**1. Історія та перспектива розвитку**

Українська кухня з давніх часів відзначалася великою розмаїтістю страв і їх високими смаковими та поживними якостями. Використання для страв різноманітної тваринного і рослинного сировини і раціональні способи приготування, роблять ці страви поживними, смачними, соковитими і ароматними.

Велика кількість страв (крученики, завиванці, фарширована птиця та овочі, шпіговане салом і часником м'ясо і т.д.) готується в фаршированому або шпігованом вигляді. Ці страви апетитні і відзначаються високою поживністю. Дуже багато продуктів для других страв проходить складну обробку – спочатку їх обсмажують або варять, а потім тушкують або запікають. Це зберігає їх аромат і надає їм соковитість.

Українська кухня створювалася протягом багатьох століть, тому вона в певній мірі відбиває не тільки історичний розвиток українського народу, його звичаї і смаки, а й соціальні умови, природні і кліматичні особливості, в яких перебував український народ в процесі свого історичного розвитку.

Як свідчать археологічні розкопки, населення, яке проживало в далекі часи на території України, мало можливість завдяки географічним умовам харчуватися як рослинною, так і м'ясною їжею. Уже в період трипільської культури (3 тисячі років тому), яку сприйняли східні слов'яни, населення Правобережної України вирощувало зернові культури – пшеницю, ячмінь і просо. Значно пізніше, близько тисячі років тому, в посівах з'явилось жито, яку майже повсюдно почали вирощувати у стародавній Русі.

Поряд із землеробством, слов'янські племена розводили велику і дрібну рогату худобу, свиней, а також займалися полюванням і риболовлею. У наступні часи землеробство і скотарство дедалі більше розширювалося, особливо на території, яку займає сучасна Україна. Відомо, що для приготування їжі слов'янські племена робили різну глиняний посуд, яку обпалювали в спеціальних печах. Далі матеріальна культура успішно розвивалася племенами слов'ян, які вели поселенський спосіб життя і пізніше утворили старовинне російське державу – Київську Русь, що стала колискою трьох братніх східних слов'янських народів – російського, українського та білоруського.

Літописи та інші писані пам'ятки, а також археологічні розкопки свідчать про багатство і різноманітність їжі, яка вживалася населенням Наддніпрянщини в період Київської Русі. Крім продуктів переробки зерна і різних овочів (капусти, ріпи, цибулі, часнику), до складу їжі входило м'ясо свійських тварин (свиней, овець, кіз, корів і телят) та птиці (курей, гусей, качок, голубів, тетерів і рябчиків). З диких звірів найчастіше використовувалися для харчування дикі свині (вепри), зайці та ін, їх добували на полюванні. Є також відомості про вживання молока, коров'ячого масла і сиру.

Значне місце в харчуванні наших предків здавна займала й риба, серед якої слід назвати коропа, ляща, осетра, сома, вугра, лина, піскаря, щуки, в'яза. Вживалася в їжу також ікра різних порід риб. Серед рослинної їжі стародавніх слов'янських народів перше місце займав хліб, який готували з житнього та пшеничного борошна на заквасці (кислий хліб) і випікали в печах. Зерно перемелювали на борошно на ручних жорнах, а пізніше – на водяних і вітряних млинах.

Прісне тісто вживали у вигляді галушок та інших виробів. Нашим предкам було відомо багато видів хлібних виробів: пироги, калачі, короваї. Пекли також хліб з маком і медом. З пшениці робили не тільки борошно, а й крупи, з яких варили кутю. У великій кількості використовували для їжі пшоно. Споживали також рис, який завозили з інших країн. Його називали в той час «Сорочинський пшоном».

Досить велику роль у харчуванні відігравали бобові культури – горох, квасоля, чечевиця, боби і ін З городніх овочів використовували: капусту (свіжа і квашена), буряки, редьку, моркву, огірки, гарбуз, хрін, цибулю і часник. Як приправу до страв використовували місцеві пряно-смакові рослини – кріп, петрушку, кмин, аніс, м'яту, а також привезені з інших країн – перець і корицю.

Для приготування їжі використовували тваринний жир, різні олії, оцет і горіхи. Через відсутність цукру немалу роль у харчуванні відігравав мед. З фруктів і ягід їли яблука, вишні, сливи, смородину, брусницю, малину, та ін У великій кількості наші предки вживали одержувані способом бродіння напої – мед різних сортів, пиво, квас і виноградне вино. Їжу різних видів, пов'язану з тривалою варінням, готували в закритих печах, які на той час були дуже поширені. Рідку їжу готували з додаванням багатьох ароматичних приправ та овочів і називали «Варивши із зіллям». Крім того, були поширені різні м'ясні і рибні відвари, відомі під назвою «вуха». «Варивши із зіллям» з додаванням овочів пізніше почали називати борщем, оскільки обов'язковою складовою частиною цієї страви були буряки, які мали назву «б'рщ'».

«Юху», яка згодом стала називатися «юшкою», готували у вигляді якого-небудь відвару з додаванням інших продуктів – гороху, крупів і т.д.

Серед солодких страв на той час були відомі: кутя з медом, кутя з маком і горіхами, рис з медом і корицею, кутя з родзинками і горіхами, юха з сушених яблук, слив та вишень (узвар), що мали тривалий час також обрядовий значення. З малини й журавлини варили узварец.

З усього сказаного видно, що наші предки з давніх часів добре вміли готувати поживну рослинну, м'ясну і рибну їжу.

Приготування їжі, як певна майстерність, виділилось в окрему спеціальність при княжих дворах і монастирях. Так, вже в XI ст. у Києво-Печерському монастирі серед ченців було кілька кухарів. Кухарі були також і в багатих сім'ях.

З розвитком землеробства, скотарства, рибальства, полювання і бджільництва продукти землеробства і скотарства почали вивозити за кордон.

У XV–XVII століттях, внаслідок подальшого поділу суспільної праці, успішно розвивалася торгівля, поступово розширювався внутрішній ринок, виростали торговища і ярмарки, посилювались економічні зв'язки між окремими містами і землями. На торговищах і ярмарках продавали хліб, м'ясо, рибу, мед, молочні та інші продукти. У XIX ст. на Україну з'являються такі овочеві культури, як помідори і сині баклажани, які знайшли широке застосування в українській кухні. Помідори використовуються для приготування холодних закусок і других страв. З помідорів приготовляють томат-пюре, яке використовується при приготуванні борщу і соусів. З синіх баклажанів почали приготовляти холодні закуски (ікру, фаршировані баклажани тощо) і другі гарячі страви в смаженому і тушкованому вигляді.

Значно розширюється асортимент українських страв на Україну в XIX століття, коли почали вирощувати цукровий буряк і виробляти з нього цукор. До цього часу населення України використовувало для приготування солодких страв і виробів з борошна в основному мед, оскільки тростинний цукор ввозився з-за кордону, був дорогий і недоступний широким верствам населення. Буряковий же цукор був набагато дешевше і населення широко почало використовувати його для приготування різних страв і напоїв.

Внаслідок цього розширився асортимент не тільки солодких страв і виробів з солодкого тіста, а й асортимент інших борошняних і круп'яних страв з цукром. З'явилися в меню різні бабки, пудинги, солодкі каші і т.д. Розширився також і асортимент напоїв. Почали готувати різні наливки, варенухи та інші напої домашнього і промислового виготовлення.

Поява нових культур у сільському господарстві України створило сприятливі умови для подальшого розвитку української кухні, яка стає все різноманітнішим і відрізняється своїми смаковими особливостями.

Багато літературних джерел описують велику різноманітність і багатство страв української кухні.

**2. Технологічна частина**

**2.1 Харчова цінність сировини**

Тіло птиці відрізняється від тіла забійних тварин будовою скелета, мускулатури, внутрішніх органів і шкіряним покривом. Кістки тонші, твердіші і міцніші. Частка кісткової тканини складає 13–16% від живої маси курей.

*Мускульна тканина у птиці* щільна і дрібноволокниста. У порівнянні із забійними тваринами, вона менше пронизана сполучною тканиною, більш ніжна і пухка, а тому краще засвоюється організмом людини. У молодих і м'ясних птахів м'язові волокна товстіші, ніж у дорослих і яєчних порід, м'язова тканина самців товстіша і жорсткіша, ніж у самок. Грудні (філейні) м'язи курей та індиків білі з рожевим відтінком (біле м'ясо), а решта червоного кольору. М'ясо гусей і качок має темне (червонувате) забарвлення. Червоне м'ясо містить менше, ніж біле, азотистих екстрактивних речовин і більше жиру. Найбільш розвинуті грудні м'язи, частка яких майже рівна масі інших м'язів.

Жирові відкладення у птиці розміщені під шкірою, на внутрішніх органах і між м'язовими пучками. В м'ясі птиці «мармуровість» відсутня.

Шкіра у птиці тонка, рухлива, від біло-рожевого до жовтого кольору різних відтінків.

Співвідношення між окремими складовими частинами тіла залежить від виду, статі, віку, вгодованості. Наприклад, вихід їстівних частин у курчатбройлерів 49 днів складав 52–55%, каченят такого ж віку – 49–53, індичат 120 днів – 60–63, гусят 63 днів – 50–54%.

*Хімічний склад м'яса* залежить від виду, віку, вгодованості птиці та інших факторів. Вміст білків коливається від 15,2% (гуси І категорії) до 21,6% (індики II категорії). М'ясо птиці II категорії містить на 1,8–3,2% більше білків, ніж м'ясо і категорії. У ньому в 2–3 рази менше неповноцінних білків, ніж у яловичині. Для м'яса курей і бройлерів І категорії лімітованою є амінокислота ізолейцин, амінокислотний скор якої відповідно 90 і 88%, а м'яса курей II категорії – валін (86%). Метіонін з цистеїном лімітовані в індичині (79%) і качатині І категорії (90%).

Вміст ліпідів коливається в значних межах у різних видах м'яса птиці. Найменше їх накопичується у м'ясі курчат-бройлерів II (5,2%) і І категорій (12,3%). М'ясо курей відповідних категорій містить в 1,5 раза більше цих сполук. Найбільше ліпідів містять гусятина і качатина як першої (39 і 38%), так і другої (27,7 і 24,2%) категорій.

М'ясо дорослої птиці багате на екстрактиві речовини, які використовують у дієтичному і лікувальному харчуванні.

Вітамінний і мінеральний склад м'яса птиці близький до м'яса тварин.

Дозрівання м'яса птиці проходить інтенсивніше, що поліпшує смакові властивості і засвоюваність цієї продукції. М'ясо качок дозріває скоріше, ніж м'ясо курей і гусей.

М'ясо птиці має приємний смак і аромат, зумовлені близько 180 компонентами, які являють собою різні кислоти, спирти, складні ефіри, сірковміщуючі сполуки, ароматичні вуглеводні тощо.

Харчова цінність готових страв із смаженої птиці на 100 г. їстівної частини (у дужках – приблизна частка від добової потреби, %)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Харчові речовини | Смажена курка | Харчові речовини | Смажена курка |
| Білки, г | 26,3 (31) | Вітамін А, мг | 0,04 (5) |
| Жири, г | 11,0 (11) | Каротин, мг | 0,03 (5) |
| Вуглеводи, г | - | Вітамін В1, мг | 0,06 (4) |
| Кальцій, мг | 33 (4) | Вітамін В2, мг | 0,12 (6) |
| Магній, мг | 27 (7) | Вітамін РР, мг | 7,42 (39) |
| Фосфор, мг | 244 (20) | Вітамін С, мг | 1,2 (2) |
| Залізо, мг | 2,5 (18) | Енергетична цінність, ккал | 204 (7) |

**Згущене молоко** з цукром має наступний хімічний склад: вологи – не більше 26,5%, цукру (сахарози) – 43,5%, жиру, білків, молочного цукру і мінеральних речовин – 28,5, в тому числі жиру – не менше 8, 5%. У згущеному молоці з цукром сухих речовин (не рахуючи цукру) у два з гаком рази більше, ніж у натуральному, в ньому зберігаються вітамін В1, вітамін В2, значна частина вітаміну В12 і вітаміну А.

Його калорійність – 1356 кдж/100 г. (1 ккал = 4,19 кДж).

**Яйце** – в основному білковий продукт, дуже високої харчової і біологічної цінності, оскільки у ньому містяться всі поживні речовини, які потрібні для життєдіяльності людини. До складу курячого яйця входять білки (12, 7%), жири (11,5%), вуглеводи (0,6–0,7%), мінеральні речовини (1,0%), вода (74%), вітаміни D, Е, каротин, В1, В2 В6, РР, холін. Енергетична цінність 100 г. курячих яєць – 157 ккал., або 657 кДж. За поживністю яйце можна прирівняти до 40 г. м'яса або 200 г. молока.

**Маргарин**

Високоякісний жир, подібний до вершкового масла за смаком, кольором, ароматом, консистенцією, вмістом жирі, білків, вуглеводів. Основною складовою частиною маргарини є саломас (гідрогелізований жир). Крім того в рецептуру маргарину входить рідкі рослинні олії (соняшникова та кукурудзяна), тваринні жири яловичий, свинячий) і коров’яче молоко (натуральне або сухе) кухонна сіль, цукор, ванілін, барвники і емульгатори, лимонна кислота, ароматичні речовини.

Для підвищеної біологічної цінності маргарину до нього додають вітаміни А і Е.

Маргарин містить не менш ніж 82% жиру, не більш 17% води, 1% вуглеводів, 0,3% білків, t плавлення маргарину 27–33оС, засвоюється організмом 94–97%.

Розрізняють маргарин: столовий, вершковий, молочний, також є з добавками шоколадно-молочні, шоколадні. Використовують для приготування бутерброднів і кондитерських виробів.

**У борошні** зберігаються всі речовини, які є в зерні (білки, жири, вуглеводи, мінеральні речовини, вітаміни, ферменти), але кількість і співвідношення їх дещо інші. Це залежить від сорту борошна. Чим вищий сорт, тим більше в ньому крохмалю, але менше цукрів, білків, вітамінів, ферментів, жирів, мінеральних речовин, оскільки вони містяться в оболонках зерна і в зародку, які при одержанні борошна вищих сортів видаляються. Борошно вищих сортів має більшу енергетичну цінність, краще засвоюється.

Швидке засвоєння **цукру** – харчової добавки, використовуваної для надання продуктам солодкого смаку, – забезпечує організм легкозасвоюваними вуглеводами. Його калорійність складає 380 ккал на 100 г.

**2.2 Технологія приготування страв**

Оброблені тушки птиці і дичини використовують для теплової оброблення цілком або готують порційні напівфабрикати, а так ¬ же рубану масу. Птицю, призначену для теплової обробки цілком, попередньо формують (заправляють), для того щоб при ¬ дати їй компактну форму, прискорити процес теплової обробки і що ¬ б зручніше було нарізати на порційні шматки.

Перед заправкою тушки птиці і дичини сортують: Тушки, з пошкодженим-денним філе не заправляють, а використовують для приготування котлет ¬ ної маси або для варіння.

Заправка птиці. Тушки птиці заправляють: «в кишеньку», в одну нитку, у дві нитки.

Заправка «у кишеньку» є найбільш простим поширеним способом. Для цього роблять розрізи шкіри («кишеньки») на черевці з двох сторін і вставляють у ці прорізи кінці ніжок. Шкірою від шиї закривають шийний отвір, крильця підкручують до спини так, щоб вони притримували шкіру шиї.

Застосовують і інший спосіб заправки «в кишеньку».

У цьому випадку при обробці птиці ніжки відрубують на 1 -1,5 см нижче п'яточного суглоба під кутом 30 °, щоб отримати загострену кістку. Шкіру від шиї і крильця заправляють так само, як і при першому способі. Потім підготовлену тушку кладуть вниз спинкою, щільно притискають ніжки до тушки, кінці їх кладуть один на одного (хрест-навхрест) і вправляють всередину розрізу черевця в напрямку до хвоста так, щоб кінці загострених кісточок зачепилися за м'якоть. «У кишеньку» заправляють курей, курчат, індиків для варіння, гусей і качок – для смаження.

Заправка в одну нитку – тушку птиці укладають спинкою вниз, лівою рукою притискають ніжки до тушки, а правою проколюють голкою з ниткою в центрі стегенця під філейної частиною так, щоб голка вийшла з протилежного боку в пашину під ніжкою. Голку з ниткою протягують, кінець нитки залишають у початкового проколу. Потім нитку накидають на ніжку, проколюють голкою з ниткою кінець частини філе, щоб голка вийшла з протилежного боку, накидають нитку на іншу ніжку, проколюють пашину під ніжкою, протягуючи голку навскоси так, щоб вона вийшла у друге стегенця з протилежного боку. Тушку повертають на бік, проколюють одне крило, прикріплюють ниткою шкіру шиї до місця спини, проколюють друге крило, нитки стягують і зав'язують вузол. В одну нитку заправляють птицю для смаження.

Заправка у дві нитки – тушку кладуть на стіл спинкою вниз, притискають ніжки до тушки, проколюють голкою з ниткою окорок в місці згину ніжки, пропускають під філейної частиною і проколюють другий окорок, протягають нитку, залишаючи кінець у початкового проколу. Потім тушку повертають на бік, шкіру з шийки накидають на спинку, закриваючи шийний отвір. Голку з ниткою пропускають через одне крильце, закріплюють ниткою шкіру шиї на м'язах спинки і пропускають через інше крильце. Після цього кінець нитки у крильця і кінець нитки, залишеної у стегенця, стягують і зав'язують у вузол. Таким чином, однією ниткою заправляють крильця.

Другий ниткою ніжки прикріплюють до тушки. Для цього тушку кладуть на спинку, притискають ніжки до тушки, проколюють голкою під ніжками, накидають нитку на ніжку і проколюють під ніжками в зворотному напрямку, кінці ниток стягують і зав'язують у вузол. У дві нитки заправляють курей, курчат, індиків для смаження, а також велику пернату дичину – глухарів, тетеруків.

Заправка за допомогою голки погіршує зовнішній вигляд птаха, при цьому доводиться робити глибокі проколи м'якоті, голка покривається жиром і ковзає в руках. Тому можна застосовувати способи заправки без голки, Які більш прості і прискорюють процес заправки птиці (рис. 1).

Перший спосіб. Шкіру шиї і крильця заправляють так само, Як і при заправці «в кишеньку». Беруть нитки довжиною 0,5–0,6 м. Тушку кладуть на спинку, на грудної кістки зав'язують петлю, для цього середину нитки чіпляють за кінчик грудної кістки (можна зробити неглибокий надріз), потім кінці петлі пропускають посередині крильній кістки, підводять нитки під спинку, оперізують тушку хрест-навхрест. Після цього накладають нитки на кінці кожної ніжки, стягують, притискаючи щільніше до тушки, зав'язують у вузол. Цей спосіб використовують заправки курей, курчат.

Другий спосіб. Оброблену тушку кладуть спинкою донизу. Беруть нитки довжиною 0,7–0,8 м. Зав'язують петлю на хвості, потім на відрубані кінці ніжок накидають петлю, кінці ниток пропускають по спинці і оперізують тушку хрест-навхрест. Кінець ниток виводять посередині крильних кісточок, стягують нитки і зав'язують у вузол на частини філе грудки. Цим способом краще заправлять тушки великої птиці.

Птицю і дичину смажать цілими тушками і порційними шматками. Їх смажать основним способом, у жаровій шафі і рідше у фритюрі. З рідини, що залишилась на деку, готують м'ясний сік, котрий використовують для поливання птиці при відпустці. Втрати при смаженні птиці становлять 25–40%, залежно від її виду і вмісту жиру.

Кури, курчата смажені. Цілі тушки птиці натирають сіллю з по-поверхні і зсередини. Заправлені тушки курей або курчат кладуть спинкою вниз на розігрітий лист з жиром і смажать до утворення на поверхні рум'яної скоринки. При цьому тушку повертають зі спинки на один бік, потім на інший і на грудку. Досмажує тушки в шафі при температурі не вище 200 ° С. Під час смаження в шафі їх періодично перевертають і поливають виділився жиром і соком. Перед смаженням курчат і нежирних курей змащують сметаною, що ¬ б утворилася рум'яна кірочка. Готовність визначають проколом кухарський голкою в товстій частині м'якоті, з готової птиці витікає прозорий сік. Старих курей перед смаженням варять або після смаження припускають до м'якості.

Смажені тушки птиці розрубують уздовж на дві частини, потім кожну половину ділять на філе і ніжку і нарубають їх на однакове кількість шматочків. Філе рубають в поперечному напрямку, а ніжки – навкоси. На порцію використовують по два шматочки (філе і окорок). Курчат відпускають цілими тушками або розрубують уздовж навпіл (посередині грудної кістки), іноді розрубують на 3–5 частин. Нарубані шматки птиці кладуть у сотейник, підливають м'ясний сік і прогрівають 5–7 хв.

При відпуску на порційне блюдо або тарілку кладуть смажену картоплю, поруч – порцію смаженої птиці, поливають м'ясним соусом і маслом. Додатково на гарнір можна подати у салатник, вазочці або на пиріжкової тарілці салат зелений, салат з червоної або білоголової капусти, мариновані ягоди і фрукти, квашені яблука.

Курка 216 або курча 213, або курча-бройлер 196, сметана 3, маргарин столовий 5, масло вершкове 7, гарнір 150. Вихід: 257.

Приготування печених яблук. Антонівські яблука промивають, очищають від шкірки і насіння, нарізують часточками, укладають на деко, змащене маслом, посипають цукром і запікають у духовці.

Курчата тютюну. У обробленого курчати розрубують грудку вздовж розпластують, надаючи плоску форму; якщо використовують половинку 'то розрубують уздовж навпіл. Потім посипають сіллю, змащують сметаною, можна попередньо натерти часником. Підготовленого курчати кладуть на сковороду, розігріту з маслом, і смажать з двох сторін під пресом.

При відпуску на порційне блюдо або тарілку кладуть курча навколо укладають гарнір; помідори, зелена цибуля, розрізаний на частини довжиною 3–4 см, або ріпчаста, нарізану кільцями, дольку лимона. Прикрашають листочками салату або зеленню петрушки, окремо подають соус ткемалі або товчений часник, розведений бульйоном або винним оцтом.

***ПІСОЧНІ ТІСТЕЧКА***

**Пісочне тісто.**

До складу пісочного тіста входить борошно, жовтки, сметана, цукор, жир. Жир додавати потрібно у такому співвідношенні 2/3 вершкового масла або маргарину і 1/3 смальцю.

Кількість жиру повинна дорівнювати 1/2 кількості борошна, а цукру 1/2кількості жиру. Пісочне тісто буде більш розсипчасте, якщо вся кількість жиру складатиметься з рівних частин вершкового масла, маргарину і смальцю, і ніжне якщо додати цукрову пудру. Приємний запах пісочному тісту надає лимонна цедра.

Більшої крихкості тісту надають круто зварені жовтки. Жовтки варити так: відділити від білків, вкинути в киплячу воду, накрити і через 10–15 хвилин вибрати шумівкою. Охолодити і протерти крізь сито.

Білки в пісочне тісто добавити не рекомендується. Цукор треба розтерти з жовтками і розвести сметаною або кефіром. Якщо ви хочете приготувати солоне пісочне тісто, замінить цукру додайте 2г солі на 1 кг борошна. Місити це тісто треба швидко, інакше виділиться жир і вироби втратять крихкість. Тісто слід охолоджувати протягом 2 годин.

Для приготування пісочного тіста використовують борошно з малою кількістю клейковини. Якщо клейковини багато тісто виходить тягучим, а виробі жорсткі і грубі. Температура тіста при замішуванні повинна бути близько 17 °С. При більш високій температурі тісто м'якшає і пластичність зменшується. Для відновлення пластичності тісто треба охолодити, добавити жорсткій і замісити в прохолодному приміщення. Масло, цукор, сіль розмішують до однорідної маси, поступово добавляючи яйця, всипають змішане з собою просіяне борошно і замішують тісто. Формують тісто, у вигляді прямокутника викладають на стіл посипають мукою і розкачують рівномірно на всі сторони підсипаючи муку. Тісто повинно бути однакової товщини тому, що при випіканні тонкі місця згорять а товсті не пропечуться.

При випіканні пісочного тіста лист чи форму змащувати жиром або застелювати промащеним папером не потрібно, оскільки саме тісто дуже жирне. Проте під пісочні коржі для тортів слід підкладати промащений пергаментний папір, бо вони дуже крихкі і знімаються з форми за допомогою цього паперу. Температура випікання виробів з пісочного тіста 210°-240 °С.

Різати їх треба гарячими. Вироби з пісочного тіста не можна зберігати в холодильнику.

**Пісочні тістечка.**

2 склянки борошна, 4 яйця.

150 гр масла

1,5 склянки цукру

1/4 пакетика ваніліну

100 гр горіхів.

і Борошно і цукор перемішати добавити масло, кусочками, яйця, один білок залишити для змащування, ванілін і замісити тісто. Скачати тісто в шар накрити серветкою положити в холодне місце на 1 годину. Готове тісто розкачати в корж товщиною 1 см вирізати кружечки спеціальною формою, а в центрі кожного кружечка вирізати маленький кружечок отримані кільця положити на жаровню, змастити білком посипати горіхами і випікати в духовці 10–15 хвилин.

Готові тістечка посипати цукровою пудрою.

**Пісочні тістечка з білками.**

Тісто: 500 гр борошна

250 гр вершкового масла

1 столова ложка цукру 4 жовтки, сік одного лимона Начинка: 300 грам джему.

Для змащування: 4 білки, 250 грам цукру.

Масло посікти з борошном, додати жовтки, цукор, цедру лимона замісити тісто і залишити на 2 години на холоді. Потім тісто тонко розкачати нарізати смуги, а з них квадрати. Кожний квадрат змастити піною збитих з цукром білків, скласти на змащений жиром лист і пекти в гарячій духовці протягом ЗО хвилин, щоб низ був рум'яний а піна блідо – кремова та суха. Низ кожного тістечка змастити джемом і скласти їх по два.

**Печиво пісочне**

– 2 склянки борошна,

– ½ склянки сметани,

– 1 склянка цукру (цукрової пудри),

– 100–125 г. масли чи маргарину,

– ½ чайної ложки соди, або розпушувач для тіста,

– ½ пакетика ваніліну.

В борошно покласти цукор або цукрову пудру, соду, ванілін, все перемішати додати сметану, масло чи маргарин кусочками і замісити тісто; скатати тісто в вигляді шару, накрити серветкою і дати полежати в холоді 20–30 хв.; після цього розкатати тісто товщиною біля ½ см. На поверхні тіста зробити наколи виделкою, вирізати маленькі фігурки: кружечки діаметром 3–4 см, на півмісяці, ромбики і т.д. – викласти їх на лист, деякі фігурки можна прикрасити, наприклад в центрі кружка покласти родзинку чи ягідку із повидла.

Фігурки змастити збитим яйцем і поставити в духовку на 10–12 хв. для випікання.

**Пісочне тісто: рецепт домашнього печива з шоколадом**

Вироби з пісочного тіста ніжні та розсипчасті. Печиво, в основному покупне, ми їмо кожен день, але печиво, зроблене в домашніх умовах має вийти ще більш смачним, оскільки готується з любов’ю до своїх рідних та близьких. Для цього, однак, слід врахувати деякі нюанси та секрети, про які буде розказано нижче.

Характерні риси пісочного тіста

• До пісочного тіста не входить рідина;

• Основними компонентами пісочного тіста є борошно, масло та цукор.

• Температура випікання: 230–250 °С;

• З пісочного тіста роблять печиво, тістечка і торти.

Технологія пісочного печива з шоколадом

Інгредієнти:

Борошно – 21 ст. л.

Цукор – 7 ст. л.

Масло вершкове – 8 ст. л.

Молоко згущене – 2 ст. л.

Яйця – 2 шт.

Ванільна пудра – 3 г

Сода – 3 г

Мед –10 г.

Горіхи – 85 г.

Вихід печива – 1000 г.

Вершкове масло збивають в однорідну масу, додають згущене молоко, мед, цукор, ванільну пудру і яйця, розчинену соду. Все перемішують, додають борошно і замішують пісочне тісто. Температура пісочного тіста під час замішування має бути 17–18° С.

Розкачують пісочне тісто у пласт товщиною 8–9 мм і обсипають горіхами. Формують печиво з виїмкою всередині для начинки і випікають 8–10 хв за температури 230–240 °С. Коли випікання буде закінчено, печиво бажано залишити до повного остигання в духовці, оскільки гарячі вироби легко кришаться.

Готове печиво заливають шоколадною начинкою. Для цього беруть:

6 ст. л. цукру

2 ст. л. какао

3 ст. л. сметани

50 г. вершкового масла

Всі ці компоненти, помішуючи, нагрівають на вогні до розчинення цукру. Теплу начинку викладають в центр пісочного печива кондитерським мішком.

***Тістечко «Пісочне з кремом»***

Тістечко може бути різноманітної форми (прямокутне чи фігурне), складається з двох пісочних пластів, склеєних між собою кремом масляним основним, кремом «Шарлот» чи «Глясе». Поверхня тістечка оздоблюється довільним візерунком з крему, чи цукатами.

Для прямокутних тістечок випікають два пісочні пласти (тісто завдовшки 3–4 мм), які після охолодження склеюють між собою масляним гребінцем. Пласти нарізають на смуги завширшки 90 мм, а потім тістечка завширшки 40 мм. Кожне тістечко оздоблюють масляним кремом, фруктами чи цукатами.

***Тістечко «Пісочне з білковим кремом»***

Тістечко прямокутної форми, складається з двох пластів пісочного напівфабрикату, склеєних між собою начинкою, поверхня тістечка оздоблена білковим кремом і посипана цукровою пудрою.

Випечені пісочні пласти (тісто завтовшки 3–4 мм) гарячими склеюють фруктовою начинкою, поверхню змащують тонким шаром фруктової начинки. Після охолодження пласти нарізають на смуги завширшки 90 мм. На поверхню кожної смуги відшприцовують три ковбаски білкового крему впритул одна до одної з круглої гладкої трубочки діаметром 20 мм. Оздоблені смуги колірують у печі протягом 2–3 хв. При температурі 220–230 С, а потім нарізають упоперек на прямокутні тістечка завширшки 40 мм, які посипають цукровою пудрою.

***Тістечко «Пісочний кошик з желе і фруктами»***

Цукати подрібнюють на млинку і переміщують з фруктовою начинкою. Цією сумішшю наповнюють випечений і охолоджений пісочний кошик. На поверхню акуратно викладають свіжі чи консервовані фрукти і заливають їх теплим желе. Щоб підкреслити натуральний колір фруктів, використовують прозоре желе.

Деякі секрети приготування пісочного тіста

• Пісочне тісто потрібно готувати дуже швидко, щоб жир, який входить до його складу не розтопився, інакше вироби з нього (тіста) вийдуть жорсткими. Сам процес без охолодження не повинен займати більше 10 хвилин. Треба також обмежити контакт тіста з руками. Тому борошно просіюють (щоб збагатити киснем), висипають на робочу поверхню і роблять в центрі заглиблення, і вливають в нього яйце, зверху викладають шматки масла, сіль і цукор (сіль не зашкодить навіть у солодких виробах) і рубають все ножем до утворення крихти, а вже потім швидко домішують руками.

• Жир для приготування пісочного тіста має бути охолодженим, але не крижаним. Рекомендують брати в рівних частинах свинячий жир та вершкове масло.

• Перед випічкою тісто можна ще раз охолодити. Викладаються вироби з пісочного тіста на сухий чистий кондитерський лист без змащення, оскільки через високий вміст жирів до листу такі вироби не пристають. Перед випіканням пісочне тісто можна змазати яєчним білком, молоком або водою для гарного кольору готового виробу.

• Викладаючи тісто у форму, потрібно щільно притискати його, щоб не утворилося повітряних кишень, також його можна наколювати виделкою, щоб воно не деформувалося при випіканні.

Дефекти виробів із пісочного тіста

1. Тісто непластичне, при розкочуванні кришиться, а під час випікання з нього витікає жир, готові вироби грубі, кришаться.

Причина: порушено температурний режим замішування тіста. Воно є теплим (понад 18 °С).

2. Тісто є затягненим, під час розкочування стискається. Готові вироби з пісочного тіста мають малий об’єм, жорсткі, склоподібні.

Причина: багато борошна; довго місили тісто; замість яєць додано лише білки або багато цукру і мало жирів.

3. Пласти пісочного тіста підгорілі, дуже розсипчасті.

Причина: нерівномірно розкачані пласти, деко своєчасно не повернуте у печі. У тісто додано лише жовтки і багато жиру.

**2.3 Вимоги до якості страв**

Вимоги до якості напівфабрикатів з птиці й дичини.

Поверхня шкіри тушок має бути без колодочок і волосків, без слизу, суха. Колір блідо-рожевий. М'язова тканина щільна, пружна, при надавлюванні пальцем ямка, що утворюється, швидко вирівнюється. Запах специфічний, властивий свіжому м'ясу відповідного виду птиці. Допускаються незначні опіки, два-три прорізи шкіри 2 см завдовжки. Тушки не повинні мати згустків крові і ділянок, в які просочилася жовч.

Напівфабрикати зберігають при температурі не вищій за 6 'С. Оброблені тушки укладають залежно від виду в металеві ящики або лотки в один ряд. Зберігають при температурі від 0 до 4 °С не більше 36 год.

**Печиво**

1. Форма – правильна, що відповідає цій назві печива, без вм’ятин, краї печива повинні бути рівними чи фігурними. Допускаються:

а) вироби з обностороннім надривом (слід від розломлювання двох виробів, що злиплися ребрами під час випікання): не більше 2 шт. у пакувальній одиниці; не більше ніж 3% від маси нетто вагового печива; не більше ніж 4% від маси нетто вагового печива з кількістю штук в 1 кг не більше ніж 200 шт.;

б) вироби з незначною диформацією – не більше ніж 4% від маси нетто;

в) вироби надломлені: не більше 1 шт. у пакувальній одиниці до 400 г.; не більше 2 шт. у пакувальній одиниці понад 400 г.; не більше ніж 5% від маси нетто у ваговому печиві.

Печиво, що містить більше ніж 5% надломленного, відносять до лому.

1. Поверхня – гладка з чітким малюнком на лицьовій стороні, непідгоріла, без вкраплень крихт. Допускаються вироби з невеликими здутинами, нечітким малюнком і ледь шорсткуватою поверхнею не більше 1 шт. у фасованому печиві і не більше ніж 5% від маси нетто у ваговому. Поверхня глазурованого печива повинна бути рівною чи злегка хвилястою без слідів «посивіння» та оголених місць. Печиво, що виготовляється на тістовижимних машинах типів ФАК та ФПЛ, може мати рифлену шорсткувату поверхню. Нижня сторона рівна. Допускаються вироби зі слідами від крихт і швів дек та транспортерного полотна, що не деформують печива, а також вироби із заглибленнями у вигляді раковин, площею, що не перевищує 20
2. мм. і з вкрапленнями крихт: не більше 1 шт. у фасованому печиві; не більше ніж 4% від маси нетто у ваговому печиві. Заглиблення площею понад 20 мм… допускаються в кількості не більшій ніж 4% тільки у ваговому печиві. Для печива, яке виготовляють на поточних лініях зі стальною суцільною стрічкою, допускається без обмеження наявність раковин на нижній стороні печива. Допускаються поодинокі вкраплення не повністю розчинених кристалів цукру на поверхні печива, виготовленого із застосуванням поверхнево-активних речовин.
3. Колір – властивий печиву цієї назви, різних відтінків, рівномірний. Допускається темніше забарвлення частин рел’єфного малюнку, що виступають, і країв печива, а також нижнього боку печива і темнозабарвлені сліди від сітки печі та трафаретів. У фасованому печиві загальний тон забарвлення окремих виробів повинен бути однаковим у кожній пакувальній одиниці.
4. Смак та запах – властиві печиву цієї назви, без сторонніх запахів та присмаків.
5. Вигляд у розломі – пропечене печиво з рівномірною пористістю без пустот і слідів непромішення. Начинка в перешарованому печиві не повинна виступати за його края.

**2.4 Використання обладнання**

М'ясо отримують тушами і напівтушами. Після розвантаження м'ясо зважують на електронних вагах вантажопідйомністю до 1000 кг. Потім його транспортують в морозильну камеру на підвісній монорельсової шляху, або на спеціальних візках: чи вішати з крюками. Для дефростаціі використовують холодильну камеру, розташовувати суміжно з морозильною. Надійшло в цех на переробку м'ясо миють у мийної ванні з застосуванням душірующего пристрою. Оброблення туш проводять на спеціальних столах обвалочних. Розрубав виробляють на разрубочних табуретах (сучасна колода) з поліпропіленової плитою. Ідеальним є варіант столу з такою плитою. На такому столі можна не тільки обробляти, але й рубати м'ясо, не побоюючись пошкодити стільницю столу. Напівфабрикати виготовляють на виробничих столах з нержавіючої сталі. Зручно працювати і зберігати охолоджені продукти в холодильних столах з нержавіючої сталі. Для миття м'яса використовують мийні ванни. Інвентар та спеції розташовують на полицях над столами. Полки можуть бути одно-, дво-, трирівневі. Для заточення ножів застосовується електроточільний апарат. Для стерилізації ножів використовують електростерілізатори.

Якщо потрібно нарізати морожене м'ясо, або м'ясо на кістці, застосовують стрічкову пилку. При обробленні напівтуш застосовують ручну дискову пилу.

Для тимчасового зберігання напівфабрикатів використовують холодильні шафи. Заморожені продукти зберігаються безпосередньо у м'ясному цеху в морозильних шафах, скринях.

Матеріально-технічне оснащення.

Обладнання: ПЕСМ-4Ш, СЕСМ-0, 2, ШЖЕСМ-2К, циферблатні ваги, виробничі столи.

Інвентар, інструменти, посуд: Котли, сотейники, сковороди, сито, деко, металеві лотки, обробні дошки з маркуванням «ОС», «МВ», «МС», кухарські ножі, кухарська голка, розливальні ложка, металеві таці, баранчики.

**Кондитерський цех**

Кондитерський цех по випічці булочних і борошняних кондитерських виробів, тортів і тістечок організують на великих і середніх підприємствах суспільного харчування (переважно в ресторанах), що постачають своєю продукцією широку мережу дрібних підприємств. Цех входить до складу заготовочних підприємств.

Для нормального ведення технологічного процесу в кондитерському цеху повинні бути наступні відділення: замісу тіста, тісторозділочне, випічне, обробки виробів, готування крему, фаршів, комора добового запасу продуктів, тари, мийні (для яєць, посуду, тари), експедиція.

Робочі місця кондитерів організують відповідно до технологічного процесу готування борошняних кондитерських виробів. Технологічний процес звичайно складається з наступних стадій: збереження і підготовки сировини, готування і замісу тіста, формування виробів, готування оздоблювальних напівфабрикатів, начинок, випічки, обробки і короткочасного збереження готових виробів.

Правильне розміщення устаткування, підготовка робочих місць, оснащення їх необхідним інвентарем, посудом і транспортними засобами, безперебійне постачання в продовж зміни сировиною, паливом, електроенергією – важливі фактори економічного використання робочого часу, забезпечення раціональної організації праці і механізації трудомістких процесів.

У коморі добового запасу продуктів установлюють лари, стелажі, підтоварники, обладнують холодильну камеру. Для розважування продуктів використовують ваги з межами виміру маси від 2 до 150 кг і мірний посуд. Тут же роблять підготовку сировини до виробництва (розчинення і дозування солі, цукру, розведення дріжджів, зачищення масла, зняття упакування та ін.) – дані операції вимагають укомплектування робочих місць засобами малої механізації, інвентарем, інструментами і транспортними пристроями. Яйце обробляють у спеціальному мийному приміщенні, де встановлюють овоскоп і ванни з чотирма відділеннями для їхньої санітарної обробки. Минулі через овоскоп яйця в решетах витримують у першому відділенні ванни в теплій воді 10 хв. при необхідності їх тут же миють волосяними щітками. В другому відділенні яйця витримують 5 хв. у 2%-ному розчині хлорного вапна. У третім відділенні яйця витримують у 2%-ному розчині харчової соди та у четвертому промивають теплою проточною водою протягом 5 хв. Промиті і сухі яйця відокремлюють від шкаралупи, при необхідності відокремлюють білок і жовток на спеціальному пристрої.

Меланж у банках промивають і відтаюють у тих же ваннах протягом 2–3 год при температурі 45оС.

Перед замісом тіста борошно просівають в окремому приміщенні або безпосередньо в тістомісильному відділенні по можливості вдалині від інших робочих місць, щоб готові вироби не запилювалися (є спеціальні просіювачі з хитними і нерухомими ситами). Устаткування для просіювання борошна повинне мати місцевий вентиляційну віддушину з фільтром для видалення пилу. Борошно зберігають на дерев'яних стелажах у мішках і в міру необхідності висипають у бункер просіювальної машини, при цьому віддаляються сторонні домішки і борошно збагачується киснем повітря. Просіювати борошно можна безпосередньо в пересувну діжу чи пластмасові мірні бачки з кришкою.

Приміщення для замісу тіста обладнають машинами для замісу тіста з діжами різної місткості. Тісто замішують послідовно: спочатку з найбільш коротким циклом – здобне. Піскове, листкове, а потім – дріжджове.

Для оформлення кондитерських виробів застосовують пластмасові чи жерстяні трубочки, що вкладають у мішки з щільної тканини, спеціальні шприци, гребінки з алюмінію чи жерсті і ряд інших пристосувань.

Приміщення для порціонування тіста обладнують таким чином: установлюють стіл, ділильно-округляючу машину або тістоділитель, скринька для борошна (під столом), шухляда для ножів (у столі), циферблатні ваги. Передбачають також місце для пересування діжі з тістом. Ділительно-округляюча машина поділяє тісто на шматки визначеної маси і закочує їх у кульки, що полегшує дуже трудомістку операцію зважування і закочування кожної порції тіста.

**2.5 Правила складання меню**

Складання меню

Однією з найважливіших умов раціонального харчування е складання меню. Слід прагнути, щоб воно було різноманітне. Проте найчастіше все-таки буває так, що протягом ряду років вдома практично готують один-два десятки страв. Внаслідок цього члени сім'ї одержують одноманітну їжу, яка швидко набридає.

Розрахунок добового раціону меню має починатися з визначення енергетичної потреби членів сім'ї, тобто з визначення приналежності їх до тієї чи іншої групи людей залежно від енергозатрат. Для дорослих рекомендується чотириразове харчування: сніданок має становити 25 – 30% енергетичної цінності всього раціону, другий сніданок-10–15, обід-40–45, вечеря-20–25%. У деяких сім'ях віддають перевагу іншому «варіанту: сніданок, обід, полудень (10–15%) та вечеря.

Перерви між прийманнями їжі не повинні перевищувати 4–5 год в обох варіантах.

На жаль, поширене триразове харчування, яке визначається мінімально припустимим. При цьому енергетична цінність добового раціону розподіляється так: сніданок – 30%, обід - 40–45, вечеря - 20–25%. При триразовому режимі харчування проміжок між сніданком і обідом не повинен перевищувати 5–6 год., а між обідом та вечерею 6–7 год.

Меню треба різноманітити і обов'язково враховувати при цьому вплив сезону. Восени і взимку в меню треба включати більше гарячих супів – м'ясних та рибних; навесні і влітку можна віддати перевагу холодним супам (холодний борщ, окрошка, супи із свіжих ягід та фруктів).

Велике значення у складанні меню має комбінація страв протягом дня – на сніданок, обід, вечерю і чергування їх у різні дні. Страви можуть здаватися смачнішими, якщо їх повторювати в меню не частіше як один раз на 10 днів, або, принаймні, раз на тиждень.

У меню кожного дня також важливо правильно поєднувати продукти і страви. Якщо на сніданок була картопля або каша, то не слід ці страви подавати на обід або вечерю, а треба замінити їх, наприклад, овочевими або яєчними стравами. Не слід подавати страви, які приготовлені з одного і того самого продукту (наприклад, суп рибний і друга страва рибна, м'ясний салат і суп м'ясний).

Треба знати, що людям, які займаються важкою фізичною працею, треба запропонувати їжу в більшому об'ємі, ніж тим, хто займається легкою фізичною роботою або розумовою працею. Вона повинна подбати і про те, щоб меню не складалося із самих тільки страв, приготування яких вимагає значних затрат часу, особливо, якщо йдеться про сніданок, коли дорога буквально кожна хвилина, щоб вчасно нагодувати членів сім'ї, які ідуть на роботу або навчання.

Звичайно вранці та вдень, під час роботи в нічну зміну безпосередньо перед роботою, тобто в період активної діяльності, рекомендують споживати продукти, багаті на білок (м'ясо, риба, бобові тощо).

Сніданок насамперед має бути ситним. Він повинен складатися з м'яса або риби у будь-якому вигляді (смаженому, вареному або тушкованому) або яєць, сиру, вершкового масла, чаю, кави або молока. Корисні різноманітні каші, заправлені маслом або молоком.

Якщо гарячу страву сніданку приготовлено з м'ясних або рибних продуктів, то до чаю чи кави краще подати бутерброди з. маслом, повидлом, джемом, сирковою масою. Коли ж на сніданок подається страва з макаронних виробів, каші або овочів, то в цьому випадку краще подати бутерброди з ковбасою або сиром.

Якщо потрібно приготувати страву на сніданок напередодні, то це найкраще робити з круп, макаронних виробів, м'яса, риби та птиці. Овочеві страви в такому випадку готувати не слід, бо під час зберігання і розігрівання вони втрачають харчову цінність.

На другий сніданок можна використати різні бутерброди (з ковбасою, сиром, котлетою, смаженим м'ясом, паштетом тощо). Другий сніданок, як і перший, краще запити чаєм, кавою, какао.

До меню обіду входять дві, три або чотири страви. Найповноціннішим є раціон, в якому обід складається з чотирьох страв: закуски, супу, другої страви і солодкого. Послідовність подавання їх не випадкова, вона встановилася здавна, і наука про харчування рекомендує додержуватись цього загальноприйнятого порядку.

Спочатку подають закуски гострого або солонуватого смаку, які збуджують апетит. Збуджують апетит і супи м'ясні, рибні, грибні, оскільки вони багаті на екстрактивні речовини. Заправлені і пюреподібні супи, крім того, ще й ситні.

Якщо на обід як першу страву приготовлено м'ясний суп, то друга страва повинна бути легкою – з овочів, круп або риби, і, навпаки, якщо на перше – бульйон з овочами, то на друге готують більш ситну страву з м'яса з гарніром.

Широке використання гарнірів до закусок та других страв дає можливість здешевити їжу, не знижуючи її поживності. Можна без шкоди для харчових та смакових якостей страви дещо зменшити порцію м'яса та риби, якщо подати до них повноцінний і різноманітний гарнір, особливо з різних овочів – варених, тушкованих, смажених, квашених, маринованих.

М'ясні продукти та жири повніше та краще засвоюються, якщо їх використовувати разом з овочами, і це переконливо доводить необхідність готувати різні овочеві гарніри до жирних м'ясних продуктів. Другі страви добре насичують. Звичайно вони калорійні і різноманітні щодо набору продуктів, а отже, і щодо вмісту поживних речовин.

Завершують обід солодкі страви. Вони забезпечують організм цінними щодо поживності цукрами, характеризуються приємним освіжаючим смаком та ароматом, значна кількість їх багата на органічні кислоти та вітаміни. Із солодких страв після багатокалорійного обіду можна використати свіжі ягоди, фрукти, компоти, киселі, желе. Після малокалорійної другої страви добре подавати пудинги, запіканки, муси, млинчики з варенням, джемом, креми, солодкі каші. Не рекомендується поєднувати в одному обіді другу страву, приготовлену з борошняних, макаронних та круп'яних виробів (пельмені, вермішель, котлети з круп, круп'яні запіканки) з такими солодкими борошняними стравами, як оладки, млинчики, пудинги тощо.

На вечерю недоцільно подавати страви, які збуджують нервову систему,– каву, какао, шоколад, гострі приправи тощо, їх краще використати на сніданок перед роботою або вдень. Вечеря має бути легка, і приймати їжу треба не пізніше як за дві-три години до сну. Рекомендується на вечерю використовувати молочні, фруктово-овочеві, круп'яні та інші страви, які не вимагають значного напруження в діяльності систем органів травлення. Також можна подавати кисле молоко, молоко чай, овочеві або фруктові соки. Вважаються однаково шкідливими як наїдання досхочу, так і голодування перед сном, оскільки те й інше робить його тривожним, неспокійним аж до розвитку безсоння.

Для людей середнього і похилого віку, для тих, хто за характером своєї роботи провадить сидячий спосіб життя, найкраща вечеря – страви з варених і тушкованих овочів, різноманітні салати, кисломолочні продукти, бутерброди з сирковою масою, сиром тощо.

Рекомендується обов'язково подавати до столу бодай раз на день сирі овочі: зелений салат, редиску, редьку, цибулю, різну зелень, тонко нарізану свіжу білоголовкову капусту тощо.

Бажано, щоб під час приймання їжі не було серйозних розмов, читання і т. п. І. П. Павлов підкреслював, що вся обстановка під час приймання їжі має бути розрахована на те, щоб відвернути увагу людини від звичайних думок і життєвих турбот, зосередити її інтерес до їжі. «Корисна їжа є їда з апетитом, їда з насолодою». Це дуже важливо для засвоєння їжі. Велику роль відіграє і температура страв:

перші страви повинні мати температуру не нижче як 55–65 °С, другі – не нижче як 50–60, холодні страви – 10–14 °С.

І не треба забувати мудрого прислів'я: «Треба їсти, щоб жити, але не жити, щоб їсти».

**2.6 Розрахунок вартості страв**

Калькулювання вартості страв

Калькулювання вартості страв, складання калькуляційних карток – одна із найбільш трудомістких ділянок обліку в громадському харчуванні.

Підприємствами громадського харчування виготовляється продукція відповідного асортименту, який затверджується керівником і погоджується з санітарно-епідеміологічною службою. При виготовленні страв необхідно додержувати технологічних режимів виробництва продукції (сумісність продуктів, їх взаємозаміна, режими оброблення сировини тощо), визначених нормативною документацією, стандартами, технічними умовами і санітарними правилами.

Страва – кулінарний виріб або харчовий продукт у натуральному вигляді, готовий до вживання, порціонований та оформлений для подавання споживачам.

Фірмова страва – страва (кулінарний, борошняний кондитерський виріб), що її готують у конкретному закладі громадського харчування за оригінальною авторською рецептурою із присвоєнням їй фірмової назви, на яку поширюється право захисту інтелектуальної власності.

Для визначення продажної ціни страв на кожну з них складаються калькуляційні картки, де наводяться перелік складових цієї страви, їх ціна і необхідна кількість. Калькуляція складається, як правило, на 100 порцій. Калькуляційна картка підписується заввиробництвом і особою, яка склала калькуляцію, і затверджується директором.

У картці обов'язково наводяться такі дані:

– назва підприємства;

– номер картки;

– назва страви, її номер у Збірнику рецептур і рік видання використаного збірника;

– перелік продуктів і норми їх закладання;

– загальна вартість набору сировини;

– ціна однієї порції і вихід страви.

Технологічна картка **Пісочні тістечка з білками.**

Тісто: 500 гр борошна

250 гр вершкового масла

цукру 15 гр

4 жовтки,

сік одного лимона

Начинка: 300 грам джему.

Для змащування: 4 білки, 250 грам цукру.

Масло посікти з борошном, додати жовтки, цукор, цедру лимона замісити тісто і залишити на 2 години на холоді. Потім тісто тонко розкачати нарізати смуги, а з них квадрати. Кожний квадрат змастити піною збитих з цукром білків, скласти на змащений жиром лист і пекти в гарячій духовці протягом ЗО хвилин, щоб низ був рум'яний а піна блідо – кремова та суха. Низ кожного тістечка змастити джемом і скласти їх по два.

Калькуляційна картка

Назва страви **Пісочні тістечка з білками**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| п/п | Назва сировини | Кількість | Ціна | Сума |
| 1. | борошно | 500 | 3–00 | 1–50 |
| 2. | Вершкове масло | 250 | 40–00 | 10–00 |
| 3. | цукор | 265 | 10–00 | 2–65 |
| 4. | яйце | 160 | 10–00 | 4–00 |
| 5. | джем | 300 | 20–00 | 6–00 |

Ціна 23–15

Націнка 20%-4–63

Вартість 27–68

Технологічна картка **Курка, фарширована грибами та картоплею**

курка бройлер (вагою близько 2 кг)

300 г. шампіньйонів

500 г. картоплі

150 г. цибулі

Сіль перець рослинна олія

Рецепт приготування

Цибулю дрібно покришити.

Гриби почистити, нарізати невеликими шматочками.

Картопля почистити, нарізати невеликими кубиками.

Обсмажити цибулю на рослинній олії.

Додати гриби, посолити, смажити близько 5 хвилин.

Додати картоплю, посолити, поперчити, смажити близько 10 хвилин.

Нафарширувати курку грибами та картоплею, посолити, поперчити.

Зашити або заколоти зубочистками.

Курку покласти в рукав для запікання.

Поставити в духовку.

Запікати при температурі 180 градусів протягом 1.5–2 годин.

Калькуляційна картка

Назва страви **Курка, фарширована грибами та картоплею**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| п/п | Назва сировини | Кількість | Ціна | Сума |
| 1. | курка | 2000 | 30–00 | 60–00 |
| 2. | шампіньйони | 300 | 25–00 | 7–50 |
| 3. | картопля | 500 | 10–00 | 5–00 |
| 4. | цибуля | 150 | 10–00 | 1–50 |

Ціна 74–00

Націнка 20%-14–80 Вартість 84–80

2.7. Особливості приготування страв в лікувальному харчуванні.

Правильне харчування важливе для життєдіяльності здорового організму. Особливого значення воно набуває для людини хворої. При лікуванні багатьох захворювань медикаменти не дають належного ефекту, якщо вони не поєднуються з відповідним лікувальним харчуванням. Лікувальним або дієтичним є харчування, що повною мірою відповідає потребам хворого організму в харчових речовинах та способах кулінарної обробки продуктів. Основне завдання його – відновити порушену рівновагу в організмі під час хвороби.

Особам, що потребують дієтичного харчування, за рекомендацією лікаря визначають раціони, або дієти, які включають певний комплекс страв і продуктів. Кожна дієта має номер. Найчастіше використовуються у дієтичних їдальнях основні дієти №1,2, 5, 7, 9, 10. В нумерації дієти №7 і 10 наводяться під загальним №7/10, оскільки вони мають багато спільного. Дієтичне харчування здійснюється під постійним контролем медичного працівника, посада якого вводиться в штат їдальні.

Лікувальне харчування ґрунтується на загальних принципах раціонального харчування і має бути повноцінним, враховувати особливості захворювання. Їжу для хворих готують за правилами раціональної технології. Вона має деякі особливості, які передбачають певний набір продуктів для кожної лікувальної дієти, забезпечення щадних режимів харчування, застосування спеціальних прийомів обробки, що зменшують вміст певних речовин (цукрів, екстрактивних речовин), обмеження солі і прянощів, підвищення вітамінної активності страв.

Набір продуктів визначається характеристикою дієт. Для приготування дієтичних страв використовують такі продукти: хліб пшеничний з борошна вищого, І і II сортів (крім дієти №9) вчорашньої випічки; масло вершкове і топлене; оливкову, кукурудзяну, соняшникову олію, нежирну яловичину; курей, кролів, нежирну рибу (тріску, судака, окуня, навагу, щуку); крупи і макаронні вироби; молоко, кефір, кисле молоко, некислий сир; свіжі овочі з деякими обмеженнями залежно від характеру дієти.

Для приготування страв для всіх дієт забороняється використовувати копчені ковбаси, закусочні консерви, жирне м'ясо, гусей, качок, жирну рибу, свиняче сало, чорний хліб, тістечка з кремом, гострі приправи.

Різні види м'яса і птиці є важливим джерелом повноцінних білків. Проте екстрактивні речовини, що містяться в них, сприяють сильному виділенню шлункового соку. Велика кількість жирів негативно впливає на роботу печінки, нирок і протипоказана при багатьох захворюваннях (виразкова хвороба шлунка, гастрит з підвищеною кислотністю). Тому для лікувального харчування використовують м'ясо, що містить мало сполучної тканини, без кісток і жиру, а при захворюванні печінки, нирок, подагрі, атеросклерозі його споживання різко обмежують. Крім загальних рекомендацій щодо набору продуктів для лікувального харчування існують обмеження, які стосуються вмісту в стравах окремих хімічних речовин (екстрактивних, холестерину, цукрів), що зумовлено особливостями кожної дієти. Досягається це набором продуктів і спеціальними прийомами кулінарної обробки. Так, при цукровому діабеті з раціону виключають цукор і обмежують загальний вміст у стравах вуглеводів. Для зниження вмісту вуглеводів у раціоні обмежують кількість меду, круп, макаронних виробів, бобових, хліба, плодів, овочів, що містять багато цукрів і крохмалю. Крім того продукти піддають спеціальній кулінарній обробці. Наприклад, моркву, буряки, картоплю дрібно нарізують і кілька разів промивають холодною водою. При захворюванні нирок з раціону виключають екстрактивні речовини і різко обмежують вміст солі. Для зниження вмісту екстрактивних речовин м'ясо і рибу відварюють, бульйон зливають, а з варених продуктів готують страви.

Виключаючи з раціону окремі речовини або різко обмежуючи їх, слід зберегти при цьому смакові властивості їжі. Коли їжа смачна, вона краще перетравлюється і засвоюється організмом. Щоб їжа була м'якою, мала ніжну консистенцію, продукти слід варити на парі в спеціальних пароварильних апаратах, протирати, збивати для насичення повітрям.

У процесі приготування дієтичних страв застосовують такі способи теплової обробки: варіння у воді або на парі, припускання, іноді смаження основним способом і запікання попередньо відварених продуктів до утворення ніжної, ледь помітної кірочки.

Технологічна обробка продуктів для страв лікувального харчування має забезпечувати щадний режим. Розрізняють хімічний, механічний і термічний щадний режими. При хімічному з раціону виключають сильні подразники окремих ділянок шлунково-кишкового тракту і його залоз: міцні бульйони, грибні відвари, кислі соуси і приправи, гострі продукти.

Смаження не застосовують, оскільки при цьому утворюються продукти пірогенетичного розщеплення білків, жирів, вуглеводів, меланоїдини та інші речовини, які подразнюють органи травлення. Дуже шкідливими є продукти окислення жирів і акролеїн, які утворюються при смаженні.

Механічний щадний режим застосовують при виготовленні страв для осіб з виразкою шлунка і порушенням функції жувального апарату. При цьому їжу готують протертою або подрібненою (кулешики, січені вироби, киселі). Щоб на виробах не утворювалася груба кірочка, їх не смажать, а варять у воді, на парі або припускають. Виключають продукти, які містять грубу клітковину (сирі овочі).

При термічному щадному режимі температура подавання гарячих страв 60–65 °С, холодних – 10–12 °С.

Лікувально-профілактичне харчування організовують на промислових підприємствах для робітників, що працюють в умовах шкідливих професійних факторів (підвищена температура або вологість, вібрація, виділення шкідливих газів), які негативно впливають на здоров'я людини. Організовують його так само, як і лікувальне харчування.

В спеціальні дієти вводять продукти, які прискорюють виведення з організму шкідливих речовин, і вилучають продукти, що сприяють швидкому їх засвоєнню. Лікувально-профілактичне харчування сприяє захищеності організму від впливу зовнішнього середовища.

Підприємства, на яких готують дієтичні страви, оснащують м'ясорубками з дрібними решітками, протиральними машинами, механізмами для розмелювання продуктів, пароварильними казанами і шафами, електричними плитами, холодильниками. У достатній кількості мають бути кухонний посуд (казани-коробіни, рибні, казани з сітчастими втулками, глибокі листи, сотейники), мірний посуд та інвентар (шумівки, сита для протирання продуктів, копистки, вінчики, друшляки). Матеріали, з яких виготовлені обладнання, посуд, інвентар, мають повністю виключати можливість хімічних і електрохімічних реакцій між металом та їжею.

У дієтичному харчуванні слід суворо додержуватись правил санітарії й гігієни. Дуже важливо, щоб меню певної дієти було різноманітним, а страви мали привабливий вигляд і збуджували апетит.

**2.8 Санітарні вимоги до сировини, інвентарю кухаря, готової продукції**

Якість продукції, що випускається, залежить від сировини з дотриманням технологічного процесу, дотриманням правил санітарії і гігієни і систематичного контролю для всієї системи П.Г.Х. Існує 2 види контролю внутрішньовідомчий і виробничий.

Внутрішньовідомчий – контроль оперативний, бухгалтерський, лабораторний, технологічний – здійснює вище коштуючи організації П.Г.Х.

Оперативний контроль – перевіряє дотримання правил торгівлі, своєчасне таврування і перевірку ваг, аналізує скарги і пропозиції споживачів.

Бухгалтерський контроль – перевірка дотримання норм закладки сировини, правильність числення цін, виконання статей бюджету.

Лабораторний контроль – веде облік результатів аналізів по кожному підприємству досліджених фізичним і хімічно органолептичним шляхом.

Технологічний контроль – здійснюють інженери технологи безпосередньо на П.Г.Х. органолептичним шляхом.

Підсумки одержання по усіх видах контролю заповнюються документально (ведеться журнал) і доводиться до зведення працівників.

Виробничий контроль – здійснюється безпосередньо на самих підприємствах. Відповідальність за продукцію підприємства несе директор, його заступник, заступник виробництва, його заступник, інженер технолог, кухар що виготовляє даний виріб, роздавальники.

Усі вони проводять бракераж – повсякденний контроль якості продукції, що випускається. Його здійснює комісія, у котру входить: директор, інженер-технолог, що завідує виробництвом висококваліфікований кухар, що має право особистого бракеражу або шеф кухар, члени групи народного контролю і медичних працівників бракераж проводять у плині всього дня в міру виготовлення кожної порції страви, н/ф, кулінарного виробу в присутності кухаря, який готовив дані страви. Якість страв контролюють органолептичним шляхом зовнішній вигляд, смак.

При перевірки н/ф рибного і м'ясного цехів зважують не менш 5 – 10 порцій. 1 – 2 страви зважують порціями узятими з роздачі. Відхилення в масі не допускається. Перед проведенням бракеражу комісія повинна знайомиться з меню калькуляцією, виходу страв при порушенні їжі чи недовазі комісія має право зняти страву з продажу і направити її на доробку чи переробку, а при необхідності санітарно-бактеріологічну лабораторію. Результати бракеражу заносяться в бракеражний журнал у який страви оцінюють по 4-ох бальній системі. Сторінки в журналі пронумеровані, прошнуровані, скріплені сургучевою печаткою, журнал видає вищестояща організація. Записують порядковий номер страви, найменування, час виготовлення і проведення бракеражу, зауваження, оцінку в балах. Прізвище Ім'я По батькові кухаря, який приготував страву. По органолептичній оцінці страв, кожному виробу дають показники – зовнішній вигляд, смак, колір, запах, консистенція, дають оцінку 5,4,3,2.

**Для кондитерського виробу**

* Надмір цукру в тісті уповільнює бродіння, під час випікання скоринка виробу швидко присмажується, тим часом як середина залишається сирою.
* Не можна пересолювати тісто, бо зайвина солі розріджує його і надає неприємного присмаку.
* Яйця треба спочатку розбивати по одному у склянку чи якусь іншу посудину, щоб випадково не зіпсувати тісто несвіжим яйцем.
* Не можна збивати білки в алюмінійовому посуді, бо вони темнішають.
* Білки та вершки треба збивати перед використанням, бо піна з них не може довго зберігатись (вона осідає).
* Перш ніж збивати вершки на пі-ну, їх треба охолодити до температури 8 – 10ºС і збивати в холодному місці.

Ніколи не слід добавляти продукти до піни з білків, треба вводити піну в продукти, обережно перемішуючи при цьому суміш зверху вниз.

* Якщо доводиться замінити свіже молоко згущеним або сухим, то слід пам’ятати, що 1 л свіжого молока відповідають 250 г. згущеного без цукру або з цукром і 130 г. сухого.
* Сухе молоко необхідно попередньо просіювати і розводити у воді з температурою 60 – 70ºС.
* Надмір жирів у тісті погіршує якість виробу: тісто стає важким і погано пропікається.
* Усі жири можна зберігати до двох тижнів при температурі 4–6ºС у наглухо закритій посудині.
* Газову духовку слід розігріти за 10 хв. перед випіканням виробів, електричну – за 25 хв.
* Коли нема термометра, температуру в духовці можна визначити так:
* якщо щіпка борошна, вкинута в духовку, спочатку стане жовтою, а через 30 с потемніє, значить температура в духовці 220 – 240ºС; якщо борошно зразу звуглиться, – температура 270 – 280ºС; коли борошно змішується поступово, – температура 180 – 200ºС.
* Для вистоювання тісто в середньому ставлять на 30 – 60 хв.
* Тісто обмазують жовтком за 5 – 10 хв до випікання.
* Щоб виріб був м’яким (верхня і спідня скоринки), його слід ще гарячим накрити тканиною.
* Щоб білки легше було збити на густу піну, яйця треба охолодити, поклавши їх на 1 год на лід або в холодну воду.
* Борошно найкраще зберігати в мішках, а не в жерстяних коробках або в дерев’яних скриньках.
* Щоб нарізати гарячий пиріг, ніж треба занурити в гарячу воду або нагріти над полум’ям газового пальника.
* Якщо тісто недостатньо підійшло або в духовці не досить висока температура, тісто буде драглисте.
* Ніколи не слід сипати борошно в рідину, а навпаки, треба поступово додавати рідину до борошна.
* Посуд з під молока треба мити спочатку холодною, а потім гарячою водою. Так сам. о треба мити посуд, в якому було тісто або суміш з яйцями. Свіжі яблука добре зберігаються, якщо їх засипати чистою тирсою, яка, звичайно, не має неприємного запаху;
* Дека та форми рекомендується змащувати жиром густої консистенції.
* Добре борошно має бути сухим, м’яким, а на колір білим або з трохи кремуватим відтінком. Якщо стиснути таке борошно у жмені, воно утворює грудочку, яка розсипається не відразу. Від натискування на поверхню борошна пальцем на ній мають залишитись відбитки папілярних ліній. Коли в борошно додають воду, воно не повинно темнішати.
* Якщо в борошно з підвищеною вологістю занурити руку, вона відчує холод. Таке борошно треба використати в першу чергу, бо воно може швидко зіпсуватись.
* Добре пшеничне борошно має смак крохмалю, житнє – солодкувате. Якщо борошно надто солодке на смак, це означає, що його змололи з пророслого зерна. Гіркуватого смаку набуває борошно, яке зберігалося в несприятливих умовах. Гострий і гіркий смак борошна може бути
* наслідком забруднення збіжжя.
* Молоко робить тісто пухкішим, м’якшим, надає йому еластичності, пружності. Але його має бути стільки ж, як і води, або навіть менше, бо інакше тісто погано пропікатиметься.
* Правильно вимішане тісто має бути гладеньким, вільно відставати від стінок посудини.
* Якщо тісто недосолене, сіль розчиняють у невеликій кількості води, вливають розчин у тісто і знову добре його вимішують.
* Пересолене тісто погано бродить і легко завітрюється, вироби з нього виходять бліді. Щоб виправити станови-ще, слід замісити нову порцію тіста, але вже без солі, з’єднати з пересоленим тістом і старанно вимісити.
* Смак виробів з тіста можна варіювати, додаючи борошно іншого сорту або замінюючи рідинну частину. До основної рідини можна додавати сметану, кефір, олію, цибульний чи морквяний сік тощо. У кожному випадку вироби з тіста матимуть інший смак.
* Коли випікають борошняні вироби, під форму насипають трохи солі, щоб вони не підгорали.
* з ним в ємність з теплою водою і підтримуючи цю температуру до кінця бродіння.
* Жири в тісто слід класти точно за рецептурою, бо в разі їх надміру вироби будуть розпливчасті, з глевким м’якушем.
* У бісквітне тісто на кожне яйце кладуть 20 – 30 г. цукру та 20 г. борошна. Замість борошна можна класти 1 столову ложку манних круп або 2 столові ложки мелених ядер горіхів. Виріб буде більш розсипчастий, якщо в тісто додати крохмаль (1 частина крохмалю на 6 частин борошна).
* Тісто буде більш розсипчастим, якщо жир складатиметься з однакових частин вершкового масла, маргарину та смальцю, і ніжним, коли в нього додати цукрову пудру. Свіжого доброго запаху пісочному тісту надає лимонна цедра.
* Вироби з тіста спочатку змащують маслом і лише потім посипають цукром. Якщо зробити навпаки, то цукор швидко розчиниться у маслі.
* Щоб тісто не підгорало, в кутку в духовці слід поставити посудину з водою.

**3. Заключна частина**

**3.1 Організація робочого місця**

Робочі місця кухарів обладнують плитами, електросковородами, електрофритюрницями, жаровими шафами, виробничими столами з полицями і ящиками для зберігання інвентарю і спецій, столами з умонтованою мийною ванною (для перебирання і промивання круп), з вагами, обробними дошками (для формування кулінарних виробів), столами з холодильною шафою, універсальним приводом П-ІІ, пересувною ванною (для промивання круп).

Важливо на робочих місцях правильно підібрати кухонний посуд за місткістю і призначенням. Він має бути з рівним дном і гладенькими стінками, міцно прикріпленими ручками.

Для варіння страв у невеликих кількостях використовують казани і каструлі різної місткості, парові короби і рибні казани довгастої форми, які мають вставні решітки; для пасерування і припускання – сотейники; для тушкування – сотейники і мармітниці; для смаження – різні сковороди і листи.

З інвентарю на робочих місцях використовують черпаки місткістю 2 л (для переливання бульйонів), цідилки, сита, друшляки, грохоти (для проціджування бульйонів, протирання овочів, відкидання зварених продуктів), шумівки (для знімання піни і жиру, виймання зварених вареників, галушок, смажених виробів з фритюру), кухарські лопатки (для перевертання виробів при смаженні), дерев'яні копистки різної довжини (для перемішування овочів при пасеруванні, страв при тушкуванні), кухарські вилки (для виймання варених м'ясних продуктів), кухарські голки (для визначення готовності страв з м'яса, риби), дерев'яні качалки (для розкачування тіста), черпаки, ложки для гарнірів і соусів, промарковані обробні дошки і ножі кухарської трійки

У гарячому цеху великих підприємств використовують конвеєрну піч для безперервного смаження котлет, ромштексів, антрекотів та інших виробів з м'яса (продуктивність печі – 2000 шт./год); комплект для виробництва овочевих і круп'яних котлет, биточків, запіканок продуктивністю 500 шт./год, який складається з двох теплових апаратів для припускання овочів, протиральної машини і формувального апарата; апарат для пасерування цибулі і моркви, який складається з двох круглих сковорід з мішалкою і шнекового конвеєра для завантаження продукту; шафу інтенсивного охолодження, призначену для швидкого зниження температури гарячої продукції до температури 4–6 °С у функціональних місткостях, які встановлюють на стелажах.

У гарячому цеху роботу виконують кухарі ІІІ-ГУ розрядів під керівництвом бригадира цеху (кухаря У-УІ розряду). Працівників розміщують на робочих місцях за їх кваліфікацією. Робота кухарів розпочинається з вивчення меню, підрахунку потрібної кількості продуктів, сировини, напівфабрикатів і організації робочих місць. Для цього використовують технологічні карти, які розробляють на кожному підприємстві на основі діючих збірників рецептур. У картах зазначено набір сировини для приготування страви на одну порцію в грамах (масою нетто), а також на 50 або 100 порцій (залежно від кількості страв, що реалізуються на підприємстві, і місткості обладнання та кухонного посуду). На зворотному боці наведено коротку технологію приготування страв, вимоги до якості і вихід.

Організація робочого місця кондитера

Кондитерський цех по випічці булочних і борошняних кондитерських виробів, тортів і тістечок організують на великих і середніх підприємствах суспільного харчування (переважно в ресторанах), що постачають своєю продукцією широку мережу дрібних підприємств. Цех входить до складу заготовочних підприємств.

Для нормального ведення технологічного процесу в кондитерському цеху повинні бути наступні відділення: замісу тіста, тісторозділочне, випічне, обробки виробів, готування крему, фаршів, комора добового запасу продуктів, тари, мийні (для яєць, посуду, тари), експедиція.

Робочі місця кондитерів організують відповідно до технологічного процесу готування борошняних кондитерських виробів. Технологічний процес звичайно складається з наступних стадій: збереження і підготовки сировини, готування і замісу тіста, формування виробів, готування оздоблювальних напівфабрикатів, начинок, випічки, обробки і короткочасного збереження готових виробів.

Правильне розміщення устаткування, підготовка робочих місць, оснащення їх необхідним інвентарем, посудом і транспортними засобами, безперебійне постачання в продовж зміни сировиною, паливом, електроенергією – важливі фактори економічного використання робочого часу, забезпечення раціональної організації праці і механізації трудомістких процесів.

Приміщення для замісу тіста обладнають машинами для замісу тіста з діжами різної місткості. Тісто замішують послідовно: спочатку з найбільш коротким циклом – здобне. Піскове, листкове, а потім – дріжджове.

Для оформлення кондитерських виробів застосовують пластмасові чи жерстяні трубочки, що вкладають у мішки з щільної тканини, спеціальні шприци, гребінки з алюмінію чи жерсті і ряд інших пристосувань.

Приміщення для порціонування тіста обладнують таким чином: установлюють стіл, ділильно-округляючу машину або тістоділитель, скринька для борошна (під столом), шухляда для ножів (у столі), циферблатні ваги. Передбачають також місце для пересування діжі з тістом. Ділительно-округляюча машина поділяє тісто на шматки визначеної маси і закочує їх у кульки, що полегшує дуже трудомістку операцію зважування і закочування кожної порції тіста.

Для розкочування тіста використовують столи із шафками для інструментів і висувними скринями, тісторозкочувальну машину, холодильну шафу (де прохолоджується масло і тісто при виготовленні листкових виробів). В даний час застосовують машину, що не тільки розгортає тісто необхідної товщини на дві стрічки, але і дозує між ними начинку і формує вироби.

Робоче місце для формування виробів обладнують столами (c висувними скринями для борошна, шухлядами для інструментів), настінними стелажами.

Креми готують в окремому приміщенні, у якому установлюють збивальні машини різної продуктивності і з різною місткістю діж і казанів. Варять крем у спеціальних перекидних казанах з паровою сорочкою або в наплитних казанах. Необхідний також спеціальний стіл з висувними шухлядами для збереження інструмента, на ньому просіюють пудру і виконують інші операції.

Для виготовлення помади організують потокову лінію, що складається з електроплити, казана, спеціального столу і збивальної машини. Кришка столу металева з бортами і під нею розташовані два трубопроводи з холодною і гарячою водою. Один із бічних бортів, що граничить з накладним лотком, зроблений знімним.

Випечне відділення обладнують кондитерськими шафами і печами з електричним, газовим і рідше вогневим обігрівом.

**3.2 Техніка безпеки**

Праця кухаря належить до розряду фізичної праці середньої тяжкості. Кухарем можуть працювати як жінки, так і чоловіки різного віку. На підприємствах громадського харчування застосовують такі види робочих графіків: лінійний чи змінний (всі працівники починають і закінчують роботу одночасно); стрічковий поточний, ступінчастий (передбачає вихід працівників у різний час з тим, щоб в години «пік» забезпечити найшвидше обслуговування); двобригадний (для підприємств, що працюють в дві зміни); комбінований (для підприємств, що працюють більше 12 годин, наприклад ресторани); сумарного обліку робочого часу (для підприємств, де працівника не можливо забезпечити роботою рівномірно протягом місяця чи року, наприклад вагонів-ресторанів).

У кухарів 8-годинний робочий день в одну чи дві зміни (залежно від розпорядку роботи закладу). У приватних кафе чи ресторанах режим та темп роботи кухар встановлює сам, виходячи з потреб і можливостей.

Особливі умови та фактори праці:

– працює в приміщенні, але умови мікроклімату несприятливі: температура повітря досягає 25–32С, підвищена вологість повітря, протяги, перепади температури повітря, пов'язані з необхідністю переходів з гарячих у холодні цехи. Під час роботи біля плити впливає інфрачервоне (теплове) випромінення;

– робота пов'язана із вплив інтенсивного шуму, переважно середньочастотного характеру, викликаного дією витяжної та загальнообмінної вентиляції.

У запобіганні нещасних випадків працівники кухні повинні вивчити правила експлуатації устаткування й одержати практичний інструктаж у завідуючого виробництвом. У місцях розташування устаткування необхідно вивісити правила його експлуатації. Підлога в цехах повинна бути рівною, без виступів, не слизькою.

При роботі в цехах необхідно дотримуватись наступних правил:

* забороняється працювати на м'ясорубці без запобіжного кільця;
* забороняється працювати на куттері з несправним мікровимикачем;
* знімати чи приєднувати змінні машини до універсального приводу можна тільки при повному його вимиканні;
* перед роботою варто застопорити за допомогою гвинтів візок універсального приводу;
* на підлогу поруч з виробничими столами необхідно встановлювати підніжні ґрати;
* ножі повинні мати добре закріплені ручки і зберігатися у визначеному місці;
* виробничі ванни і столи повинні мати закруглені кути.

Під час роботи необхідно вчасно видаляти і переробляти відходи, стежити за санітарним станом цеху і кожного робочого місця, після закінчення роботи ретельно промивати і протирати всі машини, розрубочний стілець ошпарювати окропом і засипати сіллю.

При роботі в гарячому цеху працівники повинні обов'язково вивчити правила експлуатації механічного і теплового устаткування й одержати практичний інструктаж у завідуючого виробництвом. У місцях розташування устаткування необхідно вивісити правила експлуатації.

Підлога в цеху повинна бути рівною, без виступів, не слизькою.

Температура в цеху не повинна перевищувати 26ºС.

Розбір, чищення, змащення будь-якого устаткування можна робити лише при повній зупинці машин і вимкненні їх від джерел електроенергії, пару і газу.

Електроустаткування повинне бути заземлене.

Проходи біля робочих місць не можна захаращувати посудом і тарою.

Кришки пищоварних стаціонарних казанів дозволяється відкривати лише через 5 хв. після припинення подачі пару чи електроенергії; перед відкриванням підняти клапан-турбинку і переконатися, що немає пару. Кришки у наплитних казанів відкривати на себе.

Готову продукцію вагою більш 20 кг варто транспортувати на візках.

Забороняється розтоплювати плити легкозаймистими рідинами (керосином, бензином).

У цеху обов'язково повинна знаходитися аптечка з набором медикаментів.

При нещасливих випадках, зв'язаних із утратою працездатності, варто складати акт за формою.

Санітарний одяг має бути чистим і застібуватись на ґудзики. Санітарний одяг одягають таким чином, щоб він добре закривав волосся. Закінчивши роботу знімають у гардеробі. Перуть лише у пральні. До студентів, що обрали професію кухар теж ставлять певні вимоги і враховують не тільки їх бажання працювати, а і стан здоров’я.

**3.3 Електробезпека. Пожежна безпека**

***При користуванні кухонними електричними приладами***

1. Перед вмиканням в мережу перевірити чи не зіпсований електрошнур, і чи нема оголених місць;

2. Вмикати і вимикати прилад тільки сухими руками;

3. Вилку електронного приладу вимикати і вмикати із розетки, тримаючись тільки за її корпус;

4. Не залишати включені електричні прилади без догляду;

5. Після закінчення роботи вчасно їх вимикати;

***При роботі з гарячою рідиною***

1. Стежити, щоб під час залишання рідини в посуді вона не виливалася через край. При сильному кипінні змінювати вогонь;

2. Кришки посуду з гарячою рідиною брати рушником або прихваткою і відкривати обережно, нахиляючи на себе, так, щоб пара не потрапила на руки;

3. Продукти з гарячою рідиною опускати обережно;

4. На розігріту сковорідку продукти класти обережно, тримаючи їх низенько над сковорідкою, щоб не розбризкати жир;

***При користуванні ріжучими інструментами:***

1. Під час нарізання продуктів на дошці треба правильно тримати руки, ніж недуже високо піднімати над дошкою. Пальці лівої руки тримати лівіше від ножа, на певній відстані від нього;

2. Ніж передавати ручкою вперед;

3. Щоб не пошкодити руки, не слід терти на терці дуже дрібненькі шматочки овочів чи інших продуктів. Потрібно тримати овочі міцно і терти обережно, щоб не вислизнули з руки.

**3.4 Пожежна безпека**

***При користуванні газовою плитою***

1. Перед початком роботи добре провірити приміщення;

2. Відкрити кран на газопроводі так, щоб риска на головці крана була вздовж труби;

3. Запалюючи газовий пальник, спочатку піднести до нього запалений сірник, а потім відкрити кран пальника;

4. Полум’я пальника має бути рівномірним синього кольору;

5. Перш ніж користуватися духовкою, обов’язково провірити її протягом 2–3 хв., відкрити дверцята;

6. Не класти на плиту сирники;

7. Не залишати запалену плиту без догляду.

**Використана література**

1. Анфімова Н.К., Захарова Т.І. Кулінарія. – М.: Економіка, 1987. –

2. Баранов В.С. Технология производства продуктов общественного питання. – М.: Экономика, 1982.

3. Все об украинской кухне. / Сост. Д. Билык. – Донецк: ПКФ «БАО», 2000.

4.» Доцяк В.С. Українська кухня: Технологія приготування страв. – К., 1995.

5.» Шумило Г.І. Технологія приготування їжі. – К., 2003.

6. Гришин П.Д., Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи. М., 1972.

7. Справочник технолога общественного питания. М., 1984.

8. Успенская Н.Р. Практическое пособие для повара. М., 1982.

9. Учебное пособие для повара. М., 1965.

10. Новоженов Ю.М. Кулинарная характеристика блюд. 1987.