Современная технология приготовления салатов из морепродуктов

Содержание

	Введение …….	4
1.	Теоретическая часть……	
1.1	Товароведная характеристика сырья для приготовления салатов из морепродуктов……	7
1.2	Процесс подготовки сырья и дополнительных компонентов……....	12
1.3	Ассортимент и технологический процесс приготовления салатов из морепродуктов……	22
1.4	Презентация, оформление и подача салатов из морепродуктов…….	34
1.5	Контроль качества салатов из морепродуктов…….	
1.6	Организация работы основных цехов……..	
1.7	Санитарные требования к организации рабочих мест, оборудования и инвентаря……	
1.8	Правила эксплуатации оборудования, техника безопасности…….	
2.	Практическая часть	
2.1	Разработка и анализ технологического процесса приготовления салатов из морепродуктов……	
2.2	Составление технико – технологической карты салатов из морепродуктов……..	
2.3	Расчет пищевой и энергетической ценности салатов из морепродуктов……..	
	Заключение…….....	36
	Список использованной литературы……	38
	Приложения ……	40

Введение

Морепродукты являются неотъемлемой частью нашего рациона питания. Трудно представить человека, который не включает в рацион своего питания морепродукты и изделия из них. Креветки, кальмары, осьминоги, морской гребешок, трепанги, мидии и прочие морские обитатели всё больше завоёвывают место на нашем столе. Многие народы мира издревле предпочитают морепродукты остальным видам продуктов питания. Салаты из морепродуктов стали неотъемлемой частью праздничного стола. Пресервы из морепродуктов уже широко используются домохозяйками в повседневном питании.

Незаменимость и особая ценность морепродуктов в детском, лечебном и диетическом питании определяется их хорошо сбалансированным химическим составом. Это, прежде всего, источники полноценного белка, отличающегося по свойствам от белков теплокровных животных. Главное отличие в их лучшей перевариваемости ферментами желудочно-кишечного тракта человека и высокой степени усвояемости (95-98%). Мясо морепродуктов содержит мало грубой соединительной ткани. В нем преобладают полноценные белки мышечной ткани, которые, воздействуя на пищеварительные железы, способствуют выделению большого количества сока. Вследствие чего мясо рыбы и морепродуктов переваривается за 2,5-3 часа. Вот почему морепродукты рекомендуется как обязательная составная часть рациона питания детей, пожилых людей, людей, страдающих различными заболеваниями, да и здоровых тоже.

Особо выделяются по минеральному составу беспозвоночные, и в первую очередь, мидии, устрицы, морской гребешок и трепанги. Минеральные элементы морепродуктов участвуют в различных обменных процессах организма и формировании некоторых тканей и органов. Медь, магний и марганец входят в состав некоторых ферментов. Кальций и магний необходимы больным сердечно-сосудистыми заболеваниями, так как

нормализуют деятельность сердечной мышцы. Железо, кобальт, медь необходимы в процессах образования крови. Соли кальция, магния и фосфора участвуют в формировании костных тканей, зубов, нормализуют свертывание крови, улучшают деятельность сердца и нервной системы. Хлор необходим для образования желудочного сока, формирования плазмы крови и активизации ферментов. Йод участвует в образовании гормона, предотвращающего развитие болезней щитовидной железы. К недостатку йода в пище особо чувствительны дети школьного возраста, поэтому включение в их рацион питания морепродуктов обязательно. Фтор, которым богаты только морепродукты, предотвращает кариес.

Особой диетической ценностью и лечебными свойствами отличается морская капуста, содержащая в своем составе до 11% белка. Большой интерес представляют углеводы морской капусты, в составе которой выделены специфические полисахариды – альгиновая кислота, маннит, ламинар и другие. Они обладают исключительным свойством связывать и выводить из организма радиоактивные элементы, тяжелые металлы и другие вредные вещества, что очень важно при профилактике и лечении многих профессиональных заболеваний. За счет большого количества иода, йодосодержащих азотистых соединений и неактивных гормональных веществ морская капуста незаменима при профилактике базедовой болезни, атеросклероза, нарушений функции щитовидной железы. Обволакивающее действие альгиновой кислоты способствует задержке в кишечнике воды и стабилизирует функцию желудочно-кишечного тракта при запорах. Такова общая характеристика морепродуктов с точки зрения их высокой пищевой ценности и незаменимости в детском, лечебном и диетическом питании.

Рациональное использование в питании рыбы и морепродуктов не только сохранит Ваше здоровье, но и поможет излечиться от многих болезней, выстоять перед натиском экологического воздействия.

Тема нашей дипломной работы «Организация процесса приготовления и приготовление салатов из морепродуктов».

Целью данной дипломной работы является изучение ассортимента и технологии приготовления блюд из морепродуктов.

В соответствии с поставленной целью необходимо решить следующие задачи:

- ознакомление с различными видами морепродуктов;
- ознакомление с ассортиментом блюд из морепродуктов;
- изучение основных правил приготовления блюд из морепродуктов;

Объектом исследования являются морепродукты.

Предметом исследования является приготовление блюд из морепродуктов.

Я считаю, что данная тема актуальна, так как необходимо отличать свежие морепродукты от не очень свежих; уметь правильно их хранить, чтобы как можно дольше сохранялись качества; какие способы обработки какому продукту предпочтительнее; знать, что можно из них приготовить, а главное - как сделать, чтобы блюдо, которое подают на стол, сохранило не только все свои полезные вещества, но и аромат настоящего моря.

Блюда из морепродуктов не только украсят стол, но и принесут неоценимую пользу здоровью. Конечно, свежемороженые продукты несколько уступают по вкусовым качествам только что выловленным, но всё же содержат в себе практически все полезные компоненты так необходимые нашему организму.

Свежемороженые морепродукты наиболее доступны сейчас для большинства. Такого разнообразия морепродуктов, которое сейчас представлено нашим покупателем трудно было представить несколько лет назад.

1. Теоретическая часть

1.1 Товароведная характеристика сырья для приготовления салатов из морепродуктов

Морепродукты никогда не являются отдельным блюдом. Их роль - дать акцент, способствовать вкусовому эффекту, вызвать аппетит, придать силы, выступив в роли дополнения в составе какого-либо растительного (овощного) или зернового и даже мучного блюда.

Нерыбные продукты моря - не повседневная пища, а либо регулярный, но не надоедливый акцент к ней, либо своеобразная «пищевая молния», которая должна озарить на мгновение, явиться праздником наперекор приевшейся пище. Вот почему им всегда будет место за любым праздничным столом, а раз так, то и приготовление должно быть на самом высоком уровне.

Однако именно наличие широкого ассортимента нерыбных продуктов моря даст возможность регулярно использовать их в питании. Дело в том, что, будучи во вкусовом отношении чрезвычайно однообразными, они - каждый из них - имеют свой «направленный» вкус и поэтому могут быть наилучшим образом использованы лишь в сочетании, где всех их будет понемногу. Именно так приготовляют эти продукты все «морские» народы. У итальянцев такое сборное блюдо, своего рода салат из морепродуктов и овощей (в основном водорослей), часто насчитывающий до десятка компонентов, носит название «фрутти дель маре», то есть морские фрукты. В этом случае блюдо из морепродуктов может доставить глубокое удовольствие от сочетания разных оттенков вкуса.

Наоборот, совершенно нельзя представить блюдо только из одних кальмаров, подобно какой-либо мясной поджарке. Такое блюдо во вкусовом отношении, да и по консистенции однообразно, бледно, невыразительно, а

следовательно, невкусно, хотя может оказаться весьма дорогим.

Учитывать все эти особенности крайне необходимо, иначе первая же неудача может навсегда отбить охоту, создать неверное представление и о самих продуктах моря, и об их месте в мировой кулинарии.

Пока нет многообразия в ассортименте продуктов моря, некоторые из них можно использовать как акценты в салатах. Наиболее пригодны для этого морские гребешки, мидии, лангусты, омары, отчасти крупные креветки. Они обладают достаточной массой чистого мяса, чтобы быть заметными в салате.

Наилучшим сочетанием является такой состав: отварные гребешки (или шейки лангустов, креветок), отварные макароны, лук, петрушка, сельдерей (корень), свежие яблоки, лучше антоновские, белый голландский или яичный соус, черный и красный перец, паприка маринованная, укроп, цедра лимона, лимонный сок, хрен. Продукты моря промыть в воде с разведенной в ней содой (1/2 чайной ложки), вновь промыть в чистой воде со льдом, а затем опустить на 20 минут в лимонный сок. После этого отварить в кипятке в течение 1 минуты или дважды бланшировать кипятком (по 2-3 минуты). Затем покрошить, в зависимость от вкуса, более или менее мелко.

Макароны отварить, нарезать колечками не толще 0,5 см, яблоки, очищенные от кожуры, и паприку нарезать мелкой, очень тонкой соломкой. Цедру лимона, корень петрушки, сельдерей, хрен натереть на терке, перемешать в пасту, добавить лимонный сок, перец, соль, дать постоять 5-10 минут, затем перемешать с морепродуктами и макаронами, облить белым (или яичным) соусом, посыпать мелконарезанной зеленью петрушки, сельдерея, луком (колечками или измельченным), добавить подготовленные яблоки и паприку, все еще раз перемешать и подать к столу как первую закуску.

Этот салат очень ароматен, легок, нежен, бархатист на вкус и освежает полость рта, подготавливает к любому другому, лучше всего резко противоположному по гамме блюду - горячему куриному бульону с лапшой

или к горячему мясорастительному блюду, например жаркому с картофелем или бараньим отбивным котлетам с чесноком, картофельным пюре. Такой салат запомнится надолго, будет вызывать желание еще раз отведать его. Необходимо лишь точно соблюдать пропорции, чтобы морские гребешки не «потонули» в этом салате. Надо избрать удобную для каждого продукта форму и размеры нарезки (дольками, кубиками или соломкой) и смешивать салат постепенно, все время пробуя его, чтобы верно определить, когда его вкус достигнет «пика». Поскольку такой «пик» всегда зависит в холодных блюдах от конкретного качества конкретных продуктов, то в принципе неверно давать точную пропись их количества. Можно лишь порекомендовать свободно добавлять то, что покажется необходимым усилить.

Надо помнить, что соленая, кислая, а также нейтральная среда и соответствующие гарниры - лучшее окружение для блюд из рыбы и нерыбных продуктов моря. Разница между ними лишь в том, что рыба, особенно морская, может прекрасно гармонировать с крепкокислой и крепкосоленой средой, а продукты моря - со слабокислой и нерезкосоленой средой. К нейтральным же, мягким, бархатистым средам то и другое пищевое сырье подходит в одинаковой степени хорошо. Вот почему простое картофельное пюре с помидорами или томатным соком всегда самое вкусное и самое классическое добавление к рыбе и продуктам моря. Они, эти среды, делают в прошлом чуждые нашей кухне блюда более понятными и приемлемыми для нашего вкуса.

Морской гребешок (мускул) поступает на предприятия общественного питания свежемороженым, сушеным и в консервированном виде.

Свежемороженый мускул гребешка перед использованием в пищу оттаивают в холодной воде или на воздухе при комнатной температуре. Оттаявший мускул промывают, а потом варят или в сыром виде используют для жаренья. Варят мясо гребешка, как и мясо креветок, в подсоленной воде с кореньями и специями, но время варки мяса морского гребешка занимает с

момента закипания 15—20 мин. Готовый гребешок до употребления оставляют в отваре. Мускул гребешка используют для приготовления бульонов и вторых блюд.

По вкусу мясо морского гребешка сладкое, аромат его напоминает крабовое мясо.

Мидии поступают на предприятия общественного питания живыми в ракушках, варено-мороженными без ракушек в брикетированном виде и в виде консервов.

Ракушки с живыми мидиями (ракушки, у которых створки раскрыты, в пищу непригодны) очищают от наростов, тщательно промывают и, чтобы удалить имеющийся в желудках мидий песок, 1—2 дня выдерживают в холодной воде с температурой не выше 10°, после чего подвергают тепловой обработке. Затем мясо мидий отделяют от раковин, и удаляют биссусы (образования, служащие для прикрепления мидий к морскому дну или другим предметам).

Варено-мороженые мидии перед использованием в пищу оттаивают на воздухе при комнатной температуре или в холодной воде, сменяя ее несколько раз, чтобы полностью удалить песок (кроме того, в мясе не должно быть биссуса), после чего из них готовят первые и вторые блюда.

Для первого блюда мясо мидий заливают необходимым количеством холодной воды, добавляют нарезанные ломтиками коренья, лук, репчатый или порей, лавровый лист, перец горошком, доводят до кипения и варят 20—25 мин при слабом кипении.

Для варки вторых блюд из мидий воды берут меньше, чем для супов, при этом в воду рекомендуется добавлять лимонный сок или сухое белое виноградное вино, а также коренья, лук, перец и лавровый лист. Варят при слабом кипении 25—30 мин в посуде с закрытой крышкой.

Кальмары поступают в виде филе — замороженными в блоках без головы и внутренностей, с хорошо зачищенной брюшной полостью, — а также в виде консервов и фарша. Подготовка этих видов сырья для

приготовления блюд различна.

Подготовка филе кальмара начинается с размораживания в воде или на воздухе при комнатной температуре. Размороженное филе кладут в кастрюлю, заливают трехкратным объемом горячей (55—65°) воды и непрерывно помешивают 3—5 мин: кожица начнет свертываться, после чего ее легко будет снять. Надо помнить, что при заливке кальмара более горячей водой (85—87°), пигменты, содержащиеся в кожице, окрашивают мясо в фиолетово-коричневый цвет, что нежелательно. Очищенного от кожицы кальмара промывают в холодной или теплой воде.

Варят филе кальмара в слабо подсоленной кипящей воде 3—5 мин с момента вторичного закипания и затем промывают в холодной воде, отбивают деревянным молотком, после этого используют для приготовления блюд.

Подготовка фарша кальмара по существу заключается только в его размораживании, так как фарш изготовляется из голов и щупалец сырого кальмара тонкого измельчения и замораживается блоками весом по 400—700 г. Размороженный фарш кальмара является готовым полуфабрикатом, из которого можно быстро приготовить разнообразные вкусные блюда.

1.2. Процесс подготовки сырья и дополнительных компонентов для приготовления салатов из морепродуктов

Технологический процесс:

На предприятия массового питания (рестораны, кафе, бары и др.) поступают нерыбные морепродукты. Наиболее часто используются моллюски (устрицы, мидии, морские гребешки); ракообразные (речные раки, крабы, лангусты, креветки), головоногие моллюски (кальмары); иглокожие (трепанги) и др.

Двустворчатые моллюски (приложения 1) — мидии, гребешки, устрицы. Отличительная особенность двустворчатых моллюсков — наличие

в их раковине двух створок, которые охватывают тело моллюска.

Мидии (черные ракушки крупного размера) добывают в дальневосточных морях, а в Черном море — мелкую мидию. Съедобной частью мидий считается мускул с мантией и внутренности. Мясо мидий нежное, отличается высокой пищевой ценностью. Поступают на предприятия живыми в створках, в варено-мороженом виде в брикетах.

Живые промывают в холодной воде, предварительно замочив их в холодной воде на 2-3 ч.

Устрицы с открывшейся в период хранения раковиной не используют.

Мидии в створках варят в воде с добавлением специй, кореньев в течение 15 мин (на 1 кг мидий берут 2 л воды и 100 г соли). К моменту готовности мидий створки раскрываются. После варки отвар сливают, мидии охлаждают, извлекают из створок мясо, которое тщательно промывают теплой водой до полного удаления песка. Отварные мидии используют в дальнейшем для приготовления кулинарных блюд.

Варить мидии можно без створок. Для этого вводят нож между острыми концами створок, разрезают мускул-замыкатель, проводят ножом под верхней створкой, вынимают мясо мидии и тщательно промывают. Варят мидии 5—7 мин с добавлением специй, кореньев (на 1 кг мидий — 2 л воды, 40 г соли).

Устрицы, гребешок обрабатываются так же, как и мидии.

Ракообразные. Живых речных раков тщательно промывают и варят.

Креветки поступают сыромороженые и варено-мороженые неразделанные (целые), замороженные в блоках по 12 кг, сушеные и в виде консервов (натуральных).

Креветки сыромороженые и варенномороженые неразделанные (целые) слегка размораживают на воздухе при температуре 18-20 °С в течение 2 ч для того, чтобы разделить массу в 12 кг на части. Размораживать полностью креветки не рекомендуется, так как головы их темнеют, ухудшается внешний вид.

Сушеных креветок перебирают, промывают, заливают холодной или теплой водой 30—35 °С и оставляют в ней для набухания на 4 ч. Набухшие креветки хранятся до использования в холодильнике в кипяченой холодной воде.

Лангустов сыромороженых разделанных (шейки в панцире) размораживают на воздухе в течение 3 ч, чтобы шейки легко отделялись друг от друга.

Белковую пасту ≪Океан≫ размораживают на воздухе до температуры в толще блока — 1 С.

Размороженные морепродукты хранят при температуре 4—8 °С не более 6 ч. Повторное размораживание не допускается.

Головоногие моллюски (приложения 2). Кальмары поступают мороженными тушками (кальмар, разделанный с кожицей) или в виде филе (кальмар обезглавленный с кожицей). Размораживают кальмара в холодной воде (не рекомендуется добавлять горячую воду во избежание окрашивания тканей). Размораживание считается законченным, когда температура в толще блока достигает - 1 °С.

У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки, если они оставлены. Тушки и филе опускают на 3—6 мин в горячую воду с температурой 60—65 °С (соотношение воды и кальмара 3:1) и удаляют травянистой щеткой кожицу (пленку). Подготовленные тушки филе промывают 2—3 раза в холодной воде.

На предприятия общественного питания поступают трепанги сушеные и варено-мороженые. Трепанги сушеные тщательно промывают холодной водой до тех пор, пока с поверхности не будет удалена угольная пыль и вода не станет прозрачной. Затем их заливают холодной водой и выдерживают в ней в течение 24-30 ч при температуре 18-20 °С, меняя воду 2-3 раза. На другой день воду сливают, трепанги промывают, вновь заливают холодной водой и доводят до кипения. Затем снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня. На следующий день отвар сливают, трепанги промывают

холодной водой и потрошат, разрезав ножницами брюшко по всей длине. После потрошения трепанги тщательно промывают, заливают холодной водой, кипятят и оставляют в отваре на 24 ч. Если трепанги остались жесткими, процесс повторяют 2-3 раза в течение двух суток.

Трепанги хранятся в холодной воде со льдом при температуре 4-6 °С, перед использованием их нарезают ломтиками и ошпаривают в кипящей воде 1—2 мин.

Трепанги варено-мороженые размораживают в воде при температуре 15 °С. Размораживание считается законченным, когда температура достигает 1 °С. Допускается размораживание в воде, нагретой до температуры 40 °С, при соотношении массы воды и трепанга 2:1 в течение 40 мин.

Размороженных трепангов разрезают вдоль брюшка, зачищают от остатков внутренностей, песка, промывают.

Водоросли. Морскую капусту сушеную пищевую очищают от примеси и замачивают в восьмикратном количестве воды в течение 10-12 ч, промывают до полного удаления песка, варят, меняя воду, в течение 2 ч.

Размягченную капусту хранят в отваре до 24 ч, после чего отвар сливают, промывают, заливают холодной водой и хранят в холодильном шкафу.

Первичная обработка сырья:

На предприятия общественного питания нерыбные продукты моря могут поступать живыми, сыромороженными, варенымороженными и сушеными. Способы первичной обработки нерыбных продуктов моря зависят от их анатомического строения, термического состояния и кулинарного использования.

Креветки поступают в кулинарное производство обычно неразделанными сыромороженными или варенымороженными. Сначала их размораживают в проточной воде или на воздухе до рассыпания блоков, когда температура в теле креветки достигает минус 1°С.

Разделывание таких креветок осуществляют вручную, аккуратно

отделяя головогрудь по месту сочленения с шейкой. Для получения чистого мяса с шеек удаляют панцирь.

Ввиду того, что ручное разделывание малопроизводительно, получение чистого мяса креветок осуществляют обычно на специальных машинах.

При ручном разделывании сырых креветок получают (в %): головогруди 36—49, сырого мяса 21-41 и панциря абдомена 17-23 массы сырца.

Лангусты, так же как и креветки, обычно поступают в кулинарное производство неразделенными сыро- и вареномороженными. Размораживание их осуществляют в воде или на воздухе до рассыпания брикетов и достижения в теле лангуста температуры минус 1 °С. После размораживания лангустов тщательно промывают до полного удаления ила и других загрязнений с их поверхности.

При разделывании у целых лангустов в месте сочленения шейки с головогрудью с нижней стороны делают надрез, а затем аккуратно отделяют шейку от головогруди. В месте отделения шейки лангуста острым ножом или ножницами подрезают мясную бахрому и удаляют загрязнения. Отделенные шейки в панцире тщательно промывают водой.

Разделывание шеек лангустов осуществляют, разрезая панцирь и извлекая мясо. Затем удаляют кишечку, для чего ножом посередине тещи лангуста делают разрез. Далее с мяса шейки при помощи ножа или ножниц срезают покровную пленку. Очищенное мясо промывают в чистой холодной воде.

Кальмар и каракатица поступают в кулинарное производство мороженными. Размораживают их в воде температурой не выше 20 °С до тех пор, пока тело моллюсков не приобретет гибкости, а внутренности не будут свободно извлекаться из брюшной полости.

Разделывание кальмара и каракатицы осуществляют одним из следующих способов.

I способ. Захватывают рукой голову у основания и осторожно

разрывают связки между мантией и головой и легким рывком отделяют голову вместе с внутренностями. Затем из тушки кальмара извлекают хитиновую пластинку. Отделение головы с внутренностями необходимо проводить осторожно, не повреждая мешочка с сепией (иначе мантия окрасится в темный цвет).

II способ. Острым ножом разрезают мантию кальмара по спинке или брюшку, начиная от ее края и заканчивая у основания плавника. При этом нож сильно не углубляют, чтобы не повредить мешочка с сепией.

Сделав разрез и отогнув стенки мантии, удаляют внутренности вместе с головой и хитиновую пластинку. Брюшную полость зачищают тупой стороной ножа.

От головы отделяют внутренности и после промывания водой разрезают голову вдоль от воронки до ротового отверстия. Затем удаляют глаза, клюв и присоски. Для удаления кожного покрова промытых и разделанных кальмара и каракатицу (тушки и головы со щупальцами) погружают на 1-2 мин в горячую (65-70°С) воду, а затем специальными щетками или делевыми сетками с них снимают кожу под струей воды.

Для снятия кожного покрова успешно применяют также специальные машины типа стиральных, в которых ошпаренные кальмары интенсивно перемешиваются в воде. Доочистку кожного покрова производят вручную.

Мидий и устриц перед разделыванием тщательно моют в проточной воде для удаления обрастаний ила и песка. Разделывание производят как в сыром, так и в вареном виде, отделяя от раковин мускулы-замыкатели острым тонким ножом. Далее тело мидий и устриц освобождают от биссуса (пучка нитей), жабр и кишечника.

Более полного извлечения мяса двустворчатых моллюсков добиваются, подвергая их предварительной варке в морской воде или острым паром. Вареное мясо отделяют от створок не только вручную, но и с помощью ротационного и вибрационного мясоотделителей. Выход съедобной части у сырых мидий составляет 20-32% массы моллюска, а у черноморской устрицы

10-15%.

Дополнительные компоненты:

Основные соусы и заправки

В состав заправок входят растительное масло, уксус, молотый перец, соль; в заправки можно добавлять готовую горчицу и соус майонез.

Заправки представляют собой нестойкие эмульсии. В спокойном состоянии эмульсия (заправка) быстро расслаивается, поэтому заправку перед употреблением взбалтывают.

Заправка салатная

Соль, сахар и молотый перец соединяют с уксусом, вливают растительное масло и хорошо перемешивают. Перед использованием взбалтывают.

Используется для поливки салатов из огурцов, помидоров, зеленого салата, картофеля, а также салатов из морепродуктов и др.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Масло растительное	500	500
Уксус 3%	500	500
Сахар	40	40
Перец	2	2
Соль	20	20
Выход		1 литр

Или

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Масло растительное	350	350
Уксус 3%	650	650
Сахар	45	45
Перец	2	2

Соль	20	20
Выход		1 литр

Заправка горчичная

Готовую горчицу тщательно растирают с солью, сахаром и молотым перцем, добавляют уксус, а затем растительное масло и хорошо взбалтывают.

Используется для поливки салатов.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Масло растительное	400	400
Уксус 3%	450	450
Горчица готовая	100	100
Сахар	50	50
Перец	2	2
Соль	10	10
Выход		1 литр

Заправка горчичная с соусом майонез

В готовую горчицу, растертую с солью и сахаром, вводят соус майонез, а затем добавляют уксус и молотый перец.

Используется для поливки салатов.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Масло растительное	300	300
Уксус 3%	650	650
Горчица готовая	50	50
Яйца	3 шт.	120

Сахар	50	50
Перец	1	1
Соль	20	20
Выход		1 литр

Сметанный соус для овощных салатов

Уксус, сахар, соль, перец размешать и соединить со сметаной перед подачей.

Подается этот соус к салатам из морепродуктов.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Сметана	850	850
Уксус 3%	100	100
Сахар	80	80
Перец	1	1
Соль	10	10
Выход		1 литр

Соус майонез

В сырые яичные желтки, тщательно отделенные от белков, добавить горчицу, соль и хорошо размешать лопаткой. Затем при непрерывном взбивании влить подсолнечное масло вначале по одной, а затем по две — три столовые ложки.

Масло должно иметь температуру 25—30°. При такой температуре растительное масло лучше эмульгируется, т. е. разбивается на мелкие шарики, которые распределяются в яичном желтке, не соединяясь между собой. Каждую новую порцию масла вливать после того, как закончилось эмульгирование предыдущей порции. Когда все масло будет проэмульгировано, получается соус, который держится хорошо на лопатке. В приготовленный соус влить уксус, добавить сахар, хорошо размешать; уксус

можно заменить лимонной кислотой или лимонным соком; после введения уксуса соус становится несколько жиже и белее.

При неправильном изготовлении или длительном хранении соуса эмульсия может разрушиться: шарики масла соединятся между собой, вследствие чего масло частично выделится на поверхность, нарушая однородность соуса, — произойдет так называемое отмасливание соуса. Чтобы восстановить однородность соуса, необходимо снова разбить масло на мельчайшие шарики. Для этого желток яйца выпустить в отдельную посуду и понемногу добавлять отмаслившийся соус, все время взбивая смесь, т. е. повторять ту же операцию, что и в начале, при изготовлении соуса.

Для получения более устойчивой эмульсии майонез следует изготовить во взбивальной машине. При этом масло разбивается на более мелкие шарики, что затрудняет их соединение и повышает устойчивость эмульсии.

Соус майонез и его производные хранят в фарфоровой или эмалированной посуде.

Используется соус для изготовления некоторых холодных блюд, производных соусов, заправок для салатов.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Масло растительное	750	750
Яйца (желтки)	6 шт	90
Горчица готовая	25	25
Уксус 3%	150	150
Сахар	20	20
Перец	1	1
Соль	10	10
Выход		1 литр

1.3. Ассортимент и технологический процесс

приготовления салатов из морепродуктов

Салаты — легкая питательная закуска, для приготовления которой используют разнообразные продукты: овощи, грибы, мясо, рыбу, яйца, сыр и др.

Салаты заправляют растительным маслом, майонезом, сметаной, различными заправками. Следует помнить, что людям, склонным к полноте, лучше употреблять салаты с нежирными заправками: кефиром, простоквашей, соками.

Нарезанные продукты соединяют с заправками и соусами непосредственно перед подачей, чтобы вкус и внешний вид салата не ухудшались.

Для оформления салатов и винегретов используют листья зеленого салата, зелень укропа, петрушки, сельдерея, зеленый лук, яйца, мясо, рыбу, нерыбные продукты моря, фрукты, в том числе цитрусовые, а также продукты, входящие в состав салатов и имеющие яркую окраску (сладкий перец, помидоры, огурцы, морковь и редис).

Принципы приготовления салатов

Первый способ:

Продукты нарезают тонкими ломтиками, смешивают, заправляют соусом или заправкой, укладывают горкой в салатник, вазу или на тарелку и оформляют продуктами, входящими в состав салата.

Второй способ:

Часть продуктов (1/3) перемешивают, заправляют соусом-майонез и кладут горкой в салатник или вазу. На горку из салата укладывают тонкие ломтики мяса, птицы, рыбы, крабы, дольки или ломтики яиц, в зависимости от составных частей салата; остальные продукты размещают вокруг горки небольшими кучками. Яйца нарезают ломтиками специальным прибором. В середину горки салата помещают веточку зелени, петрушки или листья салата. Перед подачей овощи, уложенные вокруг горки, поливают заправкой

или соусом. Соус к салату можно подать отдельно в соуснике.

В состав салатов обязательно входит зелень — укроп, петрушка, сельдерей, зеленый лук. Салаты можно готовить круглый год, используя овощи каждого сезона. Желательно, чтобы салаты подавались к столу ежедневно. Они — источник витаминов, минеральных солей и органических кислот. Салаты улучшают аппетит: острые хороши к обеду, не очень острые можно подать к завтраку и ужину.

Чтобы вкус и внешний вид салатов не ухудшились, нарезать и смешивать продукты, а также заправлять салаты лучше непосредственно перед подачей к столу. Заправить салат можно сметаной, майонезом или их смесью, а также растительным маслом. По желанию в сметану можно добавить натертый и слегка посоленный хрен, а с растительным маслом можно приготовить салатную заправку. Для этого масло надо смешать с уксусом, солью, сахаром, горчицей, молотым перцем (по желанию), хорошо взболтать смесь и поливать ею салаты.

Использование морепродуктов:

Филе кальмаров варят так же, как для приготовления горячих блюд. Отварных кальмаров шинкуют соломкой. После этого их можно подавать с горчичной заправкой, под красным маринадом, добавлять в винегреты и салаты или делать из них заливное.

Креветки. Отварных креветок целиком подают как закуску к пиву. Из их шеек готовят заливное, салаты или подают их под майонезом.

Устрицы. Раковины с моллюсками промывают в холодной воде, специальным ножом разделяют створки, снимают верхнюю створку, вторично промывают в подсоленной воде, подрезают мякоть моллюска в месте прикрепления его к раковине и подают в ней на салфетке с кусочками пищевого льда.

Этих крупных морских ракообразных варят, вынимают мякоть шеек, клешней (у омаров). Можно подавать их под майонезом. При банкетной подаче панцирь отварного омара кладут на блюдо, укладывают на него

шейку, нарезанную ломтиками, а расколотые клешни с мякотью кладут рядом. Майонез подают отдельно.

Сушеную морскую капусту перебирают и замачивают в холодной воде в течение 10—12 ч (на1 кг капус ты 7—8 л воды), после чего тщательно промывают. Мороженую капусту оттаивают в холодной воде и промывают.

Приготавливают капусту следующим образом: заливают холод ной водой, быстро доводят до кипения и варят 15—20 мин; после этого отвар сливают, капусту вновь заливают теплой водой и варят 15—20 мин; можно повторить эту операцию и третий раз.

Консервированная капуста предварительной обработки не требует.

Уксус кипятят с сахаром, солью, гвоздикой, лавровым листом и процеживают. Отварную морскую капусту охлаждают, шинкуют, заливают мари надом и выдерживают в нем 8—10 ч.

Маринованную морскую капусту можно класть в винегреты, рыбные салаты, подавать ее под майонезом, добавляя в икру грибную или овощную, в рубленую сельдь.

Сырую морковь нати рают на крупной терке, яблоки и огурцы (соленые или свежие) шинкуют и все смешивают с морской капустой. Салат заправляют солью и поливают сметаной или майонезом.

Салат из королевских креветок с яйцом

Вскипятить подсоленную воду, положить креветки и сварить до готовности. У креветок отделить хвостики от брюшка. Хвостики очистить от панциря, сделать продольный разрез вытянуть кончиком ножа внутренности (черная жилка).

Каждый хвостик креветки нарезать на 3-4 части.

Яйца сварить вкрутую, очистить и разрезать на четвертинки. Латук разобрать на отдельные листья, промыть под проточной холодной водой, обсушить на салфетке и убрать в холодильник. Перец разрезать вдоль, удалить из него семена и нарезать тонкой соломкой.

Для соуса мелко порубить петрушку. Зубчик чеснока разрезать на

несколько частей и растереть в ступке в кашицу, добавив соль. Затем положите в ступку мелко нарезанную зелень петрушки и разотрите до получения однородной кашицы. Влить растительное масло и размешать. У вас должен получиться масляный соус яркого изумрудного цвета.

На большой тарелке разложить листья салата. Сверху, чередуя, выложить соломку сладкого перца и кусочки креветок. Затем уложите четвертинки яйца.

Полить салат зеленым соусом и дать настояться 10-15 минут. Салат готов.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Креветки	292	70
Яйцо	1 шт.	40
Салат-латук	14	10
Перец сладкий	27	20
Чеснок	2	2
Зелень	5	5
Масло растительное	5	5
Соль	3	3

Салат из кальмаров с пикантным соусом

Помидоры обдать кипятком и снять кожицу. Помидоры и огурцы мелко порезать. Вымыть салат, просушить, порезать. Маринованные огурчики и оливки мелко порезать. Сыр порезать тонкой соломкой.

Кальмары залить кипятком и оставить а 20 мин. Снять кожицу и порезать тонкой соломкой.

Выложить в салатник, сверху слоями помидоры, огурцы, салат, маринованные огурцы, оливки, сыр. Залить приготовленным соусом и оставить пропитаться.

Соус: оливковое масло, лимонный сок, вино, уксус, сахар, горчицу, мелко порезанный укроп и тертый чеснок перемешать.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	53	20
Сыр «Эдем»	16	15
Помидора	18	15
Огурцы	11	10
Салат зеленый	7	5
Огурчики маринованные	6	5
Оливки	5	3
Оливковое масло	20	20
Лимон	6	5
Вино белое сухое	5	5
Уксус	3	3
Сахар	2	2
Горчица	2	2
Укроп	5	5
Соль	2	2

Теплый салат из кальмаров с соусом «Рокфор»»

Кальмары нарезать соломкой, посолить, припустить в небольшом количестве воды до готовности. Морковь очистить, отварить до п/г, нашинковать и прогреть с добавлением лимонного сока.

Смешать кальмары и морковь, заправить смесью из петрушки и оливкового масла

Для петрушки п/ф: листья петрушки довольно крупно порубить, помять с солью, смешать с оливковым маслом, оставить на 30 мин.

Для соуса «Рокфор»: измельченный сыр и сливки пробить в блендере.

Рецептура:

Наименование продуктов	Масса брутто	Масса нетто
Кальмары (филе)	120	100
Морковь	50	37,5
Петрушка п/ф	15,1	15,1
Лимонный сок	15	5
Дрессинг “Рокфор” п/ф	15	15
Соль	1	1
Для петрушки п/ф		
Петрушка	15	11,1
Оливковое масло	3	3
Соль	1	1
Для соуса «Рокфор» п/ф		
Сыр «Рокфор»	5	5
Сыр «Дор Блю»	5	5
Сливки 10%	5	5
Выход 1 порции		145/15 г.

Креветочный салат с соусом хойсин

Креветки очистить, посыпать солью и перцем, перемешать. В воке разогреть масло, добавить чеснок и креветки, обжаривать около 2 минут. Влить соус хойсин и готовить еще несколько минут.

Сладкий перец разрезать, удалить семена, нарезать полосками. В сервировочные тарелки разложить овощи, сверху положить готовые креветки. Смешать в баночке с крышкой все указанные в рецепте ингредиенты для заправки, хорошенько потрясти. чтобы составляющие, на сколько это возможно, перемешались. Полить салат этим соусом и подавать к столу.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто	Масса нетто

	(г)	(г)
Креветки	167	40
Продолжение рецептуры:		
Масло растительное	10	10
Соус хойсин	5	5
Чеснок	2	2
Капуста китайская	30	24
Спаржа (бланшированная)	22	12
Перец сладкий	13	10
Мандарины	10	7
Лук репчатый красный	12	10
Сахар коричневый	2	2
Лимон	5	4
Уксус рисовый	3	3
Сельдерей	7	5
Масло кунжутное	3	3
Соевый соус	3	3
Перец	3	3
Соль	4	4

Салат из кальмаров с курицей

Кальмаров очистить от кожицы и варить в кипящей воде 3—5 минут, охладить и нарезать мелкими кубиками. Мелко нарезать яблоки и куриное мясо. Отваренные вкрутую яйца мелко порубить. Все продукты смешать и заправить майонезом. Перец и соль добавить по вкусу.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	159	60

Курица	82	50
Яблоки	54	30
Яйцо	1/2	20
Майонез	20	20
Перец	3	3
Соль	4	4

Салат из кальмаров с квашеной капустой

Кальмары очистить от кожицы и варить в кипящей воде 3— 5 минут, охладить и нарезать соломкой. Лук мелко нарезать и обдать кипятком, морковь натереть на крупной терке. Эти продукты смешать с нарезанными кальмарами, залить водой, добавить туда уксус и оставить на 1—2 часа. После чего уксусный раствор слить, а в салат добавить квашеную капусту и перец по вкусу. Заправить растительным маслом и украсить зеленью.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	159	60
Капуста квашенная	109	55
Морковь	14	10
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	5	5
Уксус 3%	5	5
Зелень	5	5
Соль	4	4

Салат из раков

Картофель отварить в мундире и нарезать мелкими кубиками. Огурцы мелко нарезать. Очищенные от кожуры яблоки и корень сельдерея натереть на крупной терке. Раки отварить. Мясо из клешней и шеек нарезать небольшими кусками. Все продукты смешать с зеленым горошком, заправить

майонезом. Соль и сахар добавить по вкусу. Украсить зеленью и крабовыми шейками.

Рецептура:

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Раки	176	70
Картофель	27	20
Огурцы свежие	11	10
Яблоки	27	15
Зеленый горошек консервированный	15	10
Сельдерей корень	12	5
Майонез	15	15
Сахар	2	2
Соль	4	4
Выход		150

1.4 Презентация, оформление и подача салатов из морепродуктов

Морепродукты прекрасно поддаются различным видам кулинарной обработки, их можно употреблять в холодном и горячем виде, хорошо сочетаются с различными гарнирами.

К холодным блюдам и закускам относятся бутерброды, салаты, масляные смеси (смешанное с морепродуктами и различными приправами сливочное масло), паштеты, форшмаки и другие блюда. Бутерброды могут быть открытыми, закрытыми и на поджаренном хлебе. Для их приготовления используют пшеничный и ржаной хлеб и широкий ассортимент продуктов, в том числе рыбную гастрономию.

Продукты на бутербродах располагают так, чтобы они не осыпались и вместе с тем имели привлекательный вид, сочетались по вкусу и цвету. Готовят их не ранее чем за 30-40 минут до подачи. Перед подачей желательно охладить. Хлеб для открытых бутербродов нарезают ломтиками толщиной примерно 1 см. Батоны пшеничного хлеба нарезают наискось. Ржаной хлеб чаще всего используют для бутербродов с морепродуктами солоновато-острого вкуса. Но в каждом отдельном случае учитывают индивидуальные вкусы.

В качестве дополнительных продуктов (гарнира) к основному продукту используют кружочки или дольки лимона, кружочки соленых или маринованных огурцов, помидоров, кольца репчатого лука, сладкого стручкового перца, маслины без косточек, дольки или кружочки сваренного вкрутую яйца, мелко нарезанный зеленый лук, нарезанный кружочками редис, листики зеленого салата, веточки зелени и т.д. На ломтик хлеба кладут основной продукт в целом или нарезанном виде, сверху - гарнир.

Для салатов из морепродуктов, которые подают на закуску, используют преимущественно овощи в отварном виде. Для наибольшей сохранности витаминов тщательно промытые овощи рекомендуется отваривать в кожуре. Лучше всего нарезать уже охлажденные овощи, чтобы кусочки не деформировались, имели аккуратный внешний вид. Все салаты заправляют после того, как овощи и морепродукты охлаждены, так как в противном случае блюдо получится менее вкусным.

Для салатов используют главным образом отварные или припущенные морепродукты. Очень вкусны салаты с крабами, креветками, раками, мускулом морского гребешка и мидиями. Вкус салата во многом зависит от соусов, которыми они заправлены, например готовым соусом «Южный».

При изготовлении салатов наиболее аппетитные кусочки крабов, креветок оставляют для украшения блюда. Для украшения салатов применяют также красиво нарезанные ломтики свежих, соленых и

маринованных овощей, кружочки или дольки крутого яйца, маслины, зеленые листики салата, веточки петрушки или сельдерея.

Нарезать продукты для салата и заправлять их соусом рекомендуется непосредственно перед подачей блюда. Непродолжительное хранение заправленных салатов ухудшает их вкус.

1.5 Контроль качества салатов из морепродуктов

Качество готовых салатов из морепродуктов оценивают по следующим показателям:

- соответствие вида сырья названию блюда,
- соответствие вида обработки принятому в калькуляции,
- правильность подготовки сырья,
- правильность нарезки порционных кусков,
- консистенция,
- запах,
- вкус,
- оформление блюда.

При подаче должны быть соблюдены общие правила:

- борта посуды не покрывают салатом;
- основной продукт укладывают горкой;
- посуду охлаждают, температура блюда не выше 12 ^{0}С.

салаты являются скоропортящимся продуктом поэтому самым строгим образом должны соблюдаться установленные сроки реализации и санитарные правила приготовления и отпуска салатов. Так, как после приготовления они не проходят тепловую обработку. Сроки хранения салатов не заправленных 12 часов, заправленные хранятся не более 1 часа.

1.6 Организация работы основных цехов

Работа рыбного цеха. Для обработки морепродуктов нет, специально оборудованного цеха, поэтому вся обработка происходит в цехе по обработке рыбы.

Централизованное производство полуфабрикатов из рыбы и продуктов моря осуществляется в специализированных цехах заготовочных предприятий.

Технологический процесс обработки рыбы с костным скелетом включает следующие операции: размораживание, отделение от чешуи; срезание плавников, удаление голов, потрошение, промывание, фиксация в охлажденном рассоле, охлаждение полуфабриката, упаковка, маркировка, хранение и транспортировка. В крупных рыбных цехах такие наиболее трудоемкие процессы, как отделение чешуи, срезание плавников, отделение голов, механизированы.

В рыбном цехе на предприятиях средней мощности перерабатывается вся поступающая рыба (в том числе и осетровых пород) и изготовляются полуфабрикаты максимальной степени готовности - порционные куски, рубленые изделия. Рыбные полуфабрикаты поступают в горячий цех для тепловой обработки.

Процессы оттаивания, очистки, разделки осуществляются так же, как и в крупных цехах, только механизация используется в меньшей степени. Для обработки рыбы используются скребки, ножи поварской тройки. На небольших предприятиях головы и хвосты рыб отрубают вручную большим или средним ножом поварской тройки. Промывают рыбу после потрошения также в ваннах.

На производственном столе, где приготавливаются полуфабрикаты, должны находиться комплект ножей поварской тройки, разделочные доски, набор специй и настольные весы.

Хранят инструменты в специальном ящике или в выдвижных ящиках производственных столов. Тарой для полуфабрикатов служат противни, которые размещают на стеллажах и холодильном шкафу.

Для хранения полуфабрикатов используют холодильные шкафы. Примерная схема размещения оборудования в рыбном цехе ресторана указана на схеме 1.

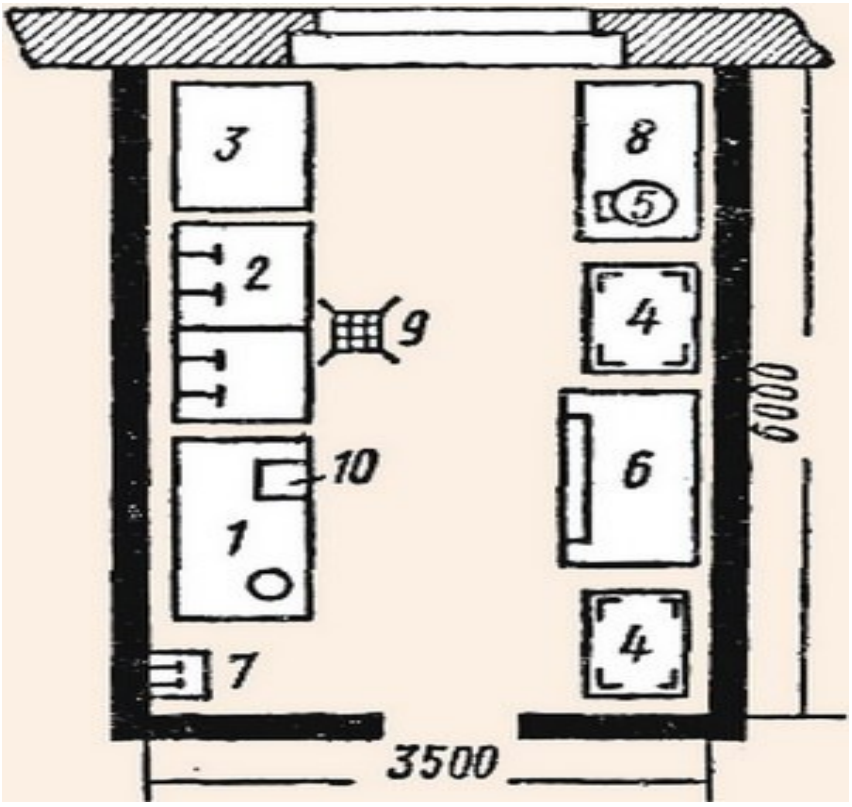

Схема 1. Примерная расстановка оборудования в рыбном. цехе: *1, 3, 8 - рабочие столы; 2 - ванны на два отделения; 4 - стеллаж; 5 - мясорубка; 6 - холодильный шкаф; 7 - раковина; 9 - трап; 10 - рыбочистка*

Работа холодного цеха. Холодные цехи организуются на предприятиях с цеховой структурой производства (в ресторанах, столовых, кафе и др.).

Холодные цехи предназначены для приготовления, порционирования и оформления холодных блюд и закусок. Ассортимент холодных блюд зависит от типа предприятия, его класса. Так, в ресторане 1-го класса в ассортимент холодных блюд ежедневно должно включаться не менее 10 блюд, высшего класса - 15 блюд. В ассортимент продукции холодного цеха входят холодные закуски, гастрономические изделия (мясные, рыбные), холодные блюда (отварные, жареные, фаршированные, заливные и др.), молочнокислая продукция, а также холодные сладкие блюда (желе, муссы, самбуки, кисели, компоты и др.), холодные напитки, холодные супы.

Холодный цех располагается, как правило, в одном из наиболее светлых помещений с окнами, выходящими на север или северо-запад. При планировке цеха необходимо предусматривать удобную связь с горячим цехом, где производится тепловая обработка продуктов, необходимых для приготовления холодных блюд, а также с раздачей и моечной столовой посуды.

При организации холодного цеха необходимо учитывать его особенности: продукция цеха после изготовления и порционирования не подвергается вторично тепловой обработке, поэтому необходимо строго соблюдать санитарные правила при организации производственного процесса, а поварам - правила личной гигиены; холодные блюда должны изготовляться в таком количестве, которое может быть реализовано в короткий срок. Салаты и винегреты в незаправленном виде хранят в холодильных шкафах при температуре 2-6°С не более 6 ч. Заправлять салаты и винегреты следует непосредственно перед отпуском.

Холодный цех должен быть оснащен достаточным количеством холодного оборудования. Подбор холодильного оборудования зависит от мощности холодного цеха, количества продуктов и готовых изделий, подлежащих хранению. Промывка овощей, зелени, фруктов производится в стационарных или передвижных ваннах или для этой цели используют секционный модулированный стол со встроенной моечной ванной СМВСМ. Примерная планировка холодного цеха показана на схеме 2.

1 - холодильный шкаф ШХ-0,8; 2 - холодильный шкаф ШХ-0,6; 3 - стол производственный СП-1050; 4 - секция-стол с охлаждаемым шкафом и горкой СОЭСМ-3; 5 - низкотемпературный прилавок СН-0,15; б- секция-стол с охлаждаемым шкафом СОЭСМ-2; 7 - передвижной стеллаж; 8 - моечная ванна ВМ-2СМ на два отделения; 9 - машина МРОВ-160 для нарезки вареных овощей; 10 - маслоделитель ручной РДМ-5

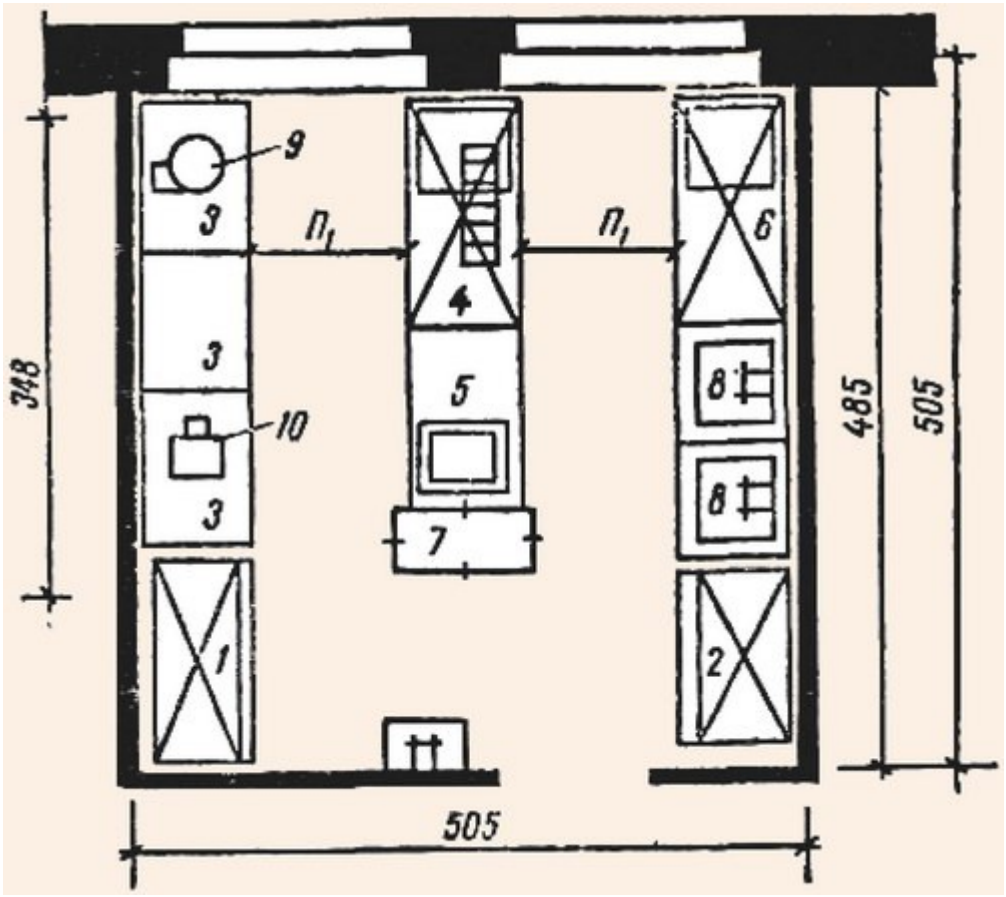

Схема 2. План холодного цеха общедоступной столовой:

В холодном цехе используются разнообразные инструменты, инвентарь, приспособления: ножи поварской тройки, ножи

гастрономические (колбасный, для нарезки ветчины, сыра, масла, для фигурной нарезки масла, нож-вилка), томаторезки, яйцерезки, приспособление для нарезки сыра, скребок для масла, разделочные доски, ручные соковыжималки, приборы для раскладывания блюд (рис. 1), формы для заливных блюд, желе, муссов.

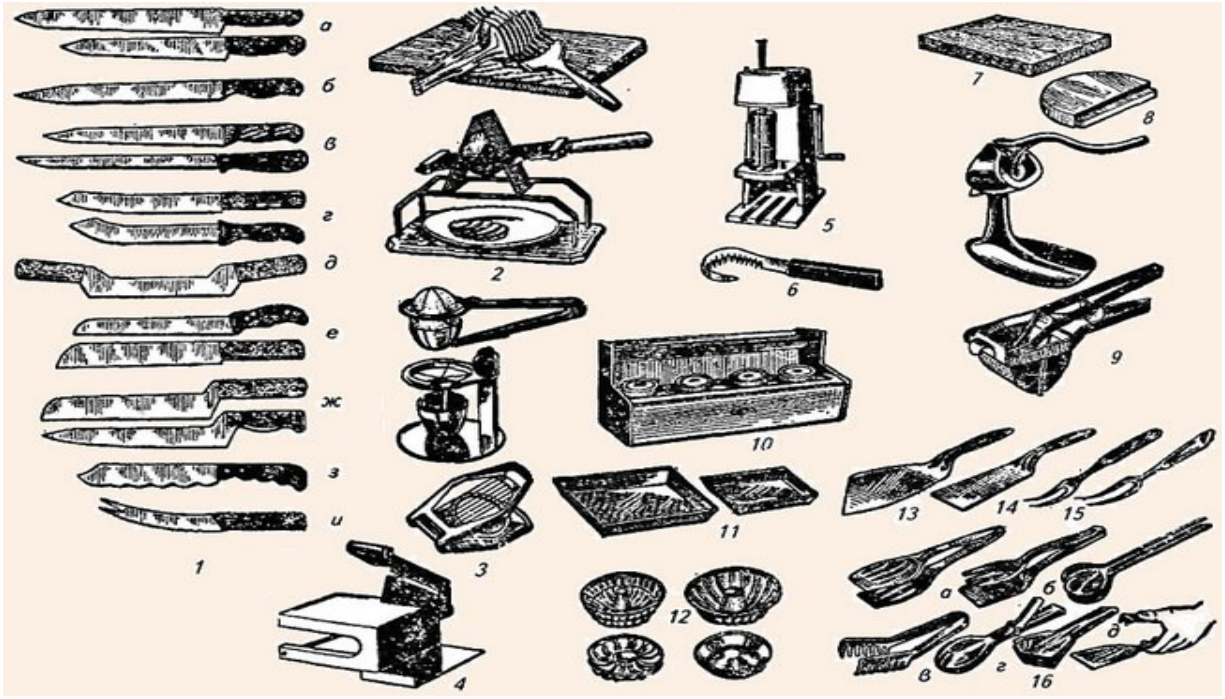

Рис. 1. Инвентарь и приспособления, используемые в холодном цехе: *1 - ножи гастрономические: а - филейные; б - гастрономический (колбасный); в - для нарезки ветчины; г - кухонные; д - с двумя ручками для нарезки сыра и масла; е, ж - с одной ручкой для нарезки сыра и масла; з - для фигурной нарезки масла; и - нож-вилка; 2 - томаторезки ручные; 3 - яйцерезки; 4 - приспособление для нарезки сыра; 5 - ручной делитель масла; 6 - скребок для сливочного масла; 7 - доска разделочная; 8 - доска для нарезки лимонов; 9 - соковыжималки ручные; 10 - горка для гарниров; 11 - лотки для заливных блюд; 12 - формы для паштетов, заливных и сладких блюд; 13 - лопатка-нож для раскладывания заливных блюд; 14 - лопатка для раскладывания порционных блюд; 15 - вилки производственные для раскладывания блюд; 16 - приборы для раскладывания блюд: а, б, в - приборы салатные; г - прибор для консервированных фруктов; д - щипцы для раскладывания порционных блюд*

В холодных цехах ресторанов и других предприятий с широким ассортиментом холодных блюд и закусок выделяют технологические линии приготовления холодных блюд и закусок, сладких блюд и напитков. На этих линиях организуются раздельные рабочие места для приготовления салатов и винегретов; нарезки гастрономических мясных и рыбных

продуктов; порционирования и оформления блюд; для приготовления заливных блюд; бутербродов; холодных супов; сладких блюд и напитков.

На рабочем месте для приготовления **салатов и винегретов** используют ванны или стол со встроенной моечной ванной для промывки свежих овощей, зелени. Нарезают сырые и вареные овощи на разных разделочных досках с маркировкой «ОС» или «ОВ», применяя ножи поварской тройки. Для механизации нарезки овощей устанавливают универсальный привод ПХ-0,6 со сменными механизмами.

Рациональная организация рабочего места состоит из двух производственных столов: на одном столе нарезают овощи, смешивают компоненты и заправляют салаты и винегреты (это может быть стол секционный модулированный для малой механизации СММСМ или обычный производственный стол), на другом столе порционируют и оформляют салаты и винегреты перед отпуском в торговый зал, для этой операции применяют секционные модулированные столы с охлаждаемым шкафом и горкой СОЭСМ-2 или СОЭСМ-3. На столе стоят настольные весы ВНЦ-2, справа ставят посуду с готовым салатом и мерный инвентарь для ее порционирования (ложки, лопатки, салатные приборы), слева - столовую посуду (салатники, закусочные тарелки). Здесь же производят оформление блюд. Перед оформлением салатов подготавливают продукты, используемые в качестве украшений (делают украшения из овощей, нарезают отварные яйца, помидоры, зелень петрушки, карбонат, лимоны и т. д.). Нарезка производится специальными инструментами и приспособлениями. Подготовленные продукты хранят в секциях охлаждаемой горки (рис. 2).

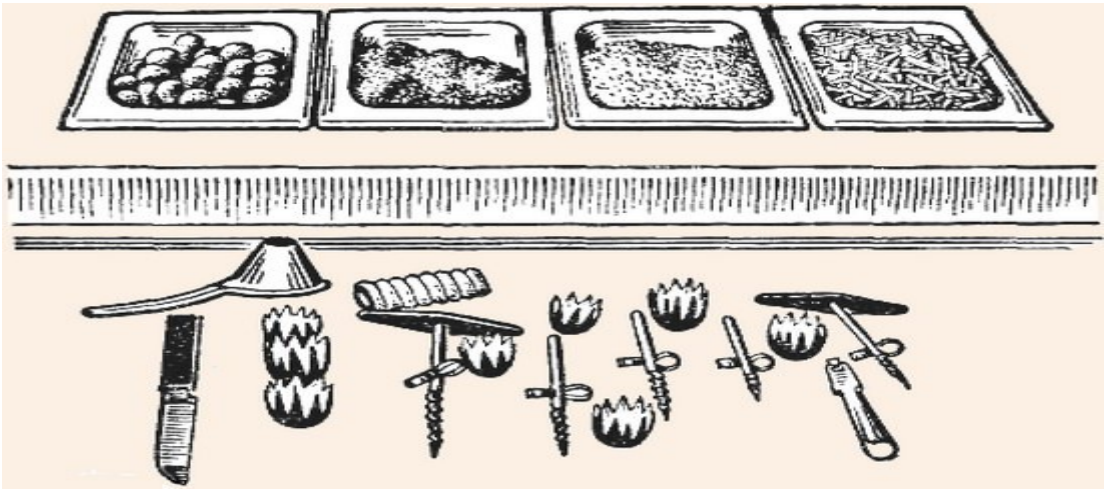

Рис. 2. Охлаждаемая горка секции-стола СОЭСМ-3

Организация труда

Работа рыбного цеха осуществляется в одну или две смены. На заготовочных предприятиях работу возглавляет начальник цеха или бригадир. В состав работников цеха входят изготовители полуфабрикатов III и IV разрядов. Работники IV разряда разделывают рыбу осетровых пород.

В рыбных цехах ресторанов, столовых работают повара III и IV разрядов; возглавляет работу цеха заведующий производством или бригадир.

1.7 Санитарные требования к организации рабочих мест, оборудования и инвентаря

Личная гигиена - это ряд санитарных правил, которые должны соблюдать работники общественного питания. Выполнение правил личной гигиены имеет важное значение в предупреждении загрязнения пищи микробами, которые могут стать причиной возникновения заразных заболеваний и пищевых отравлений у потребителей.

Личная гигиена работников повышает культуру обслуживания потребителей и служит важным показателем общей культуры предприятия общественного питания.

Правилами личной гигиены предусмотрен ряд гигиенических требований к содержанию тела, рук, полости рта, к санитарной одежде, санитарному режиму предприятия, медицинскому освидетельствованию работников общественного питания.

В комплект санитарной одежды повара входят: куртка или халат, колпак или марлевая косынка, фартук, полотенце, косынка для вытирания пота, брюки или юбка, специальная обувь.

Санитарную одежду надевают в определенной последовательности, добиваясь аккуратного внешнего вида. Головной убор должен полностью закрывать волосы.

Лица при поступлении на работы на ПОП и уже работающие на нем в соответствии с Приказом Минздравмедпрома РФ от 14.03.1996. "о порядке проведений предварительных и периодических медицинских осмотров работников и медицинских регламентах допуска к профессии" обязаны проходить следующие медицинские осмотры и обследования: осмотр дерматовенерологом - 2 раза в го, обследование на туберкулез - 1 раз в год, исследование крови на сифилис (Рв) - 1 раз в год, мазки на гонорею - 2 раза в год, исследования на бактерионосительство возбудителей кишечных инфекций, серологическое обследование на брюшной тиф - не реже 1 раза в год.

Санитарные требования, предъявляемые к оборудованию:

ПОП должны быть оснащены оборудованием и предметами материально-технического оснащения в соответствии с действующими нормами. В соответствии с санитарными требованиями материалы, из которых изготавливают оборудование, инвентарь, посуду, тару для ПОП, не должны оказывать вредное воздействие на продукты и вызывать изменения их качества и свойств. Они должны быть устойчивыми к кислотам и щелочам, легко мыться и дезинфицироваться, не ржаветь и иметь гладкую поверхность. Таким требованиям отвечает нержавеющая сталь, алюминий,

дюралюминий, мельхиор, никель, некоторые виды пластмассы, фосфор, фаянс, стекло.

Требования к оборудованию: Технологическое оборудование ПОП бывает механическое, тепловое холодильное, немеханическое. Формы и конструкция оборудования должна соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям, способствовать облегчению труда работников и повышению его трудоспособности. В настоящее время этим требованиям отвечает модульное оборудование, выполненное в виде отдельных секций, которые легко собираются в разном сочетании для горячих, холодных кондитерских цехов.

Оборудование размещают в производственных помещениях с учетом последовательности технологического процесса, исключающего встречные и перекрещивающиеся потоки движения сырья, полуфабрикатов и готовой пищи. Для обеспечения свободного доступа к оборудованию предусматривают проходы шириной не менее 1,2 - 1,5 м.

Требования к инвентарю: К инвентарю относят приспособления, облегчающие труд повара и кондитера:разделочные доски, веселки, шумовки, грохот, сито, кондитерские мешки, наконечники, специальные шприцы, скалки, формочки, выемки, гребенки.

Все доски должны быть маркированы в соответствии с обрабатываемым на них продуктом: МС - мясо сырое, МВ - мясо вареное, ОС - овощи сырые, ОВ - овощи вареные, РС - рыба сырая, РВ - рыба вареная, МГ - мясная гастрономия, РГ - рыбная гастрономия, "сельдь", Х - хлеб, ОК - овощи квашенные.

В процессе работы строго следят за правильным использованием досок согласно маркировке. После каждой операции доски моют горячей водой с моющим средством и щеткой, очистив их предварительно ножом от остатков продукта, ошпаривают кипятком и хранят, поставив на ребро, на стеллаж в специальных кассетах в соответствующем цехе.

Весь инвентарь моют горячей водой с моющими средствами. Деревянный инвентарь дезинфицируют, ополаскивают горячей водой не ниже 65°С.

В нерабочее время чистый инвентарь хранят в специальных шкафах или на закрытых стеллажах.

Нарушение санитарно-гигиенических правил мытья и содержания инвентаря и инструментов может стать причиной обсеменения микробами пищевых продуктов, и, следовательно, возникновения пищевых отравлений и кишечный инфекций.

Требования к кухонной посуде и таре: Кухонная посуда (кастрюли, наплитные котлы, объемом не более 60 литров, сотейники, чайники) изготавливают из нержавеющей стали, алюминия и дюралюминия с гладкой поверхностью.

Для мытья кухонной посуды используют ванны из двух отделений. В начале посуду освобождают от остатков пищи щеткой или деревянной лопаткой. Затем моют в первом отделении ванны мочалками и щетками с моющими средствами, разрешенными на ПОП при температуре воды 45 - 50°С, во втором ополаскивают горячей водой не ниже 65°С. просушивают и хранят кухонную посуду вверх дном на стеллажах на высоте не менее 0, 5 - 0, 7 метров от пола.

Кухонную посуду не дезинфицируют, т.к. она постоянно подвергается тепловой обработке.

На предприятиях общепита запрещается использовать эмалированную посуду, т.к. она хрупкая, особенно посуда с поврежденной эмалью. Алюминиевая, дюралюминиевая кухонная посуда может использоваться только для приготовления и кратковременного хранения пищи.

Тару для полуфабрикатов изготовляют из алюминия, дерева и полипропилена, который имеет ряд преимуществ, благодаря легкости, гигиеничности, водонепроницаемости. Тару моют в специальных моечных

помещениях или в моечных кухонной посуды в специально выделенных двухгнездовых ваннах с применением моющих и дезинфицирующих средств.

1.8 Правила эксплуатации оборудования и техника безопасности

ПОП разрешается вводить в эксплуатацию только при полном соблюдении санитарных норм технической оснащённости постановленной по вопросам О.Т. и Т.Б. противопожарной безопасности предприятия.

Все работающие должны знать правила техники безопасности, производственной санитарии. К работе допускаются лица, сдавшие экзамены по технике безопасности и зачёт по санитарии, перед поступлением на работу и вводный инструктаж непосредственно на рабочем месте, а затем периодически, не реже 1 раза в год.

При монтаже, эксплуатации, ремонте электрического, механического и холодильного оборудования необходимо соблюдение правил технических эксплуатаций к безопасности обслуживания.

Всё оборудование должно содержаться в исправном состоянии и в санитарном состоянии. Провода и кабеля к переносному электрическому оборудованию не должны касаться влажных и горячих поверхностей.

На ПОП случаи травматизма связаны с процессом приготовления пищи, к травматизму относят: ожоги, порезы при измельчении продуктов, травмы при работе на неисправном оборудовании без поражений опасных мест и заметного заземления.

Т.Б. во избежание несчастных случаев на ПОП

I. Перед началом работы.

1. Одеть спецодежду, волосы убрать под головной убор, рукава должны быть застёгнуты на кисти рук, надеть удобную обувь.
2. Привести в порядок рабочее место, не загораживать проходы.
3. Осмотреть инвентарь и убедиться в его исправности.

4. При осмотре оборудования проверьте:

а) правильность сборки;

б) надёжность крепления машин;

в) наличие и исправность заземления;

г) исправность пускорегулирующего устройства;

д) наличие и исправность ограждения.

5. Ремонт машины могут производить только квалифицированные рабочие. Самому ремонт производить запрещено.

II. В о время работы:

1. Не трогать устройства машины, с которым не знакомы.

2. Пуск и установку электродвигателя при загрузке продуктов в сменном механизме изменять запрещено.

3. Оставлять работающую машину или сменный механизм без присмотра запрещается.

4. Все работающие механизмы и машины вне рабочее время должны быть выключены от электросети в положении "выключено”.

5. Запрещается работать со снятой загрузочной воронкой.

6. Разделку мороженого мяса производить после оттаивания.

7. При работе на тепловом оборудовании строго соблюдать правила. Необходимо, чтобы поверхность жарочной плиты была ровной без трещин.

8. Не ставить в духовку протвени не соответствующие размерам духовки.

9. Крышки варочных котлов, кастрюль и другой посуды с горячей пищей, открывать запрещено.

10. Не браться за горячую посуду голыми руками, использовать полотенца.

11. Посуду с пищей, после её обработки, поставить на удобную, устойчивую подставку.

12. Принимать меры к уборке промытой жидкости жира, уроненных на пол продуктов.

13. Для вскрытия тары пользоваться инструментом, предназначенным для этого.

14. При переноске грузов установлены следующие нормы: для женщин - 20 кг, для мужчин - 50 кг.

15. Работу производить на оборудовании с электрическим обогревом стоя на электрическом коврике.

18. Запрещается работать на оборудовании включённом в электросеть, зажигать спички, включать электроосвещение при наличии запахов газа.

19. Не запрещается работать на оборудовании с неисправной автоматической регулировкой.

2. Практическая часть

2.1 Разработка и анализ технологического процесса приготовления сложных салатов из морепродуктов

Разработка фирменных и новых изделий включает в себя следующие этапы:

- разработку проекта рецептуры;
- отработку рецептуры и технологии производства;
- оформление рецептуры и технологии производства;
- определение органолептических, физико-химических, микробиологических показателей;
- расчет пищевой ценности;
- установление сроков годности (при необходимости).

Рецептуры на новые изделия должны отрабатываться по таким позициям, как:

- количественное соотношение входящих в блюдо компонентов;
- сочетаемость продуктов;
- нормы вложения сырья массой нетто;
- масса изготовляемого полуфабриката;
- производственные отходы и потери при приготовлении полуфабрикатов и блюд (при механической и тепловой обработке, при порционировании);
- температурный режим и продолжительность тепловой обработки;
- степень готовности изделия;
- выход готовых изделий;
- органолептические, физико-химические и микробиологические показатели качества изделия.

При использовании новых видов сырья или полуфабрикатов (в том числе импортных) на предприятии самостоятельно определяют отходы и потери при механической и тепловой обработке. При необходимости уточняются действующие нормативы.

При отработке рецептуры используют сырье и продукты массой нетто, т.е. прошедшие механическую обработку.

В ходе опытных (экспериментальных) проработок определяются температурный режим и продолжительность тепловой обработки, уточняется последовательность выполнения операций, органолептические показатели кулинарных изделий и блюд. Опытные проработки проводятся в объемах, обеспечивающих статистическую достоверность полученных результатов.

Отработку проекта рецептуры и технологии проводят на небольших партиях из расчета получения готовой продукции в количестве 3 кг (3 л) или 10 порций (10 шт.) в 5-кратной повторности. При отклонении показателя выхода изделия более чем на ±3% отработку рецептуры повторяют.

По результатам экспериментальных проработок изделий оформляется акт, в котором также описывается технология приготовления и дается оценка качества по органолептическим показателям.

На основании результатов взвешивания на отдельных этапах технологического процесса производят расчет величины отходов и потерь, что необходимо в первую очередь для уточнения рецептуры изделия (блюда).

На основании результатов проработок принимают окончательное решение о составе и количестве компонентов, входящих в блюдо (изделие), устанавливают выход (полуфабриката, блюд и изделий), уточняют технологию приготовления, органолептические показатели, а также определяют необходимость и целесообразность унификации рецептуры или предусматривают ее вариантное исполнение.

2.2 Составление технико – технологической карты на салаты из морепродуктов

Порядок составления Технологических карт определен ГОСТ Р 53996-2010, в соответствие с которым необходимо проводить отработку (проработку) блюда.

Это значит, что прежде чем Технологическая карта на блюдо будет утверждена, блюдо необходимо несколько раз приготовить, чтобы выяснить нормы вложения продуктов массой брутто и нетто, выход отдельных полуфабрикатов, готовых компонентов и блюда в целом. К достоинствам данного способа следует отнести такие факторы как отсутствие ограничений по использованию ингредиентов, ассортимент блюд ограничен только фантазией шеф-повара.

У этого способа есть и свои минусы, а именно:

- требуются затраты на проработку блюда;
- нельзя оценить потенциальную себестоимость блюда и эффект от его продажи без проработки.

Вышеуказанные обстоятельства, приводят к серьезным ограничениям возможностей предприятий по оптимизации меню, так как они неизбежно связаны с существенными затратами на проработку (персонал, затраты на продукты и т.д.).

Основой любой ТК или ТТК, является рецептура блюда.

Одним из основных источников рецептур являются различные официальные Сборники, рекомендованные к применению на предприятиях общественного питания.

Технико-технологическая карта №1

Наименование блюда (изделия) Салат из королевских креветок с яйцом

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Креветки, яйцо, салат-латук, перец сладкий, чеснок, зелень, масло растительное, соль

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Креветки	292	70
Яйцо	1 шт.	40
Салат-латук	14	10
Перец сладкий	27	20
Чеснок	2	2
Зелень	5	5
Масло растительное	5	5
Соль	3	3

Технология приготовления

Вскипятить подсоленную воду, положить креветки и сварить до готовности. У креветок отделить хвостики от брюшка. Хвостики очистить от панциря, сделать продольный разрез вытянуть кончиком ножа внутренности (черная жилка).

Каждый хвостик креветки нарезать на 3-4 части.

Яйца сварить вкрутую, очистить и разрезать на четвертинки. Латук разобрать на отдельные листья, промыть под проточной холодной водой, обсушить на салфетке и убрать в холодильник. Перец разрезать вдоль, удалить из него семена и нарезать тонкой соломкой.

Для соуса мелко порубить петрушку. Зубчик чеснока разрезать на несколько частей и растереть в ступке в кашицу, добавив соль. Затем положите в ступку мелко нарезанную зелень петрушки и разотрите до получения однородной кашицы. Влить растительное масло и размешать. У вас должен получиться масляный соус яркого изумрудного цвета.

Требования к оформлению, подаче и реализации

На большой тарелке разложить листья салата. Сверху, чередуя, выложить соломку сладкого перца и кусочки креветок. Затем уложите четвертинки яйца.

Полить салат зеленым соусом и дать настояться 10-15 минут. Салат готов.

Органолептические показатели

Внешний вид уложенная на салатнике горка из порезанных морепродуктов и овощей, украшена зеленью

Цвет соответствующий цвету входящих в состав продуктов

Консистенция мягкая

Запах и вкус соответствующий входящим в состав продуктам

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
19,12	11,5	2,7	202,7

Технико-технологическая карта №2

Наименование блюда (изделия) Салат из кальмаров с пикантным соусом

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Кальмар, сыр «Эдем», помидоры, огурцы, салат зеленый, огурцы маринованные, оливки

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	53	20
Сыр «Эдем»	16	15
Помидоры	18	15
Огурцы	11	10
Салат зеленый	7	5
Огурчики маринованные	6	5
Оливки	5	3
Оливковое масло	20	20
Лимон	6	5
Вино белое сухое	5	5
Уксус	3	3
Сахар	2	2
Горчица	2	2
Укроп	5	5
Соль	2	2

Технология приготовления

Помидоры обдать кипятком и снять кожицу. Помидоры и огурцы мелко порезать. Вымыть салат, просушить, порезать. Маринованные огурчики и оливки мелко порезать. Сыр порезать тонкой соломкой.

Кальмары залить кипятком и оставить а 20 мин. Снять кожицу и порезать тонкой соломкой.

Соус: оливковое масло, лимонный сок, вино, уксус, сахар, горчицу, мелко порезанный укроп и тертый чеснок перемешать.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Выложить в салатник, сверху слоями помидоры, огурцы, салат, маринованные огурцы, оливки, сыр. Залить приготовленным соусом и оставить пропитаться.

Органолептические показатели

Внешний вид уложенная на салатнике горка из порезанных морепродуктов и овощей, украшена зеленью

Цвет соответствующий цвету входящих в состав продуктов

Консистенция мягкая

Запах и вкус соответствующий входящим в состав продуктам

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
8,83	5,97	1,36	94,43

Ответственный разработчик _____

Технико-технологическая карта № 3

Наименование блюда (изделия) Креветочный салат с соусом хойсин

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Креветки, масло растительное, соус хойсин, чеснок, капуста китайская, спаржа лимон, (бланшированная),перец сладкий, мандарины, лук репчатый красный, сахар коричневый, уксус рисовый, масло кунжутное.

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Креветки	167	40
Масло растительное	10	10
Соус хойсин	5	5
Чеснок	2	2
Капуста китайская	30	24
Спаржа (бланшированная)	22	12
Перец сладкий	13	10
Мандарины	10	7
Лук репчатый красный	12	10
Сахар коричневый	2	2
Лимон	5	4
Уксус рисовый	3	3
Сельдерей	7	5
Масло кунжутное	3	3
Соевый соус	3	3

Перец	3	3
Соль	4	4

Технология приготовления

Креветки очистить, посыпать солью и перцем, перемешать. В воке разогреть масло, добавить чеснок и креветки, обжаривать около 2 минут. Влить соус хойсин и готовить еще несколько минут.

Сладкий перец разрезать, удалить семена, нарезать полосками. В сервировочные тарелки разложить овощи, сверху положить готовые креветки. Смешать в баночке с крышкой все указанные в рецепте ингредиенты для заправки, хорошенько потрясти. чтобы составляющие, на сколько это возможно, перемешались.

Требования к оформлению, подаче и реализации

В сервировочные тарелки разложить овощи, сверху положить готовые креветки. Полить салат соусом и подавать к столу.

Органолептические показатели

Внешний вид уложенная на салатнике горка из порезанных морепродуктов и овощей, украшена зеленью

Цвет соответствующий цвету входящих в состав продуктов

Консистенция мягкая

Запах и вкус соответствующий входящим в состав продуктам

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
10,28	14,29	8,36	204,22

Ответственный _____

разработчик _____
_____

Технико-технологическая карта №4

Наименование блюда (изделия) Салат из кальмаров с курицей

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Кальмары, курица, яблоки, майонез, перец, соль

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	159	60
Курица	82	50
Яблоки	54	30
Яйцо	1/2	20
Майонез	20	20
Перец	3	3
Соль	4	4

Технология приготовления

Кальмаров очистить от кожицы и варить в кипящей воде 3—5 минут, охладить и нарезать мелкими кубиками. Мелко нарезать яблоки и куриное мясо. Отваренные вкрутую яйца мелко порубить

Требования к оформлению, подаче и реализации

Все продукты смешать и заправить майонезом. Перец и соль добавить

по вкусу.

Органолептические показатели

Внешний вид Все продукты равномерно нарезаны одним способом нарезки.

Цвет Свойственный компонентам, входящим в блюдо, без признаков заветривания.

Консистенция мягкая

Запах и вкус Приятный, свойственный данным компонентам салата, без прочащихся признаков

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
28,98	22,52	4,13	334,56

Технико-технологическая карта №5

Наименование блюда (изделия) Салат из кальмаров с квашеной капустой

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Кальмары, капуста квашеная, морковь, лук репчатый, масло растительное, уксус 3%, зелень, соль

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Кальмары	159	60
Капуста квашенная	109	55
Морковь	14	10
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	5	5
Уксус 3%	5	5
Зелень	5	5
Соль	4	4

Технология приготовления

Кальмары очистить от кожицы и варить в кипящей воде 3— 5 минут, охладить и нарезать соломкой. Лук мелко нарезать и обдать кипятком, морковь натереть на крупной терке. Эти продукты смешать с нарезанными кальмарами, залить водой, добавить туда уксус и оставить на1—2 часа. После чего уксусный раствор слить, а в салат добавить квашеную капусту и перец по вкусу.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Заправить растительным маслом и украсить зеленью.

Органолептические показатели

Внешний вид Все уложенная на салатнике горка из порезанных морепродуктов и овощей, украшена зеленью

Цвет Свойственный компонентам, входящим в блюдо, без признаков заветривания.

Консистенция мягкая

Запах и вкус соответствующий входящим в состав продуктам

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
14,25	8,12	3,05	142,33

Ответственный разработчик _____

Технико-технологическая карта №6

Наименование блюда (изделия) Салат из раков

Область применения _____

(Предприятия, которым дано право производства и реализации данного блюда)

Перечень сырья:

Раки, картофель, огурцы свежие, яблоки, зеленый горошек консервированный, сельдерей корень, майонез, сахар, соль

Требования к качеству сырья: *продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификаты соответствия и (или) удостоверения качества.*

Рецептура блюда

Наименование сырья	Масса брутто (г)	Масса нетто (г)
Раки	176	70
Картофель	27	20
Огурцы свежие	11	10
Яблоки	27	15
Продолжение рецептуры:		

Зеленый горошек консервированный	15	10
Сельдерей корень	12	5
Майонез	15	15
Сахар	2	2
Соль	4	4
Выход		150

Технология приготовления

Картофель отварить в мундире и нарезать мелкими кубиками. Огурцы мелко нарезать. Очищенные от кожуры яблоки и корень сельдерея натереть на крупной терке. Раки отварить. Мясо из клешней и шеек нарезать небольшими кусками. Все продукты смешать с зеленым горошком, заправить майонезом. Соль и сахар добавить по вкусу.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Украсить зеленью и крабовыми шейками.

Органолептические показатели

Внешний вид Все продукты равномерно нарезаны одним способом нарезки.

Цвет Свойственный компонентам, входящим в блюдо, без признаков заветривания.

Консистенция Свежих овощей, плотная хрустящая

Запах и вкус соответствующий входящим в состав продуктам

Показатели качества и безопасности

Физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда, соответствуют критериям, указанным в приложении к ГОСТу Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

Показатели пищевого состава и энергетической ценности

белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
15,14	11,38	9,64	200,56

Ответственный разработчик _____

2.3 Расчет пищевой и энергетической ценности сложны салатов из морепродуктов

Полезность пищевых продуктов в зависимости от их химического состава характеризуется пищевой ценностью. Термин «пищевая ценность» отражает всю полноту полезных качеств продукта, а термины «биологическая» и «энергетическая» ценность являются более частными и входят в определение «пищевая ценность».

Биологическая ценность отражает качество белковых компонентов продукта, связанных как с перевариваемостью белка, так и со степенью сбалансированности его аминокислотного состава.

Энергетическая ценность - это показатель, характеризующий ту долю энергии, которая высвобождается из пищевых веществ в процессе биологического окисления, и используется для обеспечения физиологических функций организма.

При биологическом окислении в организме 1 г белка высвобождается энергия, равная 4 ккал; энергетическая ценность 1 г жира природных пищевых продуктов составляет 9 ккал, углеводов «по разности» - 4 ккал, суммы моно- и дисахаридов - 3,8 ккал, полисахаридов - 4,1 ккал.

Пищевая ценность блюда (изделия) определяется количеством входящих в него продуктов (по массе съедобной части), усвояемостью, степенью сбалансированности по пищевым веществам (при оптимальном соотношении между ними).

Сведения о пищевой ценности (по данным химического состава) приводятся из расчета на 100 г съедобной части продукта (белки, жиры, углеводы - в г; витамины и минеральные вещества - в мг, энергетическая ценность указывается в ккал).

Информация о пищевой ценности продуктов питания должна включаться в соответствующие технические документы на кулинарные, кондитерские и булочные изделия.

Порядок выполнения расчетов приведен в справочных таблицах. Используя справочные данные, можно рассчитать химический состав сырьевого набора (исходных продуктов) с учетом отдельных компонентов по массе нетто (съедобной части). Затем определяют содержание искомого вещества в блюде (изделии) с учетом величины сохранности вещества и массы набора (полуфабриката) при тепловой обработке.

Пищевую ценность по содержанию белков, жиров и углеводов (в граммах на 100 г продукции) и калорийность (в килокалориях) определяют по формуле (№1):

А = (Б + У)Ч4 + ЖЧ9,

(1)где Б – белки; У - углеводы в г на 100 г продукции;; Ж - жиры

4 - калорический коэффициент для белков и углеводов;

9 - калорический коэффициент для жиров.

Приведенная методика расчета химического состава изделий является наиболее точной и совпадает с аналогичными принципами расчетов, проводимых в передовых зарубежных странах (США, Германия).

Использование справочных таблиц позволяет рассчитать пищевую ценность новых блюд.

На новые и фирменные блюда, технология приготовления которых по операциям совпадает с аналогичными, расчет химического состава продуктов, прошедших неоднократную кулинарную обработку, проводится в несколько стадий, с учетом потерь массы пищевых веществ для каждого продукта. Если аналогов новым изделиям не имеется, то искомые величины

необходимо определять экспериментально. Использование справочных таблиц позволяет рассчитать пищевую ценность новых блюд.

Расчет энергетической ценности производится по формуле (2):

ЭЦ = 4,0*Х + 9,0*У + 4,0*Z , (2)

где Х - количество белков, г; У - количество жиров, г; Z - количество углеводов, г.

Таблица 1 **Салат из королевских креветок с яйцом**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Креветки	70	13,31	1,89	0
Яйцо	40	5,08	4,6	0,28
Салат-латук	10	0,15	0	0,22
Перец сладкий	20	0,26	0	1,14
Чеснок	2	0,13	0,01	0,6
Зелень	5	0,19	0	0,41
Масло растительное	5	0	5	0
Соль	3	0	0	0
Итого		19,12	11,5	2,7

1)19,12*4+11,5*9+2,7*4=202,7 ккал

2)202,7*4,18=847,29 кДж

Таблица 2. **Салат из картофеля с морепродуктами**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Картофель	50	1	0,05	9,85
Морепродукты	70	6,7	13	1,3
Салат латук	15	0,9	0	0,4
Соль	4	0	0	0
Итого		7,9	13,05	11,55

1)7,9*4+13,05*9+11,5*4=195,25 ккал

2)195,25*4,18=816,145 к Дж

Таблица 3. **Салат из кальмаров с пикантным соусом**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы

Кальмары	20	4,44	1,04	0
Сыр «Эдем»	15	3,9	3,9	0
Помидоры	15	0,1	0	0,6
Огурцы	10	0,08	0	0,3
Салат зеленый	5	0,08	0	0,11
Огурчики маринованные	6	0,14	0	0,07
Оливки	5	0,09	1,03	0,28
Итого		8,83	5,97	1,36

1)8,83*4+5,97*9+1,36*4=94,43 ккал

2)94,43*4,18=394,71 кДж

Таблица 4. **Заправка**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Оливковое масло	20	0	19,96	0
Лимон	5	0,05	0	0,18
Вино белое сухое	5	0	0	0
Уксус	3	0	0	0
Сахар	2	0	0	2
Горчица	2	0,1	0,8	0,2
Укроп	5	0,13	0,03	0,21
Соль	2	0	0	0
Итого		0,28	20,79	2,59

1)0,28*4+20,79*9+2,59*4=198,49 ккал

2)198,49*4,18=829,69 кДж

Таблица 5**. Салат из кальмаров с квашеной капустой**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Кальмары	60	13,32	3,12	0
Капуста квашенная	55	0,44	0	0,99
Морковь	10	0,13	0	0,7
Лук репчатый	10	0,17	0	0,95
Масло растительное	5	0	5	0
Уксус 3%	5	0	0	0
Зелень	5	0,19	0	0,41
Соль	4	0	0	0
Итого		14,25	8,12	3,05

1)14,25*4+8,12*9+3,05*4=142,33 ккал

2)142,33*4,18=594,93 кДж

Таблица 6.**Салат-коктейль с креветками**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Капуста пекинская	60	0,72	0,12	1,2
Креветки	40	9,32	1,08	0
Яйцо	20	2,54	2,3	0,14
Майонез оливковый	15	0,1	10,1	0,4
Фета	10	1,4	2,1	0,4
Соль	4	0	0	0
Итого		14,08	15,7	2,14

1)14,08*4+15,7*9+2,14*4=206,46 ккал

2)206,46*4,18=863 кДж

Таблица 7.**Креветочный салат с соусом хойсин**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Креветки	40	9,32	1,08	0
Масло растительное	10	0	10	0

Чеснок	2	0,13	0,01	0,6
Капуста китайская	24	0,3	0	0,5
Спаржа (бланшированная)	12	0,23	0	0,4
Перец сладкий	10	0,13	0	0,57
Мандарины	7	0,06	0	0,6
Лук репчатый красный	10	0,17	0	0,95
Сахар коричневый	2	0	0	2
Лимон	4	0,04	0	0,14
Уксус рисовый	3	0	0	0,4
Масло кунжутное	3	0	3	0
Итого		10,28	14,29	8,36

1)10,28*4+11,29*9+8,36*4=204,22 ккал

2)177,25*4,18=853,63 кДж

Таблица 8.**Соус**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Сельдерей	5	0	0	0,1
Масло кунжутное	3	0	3	0
Соевый соус	3	0,18	0	0,18
Перец	3	0	0	0
Соль	4	0	0	0
Итого		0,18	3	0,18

1)0,18*4+3*9+0,18*4=28,81 ккал

2)28,81*4,18=120,42 кДж

Таблица 9.**Салат из кальмаров с курицей**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Кальмары	60	13,32	3,12	0
Курица	50	12,6	3,7	0

Яблоки	30	0,12	0	3,39
Яйцо	20	2,54	2,3	0,14
Майонез	20	0,4	13,4	0,6
Перец	3	0	0	0
Соль	4	0	0	0
Итого		28,98	22,52	4,13

1)28,98*4+22,52*9+4,13*4=334,56 ккал

2)334,56*4,18=1398,46 кДж

Таблица 10.**Салат из раков**

Наименование сырья	Масса, г	белки	жиры	углеводы
Раки	70	14,2	0,9	0,7
Продолжение таблицы 10.				
Картофель	20	0,08	0,4	3,34
Огурцы свежие	10	0,07	0	0,18
Яблоки	15	0,06	0	1,7
Зеленый горошек консервированный	10	0,36	0,01	0,98
Сельдерей корень	5	0,07	0,02	0,31
Майонез	15	0,3	10,05	0,45
Сахар	2	0	0	1,98
Соль	4	0	0	0
Итого		15,14	11,38	9,64

1)15,14*4+11,38*9+9,64*4=200,56 ккал

2)200,56*4,18=838,34 кДж

Заключение

В результате проделанной работы я пришел к следующим выводам.

Изысканные блюда из морепродуктов ценились гурманами во все времена.

Большая часть моллюсков и ракообразных консервируется или замораживается, некоторые продаются живыми.

Морепродукты широко используются не только в повседневном рационе в составе салатов, супов и вторых блюд, но и в лечебном диетическом питании. В мясе беспозвоночных высоко содержание незаменимых аминокислот, присутствуют более тридцати восьми микроэлементов: медь, кобальт, цинк, марганец, никель, титан, хром, мышьяк, йод и другие, а также витамины, в том числе группы В. По питательной ценности эти высокобелковые продукты значительно выше мяса наземных животных и речных рыб.

Морепродукты – это здоровая, или, как говорят нынче, экологически чистая пища. Во-первых, эти существа свободные и вольнолюбивые. Их никто не выращивает в садках и не кормит комбикормом. Они живут на воле и впитывают в себя обычную среду обитания – глубокое чистое море.

Во-вторых, морепродукты, как и рыба, не бывают второй свежести. Если мясо можно замораживать и размораживать несколько раз, то с морепродуктами такой фокус не пройдет – при повторном замораживании они теряют пластичность и при готовке превращаются в кашу. В лучшие московские рестораны морепродукты прибывают живьем, в воде комфортной для них температуры 2-3 градуса (по правилам замораживать разрешается только креветок).

В-третьих, морепродукты – кладезь белка. А нашему мозгу, сосудам и щитовидной железе они вообще лучшие друзья, поскольку практически все мы с детства страдаем от дефицита йода.

В-четвертых, по сравнению с мясом они лучше усваиваются, обладают более ценными диетическими и питательными свойствами. Японцы, пока не вошли в мировое сообщество, принесшее им бифштексы и гамбургеры, ели в основном морепродукты.

Наконец, застолье с морепродуктами не предполагает обильных возлияний. К морепродуктам подают белое вино (к ракообразным еще и светлое пиво), а вот к розовому тунцу и лососю подойдет красное. При выборе вина ошибиться сложно – цвет напитка должен соответствовать цвету блюда. К устрицам вообще-то положено подавать шампанское или белое вино. Но и светлые сорта пива тоже подходят.

И большинство даров моря вполне дружат с чистой водой и замороженным цитрусовым соком. Цитрусовые с морепродуктами сочетаются оптимально!

Список использованной литературы

1. Богушева В. И. Технология приготовления пищи: учебно-методическое пособие – Ростов н/Д : Феникс, 2007. – 374 с.
2. ГОСТ 20438-75 Водоросли, травы морские и продукты их переработки. Правила приемки. Методы органолептической оценки качества. Методы отбора проб для лабораторных испытаний.
3. ГОСТ 26185-84 Водоросли морские, травы морские и продукты их переработки. Методы анализа.
4. ГОСТ 7630-87 Рыба, морские млекопитающие, морские беспозвоночные, водоросли и продукты их переработки. Маркировка.
5. ГОСТ Р 50647-94. Общественное питания. Классификация предприятий. – М.: Госстандарт России, 1995. – 21 с.
6. ГОСТ Р 50763-95. Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия. – М: Госстандарт России, 1995.
7. Единая система технологической документации СТ СЭВ 875-78.3.1001-81. Общие положения. – М.: Издательство стандартов, 1981..
8. Кулинария. Справочное пособие. /Н.И.Губа, Б.Г. Лазарев. – К.: Вища шк., 1987. – 263 с.
9. Культура питания. Энциклопедический справочник / под.ред.И.А.Чеховского. – Минск, 1993. – 544 с.
10. Молоховец А. Салаты из рыбы и морепродуктов. – СПб: Литера, 2003. – 48 с.
11. Национальный стандарт РФ ГОСТ Р 50762-2007. «Услуги общественного питания. Классификация»
12. Общественное питание. Сборник документов. – М.: Омега-Л, 2006.
13. Организация производства и обслуживания в предприятиях общественного питания. – М.: Экономика, 1986.
14. Парфентьева Т.Р., Стародубцева З.А. Мясные и рыбные товары. М.:

Экономика, 2001.

15. Питание и общество № 1 –№ 12. – М.: 2007.
16. Похлебкин В.В. Национальные кухни народов мира. – М.: Центрполиграф, 1990. // www.kylinaria.ru
17. Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. – М.: Центрполиграф, 2009. - 639 с.
18. Сборник рецептур кулинарных изделий и блюд. - М.: Цитадель-трейд, 2005. - 752с.
19. Сборник рецептур кулинарных изделий и блюд. Нормативная и технологическая документация. - М.: Хлебпродинформ, 1986. -386с.
20. Справочник кулинара / Под ред. М.М. Ефимовой. М.: ПРОГРЕСС, 2003. -471с.
21. Справочник технолога общественного питания / А.И. Мглинец, Г.Н. Ловачева, Л.М. Алешина и др. М.: Колос, 2003. -541с.
22. Справочник технолога общественного питания / Под ред. О.И. Овсянникова. М.: Пищевая промышленность, 2001. -489с.
23. ТУ 15-01 213-80 Капуста морская мороженая. Технические условия.
24. ТУ 15-01 360-78 Капуста морская сырец. Технические условия.