**Тема.Виды тепловой обработки овощей.Технология приготовления вареных,тушеных и жареных овощных блюд.**

**Цель:**1.Ознакомить учащихся со способами тепловой обработки продуктов, посудой и инвентарем для тепловой обработки,технологией приготовления овощных блюд;научить готовить вторые овощные блюда и подавать их к столу; расширить знания и практические умения по приготовлению блюд.

2. Формировать сознательное соблюдение правил безопасной работы при выполнении тепловой обработки продуктов.

3. Воспитывать культуру,эстетический вкус.

**Оборудование:**таблицы,иллюстрации,учебники.

**Инструменты и материалы:**разделочные доски,терка,кухонные ножи,сковороды,столовая посуда и приборы,желобковый нож.

**Ход урока.**

**І.Организационный момент.**

**ІІ.Актуализация опорных знаний.**

*1.По две ученицы от бригады получают карточки-задания.*

**Карточка-задание № 1.**

*ЗАДАНИЯ.*

1.Выберите карточки с названиями продуктов,необходимых для приготовления винегрета.

2.Опишите технологию приготовления этого блюда.

*КОМПЛЕКТ КАРТОЧЕК.*

Картофель капуста свекла помидоры морковь соленый растительное огурец масло

**Карточка-задание № 2.**

*ЗАДАНИЯ.*

1.Выберите карточки с названиями операций первичной обработки овощей.

2.Какие операции обработки овощей выполняют при приготовлении винегрета. Охарактеризуйте каждую из них.

*КОМПЛЕКТ КАРТОЧЕК.*

Сортировка варка мытье нарезка тушение очистка жаренье запекание

*2.С остальными ученицами проводится беседа по вопросам:*

* В чем пищевая ценность овощей?
* Разгадайте кроссворд и назовите овощную продукцию.
* Разгадайте кроссворд и перечислите виды нарезки овощей.
* Сформулируйте общие правила приготовления салатов из сырых овощей.
* Сформулируйте общие правила приготовления салатов из вареных овощей.
* Перечислите правила безопасной работы при нарезке овощей.

**ІІІ.Изучение нового материала.**

1.Тема и цель урока.

2.Виды тепловой обработки овощей.

При приготовлении определенных блюд овощи,кроме первичной обработки, подвергают тепловой обработке.Известно несколько видов обработки.В ходе дальнейшего рассказа учитель опирается на схему «Обработка овощей» в учебнике.

***Варка***– это процесс нагревания и доведения продуктов (овощей и др.)до готовности в кипящей жидкости(воде,бульоне,молоке) или на пару.

Существуют несколько способов варки:

-В большом количестве воды(основной способ).

-На пару(без погружения в воду).

-В небольшом количестве воды или собственном соку(припускание).

***Жаренье***– это процесс нагревания продуктов (овощей и др.) в жире до обра-зования румяной корочки.Применяется для приготовления гарниров и заправок для супов.

Способы жаренья:

-В небольшом количестве жира(основной способ).

-В небольшом количестве жира до полуготовности(пассерование).

-В большом количестве жира(во фритюре).

***Тушение*** – это комбинированный способ тепловой обработки,во время кото-рого продукты сначала обжаривают,а затем припускают(доводят до готовности)в небольшом количестве жидкости или соусе с добавлением кореньев,лука,специй.

*\*Как вы думаете,какой из способов тепловой обработки позволит сохранить наибольшее количество полезных веществ в овощах?*

3.Сохранность витаминов и питательных веществ при тепловой обработке овощей.

При тепловой обработке овощи теряют содержащиеся в них витамины и питательные вещества.Но эти потери не одинаковы при различных способах тепловой обработки овощей.

*ЗАДАНИЕ.*

*Внимательно проанализируйте таблицу «Потери витамина С при тепловой обработке картофеля» и определите,что влияет на сохранность полезных свойств овоща при тепловой обработке*.

**ПОТЕРИ ВИТАМИНА С ПРИ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКЕ КАРТОФЕЛЯ.**

|  |  |
| --- | --- |
| ВИД ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ | ПОТЕРИ ВИТАМИНА С (%) |
| Варка неочищенных клубней  С погружением в холодную воду  С погружением в горячую воду | 25  малые |
| Варка очищенных клубней  С погружением в холодную воду  С погружением в горячую воду | 35  7 |
| Тушение | 80 |
| Жаренье | 20 - 25 |
| Приготовление пюре | 72 -78 |
| Приготовление запеканки | 90 -92 |
| Приготовление котлет | 93 - 95 |

***В ходе работы учащиеся формулируют вывод: чем длительнее процесс тепловой обработки овощей(запекание,обжаривание),тем больше теряется витамина С (до 95%)***

***Физминутка.***

4.Правила приготовления овощей.

1. Очищенные овощи не следует длительное время держать в воде.

2. Нарезать овощи непосредственно перед тепловой обработкой.

3. Очищенные овощи(кроме свеклы и моркови) закладывать в кипящую подсоленную жидкость и варить при слабом кипении.

4. Уровень воды должен превышать уровень овощей не более,чем на 1,5 см.

5. Овощи варить в посуде с закрытой крышкой.

6. Картофель и морковь лучше варить на пару.

7. Для жарения овощи класть на сковороду с разогретым жиром.

8. Реже применять такие способы тепловой обработки,как тушение,припускание,приготовление пюре,при которых разрушается витамин С.

5.Посуда,инвентарь для тепловой обработки продуктов.

*Какую посуду вы используете дома для варки,жаренья?*

Для тепловой обработки овощей используют следующую посуду из нержавеющей стали или с эмалированным покрытием:

Кастрюли(для варки овощей и овощных супов);

Сковороды(для жарения,пассерования);

Пароварки(для варки нпа пару);

Фритюрницы(для жарения во фритюре);

Скороварки(с герметически закрывающейся крышкой).

Следует учитывать,что при поврежденном состоянии эмали потери витамина С при варке овощей значительно увеличиваются.

**ІV.Подготовка к практической работе.Инструктаж к работе.**

1.Мытье рук,одевание спецодежды.

2.Подготовка инструментов для работы.

3.Изучение правил техники безопасного труда с горячими жидкостями,с электо-плитами,режущими и колющими инсрументами.

4.Повторение правил санитарии при выполнении практической работы.

5.Вводный инструктаж к проведению практической работы.

6.Требования к качеству готового блюда.

**1.Изучается инструкционная карта:**

**«ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОВОЩНОГО РАГУ».**

ПРОДУКТЫ(на одну порцию):картофель – 75г,капуста – 40 г,морковь – 30 г, лук репчатый – 20 г,растительное масло – 20 г,томатный сок (паста) – 30 г,соль,спе-ции,зелень.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЯ.

1. Выполнить первичную обработку овощей.

2. Обжарить на растительном масле картофель,капусту,морковь.Сложить в кастрюлю.

3. Лук обжарить до золотистого цвета,добавить томатный сок,протушить 5-7 мин.Вылить в кастрюлю.

4. Добавить специи,соль и тушить до готовности.

5. Разложить по тарелкам,украсить зеленью,подать на стол.

2.Проводится текущий инструктаж.

3.Проводится индивидуальная работа с учащимися.

4.Выполняется сервировка стола.

5.Проводится дегустация готового блюда.

6.Мытье посуды.

**VІ.Закрепление новых знаний и навыков.**

*Проводится беседа с учащимися по вопросам:*

Какие виды тепловой обработки вам известны?

Какие операции первичной обработки проходят овощи при приготовлении овощного рагу?

Каким инструментом пользуются при очистке картофеля?

Какой вид тепловой обработки используется при приготовлении овощного рагу?

**VІІ.Итог урока.**

1.Самоанализ деятельности учащихся.

2.Оценка работы бригад:

Общее оценивание работы бригад;

Индивидуальное оценивание.

3.Выставление оценок.

4.Анализ допущенных ошибок.

5.При приготовлении овощей используют разные виды тепловой обработки.Готовя овощные блюда,необходимо заботиться о сохранении в них витаминов и питательных веществ.С этой целью следует соблюдать основные правила варки,жарения и тушения овощей.

6.Домашнее задание

Подготовить сообщения об национальной кухне по темам: «Первые блюда», «Вторые блюда», «Особенности национальной кухни», «Традиционные праздники и блюда».