

Урок № 37-38

Тема 4.3.Кухни народов восточной Азии: Китая, Кореи, Японии.

Тема урока: Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия. - 1 час.

Практическая работа «Приготовление блюд кухни народов Китая» – 1 час

Цель урока: формирование умений обучающихся систематизировать информацию для освоения теоретических знаний по технологии приготовления холодных и горячих блюд и закусок, сладких блюд, напитков и кондитерских изделий Китая.

План урока

1. Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия Китая.

2. Практическая работа

ЗАДАНИЕ:1. Рецепт сладкого блюда, напитка и кондитерского изделия Китая.

2. Практическую работу №6 -1 час. (она на 2 часа)

ЛЕКЦИЯ

1. Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия. Особенности китайской кухни

Еда в жизни китайца занимает весьма важное место. Ведь китайская кухня - это целый пласт мировоззрения и культуры народа этой страны, берущих свое начало еще в далекой древности, около трех тысячелетий тому назад. Многочисленные способы приготовления и изысканный и сложный вкус свыше 20 тысяч блюд с неподдельными ароматами, цветом, и, что самое главное - их изящное оформление и сочетание высокого мастерства поваров с оригинальной подачей.

Ведь, как гласит одна древняя пословица: "Несъедобного в природе не бывает, а бывают плохие повара".

Все это неперемные атрибуты поездки в Поднебесную, абсолютно точно такие же, как и посещение великого множества достопримечательностей этой страны. И без знакомства с шедеврами и деликатесами мира китайской кухни ваше путешествие будет не полным и не вкусным!

Одна из китайских провинций

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ

Нет ни одной нации, кто придавал бы такое огромное значение этикету и так свято чтит свои традиции, ну, кроме китайской, конечно же! Питание в Китае строится на принципах разнообразия, безвредности, полноценности и вкуса. И даже стол, на который подаются кушанья, не привычен для нас: в его центре ставятся главные блюда, он круглый двойной и вращающийся таким образом, что одно блюдо можно будет чередовать с остальными поданными.

Если хозяин застолья и его почетный гость не сели за стол, и тем более - не приступили к трапезе, остальным гостям также стоит воздержаться от этого.

Накладывая себе пищу, стоит начать с ближайших к вам блюд, и только после этого тянуться к тем, что находятся ближе к другим участникам застолья.

Не зависимо от возраста и пола, китайцы рассаживаются за столом в строгом порядке, определенном этикетом. Центральное место напротив двери (иногда метится специально сложенной салфеткой) занимает организатор обеда или торжества. А уж если китаец пригласил гостя к себе в дом, то вернется он в свой номер не раньше, чем через сутки. Ведь для хозяина очень важно накормить своего гостя досыта, причем трапеза обязательно будет сопровождаться массой историй и знакомством со всеми членами семьи. Да и жители Поднебесной не торопятся во время еды, а получают от трапезы наслаждение и удовольствие.

Едят китайцы, как известно, палочками. По одной из легенд, когда наложница Дацзи опоздала к обеду с императором, и, побоявшись его гнева, она ничего не придумала больше, как вытащив из волос шпильки, стала брать ими горячее мясо, чтобы не обжечь пальцы. Эта затея так понравилась императору, что он приказал всем использовать для еды шпильки для волос.

Палочки используются не только за столом в качестве прибора, но специальные удлиненные при приготовлении пищи на кухне.

В знак особого внимания и уважения, в тарелку гостя хозяин обязательно доложит угощение собственными палочками.

Во время паузы в трапезе, не следует оставлять палочки воткнутыми в яства.

По окончании еды, палочки кладутся параллельно друг другу на тарелку и ни в коем случае не на стол.

В последнем случае, китайцы считают это дурным тоном.

Благодарят за радушный прием путем постукивания двумя пальцами правой руки по краю стола.

И помните, что никто не может покинуть застолье раньше, пока этого не сделал почетный гость.

И чем больше осталось мусора после еды, тем большая удача будет вам сопутствовать.

Обратите внимание на то, что блюда в Поднебесной, в отличие от принятых европейских правил, подаются в обратном порядке: трапеза начинается с чая, затем приносятся холодные закуски, за ними следуют горячие вторые блюда и только в самом конце подается суп.

Именно такой порядок блюд по мнению китайцев способствует наилучшему пищеварению. К общепринятым видам вкуса (соленый, кислый, горький, сладкий, острый) китайцы добавили еще три: пресный, ароматный и золотой (как у кумквата).



Китайский праздничный стол ОСОБЕННОСТИ КИТАЙСКОЙ КУХНИ

Для китайских кулинаров самым главным условием приготовления блюд считается пропорция ингредиентов и способ их обработки. Так, в местных ресторанах на плитах есть несколько видов конфорок: из одних пламя выбивается на небольшую высоту, из других огонь достигает высоты в 40 см, при этом его температура держится на отметке около 400 градусов Цельсия, из третьих огня практически не видно. Благодаря силе пламени и выбирается определенный вид тепловой обработки.

В китайской кухне все ингредиенты нарезаются на мелкие кусочки одинакового размера, чтобы их удобней было брать палочками и исключить дополнительное разделяние пищи непосредственно на тарелке. Потому за сервированным столом вы не увидите ножа.

Перед приготовлением, все продукты тщательно маринуют. В процессе готовки используются плетеные бамбуковые корзины, в которых могут готовиться несколько блюд одновременно, а также специальные круглые глубокие сковороды (вок). Все это ускоряет процесс приготовления блюд. Блюда готовят на свином смальце, утином и курином жире, на соевом и ореховом растительных маслах.

Приправы

Готовые блюда обладают достаточно сложным запахом за счет использования огромного арсенала таких компонентов, как: соевый соус (основной ингредиент китайской кухни!) и побег, имбирь,

чеснок, грибы, арахис, кешью, семена сезама, фенхель, гвоздика, кунжут, бадьян, корица, мускатный орех, желтое рисовое вино, растительное масло с паприкой, устричный соус и экстракт из черных бобов.

Специи используются с особой осторожностью, дабы только подчеркнуть естественный вкус и аромат блюда.

Китайская еда оценивается не только по запаху, вкусу и внешнему виду, а также при помощи дополнительных критериев: сочность, жирность, хрусткость, липкость, упругость и многих других.

Молоко и яйца

Взамен молока и сливочному маслу китайцы предпочитают перепелиные яйца, утиные и куриные потроха и печень.

Отметим, что в Китае построено множество ферм по выращиванию птицы.

Одним из традиционных деликатесов и самым распространенным продуктом после риса в Поднебесной считается творог из соевого молока. Он используется в приготовлении вегетарианских блюд, закусок, похлебок.

Мясо

Из мяса в Китае наибольшим спросом пользуется свинина. Говядина же с бараниной распространены в мусульманских провинциях.

Свиную кровь китайцы используют на производство конфет, по вкусу ничем не уступающих шоколаду.

Также любят китайцы соленый и копченый окорок, отварные свиные уши и ножки с чесноком. В качестве первых блюд подаются прозрачные супы на основе куриного или свиного бульонов, яркость которым придают при помощи добавления жженого сахара и соевого соуса.



Хлеб и злаки

Китайские жители не едят и не делают хлеб, но аналогами и обязательными атрибутами любой трапезы являются пампушки (маньтоу) или мясные или сладкие воздушные булочки из рисовой муки (баоцзы), клецки, тончайшие блины, паровые пельмени с всевозможными начинками и соевая, пшеничная и рисовая лапша.

С пампушками связана одна интересная история.

"маньтоу" переводится как "голова варвара". Воины, переправлявшиеся через реку, приносили в жертву ее духу человека. Но их добродетельный полководец перехитрил божество, преподнес ему голову из теста.

Что касается лапши, то ее выбор в Поднебесной просто огромен: желтая, рисовая, плоская, кудрявая, толстая, тонкая. Ее могут просто отварить, добавив бульонную заправку с зеленью и приправами, или пожарить с овощами, грибами, мясом.

В большинстве провинций Китая рис был на протяжении многих тысячелетий и остается главным продуктом. Особенно популярен продолговатый вид.

Овощи

Основную часть китайской кухни и непременным атрибутом блюд составляют зелень и овощи, особенно: сельдерей, репа, кабачок, побеги бамбука, китайская и пекинская капуста, листья

индийской горчицы, водные каштаны, цветы хризантем. Подаются к рису и лапше, жарятся с морепродуктами и мясом.

Экзотические блюда

В Поднебесной предпочтение отдается свежим продуктам. Именно потому в большинстве заведений общепита на ваших глазах приготовят все то, что прыгает и бегают.

Национальная китайская кухня изобилует необычными блюдами: бульон из акульих плавников, филе лягушки и ласточкиных гнезд (кстати, подобный "кисель" из гнезд стрижей, построенных из их слюны и перьев, надо сказать, одно из дорогих кушаний), тушеные губы акулы, жареные медвежьи ладошки, голуби с зеленым горошком, салат из утиных языков.

Самым излюбленным экзотическим продуктом тут считается змея.

Десерты

Есть в китайской кухне лакомства для сладкоежек. В первую очередь, это множество сезонных фруктов: мандарины, дыни, личи, а особенно: фруктовые салаты, яблоки в карамели.

Обязательно стоит попробовать квадратную выпечку с начинкой из лотоса, сладкий суп из черепахи, фикусовое желе, пудинг из корней маниок (семейства молочайных), рисовые шарики, пирожное и печенье, китайское мороженое.

Напитки

Несмотря на огромное разнообразие видов и сортов (свыше полутора тысяч) чая, самой большой популярностью в китайской кухне, безусловно, пользуется зеленый. Китайская чайная церемония "Гун Фу Ча" представляет собой сложный ритуал и может вполне посоперничать с японской.

Слово King Fu в китайском языке достаточно многозначно. Его можно перевести и как старание, и мастерство.

А ведь настоящая чайная церемония зависит не только от перечисленных умений, но и от правильно подобранной и расставленной на чабане чайной посуды, хорошей воды и чая, от самого мастера, его гостей, обстановки вокруг.

При приготовлении чая хозяин выражает своему гостю уважение и благодарность.

Перед завариванием, с чаем обязательно нужно познакомиться, вдыхая каждому участнику его аромат и прогреть кипятком всю посуду для приготовления.

Зеленый чай пьют очень горячим и не сладким.

Кроме вкуса и аромата, каждый участник чайной церемонии наслаждается еще и формой листа и цветом напитка, получая в целом умиротворение и наслаждение от целого искусства.

Традиционно по выходным в Китае принято приглашать старших родственников на чашечку чая в ресторан, при этом заплатив за них. Более того китайцы пьют минеральную воду, соки.

Из алкогольных напитков стоит выделить рисовые водку, желтое вино.

Называется Хуанцзю и, впрочем, не сильно отличается от водки, которую можно выпить залпом, чего не сделаешь с вином.

Очень популярно в Китае пиво с низким содержанием алкоголя. Крепостью выше 2,5-3 процентов этот напиток вы не встретите. Вообще, в Китае пьют мало. Чаще стараются напоить своего соседа по застолью. Очень часто на переговорах с деловыми партнерами подобный метод способствует удачным сделкам, поскольку опоенный гость становится добрым и готовым принять любое предложение.

ТОП-10 национальных китайских блюд

За один поход в китайский ресторанчик и даже за одну туристическую поездку не удастся познать все богатства вкуса местной кухни, которая оттачивалась и создавалась годами.

Но вы сможете получить общее представление, попробовав самые популярные маркерные блюда. Представляем рейтинг в порядке убывания распространенности.

Утка по-пекински

Очень спокойное по своим вкусовым характеристикам блюдо. Именно поэтому оно получило широкое распространение и на европейской территории. Чтобы попробовать нечто близкое к оригиналу, достаточно зайти в любой китайский ресторанчик. Утку достойно научились готовить вдали от родины.

Основа блюда – нежное утиное мясо. Вся фишка – в запеченной хрустящей коже и топингах. Настоящая утка готовится несколько дней. Сложный маринад, особая

технология запекания, и, конечно, правильно подобранные ингредиенты при сервировке делают это блюдо бесподобным.



Пельмени Сяо лун бао

Пельмени – это не русское блюдо, а китайское, но очень любимое и прижившееся у нас. Поэтому вдвойне интереснее попробовать первоисточник. Чтобы оценить разницу, стоит выбрать надежный первоисточник, где готовят настоящие Сяо лун бао, а не варят пельмени из ближайшего супермаркета.

Традиционные китайские пельмени начиняют также свининой, распространены пельмени с крабовым мясом и креветками. Они отвариваются в бульоне, который обязательно должен остаться и внутри теста. Одна из разновидностей - вонтоны.



Китайская лапша

Это прародитель европеизированного уличного фаст-фуда из Китая. Традиционное блюдо называется Чоу мейн – жареная лапша. Основу немного отваривают, итальянцы бы назвали это состояние Al dente, а затем обжаривают на сильном огне с добавлением различных наполнителей.

Уникальный вкус задают свинина, говядина, морепродукты, овощи и соусы. Пряность и острота регулируются как раз топингами. На выходе получается очень сочная и аппетитная горячая лапша – китайский аналог пасты. Именно ее раскладывают по коробочкам и продают в магазинах формата take-away.



Свинина в кисло-сладком соусе

Это настоящий хит традиционной китайской кухни. Именно после мяса в таком маринаде кисло-сладкий вкус стал общим характеризующим признаком всей национальной кулинарии. Кусочки нежной свинины обжариваются на раскаленной сковороде, а затем тушатся с добавлением кисло-сладкого соуса. Часто добавляют остринку. Сейчас в кисло-сладком соусе предлагают любое мясо, морепродукты и овощи. А сам кисло-сладкий соус подается как отдельная



приправа.

Ма По Тофу

Сам по себе тофу достаточно невыразительный. Но как основа для многих блюд, горячих и супов, салатов и закусок – идеальный вариант. За счет соусов и приправ он приобретает яркий и запоминающийся вкус.

Ма По Тофу – это сочетание из кубиков тофу, рубленой говядины, лука, острого перца и соусов. Все это обжаривается на большом огне, а затем тушится до готовности.

Получается очень интересное по вкусу



блюдо.

Закуска рулетики

Это нечто среднее между нашими жареными блинчиками с начинкой, европейском рапом и восточной шаурмой. Чуньцзюань – тонкие начиненные рулетики, обжаренные до хрустящей корочки.

Ингредиенты, добавки как и степень прожарки может варьироваться. Сладкие и соленые, острые и постные, с мясом и овощами, чуть подогретые или прожаренные насквозь во фритюре. Рулетики делают небольших размеров, на один-два



укуса.

Китайский суп-лапша

Имеет множество рецептов и секретных ингредиентов, о которых знают только повара той лапшичной, в которой вы пробуете этот суп. Он всегда будет разным по вкусу и аромату. Но всегда неповторимый и аппетитный. Домашняя лапша смешивается с овощами и мясом, все это заливается крепким бульоном. И обязательно добавляется секретный



ингредиент.

Баклажаны и овощи в кисло-сладком соусе

Острые овощные закуски – фирменный знак отличия китайской кухни. Легкая пассировка или просто заправка раскаленным растительным маслом – это вся термическая обработка. Первую скрипку здесь играют соусы и приправы. Тонко нашинкованные овощи маринуются в луке, чесноке, перце, соли с добавлением различных соусов. Обилие зелени и кунжута превращают общедоступные сезонные овощи в настоящий кулинарный шедевр.



Китайские шашлычки

Под этим названием может скрываться абсолютно любой ингредиент, нанизанный на шпажку и приготовленный на углях. Мясо, птица, овощи, рыба, морепродукты, земноводные, насекомые – на рынках Китая, у уличных торговцев и в лотках вы встретите поразительное воображение ассортимента кэо гди.



Ютяо

Это может быть десертом, а может быть гарниром к любому острому мясу. Нечто среднее между известными нам пончиками и хворостом. Особым образом приготовленное тесто, обжаренное до хрустящего состояния во фритюре. Его продают на улицах и подают в дорогих ресторанах как национальное блюдо Китая.



2. Практическая работа «Приготовление блюд кухни народов Китая»

Практическое занятие

Раздел 4. Кухни народов Азии.

Тема 4.3. Кухни народов восточной Азии: Китая, Кореи, Японии.

Тема практического занятия. Приготовление, оформление блюд кухни народов Китая.

Время выполнения работы - 2 часа.

Цель практического занятия. Закрепить теоретические знания, формировать умения по приготовлению, оформлению блюд кухни народов Китая; организации рабочего места; привить навыки поиска необходимой информации в различных источниках и применять ее в работе; привить навыки работы с нормативной документацией; организации своего рабочего места; воспитать ответственность и аккуратность, привить интерес к профессии.

Освоить ОК и ПК

ОК.01.Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК. 02.Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК.05.Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско – патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК.07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК.09.Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

ПК 1.1 Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для обработки сырья, приготовления полуфабрикатов в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 1.2.Осуществлять обработку, подготовку овощей, грибов, рыбы, нерыбного водного сырья, мяса, домашней птицы, дичи, кролика

ПК 1.3.Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из рыбы и нерыбного водного сырья.

ПК 1.4Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из мяса, домашней птицы, дичи, кролика

ПК 2.1.Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок различного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 2.2.Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение бульонов, отваров разнообразного ассортимента.

ПК 2.3.Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации супов разнообразного ассортимента.

ПК 2.4.Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение горячих соусов разнообразного ассортимента

ПК 2.5.Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд и гарниров из овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий разнообразного ассортимента.

ПК 2.6.Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из яиц, творога, сыра, муки разнообразного ассортимента.

ПК 2.7. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента.

ПК 2.8. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из мяса, домашней птицы, дичи и кролика разнообразного ассортимента.

ПК 3.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы при приготовлении холодных блюд, кулинарных изделий, закусок в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 3.2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение холодных соусов, заправок разнообразного ассортимента

ПК 3.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации салатов разнообразного ассортимента.

ПК 3.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации бутербродов, канапе, холодных закусок разнообразного ассортимента.

ПК 3.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента.

ПК 3.6. Приготовление, оформление и подготовка к реализации холодных блюд из мяса, домашней птицы, дичи разнообразного ассортимента.

ПК 4.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления холодных и горячих сладких блюд, десертов, напитков разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 4.2. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.

ПК 4.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента.

ПК 4.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных напитков разнообразного ассортимента.

ПК 4.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих напитков разнообразного ассортимента.

ПК 5.1. Подготавливать рабочее место кондитера, оборудование, инвентарь, кондитерское сырье, исходные материалы к работе в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 5.2. Осуществлять приготовление и подготовку к использованию отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий.

ПК 5.3. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации хлебобулочных изделий и хлеба разнообразного ассортимента.

ПК 5.4. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента.

ПК 5.5. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов разнообразного ассортимента.

Задание. Приготовить и оформить

Оснащение. Оборудование: электроплиты, производственные столы, кухонная посуда, инвентарь, холодильник, пароконвектома, водонагреватель, мойка. Продукты.

Методические рекомендации по выполнению работы, Тетради для практических работ.

Учебная литература. Интернет:

Рекомендации по выполнению работы.

1. Получить задание (приготовить, оформить и подать) подготовить рабочее место.

2. Получить инструктаж по выполнению работы и технике безопасности при выполнении работы.

3. Изучить теоретический материал (изучить ассортимент блюд, кулинарных изделий, напитков применяемых в питании Китая) по учебной литературе и интернет

Теоретическая часть.

Особенности кухни Китая: Блюда китайской кухни – одни из самых полезных. Помимо питательных свойств, некоторым китайским блюдам присущи и лечебные свойства: существуют даже такие оригинальные шедевры, как супы от головной боли или от гриппа. При этом продуманное сочетание продуктов способствует правильному пищеварительному процессу и не вызывает ожирения. Китайцы едят все, что могут приготовить – этот факт известен во всем мире. Разнообразие китайской национальной кухни настолько велико, что с ней вряд ли сравнится какая-либо другая традиционная кулинария. Весь ассортимент китайских блюд можно условно разделить в зависимости от региона проживания или социального класса конечного потребителя. Рассмотрим их подробнее. У китайцев особое отношение к сладостям: в рецептах десертов могут использоваться непривычные для европейцев специи или даже овощи! Китай известен на весь мир своими сортами чая, который подают с различными добавками (например, с бутонами роз, черносливом или миндалем). Китайцы предпочитают крепкие алкогольные напитки (рисовую водку). Региональная китайская кухня Ввиду того, что Китай – это многонациональная страна с огромной территорией, кухня ее народов отличается в зависимости от региона. Наиболее крупными ответвлениями китайской кухни являются следующие кулинарные школы: Кантонская кухня, или Кухня Юэ – традиционные рецепты родом из провинции Гуандун. По вкусу блюда кантонской кухни сладковатые, нежные. Большое значение придается разнообразным соусам, коих существует огромное количество (например, устричный, сливочный соус). Самыми часто используемыми ингредиентами являются сахар, соевые продукты, кукурузный крахмал, чеснок, кунжутное масло. Ассортимент специй включает имбирь, смеси перцев, анис; при этом все пряности применяются достаточно дозировано. Блюда готовят из любых видов мяса, особыми деликатесами считаются мясо змей и ящериц. Наиболее популярный способ приготовления – тушение, которое позволяет сохранить вкус и аромат пищи. Самые популярные блюда: свинина под кисло-сладким соусом, цыпленок с грибами, овощная поджарка. Сычуаньская кухня – национальные блюда западной китайской провинции Сычуань, которые знамениты своей остротой. Самым распространенным ингредиентом в приготовлении блюд сычуаньской кухни является перец чили, за ним следует имбирь, а также разнообразные пряные травы. Высокая влажность климата этого региона продиктовала особые условия для приготовления и хранения блюд, поэтому пищу здесь чаще маринуют, солят, сушат, добавляют большое количество острых специй. Основной вид мяса – говядина. Самые популярные блюда сычуаньской кухни: курица под названием кунг пао, копченая утка, свинина двойного приготовления. Аньхойская кухня родом из северной китайской провинции Аньхой. Эта территория богата лесами, реками и озерами, поэтому блюда здесь готовят из местных продуктов: дичи, грибов, рыбы, ягод и т.д. В качестве специй используют дикие травы. Блюда этой кухни более жирные, чем представители других кухонь Китая, но при этом они невероятно полезны и вкусны. Самые оригинальные рецепты этой кухни: лягушка с грибами, рыба в виноградном соусе, креветки в гнезде ласточки, стейк из креветок. Чжэцзянская кухня представляет национальную кулинарию южной китайской провинции Чжэцзян. Как и блюда кантонской кухни, рецепты данной региональной кухни отличаются сладковатым вкусом. Особое внимание повара уделяют оформлению своих шедевров. Для чжэцзянской кухни характерно использование различных видов обжарки продуктов. Самый распространенный ингредиент – корни бамбука, которые придают нежный вкус любому блюду. Кроме того, кулинары этой местности знамениты своими блюдами из морепродуктов и густыми, наваристыми супами. Основные ингредиенты китайских блюд Практически все повара и кулинары Китая применяют в приготовлении блюд национальной кухни следующие ингредиенты: Рис (белый). Подается в качестве гарнира, используется для приготовления лапши, лепешек, спиртных напитков и разнообразных уксусов. Лапша – может иметь разнообразную форму и состав. Китайская лапша подается как в вареном, так и в сухом виде, в качестве гарнира к мясным или овощным блюдам, а также как основное блюдо в сочетании с различными соусами и поджарками. Соя – входит в состав традиционного китайского тофу, а также широко используется в приготовлении молока, соусов и различных приправ. Овощи также являются одним из основных ингредиентов китайских блюд. Самые распространенные овощи: пекинская капуста, брокколи, сельдерей. Основные виды мяса: говядина, свинина, курятина и утиное мясо, речная рыба и морепродукты. Основные специи: имбирь, чеснок, перец чили, кунжут, корица, укроп, гвоздика, кориандр, зеленый лук, сушеные грибы и мальки. Если вы посетите Китай, у вас точно не возникнет вопроса, где питаться – в китайских городах огромный выбор кафе и ресторанов, от недорогих харчевен с китайской лапшой до шикарных традиционных ресторанов с императорской

кухней.

Источник: <https://krugozorro.com/kuxnya/osobennosti-nacionalnoj-kuxni-kitaya.html>

Чоу мейн



Китайская

ИНГРЕДИЕНТЫ

300-350 гр. говядины
кунжутное масло 2 ст.л.
1 ст.л. соевого соуса
1 ч.л. сахара
соль и перец
150 гр. рисовой лапши
1 лук
1 морковь
100 гр. шампиньонов
1 ч.л. сушеного чеснока
1/2 ч.л. сушеного имбиря
250 гр. пекинской капусты или бок чой
1 ст.л. устричного соуса
2 ст.л. соевого соуса
1 ч.л. сахара

кунжут

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 1) Нарезаем говядину на мелкие кусочки.
- 2) Делаем маринад: добавляем кунжутное масло, соевый соус, сахар и соль и перец. Перемешиваем и оставляем в сторону на минут 20.
- 3) Тем временем отвариваем лапшу в кастрюльке с кипящей водой, но огонь должен быть либо выключен либо быть минимальным. Варим лапшу 5-6 минут.
- 4) Сливаем лишнюю жидкость через дуршлаг и кладем в холодную воду, чтобы прекратился процесс приготовления.
- 5) В сковороде обжариваем мелко нарезанный лук, морковь и шампиньоны на среднем огне в течении 5-7 минут.
- 6) Добавляем чеснок и имбирь, перемешиваем.
- 7) Добавляем нарезанную пекинскую капусту и тушим ее 2-3 минуты. Убираем овощи в отдельную мисочку.
- 8) Обжариваем мясо минут 7-10.
- 9) Добавляем устричный соус, соевый соус, сахар.
- 10) Добавляем все овощи и лапшу, перемешиваем и тушим все вместе еще минут 5.
- 11) При подаче посыпаем кунжутом.

5. Ответить на поставленные вопросы.

5.1. Перечислить национальные Китайские блюда, кулинарные изделия, напитки, кондитерские изделия.

6. Подготовить отчет и сдать преподавателю.

ОТЧЕТ

Группа _____ курс _____

Обучающаяся _____

Тема практического занятия _____

Дата выполнения

работы. _____

Вывод по практической работе.

К отчету прикладываются ответы на вопросы и вывод по работе

Критерии оценки практической работы:

Оценка «5» выставляется в том случае, если обучающиеся:

- выполняют работу в полном объеме с соблюдением последовательности выполнения работы;
- обеспечивают получение правильных результатов и выводов;
- соблюдают технику безопасности;
- отчет выполняется правильно, аккуратно.

Оценка «4» выставляется в том случае, если выполнены все требования к оценке «5», но допущены недочеты и негрубые ошибки.

Оценка «3» выставляется в том случае, если результат достигнут, но в ходе работы допущены ошибки.

Оценка «2» выставляется в том случае, если результат не достигнут, задание выполнено не верно.