Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы “Московский образовательный комплекс ЗАПАД”

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ НА ТЕМУ:”WORLD SKILLS”

Выполнила студентка группы 2ПК2:
Афонина Е.
Проверил: преподаватель Машкова М.А.

Москва 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Finger Food
2. Тельное из рыбы

FINGER FOOD

Фингерфуд (от англ. finger food – "еда пальцами") – из тех новых веяний, которые называют хорошо забытыми старыми. Этот тренд заметен в общепите всего мира, в том числе недешевых ресторанах, не говоря уже о барах и прочих заведениях.

Традиционно фингер-фуд – это спасение для домашних вечеринок, на которые приглашено много гостей. Кстати, гостей можно привлечь к процессу приготовления закуски – нарезанию мяса, рыбы, овощей и фруктов, изготовлению бутербродов и соусов. Это поможет создать непринужденную, доверительную атмосферу, подружить не знакомых друг с другом людей. "Ручной формат" мероприятия позволяет гостям свободно передвигаться по комнате, а не сидеть тесно зажатыми между двумя соседями, что делает их более раскованными и расположенными к беседе и новым знакомствам. А также избавляет от необходимости лезть под стол за упавшей вилкой или ножом с тысячей неловких извинений.

Фингер фуд, технология приготовления

Канапе из огурца и лосося

Огурец очистите и нарежьте крупными кружочками.

На каждый кружок огурца намажьте комнатной температуры крем-сыр.

На каждое канапе из огурца сверху выложите по тонкому слайсу слабосоленого лосося. Можете украсить закуску небольшой веточкой свежего укропа.

Продукт (полуфабрикат)	**Брутто г.**	**Нетто г.**
Хлеб пшеничный	56	37
Масло сливочное	19	18
Лосось	34	31
Огурец	25	13
Выход	134	99

ТЕЛЬНОЕ ИЗ РЫБЫ

Состав фарша:

1.филе рыбы (минтай) – 400г
2.хлеб – 50 г
3.33% сливки – 100 мл
4.сливочное масло – 1 ст. л.
5.яйца – 1 шт. в фарш и 2 шт. для льезонасухари для панировки – 3-5 ст. л.
6.соль и перец – по вкусу
7.подсолнечное масло – для жарки

Состав начинки:

1.лук репчатый – 1 шт.
2.шампиньоны – 100 г
3.яйцо вареное – 1 шт.
4.укроп – 2-3 веточки
5.соль и перец – по вкусу
6.подсолнечное масло – 1 ст.
л

В первую очередь филируем рыбу (или размораживаем уже готовое филе). Для приготовления тельного подойдет абсолютно любая рыба с «белым телом»: судак, сом, щука, треска, мерланг, лещ, морской окунь. Я использовал минтай.

Далее рыбное филе (без кожи и костей) нарезала на куски и пропустила через мясорубку. Размочила в сливках хлебный мякиш, затем отжала его руками от лишней жидкости и соединила с фаршем. Посолила, поперчила, вымесила и еще раз пропустила через мясорубку.

Добавила в фарш сливочное масло, размягченное при комнатной температуре. Получившийся фарш хорошенько «выбила», чтобы он лучше держал форму, обогатился кислородом и не распадался при жарке.

Тельное из рыбы должно быть очень нежным, с мягкой и воздушной начинкой. Я поджарила на растительном масле репчатый лук, нарезанный кубиком, вместе с шампиньонами. Остудила и соединила грибочки с мелкорубленным вареным яйцом и зеленью, добавила соль и перец по вкус. При желании можно использовать не жареные, а соленые грибочки, получится не менее вкусно.

Далее из фарша я сформировала лепешки толщиной примерно 1 см, по центру сделала маленькую выемку. На середину каждой лепешки выкладывала порцию начинки и складывала вдвое, защипнула края (как будто лепите вареники), а затем аккуратно придала форму полумесяца. Фарш достаточно липкий и непослушный, поэтому удобнее работать на большой тарелке или увлажненной столешнице. Если он совсем не получается придать форму, то можете добавить сырой желток и подсыпать немного муки в фарш.

Сформованные котлеты смочила в льезоне (разболтанные 2 яйца со щепоткой соли) и запанировала в сухарях.

Обжаривала тельное из рыбы на сковороде в горячем растительном масле 5-7 минут. А затем отправила на 4-5 минут в духовку, разогретую до 160-180 градусов. При желании вы можете выбрать другой способ приготовления, без жарки — в таком случае тельное запанируйте в яйце и сухарях, выложите на лист пергамента, сверху смажьте разболтанным яйцом (для румяной корочки) и отправьте в духовку, запекайте 20 минут при 180 градусах.

Готовое блюдо перед подачей можно присыпать рубленой зеленью, полить растопленным маслом. Подавать как отдельное блюдо с ломтиком лимона, сметаной или белым соусом, можно дополнить с гарниром из отварного картофеля, овощей, бобовых или каши. Приятного аппетита!

БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	
Судак	167	80	135	65	100	100
Хлеб пшеничный	24	24	40	18	14	28
Молоко или вода	64	64	50	25	19	38
Масса рыбная котлетная	-	134	-	106	-	160
Фарш:						
Лук репчатый	40	34/17[2]	26	22/11[2]	17	28/14[2]
Кулинарный жир	5	10	8	4	3	6
Грибы белые свежие	26	20/15[3]	17	13/10[3]	14	22/16[3]
или шампиньоны свежие	50	21/15[3]	20	14/10[3]	14	22/16[3]
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/8 шт.	10
Сухари	4	4	3	3	2	2
Масса фарша	-	84	-	50	-	42
Яйца	1/4 шт.	20	1/6 шт.	14	1/8 шт.	10
Сухари	10	10	6	12	10	10
Масса полуфабриката	-	400	-	290	-	109
Кулинарный жир	24	24	24	24	20	20
Выход	***-***	***734***	***-***	***600***	***-***	***600***

ХОЛОДНЫЙ ЦЕХ

- Общие сведения
- Ассортимент подаваемых холодных блюд формируется в соответствии с типом и классом предприятия. В меню входят: Закуски.Холодные блюда (заливные, отварные, фаршированные, жареные и проч.).Гастрономическая продукция (рыбная, мясная). Молочнокислые изделия.Сладкие блюда и напитки (компоты, кисели, муссы, желе и проч.).Супы.В меню ресторана первого класса ежедневно должно включаться не меньше десяти, а высшего - не менее 15 блюд. Производственная программа формируется в соответствии с ассортиментом, который реализуется в торговом зале, магазинах кулинарии, а также отправляемым в буфеты и на другие предприятия

- Как правило, он располагается в самом светлом помещении. Его окна обычно направлены на северо-запад или север. Горячий и холодный цеха должны иметь удобную связь. Она необходима для передачи продуктов для тепловой обработки и получения их обратно для приготовления блюд. Кроме этого, цех холодный должен иметь сообщение с моечной и линией раздачи. В помещении предусматривается необходимое количество оборудования, в котором обеспечивается сохранность продуктов и приготовленных изделий. В связи с тем, что при производстве в основном используется режущее оборудование, должна быть обеспечена безопасность. В холодном цехе находится ответственный специалист, который осуществляет управление и контроль над всеми процессами.

Санитарные требования к холодному цеху

- К проектированию этих цехов предъявляются строгие санитарные требования, поскольку в них завершается технологический процесс приготовления пищи, и блюда из этих цехов поступают непосредственно к потребителям. Расположение цехов должно обеспечивать удобную связь между ними, а также с заготовочными цехами, моечными отделениями и раздачей. Расположение горячего цеха не должно нарушать температурно-влажностного режима соседних помещений. Горячий и холодный цехи обычно проектируют на одном уровне с залами. Если залы располагаются на нескольких этажах, то цехи проектируют на каждом этаже или на этаже, где расположен зал с наибольшим количеством мест. Горячий цех должен иметь непосредственную связь с моечной кухонной посуды .В горячем цехе не должны перекрещиваться потоки сырья, полуфабрикатов и использованной посуды