

**Тема учебного занятия: ЛПЗ №4  
«Приготовление блюд и гарниров  
из овощей и грибов»**



# Цель ЛПЗ:

Сформировать умения и навыки приготавливать, отпускать блюда и гарниры из овощей и грибов, оценивать их качество.

# Задачи ЛПЗ:

## Научиться:

- Анализировать ассортимент блюд и гарниров из овощей и грибов, технологический процесс их приготовления, оформления и отпуска;
- Производить расчет продовольственного сырья, пищевых продуктов с учетом сезона, кондиции в соответствии со Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания всех форм собственности;
- Организовать рабочее место в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями;
- Рационально использовать продовольственное сырье, пищевые продукты, экономично расходовать воду, энергоресурсы;
- Эксплуатировать оборудование в соответствии с требованиями безопасности труда;
- Приготавливать блюда и гарниры из овощей и грибов, оценивать их качество, оформлять и отпускать потребителю;
- Соблюдать требования Санитарных правил и норм в процессе приготовления и реализации кулинарной продукции.

# Ассортимент блюд ЛПЗ №4:

№ рецептуры, колонка	Наименование блюд	Выход порции(г)
383/2	<b>Рулет или запеканка картофельные с овощами</b>	1/200/20
350/1	<b>Морковь, тушенная с рисом и черносливом</b>	1/190/20
212 (бел. сб.)	<b>Бабка картофельная с жареным шпиком и луком</b>	1/215/20

# Рецептура № 383/2

## Рулет или запеканка картофельные с овощами

Наименование сырья	Расчет сырья на 1 порцию (г)		Расчет сырья на 6 порций (г)	
	Мб	Мн	Мб	Мн
Картофель (с. – о.)	240	180	1440	1080
Картофель (н. – д.)	257	180	1542	1080
Картофель (я. – ф.)	277	180	1662	1080
Картофель (м. – м.)	300	180	1800	1080
Соль	5	5	30	30
Масса отварного протёртого картофеля	-	175	-	1050
Для фарша:				
Капуста белокочанная	50/40	30	300/240	180
Лук репчатый	24/20	10	144/120	60
Маргарин столовый	10	10	60	60
Масса фарша	-	40	-	240
Сметана (для смазывания)	5	5	30	30
Сухари	5	5	30	30
Масса п/ф	-	225	-	1350
Масса запечённого рулета или запеканки	-	200	-	1200
Сметана	20	20	120	120
Выход:	-	220	-	1320

## ТПП № 382/2

# Рулет или запеканка картофельные с овощами:

Сваренный картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают, перемешивают и выкладывают на чистую смоченную водой салфетку. На середину массы кладут фарш и придают ей форму рулета, которую перекалывают с салфетки швом вниз на смазанный жиром противень, смазывают сметаной, посыпают сухарями, затем делают 2-3 прокола вдоль рулета, сбрызгивают жиром и запекают.

Для фарша: нарубленную капусту обжаривают, лук репчатый, нарезанный соломкой, пассеруют. Капусту и пассерованный лук смешивают, добавляют соль, можно добавить зелень петрушки или укропа.

При изготовлении запеканки картофельной массу делят пополам. Одну половину кладут на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень слоем 2 см, равномерно распределяют на нём фарш, который покрывают оставшейся картофельной массой. Поверхность изделия разравнивают, смазывают сметаной, ложкой наносят узор, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Готовый рулет или запеканку режут на порции и подают со сметаной.



# Рецептура № 350/1

## Морковь, тушенная с рисом и черносливом

Наименование сырья	Расчет сырья на 1 порцию (г)		Расчет сырья на 6 порций (г)	
	Мб	Мн	Мб	Мн
Морковь (до 01.01)	75	60	450	360
Морковь (после 01.01)	80	60	480	360
Петрушка (корень)	13	10	78	60
Маргарин столовый	15	15	90	90
Чернослив	27	40	162	240
Сахар	5	5	30	30
Крупа рисовая	25	25	150	150
Вода для варки крупы	52,5	52,5	315	315
Соль	0,7	0,7	4,2	4,2
Масса тушенной моркови с рисом	-	150	-	900
Выход:	-	190	-	1140
Сметана	20	20	120	120
Выход со сметаной:	-	210	-	1260

## ТПШ № 350/1

### Морковь, тушенная с рисом и черносливом:

Очищенные морковь и корень петрушки, нарезают мелкими кубиками, слегка обжаривают.

Чернослив промывают, заливают водой, добавляют сахар и варят.

В отвар закладывают обжаренные овощи, крупу рисовую, соль и припускают до готовности.

Для варки крупы рисовой закладку жидкости берут как на рассыпчатую кашу.

При отпуске блюдо оформляют черносливом. К блюду можно подать сметану.





## Рецептура № 212 (бел. сб.)

### Бабка картофельная с жареным шпиком и луком

Наименование сырья	Расчет сырья на 1 порцию (г)		Расчет сырья на 6 порций (г)	
	Мб	Мн	Мб	Мн
Картофель (с. - о.)	280	210	1680	1260
Картофель (н. - д.)	300	210	1800	1260
Картофель (я. - ф.)	323	210	1938	1260
Картофель (м. - м.)	350	210	2100	1260
Мука	5	5	30	30
Лук репчатый	24	20	144	120
Шпик	23	22	138	132
Соль	3	3	18	18
Масса пассерованного лука со шпиком	-	25	-	150
Масса п/ф	-	235	-	1410
Масса бабки	-	215	-	1290
Сметана	20	20	120	120
Выход:	-	235	-	1410

## ТПШ № 212 (бел. сб.)

### Бабка картофельная с жареным шпиком и луком

Шпик нарезают кубиком, обжаривают с луком.

Сырой очищенный картофель протирают, добавляют муку, соль, жареный шпик с луком, перемешивают. Массу выкладывают на смазанную жиром порционную сковороду или противень и запекают.

Отпускают бабку со сметаной.



# Выдача заданий:

**Первая группа:** готовит «Рулет или запеканка картофельные с овощами»;

**Вторая группа:** готовит «Морковь, тушенная с рисом и черносливом»;

**Третья группа:** готовит «Бабка картофельная с жареным шпиком и луком».

# Органолептические показатели качества:

Наименование блюда	Внешний вид	Цвет	Вкус	Запах	Консистенция
Рулет или запеканка картофельные с овощами	Изделие заданной формы, чередующиеся слои картофеля и фарша	Золотисто-коричневый	Характерный для картофеля и других компонентов, входящих в состав блюда	Соответствует компонентам, без посторонних	Однородная, плотная
Морковь, тушенная с рисом и черносливом	Зёрна риса полностью набухшие, морковь сохранила форму, украшена черносливом	Характерные для компонентов	Сладковатый, кисловатый,	Пассерованной моркови	Плотная, мягкая
Бабка картофельная жареным шпиком и луком	Изделие заданной формы, с равномерной окрашенной корочкой	Золотистый	В меру соленый	Свойственный картофелю	Мягкая, плотная

# Домашнее задание:

- Учебное пособие Н.А. Анфимова «Кулинария», с. 171-189;
- Составить презентацию по теме «Блюда из рыбы, нерыбных продуктов моря, раков».