**Раздаточный материал**

 **Виды тепловой обработки овощей**



 Винегрет овощной

**Технологическая карта приготовления винегрета (1 порция)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наимено­вание****продуктов** | **Количест­во продук­тов** |  **Последовательность приготовления** |  **Посуда и инвентарь** |
| Свекла | 46 г | Сварить, остудить, очистить и нарезать мелкими кубиками. | Кастрюля, нож, доска разделочная. |
| Карто­фель | 50 г | Сварить, остудить, очистить и нарезать мелкими кубиками. | Кастрюля, нож, доска разделочная |
| Морковь | 20 г | Сварить, остудить, очистить и нарезать мелкими кубиками. | Кастрюля, нож, доска разделочная |
| Огурцы соленые | 30 г | Нарезать мелкими кубиками. | Нож, доска раз­делочная |
| Капуста ква­шеная | 40 г | Перебрать, круп­ные куски нашинко­вать. | Нож, доска раз­делочная |
| Лук реп­чатый | 40 г | Очистить и мелко нарезать. | Нож, доска раз­делочная |
| Зелень | 10г | Мелко нарезать | Нож, доска раз­делочная |
| Масло растительное | 30г | Все продукты смешать и заправить маслом | Ложка столовая, миска |

|  |
| --- |
| **3. Технологическая последовательность приготовления винегрета.** |
| 1. Свеклу нарезать кубиками или натереть на терке, переложить в салатник, добавить ложку подсолнечного масла и перемешать, чтобы другие овощи не приобрели цвет свеклы.
2. Картофель, морковь, огурцы, нарезать кубиками 5 на 5 мм, переложить в салатник.
3. Лук нарезать мелкими кубиками.
4. Добавить квашеную капусту, фасоль.
5. Посолить по вкусу, добавить подсолнечное масло, все ингредиенты перемешать.
6. Оформить готовое блюдо, выложить в салатник.
 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** |  |  |  |  | в |  |  |  |
|  | **2** |  |  | и |  |  |  |  |
|  |  | **3** |  |  | н |  |  |  |  |
|  | **4** |  |  |  | е |  |  |  |  |
|  |  |  | **5г** |  |  |  |  |  |
|  | **6** |  | р |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **7** | е |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  | т |  |  |

 **4. Угадай**

1. Любимое лакомство кроликов.

2. Любят сок и взрослые и дети.

3. Если лук от 7 недуг, то этот овощ ….. от 99 болезней.

4. Самый древний овощ, едят и консервируют его только недозрелым.

5. Знаменитый Царь- …

 6. Не любит света, боится холода и носит «мундир».

7. Белый корень, у которого в пищу идут и вершки и корешки.

8. «Хлеб да ….. лихо не попустят», -так говорили древние славяне.