

Методическая разработка практического урока по профессии "Повар"

Разработал:
мастер производственного обучения
по профессии «Повар»
Щербакова О.Н.

Пояснительная записка.

Содержание методической разработки направлено на углубление уже имеющихся знаний и навыков у обучающихся в практическом изучении технологии приготовления мясных блюд, освоение и первичное закрепление новых знаний, умений, способов действия. В основе технологии группового сотрудничества лежит приготовление, оформление, презентация и кулинарная характеристика приготовленных мясных блюд обучающихся под контролем мастера и анализом деятельности обучающихся.

В основе разработки лежит практический деятельный подход, что обеспечивает повышение познавательной активности обучающихся, расширяет их коммуникативные возможности, способствует созданию положительной мотивации во время практического занятия, что дает стимул к усвоению технологических приёмов приготовления. Применение технологии группового сотрудничества дает возможность каждому обучающемуся в группе проявить себя в рамках освоения практических приёмов приготовления мясных блюд, сформировать умения выстраивать взаимоотношения в коллективе, брать на себя ответственность за последствия принятого решения.

Цель методической разработки заключается в демонстрации практического применения образовательной технологии группового сотрудничества на практическом занятии, как одной из эффективных форм организации познавательной деятельности обучающихся, направленной достижение

предметных и личностных результатов обучающихся и формирования общих и профессиональных компетенций.

Мастер демонстрирует обучающимся технологические приёмы приготовления двух видов "Плова", последовательность закладки входящих продуктов, обращает внимание на технологические процессы с использованием проблемных ситуаций. Таким образом, создаются благоприятные условия для формирования следующих профессиональных и общих компетенций:

1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления плова в соответствии с инструкциями и регламентами
2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение мясных блюд.
3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации блюда
4. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
5. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
6. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
7. Пользоваться профессиональной документацией
8. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

Цель занятия:

1. Создать условия для закрепления и совершенствования, ранее полученных знаний и навыков в процессе выполнения практической работы по приготовлению и отпуску мясных блюд.
2. Организовать деятельность обучающихся по восприятию, осмыслению и закреплению знаний и навыков в рамках изучаемой темы.
3. Способствовать формированию и развитию у обучающихся

профессиональных компетенций, воспитанию чувства ответственности в работе.

4. Научить обучающихся технологически правильно готовить блюда из мяса, работать со сборником рецептов, технологическими и инструкционными карточками, правилам подачи блюд из мяса.

Воспитательная цель: Мотивация обучающихся к избранной профессии, добросовестного отношения к труду, требовательности к себе, развитие эстетического вкуса

Тип урока: комбинированный

Ресурсное обеспечение занятия:

1. Учебник Н.А Анфимова. Кулинария "Повар Кондитер"
В.И. Богушева Технология приготовления пищи
2. Дидактический материал: Сборник рецептов, инструкционные карты, технологические карточки.

Прогнозируемый результат:

По итогам практического занятия обучающиеся должны освоить, технологию приготовления, оформления и подачу мясного блюда "Плов". Узнать разновидности плова, специях и различных тонкостях в приготовлении.

Продолжительность – 8 часов.

Плов — самое распространенное и излюбленное кушанье узбеков. Его готовят и в дни торжеств, и в будние дни.

Постоянные компоненты плова — рис, жир (масло), лук репчатый и морковь, так как плов можно приготовить и без мяса. Вместо него могут быть использованы казы, хасип, яйца.

К постоянным компонентам могут добавляться горох (нут), чеснок, айва, изюм, репа и другие продукты. Тогда название плова дополняется названием этого продукта, например, плов с чесноком или плов с изюмом. Для плова используют мало крахмалистые и целые зерна риса. Пригодность риса для

плова определяют следующим образом: при промывании его сильно сжимают в кулаке, если образуется не рассыпающийся комок, такой рис считается непригодным для плова.

Обычно плов приготавливают на курдючном сале. Однако, как показали научные исследования, частое потребление животных жиров отрицательно влияет на организм, поэтому для плова желательны растительные масла или их смеси с животными жирами. Раньше для приготовления плова широко использовали зигирное (масло подсолнечное 10%, масло кунжута 10%, масло абрикоса 10% масло грецкого ореха 10%, масло льна 50%, масло арахиса 10%) и кунжутное масла, теперь хлопковое.

Какому сорту моркови для плова отдать предпочтение? Это зависит от района и вида плова. Например, в Самаркандской и Хорезмской областях предпочитают желтую морковь, в Сурхандарьинской — красную, в остальных районах используется и та, и другая.

Процесс приготовления плова состоит из двух этапов: приготовления зирвака и собственно варки. Приготовление зирвака включает тепловую обработку (совместно или отдельно) репчатого лука, моркови и мяса, а собственно варка — закладку риса и его выпаривание (с закрытой крышкой или без нее).

Важный компонент плова — специи и приправы, добавляемые при тушении зирвака. В качестве специй и приправ используют тмин, барбарис, анис, черный и красный перец молотый, стручки красного горького перца.

В зирвак кладут около половины предназначенного количества соли. Если готовить зирвак без соли, плов приобретет вязкую и водянистую консистенцию, не будет рассыпчатым.

Важный момент при варке плова — определение завершения процесса впитывания жидкости рисом. Тыльной стороной шумовки слегка ударяют по рису; если влага полностью впиталась в рис, то получается глухой звук «гуп-гуп».

В узбекской национальной кухне издавна известны четыре способа приготовления плова: ферганский, самаркандский, хорезмский и бухарский. При любых способах приготовления рис в плове должен быть рассыпчатым.

К плову подают различные закуски из свежих и пассерованных овощей, гранатовые зерна и мелко нарубленную зелень с тонко нарезанным репчатым луком.

Плов с курицей – это очень древний классический вариант приготовления плова. Плов с курицей готовят во всех областях Узбекистана круглый год.

План - мы приготовим 2 вида плова. Один по рецептуре со сборника, а другой рецепт узбекского плова с курицей мы нашли в интернете.

Ну что, начнем.

1. ПЛОВ ПО СБОРНИКУ.

Инструкционная карта по приготовлению блюда: «Плов»

Упражнения: организация рабочего места, первичная обработка и нарезка мяса, овощей, пассерование, тушение, доведение до готовности, до вкуса, отпуск.

Продукты: Говядина, крупа (рис), маргарин или растительное масло, лук, морковь, томатное пюре, соль, специи.

Посуда и инвентарь: Доски разделочные «МС», «ОС», ножи, миски кастрюля, глубокая сковорода или казан, ложка, лопатка.

Инструктивные указания

1. Организация рабочего места

Подготовить продукты, посуду, инвентарь, согласно технологической карточке.

2. Первичная обработка и нарезка овощей, мяса

Мясо нарезают кубиками по 15-20 гр. Лук, морковь нарезаем мелким кубиком. Рис перебираем, промываем.

3. Тепловая обработка

Мясо обжаривают, посыпают солью, перцем, добавляют пассерованные с томат-пюре овощи. Заливают бульоном или водой,

доводят до кипения и всыпают подготовленный рис и варят до полуготовности.

4. Доведение до готовности

После того, как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, ставят в жарочный шкаф на 25-40 минут.

5. Отпуск блюд

На подготовленную тарелку или баранчик укладывают горкой плов, равномерно распределяя мясо с рисом и овощами. Посыпают мелконарезанной зеленью.

В процессе работы обучающихся, мастер должен быть рядом, чтобы постоянно координировать их работу.

Приготовленные блюда, обучающиеся под руководством мастера оформляют и ставят подготовленный стол. для кулинарной характеристики и дегустации.

Перед дегустацией мастер проводит закрепление материала по следующим вопросам:

Вопрос: Почему мясо тушеное нарезают на порции поперек волокон?

Ответ: Для сохранения формы.

Вопрос: Какие изменения происходят с мясом при тепловой обработке?

Ответ: Переходит коллаген в глютин.

Вопрос: Почему при тушении мяса бульон добавляют на 1/3 от объема мяса?

Ответ: Чтобы как можно меньше питательных веществ уходило из мяса.

Вопрос: Какое соотношение должно в плове был рассыпчатым?

Ответ: Воды должно быть 1:2:3

Вопрос: Подаются ли ножи посетителю к блюдам из тушеного мяса?

Ответ: Нет, мясо нарезают кусочками!

Вопрос: Какую роль играет томат пюре а плове?

Ответ: Способствуют ускорению размягчения мяса в кислой среде.

Затем мастер вместе с обучающимися проводят бракераж

приготовленных блюд, отмечая положительные и отрицательные моменты соблюдения технологического процесса приготовления блюд.

Заостряется внимание на температуру подачи блюд, вкус, запах, цвет, консистенцию, внешний вид (мяса, гарнира, соуса). Закончив дегустацию, выяснив непонятные вопросы, мастер оценивает индивидуально выполнение операции каждым обучающимся и дает задание на дом:

Технологическая карта

Название блюда (изделия) Плов

Рецептура № 601(2 колонка)

Сборник Рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Авт.-сост.: А. И. Здобнов, В.А. Цыганенко.- К.: ООО «Издательство Арий», М.: ИКТЦ «Лада», 2010.-680с.

Норма закладки на 1 порцию, г

Наименование сырья	Масса брутто	Масса нетто
Свинина (лопатка, грудинка)	129	110
<i>Масса тушеного мяса</i>		<i>75</i>
Крупа рисовая	67	67
Масло растительное	15	15
Лук репчатый	18	15
Морковь	19	15
Томат пюре	15	15
<i>Масса гарнира</i>		<i>200</i>
<i>Выход готового изделия</i>		<i>275</i>

Технология приготовления.

Нарезанное кусочками по 20—30 г мясо посыпают солью и перцем, обжаривают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо

и овощи заливают бульоном или водой (150 по II колонкам соответственно), доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25—40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Требования к качеству

Цвет – мясо имеет темно- красный

Консистенция –мягкая, куски мяса должны сохранять свою форму нарезки.

Овощи, тешенные вместе с мясом должны сохранять форму, мягкие.

Вкус, запах – овощей и специй.

Подача - посуда для отпуска правильно подобрана: мелкая столовая тарелка (по-Евро стандарту). Температура подачи должна соответствовать (t=65-75 С).

2. Узбекский плов с курицей.

Курица - 1,5 кг

Рис - 1,5 кг

Морковь – 1-1,5 кг

Лук репчатый - 250 г

Масло растительное - 450 г

Соль - 90 г

Перец черный молотый - 1 ч. ложка

Зира - 3 ч. ложки

Куркума - 1,5 ч. ложки

Барбарис – 1ч. ложка.

Чеснок – 3-4 головки

Приготовление: Курицу делим на порционные куски весом по 100-150 граммов. Рис промываем несколько раз холодной водой. Лук чистим, моем и нарезаем полукольцами. Морковь чистим, моем и нарезаем соломкой, толщиной

приблизительно 4 миллиметра. Приготовим зирвак. В казане разогреваем до белого дыма обжариваем до румяности подготовленный лук. Курицу добавляем в казан к луку и обжариваем на большом огне до румяности. Добавляем подготовленную морковь, обжариваем до мягкости. Добавляем куркуму, зиру, барбарис, черного молотого перца, соли, перемешиваем. Добавляем полтора литра холодной воды, доводим до кипения. Варим зирвак без крышки, на маленьком огне, при постоянном слабом кипении, приблизительно, 30 минут. Рис аккуратно выкладываем ровным слоем в казан. Увеличиваем огонь до максимума и выпариваем воду. Собираем рис от краев к середине – выпариваем воду, образовавшуюся по краям. Собираем рис горкой, делаем отверстия деревянной палочкой до дна – выпариваем жидкость со дна. Накрываем казан полотенцем и крышкой. Готовим плов с курицей на маленьком огне 30-40 минут. Через 30-40 минут открываем крышку, аккуратно перемешиваем плов, выкладываем на блюдо и подаем к столу.

Требования к качеству

Цвет – соответствует данному набору продуктов

Консистенция – мягкая, куски мяса должны сохранять свою форму нарезки. Овощи, тешенные вместе с мясом должны сохранять форму, мягкие. Рис рассыпчатый, мягкий.

Вкус, запах – овощей и специй.

Виды плова:

Ферганский плов-способ приготовления плова — самый известный и популярный. Так готовят плов не только в Ферганской долине, но и в Кашкадарьинской, Сурхандарьинской, Ташкентской и других областях республики. Этот плов имеет насыщенный коричневый цвет. Горький стручковый перец придает плову остроту, его добавляет в плов население Ферганской долины и Ташкентской области. Курдючное сало, нарезанное мелкими кубиками, вытапливают, шкварки удаляют. В полученном жире

обжаривают очищенные от мяса косточки, головки репчатого лука или кусочки моркови, при этом окраска жира становится коричневой, улучшаются его вкус и аромат. Лук нарезают кольцами, обжаривают до золотистого цвета. Затем к нему добавляют мясо, нарезанное кубиками, и дожаривают еще 15-20 мин. Затем добавляют морковь, нарезанную соломкой, и обжаривают вместе с мясом до уменьшения ее массы на 40-50%: Полученный зирвак заливают небольшим количеством воды, добавляют часть соли, целые стручки горького красного перца, специи и варят после закипания на медленном огне до размягчения моркови. В процессе варки у стручков перца в нескольких местах делают проколы. Рис перебирают, тщательно промывают и замачивают с солью на 30-40 мин. Ровным слоем его укладывают шумовкой на зирвак, заливают горячей водой так, чтобы ее слой над рисом был 1,5-2 см, добавляют оставшуюся часть соли и быстро доводят до кипения. Сильный огонь поддерживают до полного впитывания жидкости рисом. Затем шумовкой плов собирают к середине котла, делают проколы в нескольких местах (ножом или ручкой ложки) для выхода пара. После этого котел плотно закрывают крышкой и доводят плов до готовности на медленном огне. Перед подачей плов осторожно перемешивают и укладывают на блюдо горкой, сверху кладут мясо и стручки перца.

Самаркандский плов

Его часто готовят в Самарканде, Бухаре, Ургенче и прилегающих к ним районах. При приготовлении плова по-самаркандски используют, как правило, морковь желтого цвета. В отличие от плова по-фергански рис сохраняет естественную белую окраску, при подаче к столу морковь с рисом не перемешивается. Репчатый лук, нарезанный кольцами, обжаривают в сильно разогретом жире до золотистой окраски, затем кладут куски мяса с костями по 200-250 г и обжаривают вместе с луком до появления на их поверхности поджаристой корочки. На мясо укладывают морковь, нашинкованную

соломкой, заливают небольшим количеством воды, добавляют соль, перец, тмин, барбарис и тушат при закрытой крышке до готовности моркови. Рис перебирают, тщательно промывают и замачивают на 30-40 мин. с добавлением небольшого количества соли. Перед использованием рис вновь промывают. На готовый зирвак с помощью шумовки ровным слоем укладывают рис, заливают горячей водой, добавляют соль, быстро доводят до кипения и варят на сильном огне до полного впитывания жидкости рисом. Затем убавляют огонь, котел плотно закрывают крышкой и доваривают до упревания риса. При отпуске на блюдо горкой укладывают рис, на рис — морковь, на морковь — мясо, нарезанное мелкими кубиками.

Хорезмский плов

Этот способ приготовления плова известен только в Хорезме. Мясо нарезают крупными кусками, обжаривают в раскаленном жире вместе с репчатым луком, заливают небольшим количеством воды и дают закипеть. Затем на мясо укладывают морковь, нарезанную пластинками толщиной 3-4 мм, добавляют соль, специи, котел плотно закрывают и тушат на очень слабом огне 8-10 часов до разваривания мяса. После этого засыпают рис, заливают водой слоем 1,5-2 см над рисом, солят и варят, как обычный плов. При подаче укладывают горкой рис, морковь и мясо слоями.

Хорезмский туй плов

Его готовят бухарским способом, он предназначен для гостей в дни свадебных торжеств. Перебранный и промытый рис отваривают до полуготовности в подсоленной воде, откидывают на специальный настил (буйра) из камыша, чтобы стекла вода. Половину риса подкрашивают шафраном. В небольшом количестве подсоленной воды также отваривают морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой. Мясо отваривают крупными кусками до полуготовности. На дно котла закладывают отваренные куски мяса, добавляют жир, бульон (или воду), затем ровным слоем укладывают морковь с луком, на морковь кладут

слегка отваренный желтый кишмиш и в последнюю очередь 4-5 слоями подкрашенный и не подкрашенный рис. Котел плотно закрывают и тушат на слабом огне. При подаче на блюдо слоями укладывают рис, затем морковь с кишмишом и куски мяса,

Бухарский плов

При бухарском способе приготовления плова отдельно отваривают рис, мясопродукты и овощи. Плов, приготовленный этим способом, называется «сафоки». Этот способ приготовления был широко распространен в Бухаре. Под названием «плов по-бухарски» иногда описывают способ приготовления плова по-самаркандски с изюмом, но без мяса. Этот способ с некоторыми изменениями используется и в Хорезме для приготовления свадебного плова, такой плов называют «оши суфи». Перебранный и промытый рис отваривают в подсоленной воде до готовности, откидывают на сито и дают стечь воде. Мясо крупными кусками и целую очищенную морковь отваривают вместе. Затем мясо нарезают кубиками, морковь — соломкой. Эти продукты соединяют, посыпают солью, перцем и перемешивают. Репчатый лук обжаривают в сильно разогретом жире. При подаче на блюдо укладывают отваренный рис, его поливают разогретым маслом с луком. Сверху укладывают морковь, мясо и поливают оставшимся сильно разогретым маслом.

Казили плов

Плов с казы приготавливают в основном в Бухарской, Самаркандской, Ташкентской областях и Ферганской долине.

Вместо мяса в этом плове используется казы. Казы погружают в холодную воду и отваривают до готовности. Затем укладывают на зирвак, приготовленный ферганским или самаркандским способом, заливают водой, добавляют соль и варят до готовности моркови. В дальнейшем его готовят так же, как плов с мясом. Перед подачей плов укладывают горкой, на него — кружочки казы.

Коватокли плов

Плов с голубцами из виноградных листьев приготавливают во всех районах Узбекистана, за исключением Хорезмской области. У побегов винограда лезвием срезают молодые листья, удаляют грубоватые части. Жирное мясо пропускают через мясорубку, добавляют мелко нашинкованный репчатый лук, соль, перец. Фарш заворачивают в листья, как голубцы, и укладывают в котел швом вниз на горячий зирвак. Водой заливают так, чтобы слегка покрыть голубцы, солят, добавляют специи и варят на медленном огне 45-50 мин. Затем на голубцы ровным слоем укладывают промытый рис, заливают водой, добавляют соль и варят, как плов с мясом. При подаче плов укладывают горкой, сверху — голубцы.

Нухатли плов

Горох в основном используют при приготовлении плова ферганским и самаркандским способами. Плов с горохом варят во всех районах Узбекистана (за исключением Хорезмской области), используя местный вид гороха — нут. Важным моментом является обработка гороха: его перебирают, промывают холодной водой и замачивают на 12-14 часов. За это время 4-5 раз меняют воду. Если в воду добавить соль, горох будет быстро развариваться. Мясо, лук репчатый, морковь нарезают мелкими кубиками и обжаривают все вместе. рецепт узбекского плова с курицей. В готовый зирвак закладывают разбухший горох, заливают водой, добавляют соль, специи и варят на медленном огне около 1 часа. При бурном кипении горох плохо разваривается. На готовый горох ровным слоем укладывают рис и варят, как плов по-фергански или по-самаркандски.