

ЗУН:

- должны знать назначение, виды и технологию тепловой обработки овощей.
- должны уметь пользоваться современными инструментами и приспособлениями для нарезки овощей; готовить блюдо из вареных овощей - винегрет; украшать блюдо.

Цели:

1. Обеспечить усвоение основных видов тепловой обработки овощей.
2. Продолжить развитие самостоятельности в приобретении знаний и умений по технологии приготовления блюд из овощей.
3. Воспитывать осознанную потребность в употреблении здоровой пищи.

I. Организационный момент

II. Сообщение темы и формулирование цели урока учащимися

1. *(в миске настоящие вареные овощи). Что у вас на столе?...Предположите что мы сегодня будем изучать.....*

Тема урока: Приготовление блюд из вареных овощей.

Поставьте цели урока перед собой (узнать, научиться)

Итак, вы должны узнать, как подготовить овощи для приготовления блюд, научиться делать блюдо из вареных овощей

III. Изучение нового материала.

В сырых овощах много витаминов. Не менее чем сырые полезны овощи, прошедшие тепловую обработку. Они могут быть основой для салатов и винегретов, гарниром к рыбе и мясу или самостоятельным блюдом.

Для приготовления овощных блюд используют разные виды тепловой обработки: варку, жаренье, тушение, запекание. Что это такое?..... Как узнать что такое варка?.....

Давайте научимся добывать знания самостоятельно из различных источников.....
(интернет, словари, кулинарные книги, учебник)

Работа учащихся с определениями

Варка – это нагревание продукта в воде, бульоне, молоке или на пару. Варят овощи для приготовления супов, закусок, вторых блюд и гарниров. Овощи можно варить в большом количестве жидкости (основной способ), на пару, а также в небольшом количестве воды или в собственном соку (припускание).

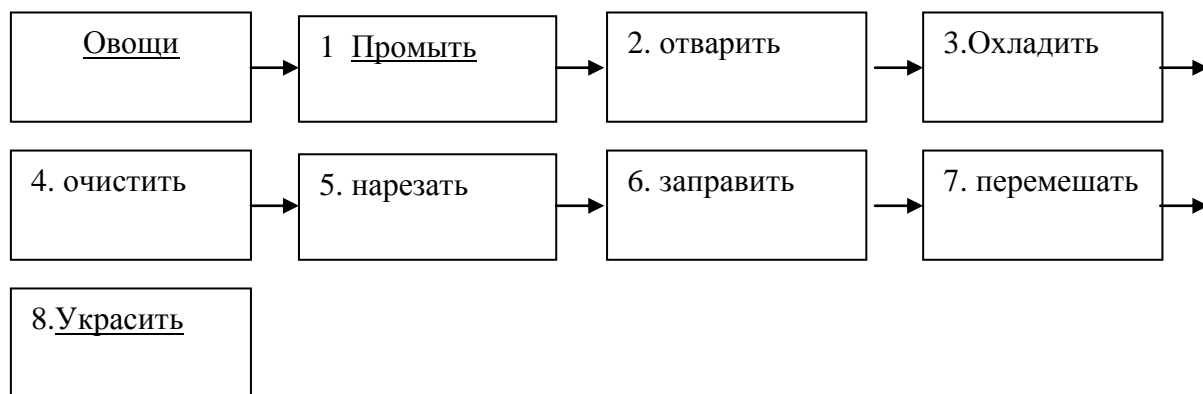
Жаренье – способ тепловой обработки, при котором продукт нагревается в жире или горячем воздухе.

Запекание – жаренье продукта на противнях или сковородах в духовке.

Тушение – комбинированный способ тепловой обработки, при котором продукты сначала обжаривают, а затем заливают соусом или бульоном, добавляют пряности и тушат до готовности.

Какие из способов тепловой обработки овощей мы будем использовать сегодня?... Для приготовления блюд из вареных овощей необходима определенная последовательность действий. К каждому из действий я подготовила некоторые советы, которыми пользуются опытные хозяйки. После того, как мы определим очередное действие по подготовке овощей к салату, мы будем знакомиться с этими советами.

Расставляем этапы в технологической последовательности. *(Работа на и/активной доске)*



Я расставила некоторые подсказки. Первое что мы должны это помыть овощи. Что будет следующим этапом? Советы. *(Обсуждение этапов, советы).*

IV Практическая работа

Сложите все овощи в одну тарелку. Что из них можно приготовить? Чего не хватает?
ИСТОРИЯ винегрета, подготовленная учеником.

Прежде чем перейти на кухню и приступить к работе вспомним:

- санитарно-гигиенические правила *(Надеть фартук и косынку. Руки должны быть чисто вымыты с мылом. Ногти на руках коротко острижены.)*
- рабочее место, для выполнения практической работы *(На рабочий стол кладут разделочную доску. Справа нож)*
- соблюдение ТБ *(Передавать нож только ручкой вперед. Правильно пользоваться ножом, следить за положением рук во время нарезки. Продвигать пальцы рук во время нарезки)*

- ✓ Занимаем рабочие места.
- ✓ Распределяем технологические операции
- ✓ Приступаем к выполнению задания.

*Во время включения плиты и варенья (кипящие жидкости) обращает внимание учащихся на **памятки** и **советы** находящиеся в качестве подсказок в зоне выполнения практических работ, в доступных для глаз местах.*

V. Закрепление материала

Оцените свою работу в соответствии с требованиями к качеству и оформлению готовых блюд.

Продукты, входящие в состав винегрета, не должны быть окрашены соком свеклы.

Винегрет должен соответствовать запаху, свойственному свежим продуктам, из которых он приготовлен.

Консистенция должна соответствовать требованиям. Овощи должны быть мелко нарезаны кубиками, капуста мелко нашинкована, варёные овощи не должны быть переварены.

Выглядеть должен аппетитно и эстетично украшен.

Чтобы уменьшить потери витамина С , овощи варят в посуде, с закрытой крышкой.

Время варки овощей:

картофель – 25-30 минут, морковь – 25 минут, свёкла – 90 минут

Для определения готовности овощей необходимо проколоть продукт ножом или вилкой; он должен быть мягким.

После тепловой обработки овощи надо охладить, так как теплые при нарезании теряют форму и, кроме того, соединение их с охлажденными вызывает быструю порчу приготовленных блюд.

Форма нарезки овощей зависит от вида салата.

Салаты солят и заправляют перед подачей.

Перемешивать салат нужно осторожно, чтобы продукты не помялись.

Вареную, нарезанную для винегрета свёклу перед тем, как смешивать с другими компонентами нужно смазать растительным маслом. Тогда винегрет будет красивее.

При нарезке овощей, особенно картофеля, следует пользоваться ножом из нержавеющей стали, так как витамин С от прикосновения с железом разрушается.

Немного истории: салат «Винегрет» иностранного происхождения. Царь Петр I привез его из Голландии. **Винегрет** - от французского 'винегр', что означает 'уксус'. В буквальном переводе слово 'винегрет' означает 'уксусный салат'. В России первоначально так называли окрошку без кваса, но с добавлением уксуса. Впоследствии этим словом начали обозначать холодное кушанье из мелко нарезанных овощей, мяса или рыбы с острым соусом, иными словами - нечто вроде салата, обязательно со свеклой (вареной).

Любопытно, что это обрусевшее слово при обратном переводе на французский язык означает уже 'русский салат'. Современное значение слова 'винегрет' - смесь разных продуктов - привело еще к другому смыслу. Оно означает также смесь разных продуктов, всякую всячину, хотя сейчас этот салат считается русским салатом.

Технологическая карта. Винегрет

| Наименование | Манипуляции | Посуда и инвентарь |
|---------------------|--|--|
| Свекла | очистить, нарезать мелкими кубиками, добавить раст.масло | нож, разделочная доска |
| Сервировка стола | Накрыть стол, хлебницу, салфетки, тарелки, вилки | Скатерть, тарелки вилки, хлебница, салфетки |
| | | |
| Огурцы соленые | Нарезать мелкими кубиками | Нож, разделочная доска |
| Капуста квашеная | Перебрать, нашинковать крупные куски | Нож, разделочная доска |
| | | |
| Картофель | очистить, нарезать мелкими кубиками | нож, разделочная доска |
| Лук репчатый | Очистить, мелко нарезать | Нож, разделочная доска |
| | | |
| Морковь | очистить, нарезать мелкими кубиками | нож, разделочная доска |
| Украшение | | |
| | | |