**Уважаемые студенты, приступаем к изучению ПМ 02 «Организация процесса приготовления и приготовление сложных холодных блюд и закусок».**

**На 1 паре изучим 2 вопроса**

**1. Значение холодных блюд и закусок в питании человека .**

**2. Организация рабочего места.**

**Домашнее задание - изучите лекционный материал и составьте краткий конспект.**

**Выполненное задание, прислать на электронную почту** [artamoshkina.yulia@yandex.ru](https://e.mail.ru/compose?To=artamoshkina.yulia@yandex.ru) **в срок до 25.11.2020г.**

**1. Значение холодных блюд и закусок в питании человека**

Холодные блюда и закуски находят все более широкое применение в питании нашего населения. Они занимают большое место в меню предприятий общественного питания и в ассортименте магазинов кулинарных изделий

Закуски бывают холодными и горячими. К холодным закускам принято относить холодные блюда, в составе которых имеется основной продукт и отсутствует гарнир или он дается в ограниченном количестве и ассортименте. Например, икра кетовая и зернистая с зеленым луком, икра паюсная с лимоном, семга и балыки с лимоном, кильки с яйцом, шпроты и сардины с лимоном, соленые и маринованные грибы, вяленая рыба и т. п.

Четкого разграничения между холодным блюдом и холодной закуской нет. Одно и то же кулинарное изделие может быть холодным блюдом или холодной закуской. Как правило, закуска по объему и весу меньше холодного блюда.

Холодные блюда обычно подают в начале приема пищи. В этом случае их называют закусками, они дополняют состав основных блюд, украшают стол, утоляют голод, возбуждают аппетит и дополняют пищевую ценность рационов.

Богатый ассортимент и пищевое достоинство холодных блюд позволяют использовать их в качестве основных блюд на завтрак, ужин или дополнять ими меню банкета. Например, паштет, заливное мясо или рыбу, можно включать в меню ужина или завтрака, а холодные закуски: икру, салаты, сельдь с гарниром и др., в меню обеда, завтрака или ужина с целью возбуждения аппетита. Сокогонное действие холодных блюд и закусок обусловливается их острым вкусом, затейливым оформлением, приятной окраской продуктов, входящих в состав этих изделий.

Особую роль играют холодные блюда в меню банкетов, где число их достигает 5–10.

В ассортименте банкетных блюд преобладают изделия сложного приготовления, такие, как заливная рыба, сыр из дичи, фаршированные рыба и птица и др., оформлению которых уделяют значительное внимание. При изготовлении этих блюд пользуются особыми приемами оформления и применяют специальные инструменты.

В питании человека холодные блюда и закуски имеют не только вспомогательное значение.

Многие из них обладают высокой калорийностью, например салаты из мясных или рыбных продуктов с майонезом, сыр из дичи, галантин и др.

Холодные закуски из свежих овощей малокалорийны и богаты витаминами, минеральными солями, ценными органическими кислотами.

Калорийность холодных блюд колеблется в больших пределах и зависит от их состава и норм вложения отдельных продуктов. Наименьшей калорийностью (50-100 калорий) обладают блюда из зеленых салатов, более калорийны мясные и рыбные салаты, заправленные сметаной, майонезом: калорийность одной порции их достигает 250-350 калорий, в зависимости от норм вложения сырья.

Овощи и фрукты, входящие в состав холодных блюд в большом количестве, являются важным источником таких ценных пищевых веществ, как витамины, минеральные соли.

Картофель характеризуется большим содержанием углеводов и значительно повышает калорийность холодных блюд. Содержание витамина С в нем невелико, но большое потребление этого продукта делает его немаловажным источником витамина С. И действительно, 200 г картофельного салата обеспечивают человеку 20—25% суточной нормы витамина С.

Холодные блюда, включающие мясо, птицу, рыбу, яйца, бобовые, орехи, богаты белковыми веществами и содержат некоторое количество жира, а также ряд важных витаминов и минеральных веществ. Бобовые обогащают блюда витамином B1, солями кальция, железа. Блюда из печени, икры рыбы, сельди богаты витамином А. Соусы, заправки, используемые к холодным блюдам, не только улучшают и разнообразят вкус, но и существенно влияют на их пищевую ценность Сметана и соус майонез содержат значительное количество жира и поэтому повышают калорийность холодных блюд и закусок. В рецептуру многих холодных блюд входят растительное масло или соусы и заправки к ним. Такие блюда являются источником непредельных жирных кислот. При этом особое значение имеет то обстоятельство, что растительное масло в этом случае не подвергается тепловой обработке и не теряет свою биологическую активность.

Некоторые холодные блюда готовят из сырых овощей и фруктов, так что витамины и другие ценные вещества в них хорошо сохраняются.

Для максимального сохранения витамина С в овощах, фруктах и других продуктах разработаны специальные условия их обработки, которых необходимо строго придерживаться. В частности, овощи нужно промывать не в нарезанном, а в целом виде; овощи для варки следует закладывать в кипящую, подсоленную воду и варить в котле, закрытом крышкой, при слабом кипении, строго соблюдая установленные сроки. Для сохранения витамина С в зелени важно не допускать длительных сроков ее хранения и особенно увядания. Поскольку технологический процесс производства холодных блюд и закусок не предусматривает их тепловой обработки перед отпуском потребителю, а также в связи с тем, что часть овощей входит в состав холодных блюд в свежем виде (салат, огурцы, помидоры, репчатый и зеленый лук и др.), большое внимание должно уделяться строгому соблюдению санитарных правил при их приготовлении и хранении. Особое внимание должно быть обращено на очистку и нарезку вареных овощей, мытье свежих овощей и зелени (не менее 5 мин). Нарезку овощей желательно производить машинным способом.

**2. Организация рабочего места**

Для приготовления, порционирования и оформления холодных блюд и закусок предназначены холодные цехи.

На предприятиях, реализующих небольшой ассортимент холодных закусок, отдельное рабочее место отводится в общем производственном помещении.

При размещении рабочего места при приготовлении холодных блюд должна быть предусмотрена его удобная связь с кухней, где производится тепловая обработка продуктов, и с заготовочными цехами, откуда поступают продукты, реализуемые затем без тепловой обработки.

Изделия холодного цеха отпускаются потребителям в столовой посуде, поэтому моечная должна находиться в непосредственной близости к холодному цеху.

При организации рабочего места в холодном цехе необходимо учитывать его особенности: продукция после изготовления и порционирования не подвергается вторично тепловой обработке, поэтому необходимо строго соблюдать санитарные правила при организации производственного процесса, а поварам - правила личной гигиены; холодные блюда должны изготовляться в таком количестве, которое может быть реализовано в короткий срок.

В идеальной чистоте должно содержаться все оборудование — посуда, инвентарь, инструментарий. Для этого их ежедневно после работы необходимо мыть горячей водой с содой, затем ошпаривать кипятком и просушивать.

В холодном цехе так же, как и в заготовительном, должны быть отдельные деревянные доски для нарезки мяса, рыбы, сельдей и овощей с соответствующими буквенными обозначениями. Для овощей следует иметь три доски: для вареных овощей — картофеля, свеклы, моркови; для квашеных и маринованных овощей, для свежих овощей и зелени.

Особенно тщательно надо следить за обработкой свежих, вареных, квашеных и маринованных овощей на раздельных досках при заготовке их в виде полуфабрикатов, которые предполагается некоторое время хранить.

Основные операции, осуществляемые в цехе, — нарезка подготовленных продуктов, порционирование и оформление холодных блюд и закусок. В соответствии с этим организуются рабочие места поваров, используются соответствующее оборудование, инвентарь, инструменты.

Холодные блюда отпускаются после охлаждения в холодильных шкафах и должны иметь температуру 10-14оС, поэтому в цехе должно быть предусмотрено достаточное количество холодильного оборудования.

Учитывая, что в холодном цехе изготовляется продукция из продуктов, прошедших тепловую обработку, и из продуктов без дополнительной обработки, необходимо четко разграничивать производство блюд из сырых и вареных овощей, из рыбы и мяса.

В небольших предприятиях организуются универсальные рабочие места, на которых последовательно готовят холодные блюда в соответствии с производственной программой, в крупных холодных цехах организуются специализированные рабочие места.

Продукция цеха в основном скоропортящаяся, поэтому обязательно холодильное оборудование — шкафы достаточной емкости и холодильные камеры с дополнительными полками-решетками для кратковременного хранения приготовленных изделий, низкотемпературный прилавок и льдогенератор.

Основное оборудование холодного цеха — универсальный привод с комплектом сменных механизмов, а также ветчинно-колбасо-резка, маслоделитель, машина для нарезки овощей, производственные столы с горками, охлаждаемыми емкостями и холодильным шкафом.

В горке хранят продукты для приготовления салатов и винегретов. В холодильном шкафу в течение короткого времени хранят сыры, колбасу, заливное и др. На столе должны быть также разделочные доски и весы.

Для очистки и нарезки продуктов вручную используются специальные приспособления и инструменты — яйцерезки, яблокорезки, выемки и др. По возможности надо избегать нарезки продуктов ручным способом, который способствует увеличению их загрязнения. Для нарезки сырых овощей, мясных, рыбных продуктов существуют специальные машины. При их отсутствии в ряде случаев целесообразно использовать для нарезки вареных овощей такое приспособление, как яйцерезка или овощерезка со струнами Машинная нарезка, улучшает санитарное состояние продуктов и в несколько раз повышает производительность труда.

При организации рабочего места повара для порционирования холодных блюд и за кусок слева от производственного стола ставят стеллаж с чистой посудой, под крышкой стола укрепляют полки для инструментов и инвентаря, на столе устанавливают горку для специй и приправ и весы. Справа устанавливают стеллаж с подносами для приготовленных блюд и закусок.

На крупных предприятиях выделяется рабочее место для приготовления бутербродов.