

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ, НАУКИ И ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ТОРГОВО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
360015, Кабардино-Балкарская республика, г. Нальчик, ул. Т.Идарова, д.
139^а, телефон: 91-12-76, факс: 91-33-76

Мастер-класс на тему “Приготовление сочников”



Подготовила и провела:
мастер П/О – Кужева Г.Г.

2019г.

Мастер-класс на тему “Приготовление сочников”

Цели:

Дидактические: - знать технику безопасности при приготовлении сочников;

- личную гигиену;
- характеристику сырья;
- историю приготовления сочников;
- технологический процесс приготовления сочников;

Уметь - применять правила техники безопасности при выполнении приготовления сочников;

- применять теоритические знания на практике;
- организовать рабочее место;
- освоить технологию приготовления сочников;

Развивающие:

- развитие творческих навыков и инициативы учащихся;
- развитие логического и образного мышления;
- умение систематизировать полученные знания;
- углубление знаний в кулинарии;

Воспитательные:

- прививать навыки коллективного труда;
- развивать внимательность и аккуратность в работе;
- трудолюбие;
- формировать культуру труда;
- формировать бережное отношение к оборудованию, приспособлениям.

Дидактическое обеспечение:

- инструкции по технике безопасности при кулинарных работах;
- оборудование, приспособления, инструменты;
- кухонная посуда и приборы; тарелки, ножи, столовые ложки, чайные ложки, лопатка;

-санитарная одежда.

Ход мероприятия

Организационный момент:

- проверка внешнего вида учащихся;
- объявление о начале проведения мастер-класса;
- ознакомление с процессом приготовления сочников, их разновидностью.

Санитарно-гигиенические правила на кухне

Приготовление пищи требует безупречной чистоты, тщательного соблюдения санитарно-гигиенических правил. Очень часто причиной желудочно-кишечных заболеваний и пищевых отравлений могут быть не только недоброкачественные продукты, но и антисанитарное состояние кухни, кухонного инвентаря и приспособлений, небрежность и неаккуратность, которые допускаются в процессе приготовления пищи.

Нужно содержать пол на кухне чистым и сухим;

-обеспечить хорошую освещённость рабочего места;

-периодически проветривать помещение;

Личная гигиена работников общественного ПИТАНИЯ

1. Необходимо содержать тело в чистоте
2. Тщательно мыть руки с мылом
3. Волосы должны быть убраны
4. Иметь коротко стриженные ногти, без лака.
5. Не носить украшения и часы
6. Обувь на низком каблуке и с задником
7. Санитарная одежда должна быть чистая

Правила техники безопасности при обслуживании кухонной электрической плиты.

1. Во избежание ожогов будьте осторожны при перемещении на плитной посуде, не допускайте проливания на горячую поверхность плиты жира и других жидкостей, помните – температура конфорки 480 С
2. Перед санитарной обработкой переключатели плиты установите в положение “0” и отключите плиту от сети
3. Включайте только после исправления неисправностей.

Категорически запрещается:

- производить чистку и устранять неисправности при работе плиты;
- искусственно охлаждать конфорки водой либо другими жидкостями;
- работа без заземления;
- работа без внешней защиты;
- эксплуатация плиты без поддона.

Правила техники безопасности при обслуживании жарочного шкафа:

1. Жарочный шкаф нужно использовать только по назначению, для выпечки и запекания.
2. Никогда не оставлять включенным шкаф без присмотра.
3. Вставлять и вынимать из включённого жарочного шкафа посуду необходимо в специальных перчатках или прихватками, чтобы избежать ожога. Открывать шкаф тоже нужно специальной прихваткой, потому что поверхность духовки сильно нагревается.
4. При работе жарочного шкафа необходимо проветрить помещение, чтобы избавиться от неприятного и вредного запаха сгорания.
5. После завершения работы жарочный шкаф необходимо выключить.
6. Выключить вытяжную вентиляцию

Категорически запрещается:

- производить чистку и устранять неисправности при работе шкафа;
- работать без заземления;
- работать без внешней защиты.

Для очистки наружной части жарочного шкафа и внутренней части духовок не допускается применять водяную струю.

История происхождения сочников

Слово “сочник” происходит от старорусского “сочинь”. Так в кулинарии наших предков называли тесто раскатанное в пласт. С течением времени это название перешло на особый вид выпечки, которую готовили из тонкого слоя теста начинённого творогом. По форме сочник всегда оригинально полукруглый, а приготовить его не сложно. Учитывая очень длинную историю сочника, которая насчитывает не одно столетие, это на самом деле редкость. В советское время сочники были чуть ли не выпечкой №1. Дело в том, что и сегодня, когда рынок сложно упрекнуть в узости ассортимента, многие россияне по-прежнему любят и покупают сочники. Вызвано это конечно неповторимым и оригинальным вкусом, который возникает благодаря способу приготовления, особой рецептуре и составу изделия. При упоминании слово “сочник” перед глазами предстаёт булочка с творогом, которую вы ели в детских садах и школе. Если посмотреть в “Кулинарный словарь” писателя, историка Пахлёпкина В.В., то сочники появились на севере России, где впервые стали готовить полуоткрытые пирожки с разными начинками. Можно сказать, что современный сочник относится к древнерусской выпечке, рецепт которой дошёл до наших дней.

Сочники включили в рацион школьного питания не только из-за вкусовых свойств и молочного-ванильного аромата, но и витаминного состава. В книгах по диетологии пишут, что в сочниках содержится: бета-каротин, витамины В1, В2, В5, В6, А, D, Е и РР, а также кальций, магний, железо, фосфор и натрий. Однако сочники достаточно калорийны, 274 ккал на 100г, что исключает их из списка диетических блюд.

Сочень – это лепёшка с начинкой сложенная в двое, у которой края не защипывают, а оставляют открытыми. Название своё получили за счёт тонкой раскатки теста в сочень, т.е. очень тонко. Раньше существовало 2 основных вида сочень: Архангельские и Ярославские. Они отличаются друг от друга по технологии, но имеют северорусское происхождение и характерны тем, что их выделку начинают с раскатки теста сочнем.

Сочники – традиционное русское угощение на Рождество. Начинки у сочней могут быть разные... Нежнейшие, вкусные, тающие во рту сочники с творогом из песочного теста – настоящий русский десерт к чаю.

Ярославские сочники начиняли творогом или ароматными ягодами.

Архангельские сочники были мясными или рыбными. Сочники пекли во всех областях нашей страны, только называли по разному. Очень вкусны сочники с орехам и сгущёнкой, сухофруктами, картошкой, капустой и другими продуктами. Не бойтесь экспериментировать.



Характеристика сырья

Мука- это продукт, без которого сложно представить себе современную потребительскую корзину любого гражданина нашей страны. На предприятие общественного питания используют главным образом пшеничную муку высшего и 1 сорта, влажность которой 14,5. Важным показателем свойства муки является клейковина. Муку с низким содержанием клейковины до 28% используют для приготовления теста.

Сахар придаёт изделиям сладкий вкус, увеличивает калорийность, в небольшом количестве ускоряет развитие дрожжей.

Яйца повышают пищевую ценность изделий из теста, обогащая его белками, биологически активными липидами и витаминами. Взбитые белки придают тесту пористость, желтки являются хорошим эмульгатором.

Жиры придают изделиям сдобный вкус, рассыпчатость, слоистость. При увеличении количества жира, тесто становится крошащимся, при увеличении ухудшается пластичность и рассыпчатость.

Масло сливочное – пищевой продукт, выработанный из сливок различной жирности, биологическая ценность сливочного масла определяется содержанием в молочном жире полноценных жирных кислот, фосфатидов, жирорастворимых витаминов А, D, Е и водорастворимых В6, В2 и С.

Творог – кисломолочный продукт, получаемый путём сквашивания молока и последующего удаления сыворотки. Творог содержит в себе витамины, лактозу, минеральные вещества, ферменты, жиры, белки.

Сметана – кисломолочный продукт, получаемый из пастеризованных сливок путём сквашивания их закваской. Сметана содержит витамины А, Е, В, В2, РР, С.

Разрыхлитель – это добавка, предназначенная для придания тесту пышности, рыхлости.

Технологический процесс Приготовление сочников.

Тесто:

1. Взбить венчиком 0.5 стакана сахара и 1 яйцо, добавить ванильный сахар.
2. Добавить 50г сливочного масла, щепотку соли и 150г сметаны.
3. Взбить массу.
4. Смешать 2 стакана муки с 0.5 чайной ложки разрыхлителя.
5. Замесить тесто.





6. Дать тесту отдохнуть.

Начинка:

1. Отделить белки от желтков (2 яйца)
2. Из вишни удалить косточки
3. Смешать 400г творога с 1 столовой ложкой сахара, желтками и ванилином.
4. Взбить 2 белка с 2-мя столовыми ложками сахара и смешать с замороженной начинкой.

Раскатать тесто в тонкий пласт, толщиной 5мм. Выемкой вырезать круглые кружочки. На половину кружочка положить чайную ложку замороженной начинки, свернуть пополам, края не защипывать, а оставить открытыми. Укладываем на застеленной пергаментной бумагой лист сочники. Взбиваем желток с ложкой воды и смазываем наши сочники. Запекаем в духовке сочники с творогом 20мин. при температуре 180 С. Готовые сочники выложить на тарелку.







Картофельные сочники.

Отварить 5 картофелин, размять в пюре, добавить 100г сливочного масла. Добавить 1 яйца, 1 чайную ложку соли и 1 стакан муки, 0,5 чайной ложки разрыхлителя. Замесить тесто. Дать тесту отдохнуть. Раскатать в пласт, толщиной 5мм. Выемкой вырезать круглые кружочки. На половину кружочка положить чайную ложку картофельного пюре, свернуть пополам, края не защипывать, а оставить открытыми. Обжаривать в раскалённом растительном масле. Подавать со сметаной.

Вкус этих ароматных сочников напоминает о лете и поднимает настроение





ЭКОЛОГИЧНОСТЬ

Мои сочники приготовлены из экологически чистых продуктов без добавления ГМО.

Оценка выполненной работы

Сочники получились такими, какими я их задумала. Они вкусные, выглядят довольно аппетитно.



Заключительный этап

Оказывается, готовить сочники не так уж и сложно. Нужно правильно положить все ингредиенты и после того как тесто замешано нужно немного подождать, тогда сочники получатся пышными. Сегодня ребята мы научились готовить сочники. Я думаю, что мы достигли поставленной перед нами цели – готовить сочники.