

ГКОУ «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат №15»
пос. Каскадный

III краевой конкурс
«ЮНЫЙ КУЛИНАР»



Задание 5:

Создание книги рецептов
«Осенние фантазии»

Овощи фаршированные

Ингредиенты:

1. Капуста свежая белокачанная- 1 шт.
2. Помидоры свежие красные- 5 шт.
3. Баклажаны свежие- 3 шт.
4. Перец болгарский красный- 3 шт.
5. Морковь свежая- 1 шт.
6. Кинза -1 пучок.
7. Соль – 100 гр.
8. Сахар-100 гр.
9. Уксусная кислота- 50 гр.
- 10 Масло растительное- 100 гр.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Капусту порезать соломкой, морковь натереть на крупной терке, кинзу порезать. Овощи перемешать, посолить. Баклажаны и помидоры порезать пополам не до конца, у перца удалить плодоножку. Начинить подготовленные овощи капустой с морковью; сложить в эмалированную посуду. Подготовить рассол: в кипящую воду добавить соль, сахар, уксус, масло растительное. Залить начиненные овощи теплым рассолом. Оставить на сутки при комнатной температуре, потом убрать в холодильник.



Салат овощной «Осенний» консервированный

Ингредиенты:

1. Капуста свежая белокачанная-1 шт.
2. Перец болгарский красный-2 шт.
3. Морковь свежая-2 шт.
4. Свекла столовая-1 шт.
5. Чеснок-2 зубчика.
6. Лавровый лист-2 шт.
7. Уксусная кислота-50 гр.



Последовательность приготовления:

Свежие овощи порезать соломкой или кубиками. Добавить лавровый лист, порезанный дольками чеснок. Сложить в пропаренную банку. Залить овощи горячим рассолом. Закатать закаточной машинкой. Приготовление рассола: в кипящую воду добавить соль, сахар, уксус.

Салат из баклажанов «Пикантный»

Ингредиенты:

1. Баклажаны свежие- 1 кг.
2. Морковь-1 кг.
3. Перец болгарский красный 2 шт.
4. Лавровый лист-2 шт.
5. Соль-100 гр.
6. Сахар -50 гр.
7. Уксусная кислота- 50 гр.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Баклажаны , морковь, перец порезать кубиками. Сложить в пропаренную банку. Добавить чеснок, лавровый лист , залить горячим рассолом. Закатать закаточной машинкой. Приготовление рассола: в кипящую воду добавить соль, сахар, уксус ,масло растительное.



Аджика

Ингредиенты:

1. Свежие спелые помидоры-1 кг.
2. Перец болгарский красный -1 кг.
3. Перец острый-1 шт.
4. Соль -100 гр.
5. Уксусная кислота-50 гр.
6. Сахар-20 гр.
7. Масло растительное-20 гр.

Последовательность приготовления:

Все овощи помыть, обсушить, удалить плодоножки, мелко измельчить. Добавить соль, сахар. Уварить на медленном огне. Добавить масло растительное, уксус, закатать в банки.



Компот **фруктовый** *консервированный*



Ингредиенты для закатывания 3 л. банки:

1. Фрукты свежие чищенные, порезанные -1 кг
2. Сахар-300 гр.
1. Лимон свежий -1 шт.

Последовательность приготовления:

Стеклянную трехлитровую банку вымыть, высушить, пропарить. В эмалированной кастрюле закипятить два литра воды, всыпать сахар, дать ему полностью раствориться. Фрукты сложить в дуршлаг, пробланшировать их в кипящем сиропе, засыпать в банку. Залить кипящим сахарным сиропом. Закатать закаточной машиной. Укутать и дать остыть. Хранить в прохладном месте.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

