



Modulul 6. Bucate din ouă și brânză de vaci

Support didactic pentru viitorii bucături

ALCĂTUITORI:

**CORALIA BABCENCO
AURICA CHIRSANOVA**

Elaborat în cadrul proiectului “Consolidarea Sistemului de Educație Profesională Tehnică în Moldova (CONSEPT)”

Modulul 6. Bucate din ouă și brânză de vaci

Studiind acest modul vei fi capabil să:

1. definești importanța bucatelor din ouă și brânză,
2. clasifici și caracterizezi ouăle și brânza de vaci,
3. identifici indicii de calitate a materiei prime (ouă și brânză de vaci),
4. clasifici și caracterizezi utilajele, ustensilele și vesela potrivită pentru preparare și servire a bucatelor din ouă și brânză de vaci,
5. caracterizezi sortimentul de bucate din ouă și brânză de vaci,
6. explici modificările ce au loc în timpul procesului tehnologic de preparare a bucatelor din ouă și brânză.

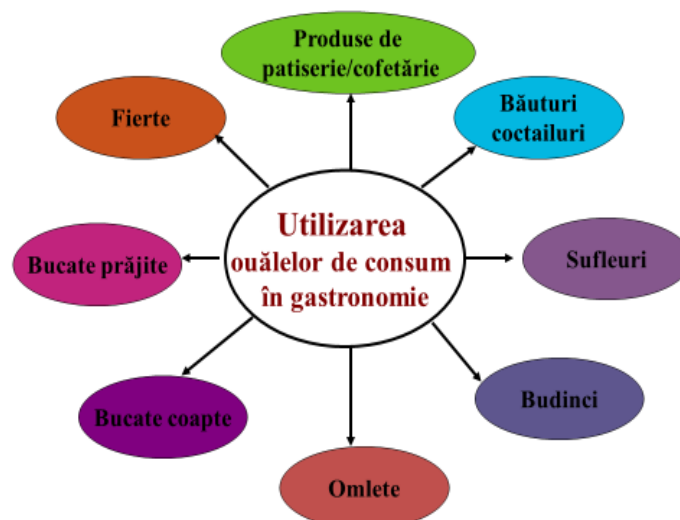
Introducere

Ouăle și brânza joacă un rol important în alimentația omului. Sunt o sursă importantă de vitamine, grăsimi, proteine și minerale esențiale pentru organism. Ouăle sunt considerate printre cele mai hrănitoare alimente din lume, motiv pentru care sunt potrivite pentru micul dejun. Brânzeturile sunt apreciate pentru gustul lor special. În gastronomie, în funcție de gust, putem utiliza o gamă variată de produse: brânză autohtonă de vacă, de oi, de burduf, topită sau de capră; brânzeturi de specialitate, din import, cu mucegai, cu usturoi, cu verdețuri sau cu fructe.

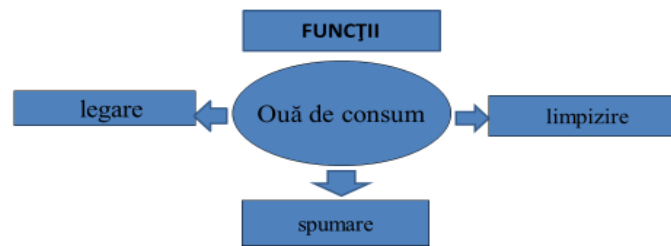


Oul reprezintă o sursă perfect echilibrată de proteină și grăsimi ușor digerabile. În plus, oul este o sursă importantă de energie și de nutrienți. Totodată, ouăle au o utilizare largă în gastronomie.

Utilizarea ouălor în gastronomie



În gastronomie ouăle se utilizează datorită funcțiilor sale tehnologice după cum este prezentat în figura de mai jos.



1. **Legare** (pîrjoale, bitocuri, clătite, budinci...)
2. **limpizare** (supe limpezi, jeleuri...)
3. **Spumare** (beze, sufleuri, creme, zefir...)



Rolul utilizării ouălor în gastronomie

Caracteristica generală a ouălor și produselor din ouă

Alături de lapte, oul reprezintă alimentul cel mai bogat în fosfor asimilabil – nutrient fundamental pentru copii. Gălbenușul este bogat în fier, un ou asigurând aproximativ 30% din necesarul zilnic de fier.



Oul are un potențial nutritiv foarte mare, el fiind perfect pentru o alimentație echilibrată. Proteinele oului au o mare valoare biologică, și are cel mai echilibrat conținut de aminoacizi esențiali. De asemenea, oul este o sursă importantă de fosfor, fier bine asimilabil, calciu, precum și de numeroase vitamine. Grăsimile din ouă, valoroase din punct de vedere biologic, asociate cu lecitină și cefalină, constituie tonifianți apreciați pentru activitatea nervoasă superioară.

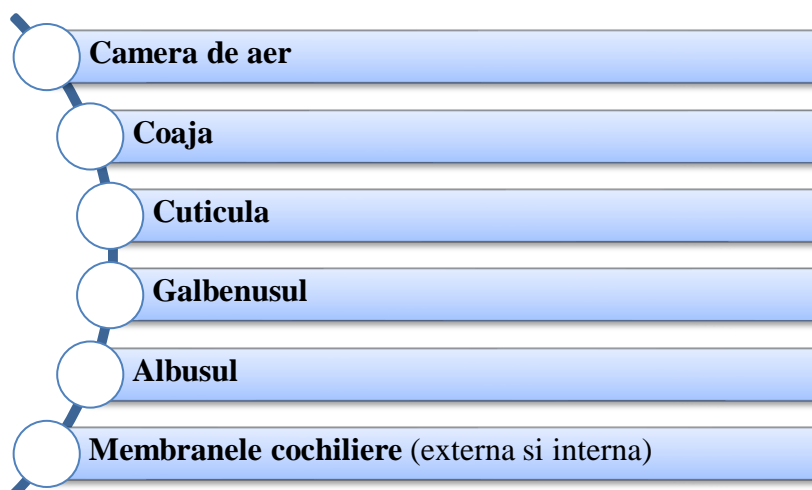
Structura și compoziția chimică a oului

Oul este format din trei părți distincte: coajă, albuș și gălbenuș. Raportul procentual între ele variază în funcție de caracteristicile păsărilor de la care provin ouăle și este în medie:

- Coajă: 10-12%
- Albușul: 58-60%
- Gălbenușul: 29-31%

Coaja sau cochilia constituie învelișul exterior al părților comestibile ale oului.

Structura morfologică a oului



Camera de aer

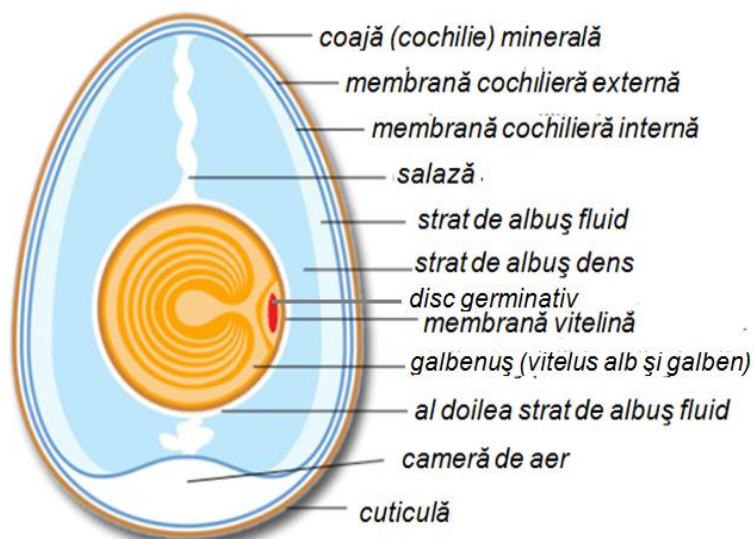
Se formează la capătul rotund al oului, între membranele cochiliere, imediat după expulzarea oului, datorită contracției conținutului oului la diferența de temperatură dintre corpul pasării și mediul extern.

Coaja

Coaja oului de găină are o grosime de aproximativ 0,35 mm și este formată în cea mai mare parte din carbonat de calciu (94 %), mici cantități de carbonat de magneziu (1,2 %) și fosfați, amestecate cu substanțe organice (4,4 %), formate din ovopofirina și ovoxantina. Coaja este străbătută de numeroși pori prin care se face schimbul de gaze și aer și care asigură dezvoltarea embrionului din ou care permit trecerea moleculelor gazoase. De asemenea, coaja constituie o barieră fizică împotriva diferitelor impurități.

Cuticula

Cuticula este o membrană fină și are un rol de protecție anti-microbiană. Prin distrugerea cuticulei în urma spălării se favorizează alterarea ouălor, datorită pătrunderii germenilor microbieni în interiorul oului.



Gălbenușul

Gălbenușul poate avea culoarea de la galben deschis până la brun-roșcată cu intensitate diferită, în funcție de rasă sau hibrid.

Albușul

reprezintă 60% din greutatea oului. Fiind bogat în dioxid de carbon, albușul are rol antimicrobian, rol ce scade pe măsură ce oul se învechește.

Membranele cochiliere (externa și interna)

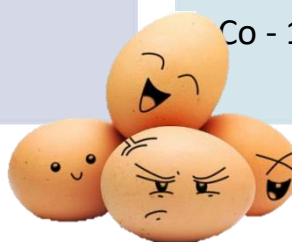
reprezintă două foițe separate printr-un strat de aer. La ouăle foarte proaspete cele două foițe sunt lipite, dar pe măsură ce oul se deshidratează membrana dinspre albuș se retrage, iar în partea inferioară a oului se formează un spațiu – camera de aer, cu o înălțime de 3-4 mm.

Valoarea nutritivă a ouălor este argumentată de conținutul de vitamine, macro și micro elemente.

Valoarea nutritivă a ouălelor

Apă – 74%; proteine – 12%; grăsimi – 11%; 1 ou = 47 grame = 74 kkalorii

Vitamine	Macroelemente	Microelemente
<ul style="list-style-type: none">• A - 0,25 mg• PP - 0,19 mg• E - 2,00 mg• Holină - 251 mg• B1 - 0,07 mg• B2 - 0,44 mg• B5 - 1,30 mg• B6 - 0,14 mg• B9 - 7 mkg• B12 - 0,52 mkg• D - 2,2 mkg	<ul style="list-style-type: none">• Ca - 55• Mg - 12• Na - 134• K - 140• P - 192• Cl - 156• S - 176	<ul style="list-style-type: none">• F - 2,5 mg• Zn - 1,11 mg• I - 20 mkg• Cu - 83 mkg• Mn - 0,029 mg• Cr - 4 mkg• Co - 10 mkg



Verifică-ți cunoștințele:



1. Argumentează importanța ouălor în alimentație.
2. Descrie structura oului.
3. Explică compoziția chimică a oului.

Clasificarea și caracteristica merceologică a ouălor și produselor din ouă

Ouăle de găină se clasifică după mai multe criterii, așa cum se poate vedea mai jos.

După specia ouătoare:	După mărime:	După culoarea cojii:
ouă de găină ouă de rață ouă de curcă ouă de prepeliță ouă de gâscă ouă de bibilică ș.a.	XL greutatea mai mare de 74g L ouă cu greutatea cuprinsă între 63 și 73g M ouă cu greutatea cuprinsă între 53 și 63g S ouă cu greutatea mai mică de 53g	maronii albe

După specia ouătoare

- ouă de găină
- ouă de rață
- ouă de curcă
- ouă de prepeliță
- ouă de gâscă
- ouă de bibilică
- ș.a.

După mărime

- **XL** greutatea mai mare de **74g**
- **L** ouă cu greutatea cuprinsă între **63 și 73g**
- **M** ouă cu greutatea cuprinsă între **53 și 63g**
- **S** ouă cu greutatea mai mică de **53g**

După culoarea cojii

- maronii
- albe

După prospețime:

foarte proaspete	proaspete	conservate
dietice cu termen de păstrare până la 5 zile	de masă cu termen de păstrare de la 5 până la 21 zile	calcinate, deshidratate, refrigerate, congelate



Ouăle calcinate (conservate în apa de var). Conservarea în apă de var se practică din ce în ce mai rar și numai în unitățile unde nu există bază materială frigorifică. Ouăle se introduc în soluție de hidroxid de calciu (apă de var). Bioxidul de carbon rezultat din procesele respiratorii formează cu hidroxidul de calciu carbonat de calciu, care astupă porii oului și oprește schimbul de gaze cu mediul înconjurător. La suprafață, apa de var formează un strat de carbonat de calciu, denumită „gheață”, care menține constantă concentrația soluției, evitându-se astfel trecerea calciului în soluție și subțierea cojii.

Ouăle refrigerate. Conservarea prin refrigerare se face la temperatură constantă, de $\pm 20^{\circ}\text{C}$ și la o umiditate relativă a aerului ridicată de 85-88%, pentru evitarea deshidratării. Refrigerarea asigură conservarea ouălor pentru o perioadă de circa 6 luni; după 4 luni de conservare prin refrigerare se constată un slab miros de vechi.

Prin aceste metode se conservă **melanjul** ce reprezintă un amestec de albuș cu gălbenuș, albuș sau gălbenuș separat.

Melanjul poate fi: *lichid, congelat și uscat*



Sortiment de melanj

		
<p>Melanj lichid</p>	<p>Melanj congelat</p>	<p>Melanj uscat</p>

Congelarea ouălor (melanjul congelat) se realizează la temperaturi de la -18°C până la -25°C , în recipiente speciale. Se recomandă ca produsele congelate să se consume după prelucrarea termică. Decongelarea se realizează timp de 2,5-3 ore la temperatura de $40-45^{\circ}\text{C}$. Ulterior se strecoară și se folosește imediat, deoarece se alterează foarte repede. Termenul de păstrare după decongelare este de 3-4 ore.

Ouăle deshidratate (melanjul uscat sau praful de ouă). Deshidratarea albușului, gălbenușului sau a melanjului de ouă se face prin atomizare sau prin liofilizare. Produsele din ouă deshidratate (ex: praful de ouă) au un conținut redus de apă (maxim 9%) se prezintă sub formă de pulberi, fără aglomerări stabile. Termenul de valabilitate variază între 6 și 18 luni în funcție de modul și procedeul de ambalare, în condiții de temperatură răcoroasă și de umiditate relativă a aerului redusă. De regulă, ouăle deshidratate au un preț destul de mare. Modul de folosire a prafului de ouă constă în amestecarea unei părți de praf cu 3 părți de apă cu temperatura de $40-50^{\circ}\text{C}$. După 30-40 min praful se umflă, astfel poate fi folosit, preventiv strecurându-l.


1 kg de praf de ouă integral reprezintă echivalentul a 90 de ouă proaspete.


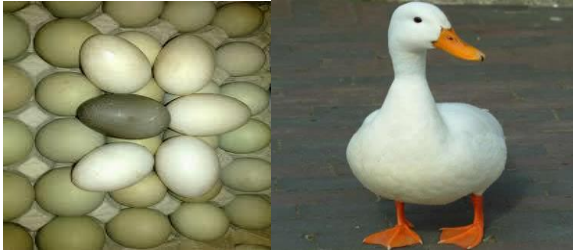


Clasificarea ouălor după clase:

CLASA	CARACTERISTICI
A (majoritatea ouălor comercializate)	ouă proaspete, intacte, cu coaja curată, care nu pot fi spălate albușul cu consistență fermă și gelatinoasă
B (ouă păstrate la rece sau conservate)	gălbenușul cu poziție central trebuie să poarte pe coajă un sigiliu rezistent (inclusiv la fierbere) care să conțină informații cu privire la modul de păstrare
C (ouă comestibile ce nu corespund claselor anterioare)	pot fi folosite în industria alimentară dar nu pot fi consumate în mod direct

Clasificarea ouălor după modul de furajare și condițiile de viață ale găinilor ouătoare:

- ouă de tip **industrial** (găinile sunt hrănite cu furaje concentrate provenite din agricultura intensivă)
- ouă **organice** (păsările sunt hrănite cu cereale care nu au fost tratate cu pesticide sau îngrășăminte chimice)
- ouă **de țară** (ouă obținute în gospodăriile individuale)

Denumirea speciei	Aspect exterior	Caracteristica generală
Găină		Coaja reprezintă învelișul extern, de consistența solidă a oului, care reprezintă cam 10 % din masa totală, considerându-se a fi partea necomestibilă a produsului. Circa 95 % din constituția cojii îi revine carbonatului de calciu. Imediat sub coajă, spre interior se află două membrane subțirii și suprapuse, care în partea inferioară se distanțează una de cealaltă.

<p>Curcă</p>		<p>Sunt deosebit de gustoase si foarte sărace în grăsimi, dar bogate in proteine.</p>
<p>Rață</p>		<p>Sunt foarte bogate in proteine, chiar mai bogate decât cele de găina. Conțin calciu si potasiu, dar și minerale rare pe care oul de găina nu le conține. Au același gust ca și cel de găina, dar conțin și mai puțin colesterol. Trebuie consumate fierte bine.</p>
<p>Gâscă</p>		<p>Un ou de gâscă face cat trei ouă de găină. Sunt foarte bune la gust, sunt bogate în grăsimi sănătoase si merita introduse in alimentație pentru mineralele si vitaminele pe care le conțin. Sunt o excelenta sursa de vitamina D si de vitamine din grupul B. Trebuie bine fierte sau temeinic prăjite.</p>
<p>Prepeliță</p>		<p>Ouăle de prepeliță sunt o sursă foarte valoroasă de vitamine A, B1, B2, B6, B12 si vitamina D, fier, magneziu, zinc, cupru, fosfor și alte micro -nutrienti esențiali, minerale si aminoacizi, care este motivul pentru care sunt recomandate pentru consum regulat.</p>

Verifică-ți cunoștințele:



1. Argumentează importanța caracteristicilor de calitate a ouălor.
2. Descrie clasificarea ouălor.
3. Caracterizează tipurile de melanj din ou.

Cerințe de recepționare calitativă și cantitativă a ouălor și depozitarea acestora

Metode de apreciere a calității ouălor

Calitatea ouălor este evaluată după starea învelișului și a camerei de aer, înălțimea, densitatea și mobilitatea proteinei și gălbenușului. Când se folosește ovoscopul, oul este rotit încet în jurul axei mari și apoi mici din fața ferestrei luminoase a ovoscopului. Gradul de mobilitate al gălbenușului din ou depinde în primul rând de calitatea proteinei din jur, precum și de densitatea gălbenușului în sine. Cu cât sunt mai multe fracțiuni lichide sunt în gălbenuș și cu cât este mai ușoară, cu atât este mai mobilă. Mobilitatea gălbenușului crește și mai mult dacă fracțiunile lichide ale proteinei au o densitate mai mare.

Ouăle sunt punctate pentru indicatori precum indicii proteic și indicii gălbenușului. Indicele proteic este raportul dintre volumul de proteină densă și volumul tuturor proteinelor din ou. La ouăle proaspete este de 0,68, dar în timpul depozitării scade. Indicele gălbenușului arată raportul dintre înălțimea gălbenușului și diametrul acestuia. La ouăle proaspete, este 0,41-0,25.

Ouăle depozitate după depunere timp de 7 zile, fără a lua în considerare ziua depunerii, se numesc ouă dietetice.

Ouăle sunt numite **ouă de masă**, a căror durată de valabilitate la temperaturi de la 0 la 20 ° C este de la 8 la 25 de zile, iar ouăle, care au fost depozitate în frigidere industriale la întreprinderea producătoare la temperaturi de la -2 la 0 ° C mai mult de 90 de zile.

Ouăle dietetice indică: tipul ouălor, categoria și data sortării (ziua și luna); în cantine - numai tip și categorie. La fermele de păsări, ouăle sunt sortate nu mai târziu de o zi după ouat.

Ambalare și etichetare. Ouăle sunt ambalate în cutii din carton ondulat sau material polimeric cu o capacitate de 360 \200 bucăți folosind garnituri aglomerate și în cutii din materiale polimerice sau din carton pentru 6, 10, 12, 20, 24, 30 bucăți.



Marcajele de transport includ semne de manipulare „Atenție, fragil”, „Sus, nu întoarceți”. Pe etichete, înălțimea literelor și numerelor marcajului pentru desemnarea numelui furnizorului ar trebui să fie de 10 mm, pentru alte denumiri - 5 mm.

Ouăle trebuie marcate prin ștanțare, pulverizare sau în orice alt mod care asigură lizibilitatea marcajului. Înălțimea numerelor și literelor care denotă numele, categoria și data de sortare trebuie să fie de cel puțin 3 mm.

Categoriile de ouă dietetice și de masă indică: cel mai mare - B, selectat - 0, primul - 1, al doilea - 2, al treilea - 3. Pe cutii pentru ambalarea cu ouă din bucăți mici indicați: desemnarea simbolică a categoriei de ouă; data sortării; numărul de ouă; standardul actual.

Pierderi, cauze ale apariției acestora și modalități de reducere. În timpul depozitării, în special în condiții necorespunzătoare, precum și în timpul transportului și din mai multe alte motive (de exemplu, din cauza manipulării necorespunzătoare), apar defecte în ouă.

În conformitate cu prevederile Legii 279 din 15.12.2017 privind informarea consumatorului cu privire la produsele alimentare și a Hotărârii Guvernului nr. 1208 din 27.10.2008 privind *aprobarea Normei sanitar-veterinare privind comercializarea ouălor pentru consum uman Agenția Națională pentru Siguranța Alimentelor*, a elaborat ordinul nr. 204 din 17 mai 2019, în vigoare din 01.06.2019, care prevede marcarea ouălor în conformitate cu Legea sus-menționată și anume:

1. **numărul de identificare a unității de producere a ouălor** (exemplu: 3MD YY 001) unde:

cifra 3 semnifică sistemul de creștere a păsărilor

MD codul țării

YY indicativul raionului

001 codul centrului de marcare/ambalare ouă;

2. **data durabilității minimale** (*data ouatului se înlocuiește cu data durabilității minimale, exemplu: DDM xx.00.19*), unde:

DDM - data durabilității minimale

xx data, 00 luna, 19 anul

Astfel, în baza celor menționate mai sus, atenționăm:

Având în vedere că data recomandată de vânzare către consumatorul final este de 21 zile de la producere, pe parcursul lunii iunie în rețeaua de comerț vor fi comercializate ouă marcate și prin metoda anterioară, unde pe ouă este prezentă data ouatului.

Verifică-ți cunoștințele:



1. Descrie tipurile de ambalare ouălor.
2. Prezintă regulile de marcare ouălor.



Exemplu de marcare corectă a ouălor

Normele igienico-sanitare pentru prelucrarea primară a ouălor

Imediat după oare (dacă păsările sunt absolut sănătoase și condițiile de întreținere sunt adecvate), ouăle reprezintă un produs steril. Acest fapt este cauzat de proprietățile specifice ale structurii ouălor. Însă cu avansarea timpului, aceste proprietăți scad. Începând cu a 2-3 zi de păstrare funcțiile membranelor și cojii încep să diminueze. Astfel apare riscul de contaminare cu bacterii patogene. În acest scop, în unitățile de alimentație publică ouăle sunt supuse prelucrării primare.

Spălarea și dezinfectarea ouălor

Ouăle se spală în apă caldă curgătoare, se prelucrează cu soluție caldă de 1-2 % de sodă calcinată, se dezinfectează în soluție de 0,5% de cloramină (sau clorură de var) sau în soluție de 0,2% de clorantoin și se clătesc cu apă curgătoare numai puțin de 5 minute cu colectarea lor ulterioară într-un recipient curat marcat.

Clasificarea bucatelor din ouă

Bucatele din ouă se împart după metoda de tratare termică în: bucate din ouă fierte, coapte și prăjite

Exemple de bucate din ouă



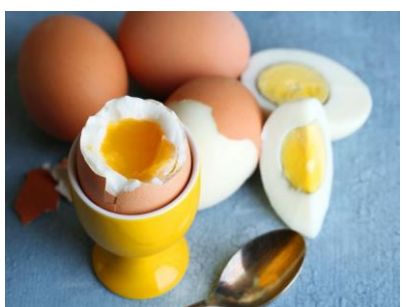
Ouă ochiuri



Ouă cu sos de muștar



Ouă Benedict



Ouă fierte



Ouă cu bacon în sos de muștar



Ouă scoțiene









Ouă umplute






Omletă umplută





Omletă

		
<p>Omeletă combinata</p>	<p>Omeletă dulce</p>	<p>Omeletă dulce</p>
		
<p>Omeletă la vapori</p>	<p>Omeletă cu șuncă</p>	<p>Omeletă cu pește</p>

Particularitățile tehnologice de preparare a preparatelor din ouă

Nr/ ord.	Denumirea preparatului	Modul de preparare și servire	Vesela utilizată	Indici de calitate
1.	<p>Ochiuri naturale</p> 	<p>Pe tigaia cu unt bine încălzită se toarnă cu atenție ouăle pregătite, se toarnă în așa fel, ca gălbenușurile să rămână întregi. Se presară cu sare, se prăjesc 2-3min.</p>	<p>Tigăi de Porție de fontă sau aluminiu.</p>	<p>Ouăle ochiuri trebuie să aibă gălbenușul semilichid de o formă bine păstrată.</p>
2.	<p>Ochiuri cu garnitură</p> 	<p>Ochiurile se pregătesc cu diferite garnituri, cârnați, șuncă, crenvurști, pâine neagră, ceapă verde, dovleci, ciuperci, roșii. Produsele se taie cubușoare sau felii și se prăjesc pe tigaia de porții prin metoda de bază.</p>	<p>Tigăi de porții</p>	<p>La ochiurile cu garnitură produsele trebuie să fie ușor prăjite, tăiate uniform.</p>
3.	<p>Omeletă naturală</p> 	<p>Se prăjește pe tigaia de fontă, care se încălzește bine, apoi în cea se topește untul și se toarnă compoziția pentru omlete. Când omleta e gata marginile i se îndoaie, i se dă forma de pateu.</p>	<p>Tigaie de Fontă cu fundul gros</p>	<p>Omletele prăjite au formă de pateu, culoare galbenă deschisă cu o pojghiță abia cafenie.</p>

4.	<p>Omletă cu cașcaval</p> 	<p>În amestecul pregătit pentru omletă se adaugă cașcaval răzuit, se amestecă și se prăjește. La servit se stropește cu unt și verdeață tocată mărunt.</p>	<p>Tigăi de Porție de fontă sau aluminiu.</p>	<p>În omleta amestecată produsele trebuie să fie tăiate mărunt și repartizate uniform.</p>
5.	<p>Ouă jumări</p> 	<p>Se deosebesc de omlete prin aceea că se pregătesc cu adaus de făină și smântână. Ouăle pregătite se sparg în vas, se adaugă lapte, sare, apoi făina și se amestecă bine, în care se mai adaugă smântână sau unt topit. Ouăle jumări se coc la rolă.</p>	<p>Tigăi de Porție de fontă sau aluminiu.</p>	<p>Ouăle-jumări Trebuie să fie bine coapte, îndesate. Suprafața nu trebuie să fie arsă, preparatul prea sărat.</p>

Modificările proteinelor (albuminelor) ce au loc la prelucrarea termică a ouălor

- Albușul oului la încălzire se încheagă, se coagulează.
- Coagularea începe la temperatura de 50 C și se încheie la 80-85 C
- Albușul ouălor se transformă într-o masă compactă densă

La pregătirea terciurilor de ou, omletelor datorită faptului că în ouă se adaugă lapte, zahăr sare temperatura de coagulare crește, amestecul rămânând moale și ușor asimilabil.

La tratarea termică a ouălor se modifică atât albușul cât și gălbenușul. Cu cât timpul de tratare este mai mare cu atât aceste două părți componente a oului devin mai dure.



Verifică-ți cunoștințele:

1. Descrie modificările albuminelor ouălor la tratamentul termic.
2. Caracterizează starea albușului și gălbenușului din ouă fierte în dependență de timp.

Cerințe de completare a fișei tehnologice pentru prepararea bucatelor din ouă în baza Rețetarului

Fișa tehnologică este un document care conține informații despre ingredientele unui fel de bucate și despre modul în care acesta este preparat.

Acest document este obligatoriu pentru toate unitățile de alimentație publică din Republica Moldova, indiferent de forma de proprietate sau tipul întreprinderii.

Fișa tehnologică cuprinde:

Denumirea preparatului _____

Grupa de preparate _____

Caracterizarea generală a produsului / preparatului

- Grupa de produse
- Locul și rolul în meniu
- Importanța nutritivă
- Structura produsului (componente/ semipreparate, după caz)
- Particularitățile tehnologice
- Digestibilitate

Organizarea locului de muncă

- Aprovizionarea cu materii prime și dozarea acestora conform rețetei
- Verificarea calității materiei prime
- Pregătirea echipamentelor de lucru: vase, ustensile, utilaje

Procesul tehnologic

- Prelucrarea primară a materiei prime
- Tehnica preparării: prelucrarea termică (timp, reguli ce trebuie respectate), operații specifice
- Aranjarea și decorarea în vederea servirii

Condiții de calitate

- Aspect
- Culoare
- Miros
- Consistență
- Gust
- Gramaj
- Raport între componente

Condiții de păstrare

- Temperatura, termen de valabilitate, umiditate

Utilizări (doar pentru semipreparate)

Asocieri (doar pentru garnituri și salate)

- Preparate culinare cu care se pot asocia

Calculul necesarului materiei prime pentru prepararea bucatelor din ouă

Stabilirea necesarului de materii prime se face plecând de la următoarele date:

- Rețeta preparatului
- Cantități de materii prime pentru o porție
- Pierderile înregistrate în timpul prelucrărilor primare și termice.

Exemplu:

Unitatea de Alimentație Publică			
FIȘĂ TEHNOLOGICĂ			
Rețeta Nr. 438 Denumirea preparatului Omletă naturală			
Materia primă	Unitatea de măsură	Masa brută	
		1 porție	10 porții
Ouă	g	80	800
Lapte sau apă	ml	45	450
Masa compoziției pentru omletă	g	165	1650
Unt	g	10	100
Masa omletei gata	g	160	1600
Unt	g	5	50
Gramajul pentru o porție:	g	165	1650

TEHNICA PREPARĂRII

1. Determinarea prospețimii ouălor

2. Spălarea și dezinfectarea ouălor

3. Prepararea omletei

- Într-un bol mare se amestecă ouăle /melanjul, lapte sau apă și sare. Folosind un tel se bate amestecul până când se omogenizează. Sarea se adaugă reieșind din raportul: la 0, 5 g la 1 ou.
- Pe plită se așază o tigaie antiaderentă la un foc mediu spre mare și se adaugă margarina. Când s-a topit margarina și spuma începe să dispară, se înclină tigaia pentru ca margarina să se răspândească uniform.

- Apoi se toarnă amestecul de ou în tigaie, folosind o spatulă de silicon pentru a curăța bine toate ingredientele din bol.
- Se lasă ouăle să se prăjească timp de 30 de secunde, apoi folosind spatula compoziția se amestecă și se prăjește 5-7 min.
- Când compoziția se îngroașă, marginile omletei din două părți opuse se îndoaie spre mijloc, redându-i forma de pateu alungit.
- Se poate doar de împăturit omleta în jumătate, obținând o jumătate de cerc.

4. Prezentarea și servirea bucatelor

Când partea de jos a omletei se va rumeni, aceasta se montează cu cusătura în jos în farfurie încălzită și se stropește cu margarină sau unt topit.

Utilaj (ovoscop), inventar, ustensile și veselă pentru prepararea și servirea bucatelor din ouă

Echipament tehnologic recomandat pentru prepararea bucatelor din ouă include:

- Frigider
- Plită electrică
- Masă de lucru
- Cratiță obișnuită sau fierbător pentru ouă

În unitățile de alimentație publică se recomandă utilizarea ovoscopului pentru determinarea calității și prospețimii ouălor.

Ovoscopul se plasează pe masă și se conectează la priza electrică. Oul se așează cu partea rotundă în orificiul ovoscopului astupându-l complet și se apasă ușor ovoscopul spre suprafața mesei. Se aprinde becul electric, și poate fi vizualizat conținutul oului. Oul se întoarce câte puțin în diferite direcții. Oul normal la iluminare are următorul aspect:



- 1) Coaja este uniformă.
- 2) Camera cu aer este mică și se află în partea rotundă a oului.
- 3) Gălbenușul se află în centru sau puțin mai aproape de capătul rotund, granițele sale nu sunt bine vizibile.
- 4) La învârtirea oului gălbenușul se învârte cu o întârziere
- 5) În ou nu există nici un fel de incluziuni străine.

Pentru prepararea diferitor bucate din ouă se recomandă ca în Unitățile de alimentație publică să fie disponibile un șir de ustensile ce vor face munca bucătarului mai eficientă (vezi figura de mai jos).

Utilaje și ustensile recomandate pentru prepararea bucatelor din ouă



Dispozitiv pentru mărunțire



Robot de bucătărie



Mixer



Tel pentru batere



Suporturi pentru fierberea ouălelor



Vase de bucătărie pentru bucatele din ouă



Forme de silicon pentru coacere și prăjire a bucatelor din ouă



Ustensile pentru spargerea oului

Pentru servirea diferitor bucate din ouă se recomandă dotarea unităților de alimentație publică cu vesela și tacâmurile speciale de diferite forme și design.



Verifică-ți cunoștințele:



1. Numește utilajul necesar pentru pregătirea bucatelor din ouă.
2. Enumeră ustensilele specifice pentru servirea bucatelor din ouă fierte.

Cerințe ergonomice de organizare a locului de muncă pentru prepararea bucatelor din ouă

Cunoașterea și aplicarea principiilor de ergonomie prezintă o importanță deosebită pentru activitatea din alimentația publică, fiind unul din cele mai eficiente mijloace de optimizare a proceselor de producție și servire, astfel încât activitatea să fie eficientă, realizată rațional, cu eforturi minime din partea personalului angajat. Optimizarea include toate elementele și relațiile stabilite în procesul de muncă, perfecționarea lor continuă și menținerea unei stări de echilibru în cadrul procesului de muncă (între lucrător și mediul de muncă, inventarul pentru servire și pentru lucru, conținutul activităților desfășurate, clienți). Amenajarea tehnologică a secțiilor în unitățile de alimentație publică trebuie să asigure condițiile desfășurării unei activități eficiente, cu productivitate ridicată în pregătirea, prezentarea și servirea sortimentelor de preparate și băuturi.

Bucatele din ouă se prepară în secția Bucate calde cu respectarea regulilor sanitare și igienice înaintate față de unitățile de alimentație publică. Aranjarea ustensilelor și inventarului necesar pentru pregătirea bucatelor se va face ținând cont de lista bucatelor și operațiile tehnologice ce vor fi realizate.

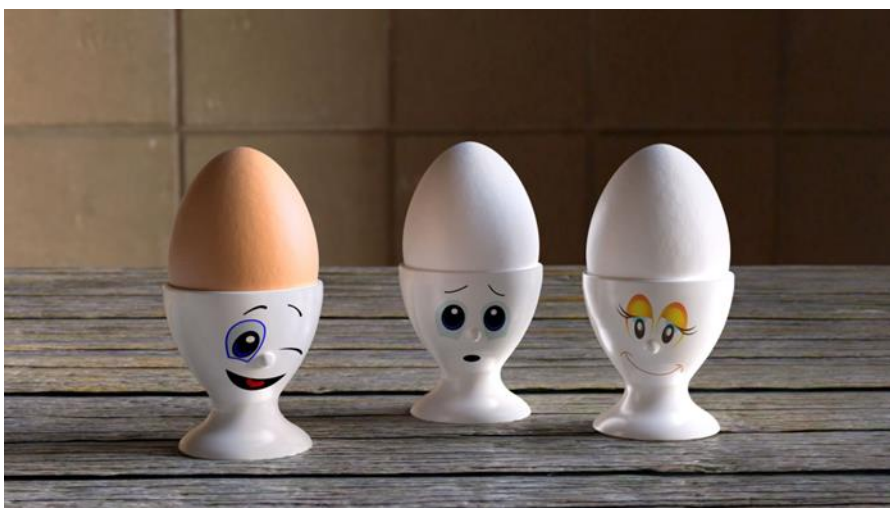
Procesul tehnologic de preparare a bucatelor din ouă fierte

Cerințe de calitate

Metode de baza – Fierberea ouălor

Ouăle se fierb moi, semi moi (văskoase) sau tari.

Ouăle semi moi pot fi fierte și fără coajă.



La fierberea ouălor **cu coajă**, ouăle se acoperă cu apă rece (3 l de apă și 40-50 g de sare la 10 ouă – apa trebuie să le acopere complet ouăle) și se fierb.

Pentru a obține ouă moi ouăle se fierb 3-3,5 min., semi moi– 4,5-5,5 min., tari – 8-10 min. din momentul începerii fierberii. În dependență de timpul fierberii consistența albușului și gălbenușului este diferită.



Fierbător pentru ouă se utilizează mai des în hotele pentru fierberea ouălor pentru micul dejun. Ouăle se fierb în modul următor:

1. Înainte de a pune ouăle în fierbătorul pentru ouă, coaja acestora este străpunsă cu un ac (dintr-o parte) ca să nu crape.
2. În cratiță se toarnă un volum măsurat de apă.
3. Tot acolo se pun ouăle străpunse.
4. Se acoperă cu capacul și se conectează fierbătorul de ouă (se apasă butonul roșu amplasat pe carcasa cratiței).
5. Peste o perioadă strict determinată de timp se aude semnalul sonor care anunță despre atingerea de către ouă a stării de preparare programate, fierbătorul se stinge, se deschide capacul și se scot ouăle.

Va prezentăm câteva modele de fierbătoare pentru oua.



Bucatele din ouă fierte pot fi cu coajă sau fără. Cele fără coajă se numesc **ouă poșat**.



Prezentarea și servirea bucatelor din ouă fierte

Ouăle fierte **moi** și **semimoi** sunt servite în farfurie, așternându-se pe aceasta în prealabil un șervețel de hârtie. În restaurante se recomandă servirea ouălelor moi și semimoi pe suporturi speciale.



Oul – pașopt este servit pe o felie de pâine prăjită, deasupra căreia se pune o rondelă de roșie și câteva bucățele de pepene murat. Se ornează cu verdeață și maioneză.

Aprecierea calității ouălor fierte

Ouăle fierte **semimoi** au albușul complet coagulat și un gălbenuș semilichid. Oul curățat de coajă își păstrează forma, dar se deformează ușor sub acțiunea propriei mase.

Oul fiert **tare** are un albuș și un gălbenuș dens. Gălbenușul – gîngăș, fărâmicios, în centrul acestuia poate fi o picătură neîntărită.

La oul fiert **moale**, albușul amplasat mai aproape de coajă, trebuie să fie pe jumătate întărit, consistența albușului se aseamănă cu cea a laptelui acru dens, gălbenușul este lichid. Un astfel de ou nu poate fi curățat, întrucât el nu-și va păstra forma.

Verifică-ți cunoștințele:



1. Care este sortimentul de bucate din ouă fierte?
2. Numește indicii de calitate a bucatelor din ouă fierte.

Caracteristica și sortimentul bucatelor din ouă prăjite și coapte

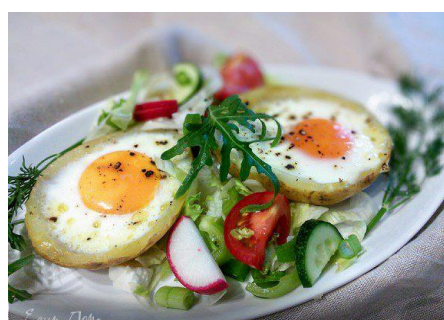
Prepararea ouălor-ochiuri



Se înfierbântă tigaia, apoi se pune grăsime. Când aceasta s-a încins, se sparg ouăle atent și se scurg în tigaia fierbinte, păstrându-se integritatea gălbenușului. Se sarează (numai albușul) și se prăjesc la foc mediu până la coagularea completă a albușului și îngroșarea gălbenușului (3-5 min.). Norma de sare pentru 1 ou – 0,25 g.

Este comod de a prăji ochiurile într-o tigaie specială cu adâncituri sau cu forme speciale

Exemple de bucate din ouă prăjite: **ochiuri**



La bucatele prăjite din ouă se atribuie și **omletele**. Ele se prepară în următorul mod: ouăle, melanjul ori praful de ou muiat se amestecă cu apă sau cu lapte în proporție de 1:2,65, se sarează și se amestecă minuțios. Compoziția se toarnă în tigăi cu grăsime încinsă și se prăjesc, făcând mișcări circulare cu tigaia. Când masa se îndesește, omleta se modelează spre mijloc, conferindu-i forma de pateu, iar când se rumenește, omleta se pune pe farfuria încălzită, se ornează și se servește imediat.

Omletă umplută. Amestecul pentru omletă se prăjește, în mijlocul lui se pune umplutură și se acoperă cu marginile omletei. Drept umplutură se folosesc păstăi fierte de fasole, dovlecei prăjiți, ciuperci ori vinete prăjite ori alte produse, drese cu smântână, cu sos de lapte sau cașcaval. Omleta poate fi umplută și cu produse de carne (salam, șuncă etc), tocate mărunt și preventiv prăjite.

Exemple de omlete:



Exemple de omlete amestecate: scrob



Astăzi tot mai des se utilizează formele din silicon pentru prăjire permit obținerea bucatelor apetisante- cu forme interesante și regulate. Aceste forme sânt foarte comode în utilizare și nu necesită grăsime. Astfel asigurăm o alimentație mai sănătoasă și economisim uleiul.

Bucatele coapte cu ou sunt recomandate să fie consumate la micul dejun sau ca gustare. Sortimentul acestora este foarte variat și permite utilizarea diferitor materii prime (verdeață în sortiment, mezeluri, salamuri etc). Unele exemple de preparate sunt prezentate mai jos.

Exemple de bucate din ouă coapte: ochiuri



Ouă coapte cu somon afumat și estragon



Ouă coapte cu becon



Ouă coapte cu ciuperci



Ouă coapte cu șuncă și imbir



Ouă ochiuri coapte în foaia de clătită



Ouă coapte cu spanac și roșii



Ouă coapte în roșii



Ouă coapte în avocado

Exemple de bucate din ouă coapte: budinci



Budincă cu legume





Budincă cu ciuperci



Verifică-ți cunoștințele:



1. Numește sortimentul de bucate din ouă prăjite.
2. Caracterizează omletele
3. Enumeră sortimentul de bucate din ouă coapte

Bucate din ouă în bucătăria națională

<p>Omletă cu praz</p> 	<p><u>Operații pregătitoare:</u></p> <p>Ouăle se spală, se dezinfectează, se trec prin jet de apă rece; Prazul se spală, se curăță, se spală, se taie mărunț; Roșiile se spală, se taie felii; Frunzele de salată se aleg, se spală; Verdeța de pătrunjel se alege, se spală (se lasă 2-3 frunze pentru decor, iar restul se taie mărunț)</p> <p><u>Tehnologia de pregătire:</u></p> <p>În tigaia încinsă cu unt se pune prazul pentru tratament termic timp de 5-7 minute. Ouăle se zbat spumă, se adaugă lapte cald, sare de bucătărie, piper negru măcinat. Compoziția obținută se toarnă peste praz și se prăjește 2-3 minute.</p> <p><u>Cerințe față de servire și calitate:</u></p> <p>Se servește imediat după pregătire, cu felii de roșii și frunze de salată verde și pătrunjel amplasate alături de omletă.</p>
<p>Scrob cu dovlecei și brânză de oi</p> 	<p><u>Operații pregătitoare:</u></p> <p>Ouăle se spală, se dezinfectează, se trec prin jet de apă rece;</p> <p>dovleceii se spală, se taie rondele; Brânza telemea se răzuiește; Roșiile se spală, se taie; Verdeța de pătrunjel se alege, se spală, se taie mărunț; Frunzele de salată verde se aleg, se spală.</p> <p><u>Tehnologia de pregătire:</u></p> <p>În tigaia încinsă cu ulei de floarea soarelui se prăjesc rondelele de dovlecei. În grăsimea rămasă de la prăjirea dovleceilor se pune brânza răzuită și oul zbătut spumă ce se toarnă șuviță, amestecând continuu. Compoziția se menține la foc nu mai mult de 2-3 minute (în caz contrar devine ca cauciucul).</p>

	<p><u>Cerințe față de servire și calitate:</u></p> <p>Pe platou se aranjează moviliță compoziția de ou cu brânză, se pun feliile de dovlecei prăjit. Deasupra se presară cu brânză răzuită și verdeață de pătrunjel mărunțit. Se decorează cu 2 felii de roșii, frunze de saltă verde. Se servește imediat după pregătire.</p>
<p>Scrob cu mămăligă</p> 	<p><u>Operații pregătitoare:</u></p> <p>Ouăle se spală, se dezinfectează, se trec prin jet de apă rece; ceapa se curăță, se spală, se taie în 1/6 – felii. Verdeța de pătrunjel se alege, se spală (se lasă 2-3 frunze pentru decor, iar restul se taie mărunț). Făina de porumb se cerne. Laptele se aduce la fierbere, se răcește.</p> <p><u>Tehnologia de pregătire:</u></p> <p>În apa clocotită cu sare de bucătărie se toarnă suviță făina de porumb amestecând continuu. Compoziția se fierbe 20-25 min mestecând de 3-4 ori. Mămăliga se răstoarnă, se răcește până la temperatura camerei, se taie felii cu grosimea de 1,5-2 cm. În tigaie sau formă pentru coacere, preventiv unsă cu unt, se amplasează feliile de mămăligă, se toarnă compoziția de ou, lapte, sare de bucătărie și piper negru. Se coace timp de 15-20 min la t de 175-185 C.</p> <p><u>Cerințe față de servire și calitate:</u></p> <p>Pe platou se aranjează preparatul copt, se presară cu verdeață tocată. Alături se pun 2 felii de ceapă, câteva frunze de pătrunjel verde. Preparatul poate fi servit și în forma în care a fost copt. Se servește imediat. Temperatura de servire de 65-75 C.</p>
<p>Ochiuri cu ardei dulce și jumări</p> 	<p><u>Operații pregătitoare:</u></p> <p>Ouăle se spală, se dezinfectează, se trec prin jet de apă rece; ceapa se curăță, se spală, se taie cuburi. Verdeța de pătrunjel se alege, se spală, se taie mărunț. Frunza de salată se alege,</p> <p>se spală. Ardeiul dulce se curăță, se taie pai.</p> <p><u>Tehnologia de pregătire:</u></p> <p>În tigaia încălăzită se pun jumările, apoi ardeiul gras.</p> <p>Se sotează 5-7 minute. Peste amestec se sparge un ou și se continuă prăjirea la foc mic 3-5 minute.</p>

Cerințe față de servire și calitate:

Pe platou se aranjează frunzele se salată verde. preparatul copt, se presară cu verdeață tocată. Alături se pun 2 felii de ceapă, câteva frunze de pătrunjel verde. Preparatul poate fi servit și în forma în care a fost copt. Se servește imediat. Temperatura de servire de 65-75 C.

Dejun țărănesc: Ochiuri ca la țară



Verifică-ți cunoștințele:



1. Indică sortimentul de bucate din ouă în bucătăria națională.
2. Descrie procesul tehnologic de preparare a bucatei Scrob cu mămăligă.

Importanța brânzei de vaci în alimentația omului

Brânza de vaci joacă un rol important în alimentația omului. Ea reprezintă o sursă importantă de factori nutritivi, cu valoare biologică ridicată, concentrați într-un volum mic și cu digestibilitate crescută.

Valoarea nutritivă a brânzeturilor este dată de conținutul ridicat de substanțe proteice și grăsimi ușor asimilabile, săruri minerale de calciu, fosfor, magneziu, sodiu și clor precum și vitamine. Prin concentrarea de grăsimi în coagul obținut de precipitarea cazeinei, brânzeturile devin o sursă de vitamine liposolubile A, D, E, K mai importate decât laptele. Conținutul de lactoză și vitamine hidrosolubile este mai scăzut deoarece acestea trec în zer. Conținutul de calciu al brânzeturilor este legat de felul în care a fost realizată închegarea laptelui, fiind mai mare când coagularea s-a făcut cu cheag și mai scăzut în cazul coagulării prin acidifiere naturală. Brânzeturile cu conținut mai mic de grăsime, ca de exemplu brânza de vacă și urda, au un caracter dietetic, putând fi consumate de către persoanele suferind de anumite boli în care consumul de grăsimi este contraindicat.

Urda are o valoare nutritivă deosebită, deoarece înglobează, prin precipitare la cald, valoroasele proteine serice ale laptelui (lactalbumine și lactoglobuline) care conțin aminoacizi considerați factori

importanți pentru creșterea organismului. Valoarea energetică a brânzeturilor este condiționată de conținutul de grăsime al produsului.

- Brânza de vaci din lapte smântânit 970 Kcal/Kg
- Urda 1360 Kcal/Kg
- Brânza telemea 2720 Kcal/Kg
- Brânza de burduf 3650 Kcal/Kg
- Cașcaval de Penteleu 3740 Kcal/Kg

După conținutul de grăsime raportat la substanță uscată, **brânzei de vaci** se clasifică:

Tipul	Caracterizare	Sortiment
Slabe	Până la 10 % grăsime față de substanța uscată	✓ Brânză proaspătă de vacă ✓ Dietetică
Semigrase	Minimum 20 % grăsime față de substanța uscată	✓ Brânză de vacă Delicia ✓ Brânză de Bran ✓ Brânză Montana
Grase	Minimum 40 % grăsime față de substanța uscată	✓ Cașcaval Penteleu ✓ Telemea de vacă
Foarte grase	Minimum 45 % grăsime față de substanță uscată	✓ Cașcaval Dobrogea Emmental ✓ Brânză burduf

Caracteristica merceologică a brânzei de vaci

Brânza proaspătă de vacă prezintă un aspect de pastă omogenă, curată, fără scurgere de zer, cremoasă, nesfărâmiată sau cu o structură grunjoasă la brânza de tipurile semigrasă și slabă. Din brânza proaspătă de vaci, prin adăugare de smântână, se obțin brânzeturile creme iar prin adăugare de sare și condimente (chimen, boia, piper etc) se obțin brânzeturile aperitive.

Caracteristici

Caracteristici	Tipul de branza			
	Foarte grasa	Grasa	Semigrasa	Slaba
Grasime, %, min	50	27	20	10-20
Apa, %, max	60	70	80	80
Proteine, %, min	14	15	15,5	17
Aciditate, °T, max\	190	200	200	210
Temperatura de livrare, °C, max	12	12	12	12
Cupru, mg/kg, max	0,5	0,5	0,5	0,5
Plumb, mg/kg, max	0,5	0,5	0,5	0,5
Staniu, mg/kg, max	10	10	10	10
Arsen, g/kg, max	0,2	0,2	0,2	0,2
Aspect	Pasta omogenă, curată, fără scurgere de zer.			
Consistența	Pasta fină, cremoasă, nesfărâmițoasă, se admite o structura slabă spongioasă la brânza semigrasa și slabă.			
Culoarea	Alba, până la alb-galbuie, uniformă în toată masa.			
Miros și gust	Plăcut, caracteristic de fermentație lactică, fără miros și gust străin.			

Cerințe de recepționare calitativă (organoleptic) și cantitativă a brânzei de vaci și depozitarea acesteia.

Ambalarea și păstrarea brânzei de vaci.

Brânza proaspătă de vaci se marchează cu etichete care cuprind cel puțin următoarele informații:

- denumirea sau denumirea comercială și sediul producătorului, al ambalatorului sau al distribuitorului;
- denumirea sortimentului;
- conținutul de grăsime, exprimat în procente;
- conținutul de substanță uscată, exprimat în procente;
- locul de origine sau de proveniență a alimentului;
- data durabilității minimale sau data limită de consum;
- condiții de depozitare;
- procedeul de tratament termic la care au fost supuse materiile prime sau produsele finite.

Brânza proaspătă de vaci se ambalează în conformitate cu reglementările sanitare veterinare. În funcție de destinația pe care o are, brânza proaspătă de vacă poate fi ambalată în:

- **ambalaje mari (de transport):** bidoane de aluminiu sau material plastic de 10... 15 kg pentru produsul destinat consumurilor colective, pentru preparate culinare sau de patiserie;

- **ambalaje mici** (de desfacere): pachete de formă paralelipipedică din folie metalizată, pungi, pahare sau caserole din material plastic cu greutatea de 0,200...0,500 kg, pentru desfacerea în rețeaua comercială. Condițiile pe care trebuie să le îndeplinească ambalajele folosite, precum și cele ce trebuie asigurate la ambalarea brânzei proaspete sunt prevăzute de Normele igienico-sanitare și Norma sanitară veterinară.

Ambalarea în ambalaje mici, respectiv pachetele din folie metalizată, se face cu mașini automate, special destinate acestei operațiuni și care au capacitatea de producție destul de mare (cea. 200...250 kg/oră), motiv pentru care utilizarea acestora nu este justificată în situația în care cantitatea de brânză destinată ambalării zilnice, este redusă. Din acest motiv, în secțiile mici, de regulă, ambalarea brânzei proaspete se face manual, în pungi închise prin termosudare, pahare sau caserole din material plastic cu capac aplicat.

Etichetarea și marcarea ambalajelor se face cu datele prevăzute în Normele metodologice privind etichetarea alimentelor și norma sanitară veterinară.

Depozitarea brânzei proaspete

Se depozitează în camere frigorifice curate, dezinfectate, bine aerisite, fără mirosuri străine, la temperatura maximă de 8°C și umiditatea relativă a aerului de 80...85%.

Condiții tehnice de calitate.

Proprietățile organoleptice, fizico chimice și condițiile microbiologice pe care trebuie să le îndeplinească brânza proaspătă de vacă sunt următoarele:

a) Proprietăți organoleptice

- **Aspect:** pastă omogenă, curată, fără scurgere de zer
- **Consistentă:** pastă fină, cremoasă, nesfărâmiată, se admite structura slab grunjoasă la tipurile semigrasă și slabă.
- **Culoarea:** albă, până la alb gălbuie, uniformă în toată masa
- **Miros și gust:** plăcut, caracteristic de fermentație lactică, rară miros și gust.

Transportul se face cu vehicule frigorifice sau izoterme, care să asigure menținerea temperaturii de maxim 8°C în masa produsului. Mijloacele de transport trebuie să fie curate, fără miros străin, uscate și aerisite.

Fiecare transport va fi însoțit de documente care să menționeze cel puțin următoarele:

- data livrării;
- denumirea și tipul produsului;
- termenul de valabilitate.

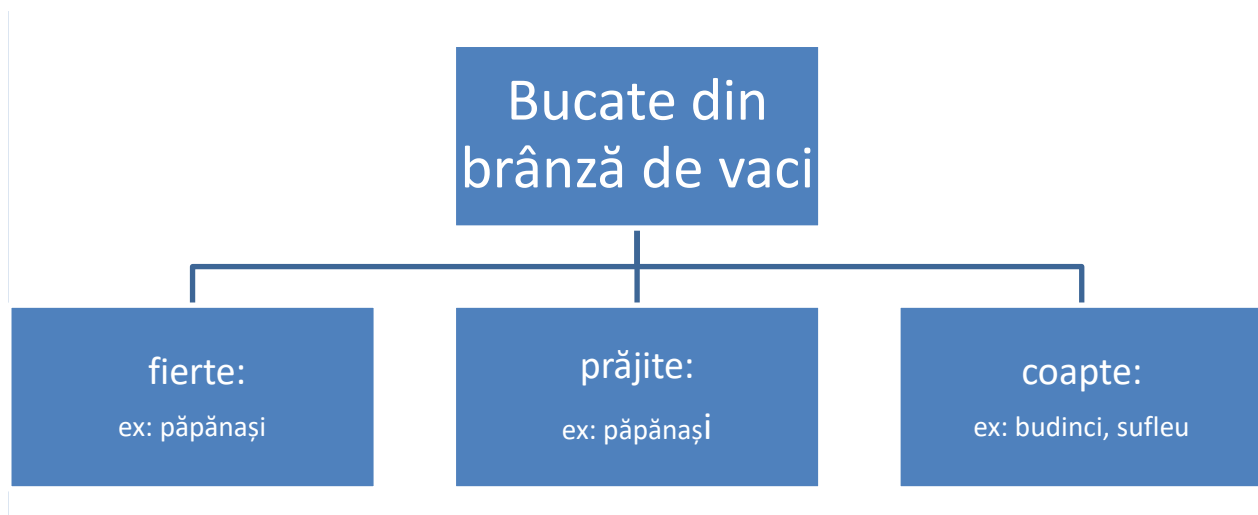
Verifică-ți cunoștințele:



1. Numește cerințele de recepționare calitativă și cantitativă a brânzei proaspete de vaci.
2. Enumeră condiții tehnice de calitate a brânzei de vaci.

Clasificarea bucatelor din brânză de vaci

Bucatele din brânză de vaci se clasifică după modul de tratare termică:



Modificările proteinelor (albuminelor) ce au loc la prelucrarea termică a brânzei de vaci

În procesul de tratare termică a brânzei de vaci are loc denaturarea proteinelor și sinereza serului asociat cu acestea. Acest lucru duce la o scădere a enzimelor asupra proteinelor în tractul gastrointestinal, ceea ce reduce valoarea nutritivă a preparatelor din brânză de vaci. Acest efect negativ al tratamentului termic la fabricarea bucatelor din brânză ce sunt supuse tratamentului termic diminuează valoarea nutritivă a bucatelor (minim cu 7-10%), dar le face mult mai sigure pentru consum.

Aceste modificări a proteinelor din brânza de vaci duc la unele pierderi în timpul tratamentului culinar. Pierderea proteinelor la prepararea papanașilor fierți din brânză de vaci este de 4...7%. Pentru a reduce pierderea de masă, în unele rețete se includ agenți de îngroșare (făină, gris ș.a.). O altă modalitate de micșorare a pierderilor este trecerea brânzei de vaci prin sită. În unele rețete puteți întâlni afirmații: pasarea brânzei de vaci.

Este de menționat faptul că când brânza de vaci grasă este încălzită, grăsimea din lapte se topește și masa capătă plasticitate.

Cerințe de completare a fișei tehnologice pentru prepararea bucatelor din brânză de vaci în baza Rețetarului

Fișa tehnologică este un document care conține informații despre ingredientele unui fel de bucate și despre modul în care acesta este preparat.

Acest document este obligatoriu pentru toate unitățile de alimentație publică, indiferent de forma de proprietate.

Fișa tehnologică cuprinde:

Denumirea preparatului _____

Grupa de preparate _____

Caracterizarea generală a produsului / preparatului

- Grupa de produse
- Locul și rolul în meniu
- Importanța nutritivă
- Structura produsului (componente/ semipreparate, după caz)
- Particularitățile tehnologice
- Digestibilitate

Organizarea locului de muncă

- Aprovizionarea cu materii prime și dozarea acestora conform rețetei
- Verificarea calității materiei prime
- Pregătirea echipamentelor de lucru: vase, ustensile, utilaje

Procesul tehnologic

- Prelucrarea primară a materiei prime
- Tehnica preparării: prelucrarea termică (timp, reguli ce trebuie respectate), operații specifice
- Aranjarea și decorarea în vederea servirii

Condiții de calitate

- Aspect
- Culoare
- Miros
- Consistență
- Gust
- Gramaj
- Raport între componente

Condiții de păstrare

- Temperatura, termen de valabilitate, umiditate

Calculul necesarului materiei prime pentru prepararea bucatelor din brânză de vaci

Stabilirea necesarului de materii prime se face plecând de la următoarele date:

- Rețeta preparatului
- Cantități de materii prime pentru o porție
- Pierderile înregistrate în timpul prelucrărilor primare și termice

Exemplu:

Unitatea de Alimentație Publică			
FIȘĂ TEHNOLOGICĂ			
Papanăși din brânză de vaci prăjiți			
Materii prime	U.M.	Cantitatea brută pentru o porție	Cantitatea brută pentru 10 porții
Brânză de vaci	g	152	1520
Făină de grâu	g	20	200
Ouă	g	8	80
Zahăr	g	15	150
Margarine alimentară	g	5	50
Smântână	g	20	200
Gramaj pentru o porție de produs finit	g	225	2250

Tehnica preparării

Brânza de vaci se pasează și se amestecă cu ouăle bătute cu zahăr, cu făina de grâu sau crupele de grîș și sare.

Compoziția se amestecă bine, se împarte în formă de pârhoale și se tăvălește prin făină. Până la prăjire se păstrează pe tavă în frigider.

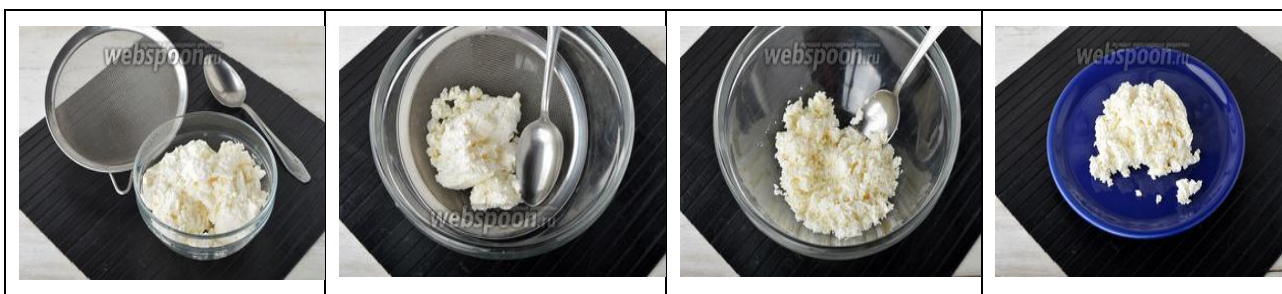
Se prăjesc prin metoda de bază pe ambele părți până se formează o pojghiță rumenă pe ambele părți. Se termină de prăjit în rolă timp de 5-7 min

Se servesc câte 2 bucăți la porție, cu zahăr, dulceață, smântână.

Se pot servi cu sos de lapte, smântână sau dulceață, care se servesc separate.

Cerințe de pregătire a materiei prime pentru prepararea bucatelor fierte din brânză de vaci

Pentru pregătirea bucatelor fierte din brânză de vaci se recomandă prelucrarea primară a materiei prime, inclusiv a ouălor, făinii de grâu, brânzei de vaci, și altele. Ouăle se spală, se dezinfectează și se clătesc sub jet de apă rece. Făina albă de grâu se cerne cu scopul îmbogățirii ei cu oxigen și înlăturării impurităților. Brânza de vaci se trece printr-o sită cu scopul omogenizării ei și micșorării pierderilor la tratamentul termic ce urmează.



În unitățile alimentației publice ce prepară cantități mari de bucate din brânză de vaci se recomandă utilizarea roboților de bucătărie cu mecanisme speciale de schimb destinate pasării brânzei proaspete de vaci.



Verifică-ți cunoștințele:



1. Argumentează necesitatea trecerii brânzei de vaci prin sită/ pasării.
2. Caracterizează utilajul și ustensilele necesare.

Procesul tehnologic de preparare a bucatelor fierte din brânză de vaci.

Cerințe de calitate. Reguli de servire a bucatelor din brânză de vaci fierte. Păpănași

Preparatele culinare din brânză de vaci sunt importante, deoarece acest produs conține circa 16,5% albumin, 18% grăsimi, o mare cantitate de calciu, vitaminele A și E, Grupa B.

Concentrația mare a albuminelor lactice și grăsimilor, prezența aminoacizilor absolut necesari, a sărurilor de calciu și fosfor- toate acestea fac destul ca brânza de vaci să fie un produs dezvoltării normale a organismului uman.

Datorită proprietăților curative ale albuminelor, precum și a unui conținut sporit de substanțe minerale bucatele din brânză de vaci se recomandă a fi folosite în alimentația copiilor și adolescenților și cea dietetică. Pentru pregătirea bucatelor calde în brânza de vaci se adaugă sare în cantitate de 10 g la 1 kg de brânză.

Sortimentul bucatelor fierte din brânză de vaci

Păpănași fierți

Tehnica preparării

În brânza de vaci pasată se adaugă ouăle, zahărul, sarea și 2/3 de făină de grâu și se amestecă bine până se obține o masă omogenă. Compoziția obținută se modelează cu grosimea de 1 cm se pune pe suprafața mesei tapetate cu făină și se taie în fâșii cu lățimea de 2-2,5 cm în formă de dreptunghiuri sau romburi.

Dacă i se dă forma de rulou (1,5 cm în diametru), se taie de-a curmezișul în rotițe. Până la fierbere păpănașii se păstrează la rece.

Se fierb în apa clocotindă cu sare timp de 4-5 min. Preparatul se prezintă pe platou sau farfurie.

Prezentare și servire

Se servește cald cu smântână deasupra.



Indicii de calitate ai „Papanashi fierți”

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Articole bine fierte, suprafața necleioasă, papanashi fără rupturi, forma bine definită.	Suculentă, fină, moale.	Aluatului – albă cu nuanțe gălbui.	Specific de aluat fiert și brânză de vaci.	Specific, dulce, fără gust străin.

Verifică-ți cunoștințele:



1. Enumeră etapele tehnologice de preparare a Papanashi fierți.
2. Descrie indicii de calitate a preparatului Papanashi fierți.

Caracteristica și sortimentul bucatelor prăjite și coapte din brânză de vaci

Bucatele prăjite și coapte din brânză de vaci includ papanashi prăjiți cu diferite adaosuri și budincile coapte.

Papanashi din brânză cu morcov

	Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
	Brânză de vaci	141	140
Morcov	56	45	
Margarină	3	3	
Crupe de griș	5	5	
Ouă	1/5 buc	8	
Zahăr	15	15	
Făină de grâu	25	25	
Masa semipreparatului	-	227	
Grăsimi alimentare	7	7	
Masa păpănașilor gata	-	200	
Sos NeNe 795, 798	-	75	
sau smântână	30	30	
Gramaj: cu sos	-	275	
cu smântână	-	230	

Operații pregătitoare

Se prelucrează ouăle. Brânză se trece prin sită. Făina se cerne. Morcovul se dă prin răzătoare cu ochi mari

Tehnica preparării

Într-o cratiță se pune morcovul, se adaugă apă (10 % de apă la masa netă a morcovului) și margarină și se reduce până devine moale. Apoi se adaugă crupe de griș, și amestecând, se încălzește până grișul se îngroașă.

Amestecul se lasă să se răcească, apoi compoziția se amestecă cu brânza pasată, cu ouă, cu zahăr și cu 2/3 din cantitatea de făină.

Compoziția se amestecă minuțios și se modelează în formă de batonaș cu diametrul de 5-6 cm, se taie de-a curmezișul bucăți, se panează în făină, conferindu-se forma de rondele cu grosimea de 1,5 cm câte 4 bucăți la o porție. P

răjirea păpănașilor cu morcov. Se înfierbântă tigaia, apoi se pune margarină și se încălzește. Se prăjesc păpănașii din toate părțile până la formarea unei cruste rumene. Apoi se introduc în rolă timp de 5-7 min.


Prezentare și servire

Se prezintă păpănașii câte 4 buc. la o porție (200 g) cu smântână, sau dulceață, sau smântână.

Indicii de calitate ai Păpănașilor cu morcov

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Păpănașii au forma rotundă, fără crăpături, adâncituri, proeminențe, prăjite uniform pe toată suprafața, cu grosimea de 1,5 cm.	Omogenă, fără cocolașe de brânză și făină, pufoasă, își păstrează bine forma	De la auriu-gălbui până la brună; în secțiune – gălbui sau oranj	Specific plăcut, aromat, de brânză și condimente	Dulciu, fără exces de acru

Budincă din brânză de vaci

	Denumirea materiei prime	Masa brută pentru o porție	Masa netă pentru o porție
	Brânză de vaci	136	135
Crupă de griș sau	10	10	
Făină de grâu	12	12	
Ouă	1/2 buc	20	
• Zahăr	10	10	
• Margarină de masă	5	5	
• Pesmeți	5	5	
• Smântână	5	5	
Masa budincii gata	-	150	
• Smântână	30	30	
Gramajul: budincă cu smântână	-	180	

No	Etapele procesului tehnologic
1	Pregătește-ți locul de lucru
2	Prelucrează primar ouăle
3	Trece brânza prin sită
4	Cerne făina
5	Fierbe crupa de griș
6	Răcește terciul
7	Adaugă în brânză crupa de griș răcită, ouăle, zahărul, sarea
8	Amestecă minuțios compoziția
9	Unge tava cu grăsime și tapetează cu pesmeți
10	Toarnă compoziția în tavă pregătită (grosimea stratului 3-4 cm)
11	Nivelează compoziția și unge-o cu smântână
12	Coace în rolă 20-30 min. până la formarea unei cruste rumene
13	Taie în bucăți de formă pătrată sau dreptunghiulară cu masa de 150 g
14	Prezintă pe farfurie sau platou cu smântână (30 g).

Poate fi servită și cu sosuri dulci: de fragi, malină sau vișină; de cais; de coacăză neagră, răchițele; de mere

Indicii de calitate ai «Budincii din branza»

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Bucata de budincă are formă corectă, suprafața netedă, fără crăpături, adâncituri proeminente, coaptă uniform pe toată masa	Omogenă, fără cocolașe de brânză și făină, pufoasă	Culoarea crustei – de la auriu-gălbuie până la brună; în secțiune – albă sau slab gălbuie	Specific plăcut, aromat	Dulciu, fără exces de acru

Reguli de servire a bucatelor prăjite și coapte din brânză de vaci

Particularitățile tehnologice de preparare și servire a bucatei Păpănași din brânză de vaci

Tehnica preparării
Compoziția se mestecă bine, se modelează în formă rotundă, plată și se panează în făină. Se prăjesc prin metoda de bază pe ambele părți până se formează crusta rumenă și se finisează la rolă timp de 5-7 min.
Reguli de service
Se servesc câte 2 bucăți la porție cu zahăr, fructe sau pomușoare proaspete, dulceață din fructe și pomușoare, smântână. Se recomandă să fie serviți la micul dejun. Frecvent sunt incluși în meniul pentru copii.


Verifică-ți cunoștințele:



1. Enumeră etapele tehnologice de preparare a Păpănașilor din brânză cu morcov.
2. Descrie indicii de calitate a preparatului Budincă din brânză.

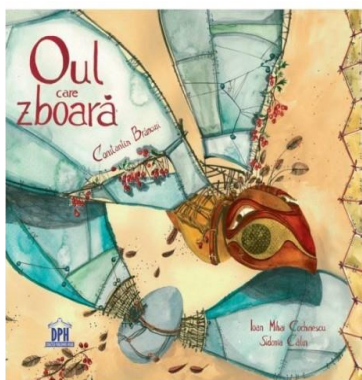


Curiozități:

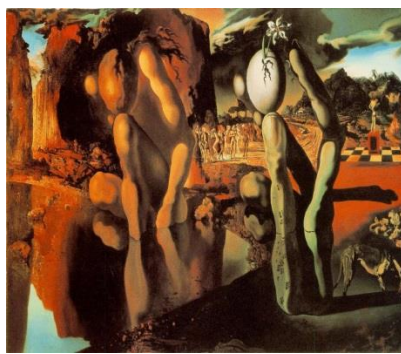
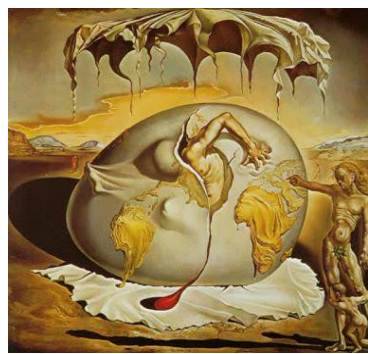
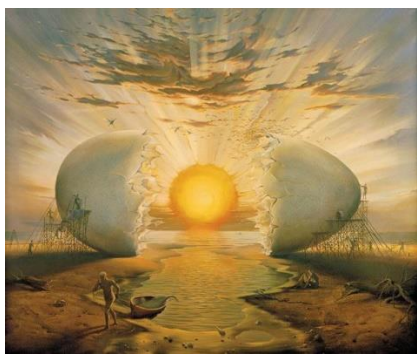
Oul este vedetă în operele de artă!

Oul este produsul care înobilează o masă, dar înafara de gustul ce îl oferă bucatelor, oul a fost celebrat ca simbol al perfecțiunii în artă. Brâncuși și Dali sunt doar doi dintre artiștii inspirați de forma oului. Faberge l-a transformat în bijuterii, iar meșterii populari români îl fac cu multă migală purtătorul motivelor tradițiilor naționale.

Constantin Brâncuși: Oul. Un mariaj artistic care celebrează forma perfectă.



Salvador Dali: Simbolul oului ca puritate. Oul îi reamintea de viața intrauterină. În picturi și în scurtmetrajele sale, oul înglobează tema renașterii.



„Ouăle Fabergé”: Bijuterii realizate din metale și pietre prețioase, la baza cărora se află tradiția pascală.



Oul în motive tradiționale



Bibliografie

1. Anfimova, N., Zaharova, T. **Arta culinară**. Chișinău „Lumina” 1990, 364 p.
2. Baranov V. **Tehnologia produselor alimentatiei publice**, Moscova „Economica” 1980, 475 p.
3. Ciumac, J., Chirsanova, A., Reșitca, V. **Technologie culinaire**. ISBN 978-9975-87-563-9. 2020. CZU 641.5(075.8). 201 p.
4. Deseatnicova, O., Mija, N., Bernic, M. **Organizarea și Dotarea Tehnică a Unităților de Alimentație Publică**, material didactic, Chișinău, Ed:UTM 2005, 112 p.
5. Covaliov, N., Salnicova, I. **Tehnologia preparatelor culinare** (trad. din l.rusă E.Grozav, E.Grosu.), Chișinău, 1990.
6. **Antreuri și gustări. Gustări irezistibile pentru o masă de neuitat**. Trad. Valentina Iordan. Editura Adevăril holding. 2011. ISBN 978-606-539-873-3
7. **Rețete ușoare și rapide**. Trad. Valentina Iordan. Editura Adevăril holding. 2011. ISBN 978-606-539-867-9
8. **Rețetarul preparatelor culinare**. Moscova, Ed:”Economica” 1981, 754 p.
9. Olexiuc, N. **Rețete culinare practice**, București”Edit. Tehnică” 1986, 568 p.
10. Pîrjol, H., Onete, G., Dumitrașcu, O.N. **Tehnologia culinară și tehnica servirii**. București, Ed. Didactică și pedagogică: 1988.
11. Ковалев, Н.И., Сальникова, Л.К. **Течнология приготовления пищи**. Москва: Экономика, 1983, 303 с.
12. Chirsanova A., Capcanari T. **Instrucțiuni: Prelucrarea sanitară în cadrul unităților de alimentație publică**. Univ.Tehn. a Moldovei, Fac.Tehnologia Alimentelor, Dep.Alimentație și Nutriție. Chișinău Ed:Tehnica-UTM, 2018, 33 p. ISBN 978-9975-45-559-6