

Кисломолочные продукты и блюда из них

Кисломолочны е продукты

Творог
Домашний сыр
Творожные массы
И сырники

Сметана
Йогурт

Кефир
Простокваша
ряженка



Молоко, сметана и творог
© Georgy Markov / Фотобанк Лори



Содержание полезных веществ в молоке:

- Макро- и микроэлементы (формирование костной ткани, восстановление крови, деятельность головного мозга)
- Соли кальция и фтора

Получение кисломолочных продуктов:

- Путём брожения, вызванного деятельностью молочнокислых бактерий (сметана, простокваша, творог, сыр).
- Путём смешанного брожения (молочнокислым и спиртовом). При спиртовом брожении образуется спирт и углекислый газ (кефир, кумыс и др.).

Творог – наиболее ценный молочный продукт

- В твороге сочетаются полноценные белки, легкоусваиваемые жиры, минеральные вещества и витамины.
- Качество творога определяется: по вкусу, запаху, консистенции, цвету, кислотности, содержанию жира и влаги.
- Условия хранения: температура, близкая к нулю, тёмное место

Разновидность творожных изделий



Домашний сыр



Творожная масса



Сырки



Изделия из творога

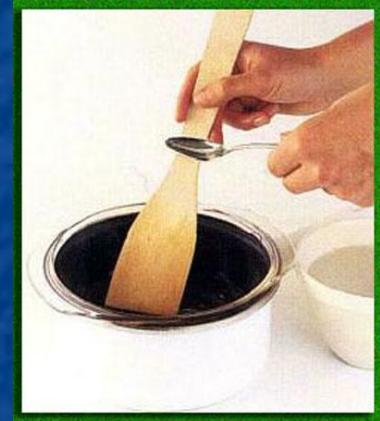




Приготовление сырников

Посуда и инвентарь:

- 1) Миска для смешивания
- 2) Разделочная доска
- 3) Сковорода
- 4) Ложка столовая
- 5) Деревянная лопаточка



Приготовление сырников

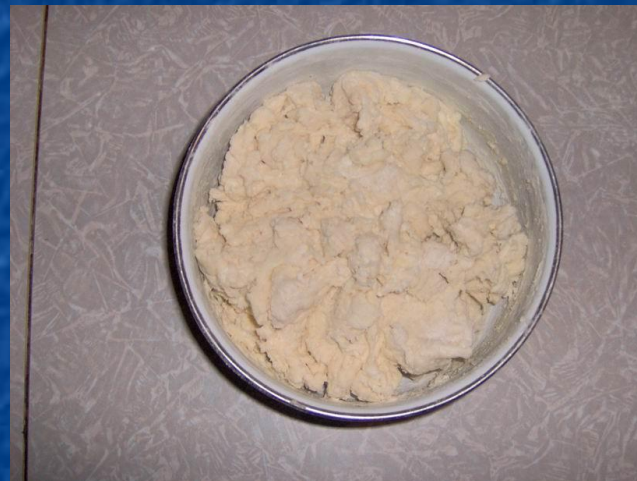
Норма продуктов:

- 1) Творог – 500 г
- 2) Мука пшеничная – $\frac{1}{2}$ стакана
- 3) Яйцо – 2 шт.
- 4) Сахар – 2 ст. л.
- 5) Растительное масло – 2 ст. л.
- 6) Соль – $\frac{1}{2}$ ч. л.
- 7) сметана, джем, варенье – по вкусу.



Технология выполнения работы

1) Творог тщательно растереть, чтобы не было комков.



2) Добавить яйцо, сахар, соль. Перемешать.



Технология выполнения работы

3) Соединить с мукой и замесить тесто.



4) Выложить полученную массу на стол.



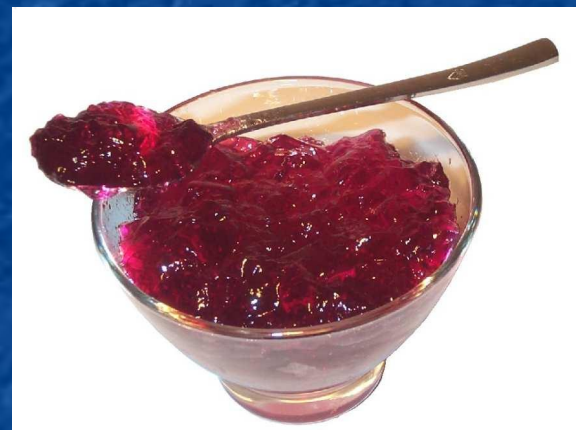
Технология выполнения работы

5) Сформировать сырники.



6) На сковороде разогреть масло, выложить сырники и обжарить с двух сторон до румяной корочки.





Подавать сырники по 2-3 шт. на порцию с вареньем или сметаной.