

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПРОЕКТ

НА ТЕМУ << СЛОЁНОЕ ТЕСТО >>

ЦЕЛЬ:

НАЙТИ РЕЦЕПТ ПОПУЛЯРНОГО
БЛЮДА ИЗ СЛОЁНОГО ТЕСТА.

ВЫПОЛНИЛА УЧЕНИЦА 7 <<Г>>
КЛАССА ГИМНАЗИИ N5
ИСЛАМОВА АННА.

ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЁНОГО ТЕСТА :

1. КЕФИР-250 мл.
2. ЯЙЦО КУРИНОЕ-1 шт.
3. СОЛЬ-ЩЕПОТКА.
4. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ-200г.
5. МУКА ПШЕНИЧНАЯ-450г.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ СЛОЁНОГО ТЕСТА:

КЕФИР НАЛИВАЕМ В МИСКУ, БЕРЁМ ЯЙЦО И ВБИВАЕМ В КЕФИР, ПОСОЛИТЬ. ТЕПЕРЬ ЧАСТЯМИ ВВОДИМ МУКУ И ВЫМЕШИВАЕМ ТЕСТО. МАСЛО НАРЕЗАЕМ ТОНКИМИ ПЛАСТИНКАМИ И ОБМАКИВАЕМ В МУКЕ. РАСКАТЫВАЕМ ТЕСТО В ПЛАСТ, ПОСЕРЕДИНЕ КЛАДЁМ ТРЕТЬ МАСЛА, СКЛАДЫВАЕМ КОНВЕРТОМ И ХОРОШО ЗАЩИМЛЯЕМ КРАЯ. РАСКАТЫВАЕМ В ПЛАСТ, ПОСЫПАЯ МУКОЙ. НА СЕРЕДИНУ КЛАДЁМ ВТОРУЮ ЧАСТЬ МАСЛА, ТАК ЖЕ СВРАЧИВАЕМ КОНВЕРТОМ И ЗАЩИМЛЯЕМ КРАЯ. РАСКАТЫВАЕМ В ПЛАСТ И ВЫКЛАДЫВАЕМ ПОСЛЕДНЮЮ ЧАСТЬ МАСЛА, ЗАЩИМЛЯЕМ КРАЯ И РАСКАТЫВАЕМ. ТЕПЕРЬ ПРОСТО СКЛАДЫВАЕМ В НЕСКОЛЬКО СЛОЁВ И РАСКАТЫВАЕМ В ПЛАСТ. НАРЕЗАЕМ НА КУСОЧКИ, КАЖДЫЙ КУСОЧЕК ОБОРАЧИВАЕМ ПЛЁНКОЙ И ХРАНИМ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ МОРОЗИЛКЕ ДО МОМЕНТА, КОГДА ОНО ВАМ БУДЕТ НУЖНО.

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 36 МИН., КОЛИЧЕСТВО ПОРЦИЙ: 6.

КАЛЛОРИЙНОСТЬ СЛОЁНОГО ТЕСТА

Итого: Вес,гр.-955,00
Бел,гр.-56,88
Жир,гр.-176,65
Угл,гр.-348,54
Кал,ккал.-3196,35

Итого на 100 грамм: Вес,гр.-100,00
Бел,гр.-5,96
Жир,гр.-18,50
Угл,гр.-36,50
Кал,ккал.-334,70

СТОИМОСТЬ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	ЕДИНИЦА ИЗМЕРЕНИЯ	ВЕС ПО РЕЦЕПТУ	ЦЕНА	СУММА
кефир	мл.	250	70руб.	17,5руб.
яйцо куриное	шт.	1	80руб.	8руб.
масло сливочное	г.	200	500руб.	100руб.
мука пшеничная	г.	450	60руб.	27руб.

ПИРОГ С КАПУСТОЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500Г. СЛОЁНОГО ТЕСТА.

130Г.СЛИВОЧОГО МАСЛА.

1 НЕБОЛЬШОЙ ВИЛОК КАПУСТЫ.

7 ЯИЦ.

3 Ч.Л. СОЛИ.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Мелко нашинкуйте капусту и посыпьте солью. Оставьте на 15-20 мин., чтобы она дала сок. Яйца отварите и тоже мелко нарежьте. Отожмите капусту и соедините с яйцами. Растопите сливочное масло и влейте в начинку. Раскатайте тесто по размеру противня. У вас должно быть два одинаковых пласта. Застелите одним из них противень и выложите начинку. Сверху положите второй пласт теста. Защипите края. Смажьте поверхность пирога взбитыми яйцами и отправьте в духовку на 30-40 мин. Выпекайте при температуре 180 градусов.



КОНЕЧНЫЙ ИТОГ

