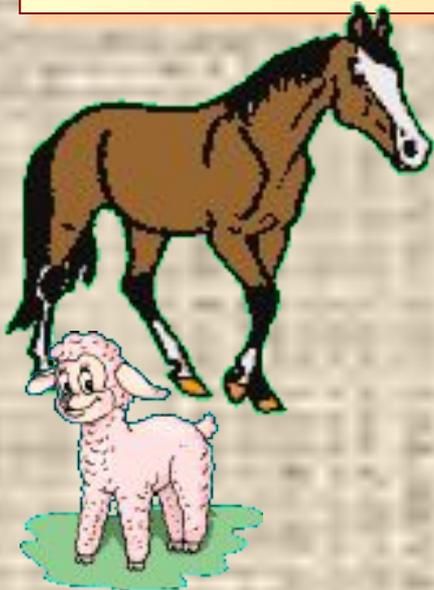
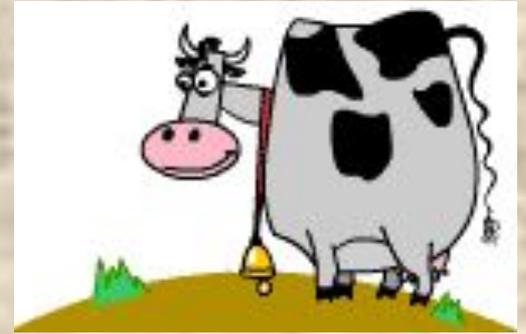
Царица Клеопатра принимает молочные ванны для поддержания красоты тела.

В XIVв. им стали лечить болезни сердца, легких, печени, желудочно-кишечного тракта, а обезжиренным молоком – ожирение.

Выдающийся ученый С.П.Боткин признал за молоком целебную силу при болезнях сердца.

Молоко

Наряду с коровьим люди потребляют молоко других домашних животных: коз, овец, буйволиц, кобылиц, верблюдиц, самок яка, зебу.



Молоко



Не рекомендуется сочетание молока с продуктами, вызывающими вздутие кишечника (капуста, бобовые, овощи, зелень), а также после соленой, копченой рыбы, жирной мясной пищи и колбас.



Не все люди хорошо переносят молоко!

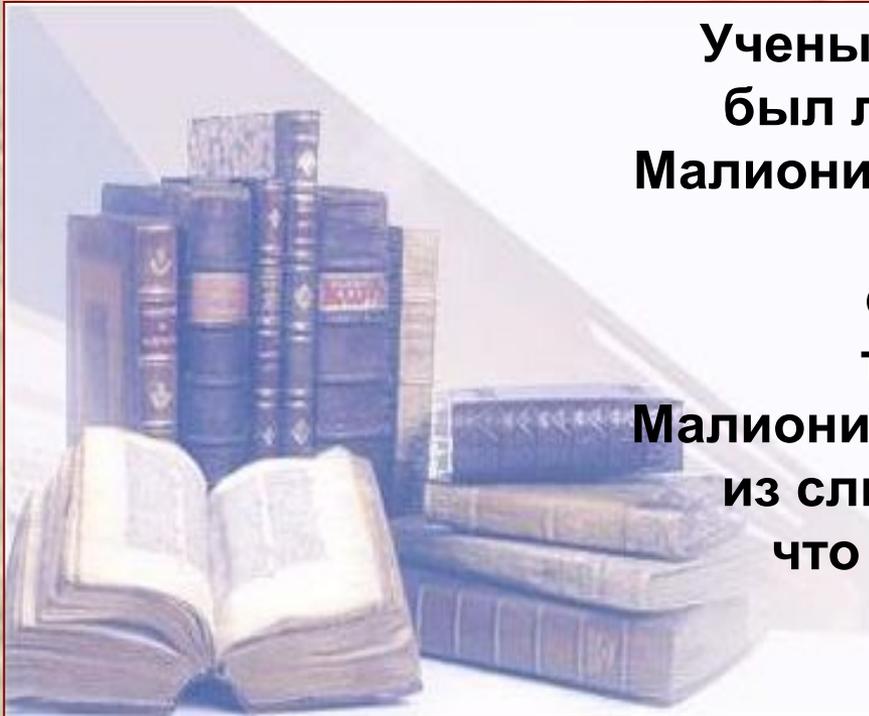


Содержание

Состав

Что такое молоко, из каких веществ оно состоит – это до недавнего времени не знали даже самые образованные люди.

молока



Ученым человеком для своего времени был лекарь римского папы, итальянец Малиони. Он написал книгу, которая была издана в 1775г. Книга наряжена в сафьяновый переплет с золотым тиснением... Но о составе молока Малиони ничего не знал. «Молоко состоит из сливок, творога и воды» - вот и все, что сказал об этом почтенный автор.

Состав



МОЛОКА

Жиры

Белки

Углеводы

**Минеральные
вещества**

Витамины

Вода

Состав молока
ученые открыли
только 200 лет
назад.



Состав



Молоко

«Не печено, не варено – на столе завтрак!»

Молоко отличается высокой питательностью. В нем свыше 100 различных питательных и химических веществ! В 100г цельного молока свыше 2г белка, столько же жира, свыше 4г сахара, что равно 67 килокалориям.



ПЬЕМ ЕГО ЗИМОЙ И ЛЕТОМ,
СТАЛИ МЫ НЕУТОМИМЫ,
ПОТОМУ ЧТО В МОЛОКЕ-ТО
ВИТАМИНЫ, ВИТАМИНЫ..



Молоко

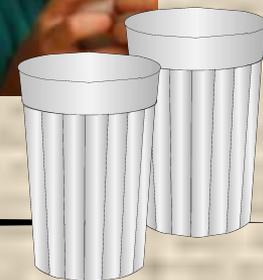
А знаете ли вы, из чего состоит твердое белое вещество зубов и костей?

В молоке растворены соли кальция и фосфора. Организму легче их усвоить. В молоке их как раз столько, сколько нужно, чтобы получился фосфорнокислый кальций – вещество зубов и костей.





Молоко



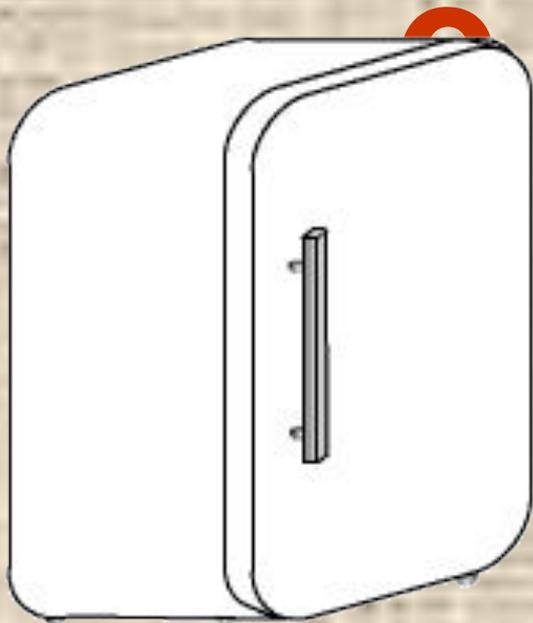
Два стакана
молока

Школьнику необходимо в день около 1г кальция и 1,5г фосфора.

«Съедают» их не только зубы и кости – они нужны всему организму. Свою долю фосфора обязательно требуют нервные ткани, мозг, сердце...



Хранить молоко и другие молочные продукты надо непродолжительное время и на холоде, строго соблюдая сроки хранения.



Известно, что на свету оно теряет значительную часть витамина А и С.

Полезно



- Молоко при кипячении не свернется и дольше сохранится свежим, если в него положить сахар (чайную ложку на пол-литра молока)
- В молоке лучше сохраняются витамины, когда его кипятят в посуде, закрытой крышкой. Время от времени крышку следует приподнимать и взбивать образующуюся пенку венчиком, особенно если молоко предназначается для детей.

Молочные продукты



Молочные продукты

Кефи

«Дар
небес»
- так называли кефир народы
Северного Кавказа

Родиной этого молочного напитка является Северная Осетия. Им угощали всех приезжих. Но под страхом смертной казни запрещалось разглашать рецепт его приготовления. Считалось: «если разгласить рецепт, может погибнуть закваска»



3 компонента,
находящихся в
кефире:

- Молочно-кислые палочки
- Стрептококки
- Дрожжи

Молочные продукты

Кефи

«Дар

- так называли кефир народы

Северного Кавказа



**Кефир –
продукт,
улучшающий
пищеварение!**

Рецепт хитростью удалось раздобыть 20-летней девушке, которую специально именно для этого послали из Москвы в Осетию. Там она познакомилась с князем (владельцем рецепта), но тот секрет не открыл. Тогда девушка включила все свое обаяние и князь не устояв перед её чарами, влюбился и выкрал девушку. За что его осудили на несколько лет. На суде девушка сказала, что откажется от обвинения, при условии, если князь откроет ей секрет приготовления кефира. На следующий день он прислал ей рецепт и 20 грамм закваски.



Молочные продукты

Йогурт

Прародителем йогурта *т* был напиток, который давным-давно был изобретен кочевниками, которые перед путешествием наливали в курдюки молоко. За время путешествия оно скисало и было очень приятным на вкус, что дало ему название «Белый свежий воздух».



Большое распространение этот напиток получил в странах Балканского полуострова.

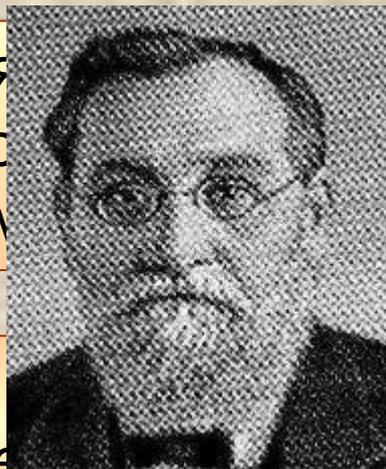
Молочные продукты

Йогурт

В начале XXв. этим продуктом заинтересовался великий русский ученый И.И.Мечников (точнее не самим напитком, а бактериями, находящимися в нем).



Позднее технология за границу, и только в Россию с названием



за этого продукта ушла 0-х гг. XXв. вернулась в

Йогурт
человеку

организмом
тем молоко!

И.И.Мечников



Подробнее

Содержание

Молочные продукты

Сыр



Первые сыры в Россию завёз Петр I.



Сыры тогда не варили, а делали сырыми (отжимали скисшее молоко), отсюда и произошло название.



Чтобы при хранении сыров избежать появления сухой корки, их следует держать в фарфоровой или керамической миске, поставленной в посуду, наполненную водой.

Молочные продукты

Творог



«Творог - желанное кушанье на столах и бедных, и богатых»

*римский философ Колумелла
I веке до нашей эры*



Ценный высокопитательный молочный продукт, так как в нем есть белок, жир, витамины А, Е, витамины группы В.

В старину творог называли сыром. Так его называют и сейчас в некоторых районах страны. Отсюда ведет свое происхождение название распространенного блюда из творога – «сырники».



Молочные продукты

Творог



ЗАПЕКАНКА И СЫРНИКИ

(полезные советы)

Чем меньше добавлено в сырники, запеканку муки (манной крупы), тем нежнее и вкуснее готовое изделие.

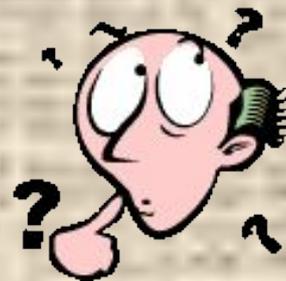
Чтобы запеканка, сырники имели нежный вкус, лучше добавлять в массу только желтки яиц, поскольку белки придают изделиям жесткость и сухость.

Желательно добавлять в запеканку или сырники изюм, цукаты, измельченную курагу.

«Творог - желанное кушанье на столах и бедных, и богатых»

*римский философ Колумелла
I веке до нашей эры*





*В воде родится,
воды боится*



Сол

ь

Со ль

«Чтобы узнать человека,
надо съесть с ним пуд соли»



Поваренная соль – один из тех продуктов, которые имеются в природе в готовом состоянии. В древней Руси соль считали одним из наиболее ценных товаров; стоимость ее была столь велика, что в некоторых странах она заменяла деньги.



ПОДРОБНЕЕ О СОЛИ



Соль – это предмет первой необходимости. Она играет важную роль в жизнедеятельности организма. В теле человека, весящего 70 кг, содержится более 150г соли, запас которой расходуется и нуждается в ежедневном пополнении.

Путешествуя по Китаю, Марко Поло познакомился с блюдом, которое китайцы готовили, отваривая в воде тонкие трубочки из теста. Такие трубочки он увез с собой в Европу. Уже в XIV в. они вошли в итальянскую кухню, а из Италии распространились по Европе.



И называлось это блюдо?...

Макарон

Содержание

Макароны

Несколько тысяч лет назад человек случайно или намеренно решил высушить тонко раскатанное тесто – так получилась лапша

Ученые производившие раскопки на берегах реки Хуанхэ в Китае нашли глиняный горшочек с лапшой. Как выяснили ученые, этой находке примерно 4 тысячи лет.

В конце XVIIв. для специально поглощения лапши бала сделана вилка с четырьмя зубцами

Макароны



По одной из легенд, слово «макароны» переводится «как мило» («ма карони»). Так будто бы воскликнул один из итальянских кардиналов, впервые увидев на своем столе новое блюдо.

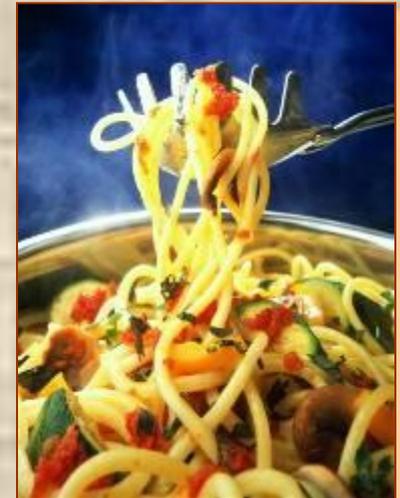
История макарон берет свое начало в средневековье. Сначала их изготавливали кустарным способом, потом перевели на промышленное производство.



Макаронны



Макаронны, вермишель, манную крупу, чтобы они не разваривались, делают из муки твердых сортов.



Макаронные изделия производят из специальной пшеничной муки с максимальным содержанием клейковины.

Макаронные изделия питательны, так как содержат растительный белок и крахмал; их можно хранить долгое время, и они от этого не портятся.

Макаронные

модели
В зависимости от
формы делятся на:

- трубчатые,
- нитеподобные,
- ленточные
- фигурные.



Макаронные изделия



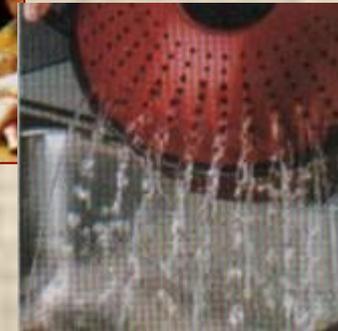
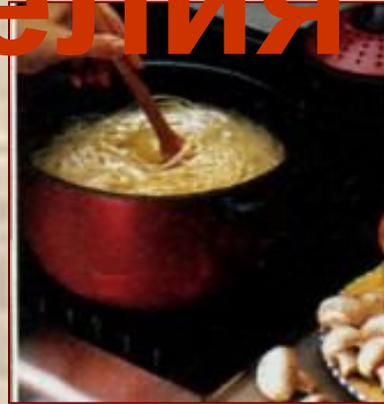
Из них готовят:

- гарниры;
- самостоятельные блюда (в отварном и запеченном виде);
- используют для начинки мясным фаршем, творогом и другими продуктами.

Макаронные изделия

Первичная обработка

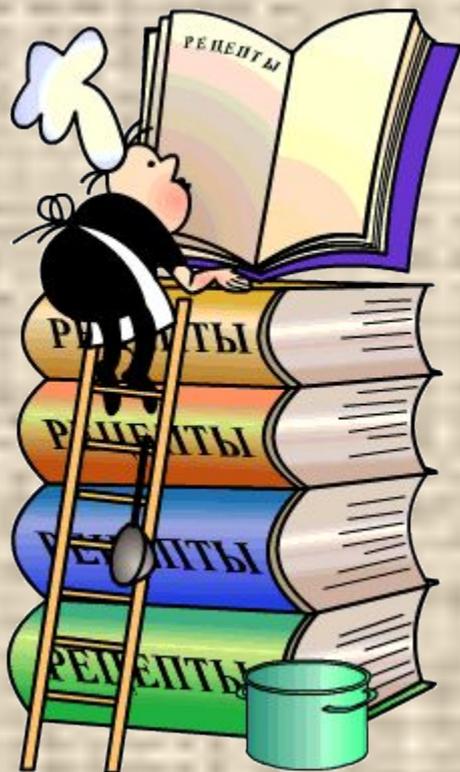
Макароны, лапша, вермишель, рожки, перья, звездочки, ушки просматривают и удаляют примеси. Длинные трубчатые изделия ломают на куски длиной 10-12 см.



При варке макаронных изделий, их объем и вес увеличивается. Масса становится в 2,5-3 раза больше.

Тест

Проверь свои знания по изученной теме



Кроссворд

Молоко



Книга рецептов

Содержание