

Н. В. ЧУКАНОВА

ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ОБУЧЕНИЕ ПРОФЕССИИ «ПОВАР»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

В четырех частях

ЧАСТЬ 2

*Рекомендовано
Федеральным государственным автономным учреждением
«Федеральный институт развития образования»
в качестве учебного пособия для использования
в учебном процессе образовательных учреждений,
реализующих программы начального профессионального
образования по профессии 260807.01 «Повар, кондитер»*

*Регистрационный номер рецензии 420
от 12 декабря 2011 г. ФГАУ «ФИРО»*

2-е издание, стереотипное



Москва
Издательский центр «Академия»
2013

УДК 641.55(075.32)
ББК 36.997я722
Ч-88

Рецензент —

преподаватель ГОУ СПО «Технологический колледж № 28» г. Москвы *Е.А. Ковылина*

Чуканова Н.В.

Ч-88 Производственное обучение профессии «Повар». Рабочая тетрадь. В 4 ч. Ч. 2. : учеб. пособие для нач. проф. образования / Н.В. Чуканова. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 64 с.
ISBN 978-5-4468-0078-0

Рабочая тетрадь является частью учебно-методического комплекта по профессии 260807.01 «Повар, кондитер». В части 2 рассматриваются супы, соусы, блюда из овощей, круп, макаронных изделий и бобовых.

Приведены вопросы и задания, в том числе практические, задачи, направленные на закрепление теоретических знаний по технологии приготовления супов, соусов, блюд из круп, бобовых и макаронных изделий, блюд и гарниров из овощей.

Учебное пособие может быть использовано при освоении междисциплинарных курсов, входящих в профессиональный цикл профессии 260807.01 «Повар, кондитер» в соответствии с ФГОС НПО.

Для учащихся образовательных учреждений начального профессионального образования.

УДК 641.55(075.32)
ББК 36.997я722

*Оригинал-макет данного издания является собственностью
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом
без согласия правообладателя запрещается*

ISBN 978-5-4468-0078-0 (ч. 2)
ISBN 978-5-4468-0076-6

© Чуканова Н.В., 2012
© Образовательно-издательский центр «Академия», 2012
© Оформление. Издательский центр «Академия», 2012

Уважаемый читатель!

Данная рабочая тетрадь является частью учебно-методического комплекта по профессии 260807.01 «Повар, кондитер».

Учебно-методические комплекты нового поколения включают в себя традиционные и инновационные учебные материалы, позволяющие обеспечить изучение общеобразовательных и общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей. Каждый комплект содержит учебники и учебные пособия, средства обучения и контроля, необходимые для освоения общих и профессиональных компетенций, в том числе и с учетом требований работодателя.

Учебные издания дополняются электронными образовательными ресурсами. Электронные ресурсы содержат теоретические и практические модули с интерактивными упражнениями и тренажерами, мультимедийные объекты, ссылки на дополнительные материалы и ресурсы в Интернете. В них включен терминологический словарь и электронный журнал, в котором фиксируются основные параметры учебного процесса: время работы, результат выполнения контрольных и практических заданий. Электронные ресурсы легко встраиваются в учебный процесс и могут быть адаптированы к различным учебным программам.

Учебно-методический комплект включает электронный образовательный ресурс «Технология приготовления хлебобулочных, мучных и кондитерских изделий».

Электронные образовательные ресурсы по профессиональным модулям ПМ.01 «Приготовление блюд из овощей и грибов» и ПМ.07 «Приготовление сладких блюд и напитков» по профессии 260807.01 «Повар, кондитер» находятся в стадии разработки.

Учебно-методический комплект разработан на основании Федерального государственного образовательного стандарта начального профессионального образования с учетом его профиля.

Предисловие

В части 2 рабочей тетради рассмотрены следующие темы:

- 1) супы;
- 2) соусы;
- 3) блюда из круп, бобовых и макаронных изделий;
- 4) блюда и гарниры из овощей.

Каждая тема включает в себя задания различной направленности, в том числе вопросы, тестовые и практические задания, дополнения недостающей информации в технологические схемы, отдельные предложения и тексты. Построение заданий направлено на развитие у учащихся творческих способностей, умения работать с литературными источниками, анализировать выполнение заданий и др.

При выполнении практических заданий в горячем цехе предприятия общественного питания следует строго руководствоваться следующими требованиями безопасности:

- строго соблюдать правила эксплуатации теплового и механического оборудования;
- разбирать, чистить и смазывать оборудование можно только при полной остановке машин и отключении их от источников электроэнергии;
- открывать крышку пищеварочного стационарного котла можно только через 5 мин после прекращения подачи пара или электроэнергии, перед открыванием нужно приподнять клапан-турбину за кольцо;
- поверхность плиты должна быть ровной, гладкой, без трещин и заусенцев;
- крышки у наплитных котлов во время варки нужно открывать по направлению на себя, а продукты закладывать по направлению от себя;
- наплитные котлы должны иметь прочно прикрепленные ручки;
- снимать с плиты котлы массой 15 кг разрешается только вдвоем;
- транспортировать готовые изделия массой более 20 кг нужно на тележках;
- при жареньи во фритюре продукты необходимо обсушить и закладывать их в жир по направлению от себя;
- нельзя загромождать посудой и тарой проходы около рабочих мест;
- пол должен быть ровным, без выступов, нескользким;
- температура воздуха в помещении не должна быть выше 26 °С.

СУПЫ

1.1. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БУЛЬОНОВ

1. Дополните схему технологических операций приготовления мяско-костного бульона.

Подготовить кости → залить холодной водой → довести до кипения → → варить при слабом нагреве в течение 2—3 ч → _____ → быстро довести до кипения → _____ → варить 1,5—2 ч → за 30—40 мин до окончания варки добавить в бульон коренья, лук, пряности → вынуть мясо и процедить бульон

2. Пронумеруйте последовательность технологических операций при приготовлении бульона из птицы:

- _____ довести до кипения;
- _____ периодически снимать жир;
- _____ залить холодной водой;
- _____ заправить тушку птицы;
- _____ через 20—30 мин положить подпеченные коренья и лук; продолжительность варки 1—2 ч;
- _____ слить и процедить.

3. Пронумеруйте последовательность технологических операций при приготовлении рыбного бульона:

- _____ снять пену;
- _____ подготовленную рыбу и рыбные отходы поместить в котел и залить водой;
- _____ положить сырые белые коренья, лук и варить при слабом кипении в течение 50—60 мин;
- _____ довести до кипения;
- _____ дать отстояться и процедить.

4. Дополните пропущенные операции в схеме технологических операций приготовления грибного отвара.

_____ → промыть → выдержать в холодной воде в течение 10—15 мин → промыть → залить холодной водой и выдержать в течение 3—4 ч для набухания _____ → промыть → нашинковать → положить в кастрюлю за 5—10 мин до окончания варки

5. Дополните следующий текст.

Бульоны должны быть _____. Вкус и запах _____, из которых они приготовлены.

При работе в горячем цехе необходимо строго соблюдать _____, работая с электрооборудованием.

6. Выполните практическую работу: приготовьте один из бульонов: мясокостный, рыбный, грибной отвар или бульон из птицы.

Заполните табл. 1.1. и 1.2.

Таблица 1.1. Приготовление бульона

Организация рабочего места	Описание технологических операций

Таблица 1.2. Анализ выполненной работы

Что удалось	Что не получилось	Над чем нужно поработать

Самооценка за выполненную работу: _____

7. Почему снимают лишний жир с поверхности бульона? _____

8. Как проверить готовность мяса? _____

9. Почему нужно заправлять тушки птиц перед варкой? _____

10. Из каких видов рыб не рекомендуется варить рыбный бульон? _____

11. Перечислите правила санитарии и личной гигиены. _____

12. Дополните следующий текст.

Чтобы мясо, вынутое из _____, при хранении не теряло _____, не покрывалось грубой _____, его рекомендуется хранить в _____.

Оценка _____ Подпись преподавателя _____

1.2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЩЕЙ

1. Дополните схему технологических операций приготовления щей из свежей капусты.

Вскипятить бульон → _____ → довести до кипения → добавить пассерованные овощи → варить в течение 15—20 мин → заправить пассерованной мукой → положить помидоры → отпуск

Рецептура, г: капуста белокочанная — 400 или савойская — 410, репа — 40, морковь — 50, петрушка — 13, лук репчатый — 48, томатное пюре — 20, кулинарный жир → — 20, бульон или вода — 750. Выход — 1 000.

2. Дополните схему технологических операций приготовления щей по-уральски.

Потушить квашеную капусту → _____ → пассеровать корни и лук → в кипящий бульон положить крупу → довести до кипения → _____ → варить в течение 15—20 мин → _____ → добавить соль, специи → довести до готовности → отпуск

3. Дополните схему технологических операций приготовления щей зеленых.

Подготовить овощи → _____ → варить в течение 20—30 мин → ввести пассерованные лук и петрушку → _____ → за 10—15 мин до готовности заправить мучной пассеровкой → добавить соль, специи → довести до готовности → отпуск

Рецептура, г: щавель — 132, шпинат — 270, картофель — 200, лук репчатый — 48, мука пшеничная — 20, маргарин столовый — 24, яйца — ½ шт., бульон или вода — 800. Выход — 1 000.

4. Дополните следующий текст.

В щах _____ должны сохранить _____, на поверхности должны быть _____ жира. Бульон _____, _____.

Вкус щей из свежей капусты — слегка _____ с ароматом пассерованных овощей, в меру _____, без запаха _____ капусты. Вкус щей из квашеной капусты — кисло-сладкий, с ароматом _____ овощей, томата, но без резкой _____ . Консистенция корней и лука — _____, капусты — _____ хрустящая.

Щи зеленые из протертой зелени должны иметь _____ массу, без комков заварившейся _____, на поверхности блестки жира. Консистенция — _____, слегка вязкая, картофель в основном разварившийся. Вкус — _____ с ароматом шпината и пассерованного _____. Цвет от темно-зеленого до _____.

5. Выполните практическую работу: приготовьте один из видов щей.

Заполните табл. 1.3 и 1.4.

Таблица 1.3. Приготовление щей

Организация рабочего места	Описание технологических операций

Таблица 1.5. Инструкционно-технологическая карта приготовления щей

Технологические операции	Технология приготовления	Рецептура	Масса, г		Требования к качеству
			брутто	нетто	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Варка бульона 2. Нарезание овощей 3. Пассерование овощей 4. Приготовление щей 5. Отпуск 	<p>В кипящий бульон или воду вводят капусту, нарезанную шашками, доводят до кипения, затем добавляют картофель, морковь, нарезанную дольками и припущенную, затем — пассерованный репчатый лук и варят до готовности. За 5—10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре и подсушенную без изменения цвета муку, разведенную бульоном или водой, соль.</p> <p>При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают в бульон после картофеля</p>	<p>Капуста белокочанная Картофель Морковь Петрушка Лук репчатый Томатное пюре Масло растительное Бульон или вода</p>	<p>150 80 25 6,5 12 10 10 10 375</p>	<p>120 60 20 5 10 10 10 375</p>	<p>Внешний вид: картофель, нарезанный дольками, капуста — шашками, морковь — дольками. Цвет: бульон прозрачный, жир желтого цвета. Вкус слегка сладковатый. Консистенция: овощи мягкие, без хруста</p>
<p>Выход готового продукта, г</p>	250				

Оценка _____ Подпись преподавателя _____

1.3. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БОРЩЕЙ

1. Дополните схему технологических операций приготовления борщей.

Сварить бульон → _____ → добавить пассерованные овощи → _____
→ добавить соль, сахар, специи → довести до готовности → отпуск

Рецептура, г: свекла — 200, капуста свежая — 150, морковь — 50, петрушка (корень) — 13, лук репчатый — 48, томатная паста — 30, кулинарный жир — 20, сахар — 10, уксус 3%-ный — 16, бульон — 800. **Выход** — 1 000.

2. Дополните схему технологических операций приготовления борща «Московский».

Сварить мясной бульон → _____ → процедить → заложить капусту, пассерованные овощи, соль, сахар, специи → довести до готовности → отпуск

3. Укажите справа от технологических операций приготовления борща с капустой и картофелем, какой должна быть нарезка овощей.

Технологические операции

Виды нарезки

Сварить бульон



Заложить капусту → _____



Довести до кипения



Заложить картофель → _____



Добавить пассерованные овощи → _____



Заложить тушеную свеклу → _____



Соль, сахар, специи



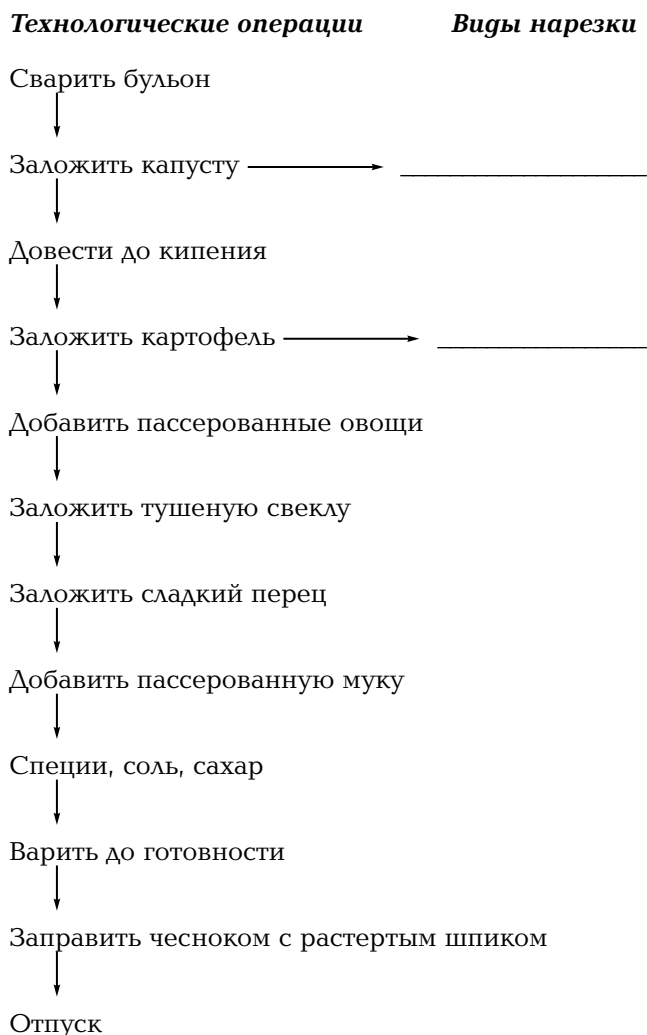
Довести до готовности



Отпуск

Рецептура, г: свекла — 200, капуста свежая — 100, картофель — 107, морковь — 50, петрушка (корень) — 15, лук репчатый — 48, томатное пюре — 30, кулинарный жир — 20, сахар — 10, уксус 3%-ный — 16, бульон — 800. **Выход** — 1 000.

4. Укажите справа от технологических операций приготовления борща «Украинский», какой должна быть нарезка капусты и картофеля.



5. Дополните следующий текст.

Во всех видах борщей _____ и _____ должны сохранять свою форму. Форма нарезки капусты — _____ или _____, нарезка остальных овощей должна соответствовать нарезке капусты. Консистенция — _____, не переваренная. Цвет — _____. Вкус — _____, без привкуса сырой свеклы.

6. Выполните практическую работу: приготовьте один из предложенных борщей («Флотский», «Украинский», «Московский»).

Заполните табл. 1.6 и 1.7.

