

Module de gradul II	Module de gradul I
A. Prepararea tartinelor	A.1. Prepararea tartinelor
B. Prepararea saltelor și vinegretelor	B.1. Prepararea salatei verzi cu castraveți și roșii
	B.2. Prepararea salatei din varză albă
	B.3. Prepararea salatei vitaminizate
	B.4. Prepararea salatei de carne
	B.5. Prepararea vinegretei de legume
C. Prepararea bucatelor și gustărilor reci din legume și ciuperci	C.1. Prepararea vinetelor tocate
	C.2. Prepararea fasoliței
D. Prepararea bucatelor și gustărilor reci din ouă	D.1. Prepararea ouălelor cu maioneză și garnitură
E. Prepararea bucatelor și gustărilor reci din pește	E.1. Prepararea scrumbiei cu garnitură



Bucatele și gustările reci au menirea de a spori pofta de mâncare. De aceea ele se servesc înainte de bucatele de bază, iar uneori între bucatele calde.

Între gustări și bucate reci nu există o mare deosebire, deoarece acestea, fiind servite la începutul prânzului, au rolul de gustare, iar în meniul dejunului ori cinei pot fi servite drept bucate de bază.

Unele gustări se servesc fierbinți. Produsele pentru ele se taie mărunt. Ele se deosebesc de felul doi prin gramaj mai mic, prin gust picant și se servesc fără garnitură .

Multe bucate reci au un gust picant (gustări din scrumbie, chilcă, varză murată, ciuperci murate sau marinate etc.), unele au un gust fin (pește, carne în aspic, răcitură, bucate reci din carne de pasăre și vînat etc.). În cazul dat la ele se servesc sosuri picante-muștar, hrean, maioneză, ș.a .

Un rol deosebit îl au bucatele și gustările reci în meniul banchetelor, numărul lor atîngînd 5-10 felurii. Astfel, salatele din ceapă verde și castraveții proaspeți, avînd un conținut redus de calorii, sînt niște stimulatoare a poftei de mâncare și o sursă de vitamine și săruri minerale. Unele bucate și gustări reci conțin o cantitate însemnată de grăsimi, proteine, hidrați de carbon (pateu de ficat, pasăre cu maioneză, carne fiată cu garnitură etc.).

În rețetele multor gustări intră ulei vegetal sau sosuri și dresuri, din care motiv acestea devin o sursă . De aceea astfel de gustări contribuie o sursă de acizi grași (alifabici). În acest caz o mare importanță are faptul că uleiul nu este supus prelucrării termice și nu-și pierde acțiunea biologică.

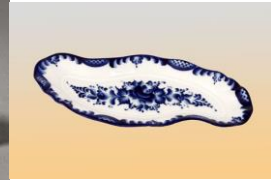
Unele gustări se prepară din legume și fructe proaspete. În acest caz vitaminele și alte substanțe termolabile se păstrează bine. În afara aceasta legumele proaspete se folosesc în calitate de garnitură pentru bucatele reci din carne, pește și pasăre,i, îmbogățindu- le cu vitamine.

La prepararea bucatelor și gustărilor reci prelucrarea mecanică a produselor (tăierea, curățarea) se efectuează după prelucrarea termică. Aceasta dictează respectarea strictă a cerințelor față de prepararea, păstrarea și realizarea bucatelor și gustărilor reci, utilaj și întreținerea secțiilor. Secțiile trebuie să fie dotate cu un număr suficient de utilaj frigorific. Pentru prelucrarea și păstrarea produselor crude și fierte se repartizează utilaj frigorific separat, palete de lemn și ustensile.

- Bucatele și gustările reci se servesc în
- platouri de ceramica și de metal;



➤ *scrumbiere;*



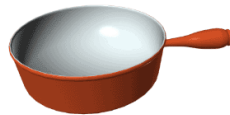
➤ *fructiere (pentru fructe și roșii, castraveți);*



➤ *salatiere de ceramică ;*



➤ *cocotiere;*



➤ *salatieră (pentru o porție și pentru maimulte porții);*



➤ *rozete (pentru lămâie și verdeță);*



O mare atenție se acordă decorării bucatelor respective. Ele trebuie să fie frumoase, să atragă atenția și să stimuleze pofta de mâncare. Ușurează decorarea folosirea diferitor forme, cuțitelor speciale și altui inventar. Produsele folosite la prepararea bucatelor trebuie să se asorteze după forma și culoare. Vesela trebuie să corespundă felului de bucate după formă și dimensiuni.

Bucatele reci se clasifică în patru grupe de bază:

- 1. bucate și gustări din legume și ciuperci;*
- 2. bucate și gustări din pește;*
- 3. bucate și gustări din carne;*
- 4. tartine.*

Lucrarea practică A.1.

Prepararea tartinelor



Inițial cuvântul "buterbrod" însemna "pâine cu unt".

Actualmente sortimentul de tartine este nelimitat: în afară de unt pe pâine se pun bucăți de carne, cașcaval, pește etc, adeseori îmbinate cu diferite amestecuri de unt, cu legume și alte produse. Tartinele joacă rolul diverselor gustări.

Se deosebesc tartinele:

- deschise
- închise
- pentru gustări (canape).

Primele două tipuri de tartine sînt frecvente la dejun sau cină, la drum, canapeurile decorate frumos sînt servite la mese festive sau banchete.

Tartinele deschise reprezintă felii de pâine, pe care este aranjat un produs sau cîteva produse (tartină mixtă). Pentru tartinele deschise se folosește pâine albă în formă de franzelă și pâine de seară în formă de brichetă.

Tartine închise (sandvișuri) sînt formate din două straturi subțiri de pâine de grîu cu lungimea 7-8 cm și grosimea 0, 5 cm. Feliile se ung cu unt bătut peste care se pun produsele tăiate subțire. Se acoperă cu a doua felie de pâine. Se pun sub presă ușoară.

Tartine pentru gustări canape). Pentru canape se taie pâinea de grîu fărâcoajă în formă de dreptunghi, patrat, romb etc. cu lungimea sau diametrul 3,5 -4,5cm. Pâinea se prăjește ușor pe ambele părți pînă la o pojghiță aurie, pe o latură se unge cu unt, de asupra se montează diverse produse care se îmbină între ele după gust și culoare.

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele produse:

1. Pentru tartine(în grame, reteta № 1, 3, 14, 8, 4)

№ crt	Denumirea tartinelor	Produsele în grame, masa netă							
		Unt de frișcă	Pâine	Brînză de Olanda	Scumbie	Ceapă verde	Salam fiert	Limbă fiartă	Gramajul unei porții
1	Tartine cu unt	15	30						45
2	Tartine cu cașcaval	5	30	20					55
3	Tartine cu scumbie	5	30		25	5			65
4	Tartine cu salam fiert		30				30		60
5	Tartine cu limbă		30					30	60

2. Sandvișuri cu produse diun carne sau produse gastronomice din carne (rețeta № 20)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Carne de bovină	65	48
sau carne de ovină	66	47
sau carne de porcînă	59	50
Masa produselor din carne fierte	-	30
Carne de bovină	63	46
sau carne de ovină	67	48
sau carne de porcînă	52	44
Untură alimentară topită	1,2	1,2
Masa produselor din carne prăjite	-	30
sau salam fiert	31	30
sau mezeluri semiafumate, sau fierte – afumate	26	25
sau mezeluri crudafumate	26	25
sau pulpă afumată –fiartă și fiartă (cu piele și oase):	39	30

sau ruladă fiartă (cu piele, fără oase)	33	30
sau coreică afumată (fără pile și oase)	38	30
sau slănină condimentată	31	30
Pâine	50	50
Gramajul: cu carne fiartă și prăjită, cu coreică afumată, cu slănină	-	80
cu salam fiert, cu pulpă afumată –fiartă și fiartă, cu ruladă fiartă,	-	80
cu salam semiafumat sau fiert-afumat, sau crud afumat	-	75

Sandvișurile cu salam fiert se pot servi cu unt (10 g), majorînd corespunzător și gramajul.

3. Sandvișuri cu cașcaval (rețeta №21)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cașcaval		
de rusia sau de uglici	27	25
sau de olanda, sau de elveția sau ceder,	27	25
sau de letonia,	28	25
sau de moscova, sau de iaroslav	27	25
sau de stepă, sau de costroma	26	25
sau cașcaval afumat, sau cașcaval topit, sau brînză	26	25
Unt	10	10
Pâine	50	50
Gramajul:	-	85

Sandvișurile cu cașcaval se pot prepara fără unt, repectiv se micșorează și gramajul.

4. Sandvișuri cu artiole culinare din carne (rețeta №22)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Pîrjoală sau șnițel №608	-	50
sau biftec tocat №604	-	50
Pâine	50	50
Gramajul:	-	100

5. sandvișuri cu produse gastronomice din pește (rețeta №23)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cheta sau ciavîga sărate	46	30
Unt	10	10
Pâine	50	50
Gramajul:	-	90

6. Echipament tehnologic:

- frigider
- masă de lucru
- paleta «GP», «GC»,
- paleta «Scrubie»
- farfurii
- cuțite «Scrubie»,»Unt»,
- farfurie pentru gustare

7. Echipament sanitar (vezi MT1.0).




Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică de preparare a tartinelor.
3. Pregătiți ceapa verde: apreciați-i calitatea, sortați-o, curățați-o și spălați-o conform MT 3.0
4. Alegeți și spălați verdețurile.
5. Fierbeți limbă de bovină sau de porc (vezi M 6.1.1)

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ nop	Informația funcțională	Sarcina practică
----------	------------------------	------------------

1	Pregătirea bucatarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea pâinii Pentru <u>tartine deschise</u> se folosește pâine de grâu de calitate superioară sau întfi și pâine de seară. Pâinea se taie felii de 1 cm grosime și masa de 30 g. Franzelele se taie oblic. Pentru <u>tartine închise</u> se folosește, de regulă, pînne cu bucata mică. Se admite folosirea franzelelor, precumși pâine de grâu și de seară coaptă în forme. Pâinea se taie longitudinal astfel ca să nu se risipească.	Pregătiți pâinea
4	Pregătirea untului Untul se taie bare cu latura patrată sau dreptunghiulară, apoi din bucățile de unt cu ajutorul cuțitului marcat "Unt" se taie felii patrate sau dreptunghilare de 0,5—1,0 cm grosime. Vara bucățile de unt se răcesc.	Pregătiți untul
5	Pregătirea cașcavalului Cașcavalul se taie în bucăți mari (dreptunghiulare — de-a lungul, rotunde — pe sectoare), se îcurăță depeliculă și se taie în bucăți porționate cu grosimea 2 cm	Pregătiți cașcavalul
6	Pregătirea scrumbiei Scrumbia se tranșează în fileu. Scrumbia se pune pe paletă, <ul style="list-style-type: none"> • se taie capul, • se despică burta de-a lungul, de la coadă la cap, se înlătură măruntaiele, • toate măruntaiele se acumulează în pungă, apoi în pachet de celofană (pentru evitarea mirosului neplăcut) și se aruncă la căldarea cu gunoi, • scrumbia se spală bine de resturi sub apă curgătoare, • se face o incizie la scrumbie dinăuntru pînă la piele, și apucînd pielea, se scoate atent de la cap spre coadă, ca pe o mînușă, • apoi se înlătură aripioarele, care după scoaterea pielii se înlătură ușor, • scrumbia se filetează, despărțindu-se în două părți, • se înlătură oasele pectorale și pielea neagră. Fileul se taie cu acuratețe bucăți a cîte 1-2 bucăți la tartină . 	Pregătiți scrumbia
7	Pregătirea salamului fiert Salamul se șterge cuunștergar, seînlătură ața, se face incizie pe membrană și se înlătură nupai partea care va fi porționată. Batoanele groase se taie perpendicular, cele subțiri-oblic.	Pregătiți salamul fiert
8	Pregătirea limbii fierte (vezi Limbă fiartă A.1.)	Pregătiți limba fiartă
9	Pregătirea produselor gastronomice De pe mezeluri se înlătură sfoara și capetele învelișului. În cazurile cînd învelișul se îndepărtează cu greu, cîrnațul se lasă pe 1-2 minute în apă fierbinte, se taie învelișul pe lungime și se înlătură. La șuncă (pulpă) se înlătură pielea și oasele, carnea se taie bucăți după straturile conjunctive. Coreica și pieptul se curăță de piele și se îndepărtează oasele. Mezelurile curățite se feliază: salamurile groase— de-a curmezișul cîte o felie sau jumate, salamurile subțiri – oblic a cîte 2-3 felii pe tartină. Bucățile de șuncă, coreică, piept, precum și bucățile de carne fierte sau prăjite se taie perpendicular fibrelor musculare în felii late și subțiri de 3-4 mm astfel, ca grăsimea să fie repartizată uniform pe toată felia.	Pregătiți produsele gastronomice
10	Prepararea tartinelor <u>Tartine cu unt</u> <ul style="list-style-type: none"> • Untul se unge pe pâine astfel ca să acopere majoritatea feliei de pâine  <u>2) Tartine cu cașcaval</u> <ul style="list-style-type: none"> • Brînză după înlăturarea peliculei, se taie bucăți cu un cuțit special gofrat • Feliile de pâine se ung cu unt, apoi se pun bucățile de cașcaval 	Preparați tartinele

3) Tartine cu scrumbie

- Pâinea se unge cu unt
- De asupra se pun bucățile de fileu, tăiate oblic.



4) Tartine cu salam fiert

- 1-3 felii de salam se pun pe feliile pregătite de pâine.

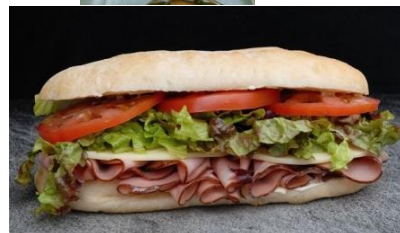


5) Tartine cu limbă

Pe felia de pâine se pune o bucată de limbă fiartă.

Tartine închise cu produse din carne sau gastronomice din carne

Pe felia de pâine se aranjează produse din carne fiartă, tăiate felii subțiri, se acoperă cu altă felie. Analogis se montează și produsele din carne fiartă și prăjită. Sandvișurile cu salam se pot prepara cu unt de frișcă (10 g la un sandviș), sau unt de muștar, de hrean sau de scrumbie.



Sandviș cu cașcaval

Se prepară cu unt sau fără unt. Bucățile de pâine se ung cu unt, între ele se așează feliile de cașcaval.



Sandvișuri cu articole culinare din carne

Pe felia de pâine se montează pârjoala, sau șnițelul, sau bitocul gata, se stropesc cu sos (roșu de bază, de ceapă, de ceapă cu muștar, de smântână, de smântână cu tomat, chetciup, corcodușe sau cu alt sos după gust), se acoperă cu altă felie de pâine. Pârjoalele gata pot fi puse în chifla tăiată la mijloc. Biftecul din carne tocată se pune pe bucata de pâine, pe el se montează oul-ochi sau ceapă fri.



Sandvișuri cu produse gastronomice din pește.

Ambele felii de pâine se ung cu unt. Între ele se pun bucățile tăiate de pește.

Peștele din familia somonilor fără coloana vertebrală se toacă, se amestecă cu maioneză și se montează pe felia de pâine, apoi se acoperă cu altă felie de pâine, unsă cu unt și cu hrean.

Sandvișul cu șprote sau sardine se prepară în modul următor: feliile de pâine se ung cu unt amestecat cu muștar după gust. Pe o felie de pâine se toarnă cu poșul de cofetărie șprotele sau sardinele piurate și drese cu suc de lămâie, se presară cu verdeață de pătrunjel și se acoperă cu a doua felie de pâine.

Sandvișurile cu scrumbie se prepară astfel: scrumbia se tranșează în file, lapții scrumbiei se amestecă minuțios cu gălbenușurile fierte, la ei se adaugă ulei și muștar. Ambele felii de pâine se ung cu compoziția preparată, între ele se montează fileul de scrumbie.



10

Prezentarea și servirea bucatelor

- Tartinele simple cu un produs se servesc fără adaosuri
- La prepararea tartinelor cu unt se recomandă nu de uns untul, dar de pus pe pâine bucăți în formă de patrate sau dreptunghi.
- La prepararea tartinelor combinate untul se unge pe pâine, iar de asupra se aranjează celelalte produse
- Tartinele se servesc în farfurii pentru gustare

Pregățiți tartinele pentru servirea cu masa de 135g

11	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
12	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
13	Utilizarea deșeurilor Deșeurile se acumulează în pungi de polietilenă și se aruncă în căldările pregătite. Persoana de serviciu eliberează căldarea, legând săculețele de polietilenă și le adună într-o căldare comună «Căldare pentru deșeurile», pe care o duce apoi la locul de depozitare a gunoierului. Lucrătorii tehnici spală căldările cu soluție de sodă calcinată de 2%, le dezinfectează cu clorură de var de 5% și le clătesc cu apă fierbinte.	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai tartinelor deschise simple

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Feliile de pâine tăiate de 10-12 cm lungime și 1-1,5 cm grosime. Pâinea nu-i aspră. Bucățile produselor aranjate pe pâine uniform, fără pelicule, surplus de grăsime, ațe, pojghiță uscată. Verdeța proaspătă.	Legume le proaspete suculente, fine, crocante, dense;carnea fiartă, suculentă	Specific produselor folosite	Specific sortimentului de produse folosie și pâine	Specific sortimentului de produse folosie și pâine

Lucrare practică B.1

Prepararea salatei „Salată verde cu castraveți și roșii”

Salata se numește bucata rece, în componența căreia intră un fel sau mai multe feluri de legume, de regulă, fără sfeclă dreasă cu sos - maioneză, dresură sau smântână.



Vinegretetele reprezintă o varietate de salate, numai în componența șor este obligatoriu adăugarea sfeclei și se dreg cu dresură din muștar, uneori cu smântână.

Salata poate fi împărțită în două grupe:

- a) *salată din crudități (salată, castraveți și roșii proaspete, țelină) și fructe; aceste salate se servesc la bucate din carne fiartă și prăjită, carne de pasăre și pește;*
- b) *salată din aceleași legume crude și fierte (morcov, sfecla, ridiche, cartofi, conopidă, sparanghel, mazăre verde, bob etc) cu adăugarea cărnii fierte sau prăjite, cărnii de vițel, ovină, pasăre, vînat,ouă fierte, crabi, raci. Aceste salate mai frecvent se servesc la începutul prînzului și cinei.*

Calitățile gustative ale salatelor în mare măsură depinde de dresură. Salatele se dreg cu sos-maionez, sau smîntînă, sau cu sare, suc de lămîie, sau cu oțet de masă și ulei vegetal. Pentru a oferi salatelor diverse nuanțe gustative în dresuri se adaugă muștar, sos ”Iujnî”, sos „Ostrîi” sau „Cubanschii”. Salata se consideră bine pregătită dacă aspectul ei trezește pofta de mîncare.

Salatele se servesc în salatiară sau pe platou.

Se folosesc două metode de prezentare a salatelor:

I metodă. *Produsele răcite, care intră în componența salatei, se amestecă se dreg cu sos și se pun moviliță în salatiară pe frunze de salată,apoi se decorează cu produse și verdeață.*

II metodă. *La mijlocul platoului se aranjează moviliță o parte din legumele amestecate și drese. Restul prioduselor se plasează buchețele în jurul moviliței. Centru moviliței se împodobește cu diverse produse.*

Salatele se înfrumusețază *cu aceleași produse care intră în componența salatei.*

Pentru decor se alege felii de măr, castravete, morcov, roșii și ouă, bucăți de somon, frunze de salată, tăiate corect și frumos, căpșună, vișină, poamă.

Elementele de decor se aranjează simetric sau formează un desen sau uzpor de diferite nuanțe . Încheie decorul frunzele de salată sau de țelină plasate în centrul moviliței.

Salatele, de regulă, se servesc reci. Se păstrează la rece pînă la servire .

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru salată (în grame, rețeta № 54)

Denumirea produsului	Masa brută	Masa netă
Salată	36,1	26
Castraveți proaspeți	31,3	25
Roșii proaspete	29,4	25
Smântină sau dresură pentru salată	25,0	25
Gramajul	-	100

2. Produse pentru dresură (în grame, rețeta № 830)

Denumirea produsului	Masa brută	Masa netă
Ulei vegetal	35	35
Oțet 3%	65	65
Zahăr	4,5	4,5
Piper negru măcinat	0,2	0,2
Sare	2	2
Gramajul	-	100

2. Echipament tehnologic:

- frigider
- cântar pentru bucătărie
- palete de lemn «GR»
- cuțit pentru curățarea legumelor
- castroane
- salatiere
- farfurii
- rozete
- lingură de lemn
- lopățică de lemn
- pahare

3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea salatei.
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere MT 3.0
4. Alegeți și spălați verdeța de mărar și pătrunjel.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea dresurii (vezi dresura pentru salate H.1)	Pregătiți dresura
4	Tăierea legumelor și ouălor (vezi MT 3.0) Castraveții și roșiile se taie bucățele subțiri. Frunzele de salată se toacă	Tăiați legumele
5	Prepararea salatei Legumele se aranjează straturi: salata, urmează castraveții și apoi roșiile	Preparați salata
6	Prezentarea și servirea salatei La servire salata se drege cu smântină sau dresură și se eliberează câte 100 sau 150 g cu temperatura 8-14 ⁰ C	Pregătiți salata către servire
7	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai preparatului „Salată verde cu castraveți și roșii”

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Proaspete, curate, bucățele de legume uniforme tăiate, nu sînt deformate	Legumele elastice, succulente, nu veștede.	Natural, caracteristic legumelor folosite	Specific de legumelor proaspete și de smîntînă (dresură)	Plăcut, acrișor de legume proaspete, smîntînă (dresură), potrivit de sărat

Lucrare practică B.2.

Prepararea salatei din varză alba

Pentru prepararea felului dat de mîncare veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse (în grame, rețeta nr. 79)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Varză proaspătă	98,6	78,9
Ceapă verde	12,5	10
sau morcov	12,5	10
Oțet 3 %	10,0	10
Zahăr	5	5
Ulei vegetal	5	5
Gramajul	-	100

2. Echipament tehnologic (vezi B.1)

3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică


1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică de preparare a bucatelor.
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sotați-le, curățați-le, spălați-le conform MT 3.0.
4. Alegeți și spălați verdeața de mărar și pătrunjel.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

Nr pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea varzei Varza pregătită se taie pai, se adaugă zahăr, sare și oțet și se încălzește amestecându-se continuu pînă nu va deveni moale, fără a-și pierde crocanța, apoi se lasă în castron să se răcească	Pregătiți varza
4	Pregătirea morcovului și cepei Morcovul curățat și spălat se taie pai, ceapa se toacă	Pregătiți morcovul și ceapa
5	Prepararea salatei Varza răcită se amestecă cu ulei vegetal și ceapă verde. Apoi se adaugă morcovul tăiat pai. Compoziția obținută se amestecă bine.	Preparați salata



6	Pregătirea și servirea salatei Salata se măntează în salatiерă și se decorează cu verdeață de mărar și pătrunjel. Salata se servește cu temperatura 10-12 °C. Gramajul unei porții constituie 100 g.		Pregătiți 100 g de salată către servire
7	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)		Apreciați calitatea salatei
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)		Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)		Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabela 1

Indicii de calitate ai salatei din varză albă

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Proaspete, curate, bucățele de legume uniforme tăiate, bucățelele drese nu sînt deformat	Legumele elastice, suculente, nu veștede.	Natural, caracteristic legumelor folosite	Specific legumelor proaspete: varză, ceapă, morcov și de condimente	Plăcut, acrișor-dulce, potrivit de sărat

Lucrarea practică B.3.

Prepararea salatei vitaminizate

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru salată (în grame, rețeta № 83)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Varză proaspătă	31	25
Morcov	13	10
Ceapă verde	13	10
Ardei dulce	20	15
Mazăre verde (conservată)	31	20
Lămîie (pentru suc)	10	4,2
Zahăr	5	5
Smîntînă	15	15
Gramajul	-	100

2. Echipament tehnologic (vezi B.1)

3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea salatei.
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0
4. Alegeți și spălați verdeața de mărar și pătrunjel.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Tăierea legumelor	Tăiați ceapa,

	Varza, ardeiul, morcovul pregătit se taie pai, ceapa verde se taie bucățele cu lățimea 1-1,5 cm	morcovul, varza și ardeiul
4	Pregătirea mazărei Cutia (borcanul) cu mazăre verde se spală, se șterge și se decupează. Mazărea se strecoară.	Pregătiți mazărea verde conservată
5	Prepararea salatei Legumele tăiate se pun într-un castron și se amestecă atent, apoi se adaugă zahăr și se dreg cu cu smântină și suc de lămâie	Preparați salata
6	Prezentarea și servirea salatei Salata gata se aranjează moviță în salatiară și se înfrumusețează cu produsele, ce întră în componența salatei și verdeață. Salata (100g) se servește la temperatura de 8-14 ⁰ C.	Pregătiți salata către servire
7	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai salatei vitaminizate

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Proaspete, curate, bucățele de legume uniforme tăiate, nu sînt deformate	Legumele elastice, suculente, nu veștede.	Natural, caracteristic legumelor folosite	Specific roșiilor și cepei proaspete	Plăcut, acișor-dulce potrivit de sărat, cu nuanță ușoară de pătrunjel

Lucrare practică B.4.

Prepararea salatei de carne

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru salată (în grame, rețeta № 97)

Denumirea produsului	Masa brută	Masa netă
Bovină	65	48
sau ovină	66	47
sau porcină	59	50
sau carne de vițel	71	47
sau limbă fiartă	51	51
Masa produselor fierte din carne	-	30
Cartofi	55	40*
Castraveți proaspeți sau murați	38	30
Ouă	3/8buc.	15
Crabi	6	5
Maioneză**	30	30
Sos „Iujnî”	8	8
Gramajul	-	150

*masa cartofilor fierti curățați

** conserve

2. Echipament tehnologic (vezi B.1), suplimentar – cratiță, platou

3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea salatei.
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le (cu excepția cartofilor), spălați-le în corespundere cu MT3.0
4. Alegeți și spălați verdeața de mărar și pătrunjel.
5. Fierbeți cartofii și ouăle (vezi cartofi fierți A.1. și ouă fierte A.1).

6. Fierbeți produsele din carne

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ nop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Tăierea produselor (vezi MT 3.0) Carnea fiartă, cartofii fierți, oule fierte, castraveții proaspeți sau murați se taie cubușoare cu latura 0,7 – 1,0 cm	Tăiați produsele
4	Prepararea salatei Legume se pun în castron și se amestecă cu două linguri și se dreg cu maioneză și ketchiup.	Preparați salata
5	Prezentarea și servirea salatei Salata se aranjează în salatiere moviliță, se decorează cu ouă și cu bucăți de carne, crabi sau salată verde și cu restul de maioneză. Ketchiupul poate fi înlocuit cu aceeași cantitate de maioneză. Crabi pot fi substituiți cu găuri de crabi. Salata poate fi servită și fără crabi, micșorând corespunzător gramajul.	Pregătiți salata pentru servire
6	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
7	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
8	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile



Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai preparatului „Salată de carne”

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Produsele tăiate uniform, cubușoarele proaspete, curate, nu sînt deformatate	Cartofii, carnea moi, ceapa și verdeța elastice, suculente, proaspete, carnea suculentă, castraveții crocanți	Natural, caracteristic produselor folosite	Specific ingredientelor folosite, precum și de castraveți murați sau proaspeți	Plăcut, potrivit de sărat, acrișor de castraveți murați

Lucrare practica B.5

Prepararea vinegretei de legume

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru vinegreța (în grame, rețeta №100)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cartofi	28,9	21*
Sfecla	19,1	15*
Morcov	12,6	10*
Castraveți murati**	18,8	15
Varza murata**	21,4	15
Ceapa verde sau ceapa comună	18,8 17,9	15 15
Dresura pentru salata №830 sau ulei	10	10
Gramajul	-	100

* Masa legumelor fierte

** Castraveții murati pot fi înlocuiți cu varză murată și vice versa.

2. Produse pentru dresură (în grame, rețeta № 830)

Denumirea produsului	Masa brută	Masa netă
Ulei vegetal	35	35
Oțet 3%	65	65
Zahăr	4,5	4,5
Piper negru măcinat	0,2	0,2
Sare	2	2
Gramajul	-	100

3. Echipament tehnologic (vezi B.1), suplimentar – cratiță 1, 5 l, paleta „LF”, cuțit pentru tăierea legumelor „LF”, sosieră, sită pentru tăierea legumelor



4. Echipament sanitar (vezi MT1.0).



Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată.
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea vinegreței
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, spălați-le în corespundere cu MT 3.0
4. Alegeți și spălați verdeața de mărar și pătrunjel.
5. Fierbeți cartofii, morcovul, sfecla.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea dresurii (vezi dresura H.1)	Pregătiți dresura
4	<p>Tăierea legumelor (vezi MT 3.0) Cartofii se curăță de coajă și se taie cuburi 0,5 x 0,5 cm.</p>  <p>Sfecla și morcovul se curăță de coajă, se taie cuburi sau bucățele. Ceapă se taie bucățele sau cuburi Ceapa verde se toacă mărunt.</p> 	Tăiați legumele

	Castraveții murați securăță de coajă și se înlătură semințele și se taie cuburi sau bucățele.	
5	Prepararea vinegreței Legumele pregătite se pun în castron, se adaugă dresura sau ulei vegetal și se amestecă. În vinegretă se poate adăuga mazăre verde (50-100 g) din contul castraveților sau varzei murate.	
6	Prezentarea și servirea salatei Salata se aranjează în salatiere moviliță, se decorează în componența ei și se servește la temperatura + 14° C .	
7	Aprecierea calității vinegreței după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea vinegreței
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai vinegreței de legume

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Proaspete, curate, bucățele de cartofi uniforme tăiate, nu sînt deformate	Legumele fierte moi, murăturile – dense, crocante	Natural, caracteristic legumelor folosite	Specific legumelor ce intră în componență	Plăcut, cpecific legumelor fierte,murate, dresurii, potrivit de sărat

Lucrarea practică C.1.

Prepararea vinetelor tocate

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse pentru vinete tocate (în grame, rețeta nr. 118)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Vinete proaspete	143,8	105,0*
Ceapă	13,1	11,0
Ulei	5,6	5,6
Pireu de tomate	11,0	11,0
Otet de 3%	3,2	3,2
Usturoi	0,6	0,5
Gramajul		100

* Masa vinetelor coapte

2. Echipament tehnologic (vezi B.4), suplimentar-grătar







3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a vinetelor tocate
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, curățați-le, spălați-le conform MT 3.0.
4. Alegeți și spălați verdeța de mărar și patrunjel

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ nop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	<p>Pregătirea vinetelor Vinetele prelucrate se coc în rolă sau pe grătar.</p>  <p style="margin-left: 100px;">Vinetele coapte se răcesc puțin și se curăță de coajă.</p>  <p>Apoi vinetele se toacă mărunț cu cuțitul</p> 	Pregătiți vinetele
4	<p>Călirea cepei</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ceapa se taie marunt. • În vas cupereții groși se incalzeste uleiul. • În uleiul incins se introduce ceapa tăiată și se căleşte 2 min. • După aceea se adaugă pireu de tomate și călirea continuă 10-15 min. • Pireul detomate poate fi substituit cu roșii proaspete. • Roșiile se curăță de pieluță și se taie cuburi mici. 	Căliți ceapa
5	<p>Prepararea vinetelor tocate În ceapa călită se adaugă vinetele tocate și se înăbușă până devine o compoziție densă. Usturoiul se curăță și se pisează. Compoziția răcită se drege cu usturoi pisat, oțet, se piperează, se sarează.</p> 	Preparați vinete tocate
6	<p>Prezentarea și servirea vinetelor tocate Preparatul se pune moviliță în salatiere și se presară cu verdeață tocată și se servește la temperatura 8-14°C.</p> 	Pregătiți vinetele tocate pentru servire
7	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai vinetelor tocate

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Compoziție omogenă și tocată uniform	Densă, omogenă	Omogenă de la galben închis până la cafeniu deschis cu nuanțe roz	Specific legumelor coapte ce intră în componență, cepei și pireului de tomate	Proaspăt acru-dulce normal –sarat, fără gusturi străine (arsură amarîme, rînced, fermentare, alterație).

Lucrarea practică C.2.

Prepararea fasoliței

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. Produse (în grame, rețeta № 128)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Fasole albă de zahăr	50	49
Masa fasolei fierte	-	100
Ceapă	48	40
Masa cepei prăjite	-	20
Ulei	10	10
Usturoi	2	1,5
Gramajul	-	130

2. Echipament tehnologic (vezi B.4)


3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică pentru prepararea scrumbiei cu cartofi și unt
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, spălați-le conform MT 3.0
4. Alegeți și spălați verdeța de mărar și pătrunjel.
5. **Pregătiți fasolea:** sortați-le minuțios, înlăturând impuritățile, spălați-le în apă rece și puneți-le la umflat timp de 4 – 5 ore la fel în apă rece.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ nop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Pregătirea fasolei În cratiță se toarnă apă rece, se adaugă fasolea umflată și se fierbe 1-1,5 ore. La finele fierberii se adaugă sare. Fiertura se scurge. Fasolea se trece prin sită, și se piurează continuu, adăugând o parte de fiertură și ulei încălzit. Se drege cu usturoi tocat	Pregătiți fasolea
4	Călirea cepei Ceapa se taie semiinele și se căleşte ușor în ulei	Căliți ceapa
5	Prezentarea și servirea bucatelor Fasolea se montează în farfurie moviliță, de asupra se aranjează ceapa călită și se decorează cu verdeță. 	Pregătiți 150 g de scrumbie cu cartofi și unt către servire
6	Aprecierea calității scrumbiei cu cartofi și unt alatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea bucatelor
7	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Dereticăți locul de muncă
8	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai fasoliței

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Montat pe farfurie, stropit cu unt topit, decorat cu verdeață	O masă densă, pufoasă, fără incluziuni de păstăioase nepasate	De la brun deschis până cu ciapă călită aurie.	Corespunzător fasolei, usturoiului și cepei călite	Specific tipului de păstăioase fierte, potrivit de sărat cu gust de ciapă călită și usturoi

Lucrare practică D.1

Prepararea ouălor cu maioneză și garnitură

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1 Produsa pentru ouă cu maioneză și garnitură (în grame, rețeta nr.111).

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Ouă	1 buc.	40
Cartofi	21	15*
Morcov	13	10*
Castraveti murati	13	10
Rosii proaspete	18	15
Mazare verde conservată	15	10
Masa garniturii	-	60
Jeleu nr. 832	-	10
Maioneză	40	40
Ketciup	4	4
Gramajul	-	150

* Masa legumelor fierte curățite.

2. Echipament tehnologic:

- frigider
- cântar
- masa de lucru
- paleta,,LF”
- cuțit pentru tăierea legumelor
- pahar
- farfurioara
- farfurii

3. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică


- 1.Studiatii toata informatia funcțională la tema data.
- 2.Alcatuiti fisa tehnologica de preparare a bucatei.
- 3.Pregatitii cartofii, rosiile, castravetii proaspeti: apreciati-le calitatea, sorbati-i, spalati-i conform MT 3.0.
- 4.Alegeti si tiati verdeata de mărar si patrunjel.
- 5.Spalati ouăle.
- 6.Fierbeti cartofii cu coaja.
- 7.Fierbeti ouale tari.
8. Fierbeți în lichid redus morcovul:

Morcovul curățat și spălat se pune în cratiță, se toarnă apă pînă la jumătateași se fierbe la foc mic pînă este gata.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate,precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

Nr pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică

2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă	
3.	Pregătirea legumelor și ouălelor Ouăle se curăță de coajă Cartofii se curăță decoajă și se taie cuburi (0,5 x 0,5 cm) Morcovul se taie cuburi mici. Castraveții și roșiile spălate se taie cubușoare, o parte din ele se lasă pentru decorare (se modelează flori). Mazărea verde se spală și sestrecoară. Legumele pot fi tăiate și felii (vezi MT 3.0)	Pregătiți legumele și ouăle	
4.	Prepararea salatei Legumele tăiate cubușoare se pun în farfurie, se adaugă mazăre verde și jumătate din norma de maioneză și sos „Iujnî” (chetciup). Se amestecă bine cu o lopățica de lemn.	Pregătiți salata	
5.	Prezentarea și servirea salatei Legumele drese se montează pe farfurie moviliță, în vârful ei- jumătăți de ouă. Peste salată se toarnă restul de maioneză. Salata se decorează cu figurine din morcov, castravete proaspăt, roșii și crenguțe de verdeață. Salata se servește 140g la temperatura 14° C.		Pregătiți salata pentru servire
6	Aprecierea calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei	
7	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă	
8	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile	

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai ouălor cu maioneză și garnitură

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Apetisant, garnitura frumos tăiată, aranjata moviliță după gama de culori, ce ofera salatei un aspect deosebit.	Legumele moi, dar nu răsfierate. Albușul și gălbenușul sunt tari.	Multicoloră, Albușului-albă, gălbenușului - galben deschisă- galbenă	Corespunde sortimentului de produse din componența salatei și ouălelor	Gust de ouă fierte și legume, potrivit de sărat

Lucrarea practică E.1

Prepararea scrumbiei cu garnitură

Pentru prepararea felului dat de bucate veți avea nevoie de următoarele:

1. **Produse pentru scrumbie cu garnitură** (în grame, rețeta №127)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Scrumbie*	73	35
Ouă	1/4buc	10
Garnitura № 751-753	-	75
Dresura pentru salată № 830	-	15
Gramaj		135

*Scrumbia trebuie să corespundă următoarele cerințe: ochii roșii, trunchi elastic și cărnos, suprafața lucioasă de culoare albastră-metalic, miros specific de scrumbie sărată, ce demonstrează calitatea cu curățeniasaramurii (tuzlucului).

2. **Produse pentru 100g de garnitură** (în grame, rețeta № 752)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Cartofi	55	55
Masa cartofilor fierți	-	40
Sfeclă	38	38
Masa sfeclei fierte	-	30
Morcov	25	25
Masa morcovului fiert	-	20
Ceapă bulbi	12	10
sau ceapă verde	13	10
Gramajul	-	100

3. **Produse pentru 100g de dresură pentru salate** (în grame, rețeta nr.830)

Denumirea produselor	Masa brută	Masa netă
Ulei vegetal	35	35
Oțet 3%	65	65
Zahăr	4,5	4,5
Piper negru măcinat	0,2	0,2
Sare	2	2
Gramajul	-	100

4. Echipament tehnologic:

- frigider
- cântar
- masă de lucru
- paletă „GR”
- farfurii
- linguri pentru amestecarea legumelor
- lopățică de lemn
- cuțit „Scrumbie,,
- cuțit „LF,,
- farfurie de gustare sau scrumbieră

5. Echipament sanitar (vezi MT1.0).

Pregătirea către lucrarea practică

1. Studiați toată informația funcțională la tema dată
2. Completați fișa tehnologică de preparare a scrumbiei cu garnitură.
3. Pregătiți legumele: apreciați-le calitatea, sortați-le, spălați-le conform MT 3.0.
4. Alegeți și spălați verdeța de mărar și pătrunjel-
5. Fierbeți cartofii, morcovul, sfecla
6. Spălați și fierbeți ouăle tari.

În ziua lucrării practice produsele pregătite și ambalate, precum și echipamentul sanitar se aduc la școală

Îndeplinirea lucrării practice

№ pop	Informația funcțională	Sarcina practică
1	Pregătirea bucătarului către lucru (vezi MT 1.0)	Pregătiți-vă către lucrarea practică
2	Pregătirea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Pregătiți locul de muncă
3	Prepararea dresurii (vezi dresura H.1)	Pregătiți dresura
4	<p>Tranșarea scrumbiei în file</p> <p>Scrumbia se pune pe paletă,</p> <ul style="list-style-type: none"> • se taie capul, • se despică burta de-a lungul, de la coadă la cap, se înlătură măruntaiele, • toate măruntaiele se acumulează în pungă, apoi în pachet de celofană (deoarece au miros neplăcut) și se aruncă la căldarea cu gunoi, • scrumbia se spală bine de resturi sub apă curgătoare, • se face o incizie la scrumbie dinăuntru pînă la piele, și apucînd pielea se scoate 	Tranșați scrumbia în fileu

	<p>atent de la cap spre coadă, ca pe o mânășă,</p> <ul style="list-style-type: none"> • apoi se înlătură aripioarele- după scoatera pielii, se înlătură ușor, • scrumbia se filetează, despărțindu-se în două părți, • se înlătură oasele pectorale și pielea neagră. 	
5	<p>Tăierea legumelor Cartofii fierți se curăță de coajă și se taie cuburi 0,5 x 0,5 cm. Sfecla și morcovul se curăță de coajă și se taie cuburi. Ceapa se atie cuburi. Ceapa verde se toacă mărunț.</p>	Tăiați legumele
6	<p>Prepararea scrumbiei cu garnitură Ouăle se curăță de coajă și se atie rotonde. Scrumbia se taie bare și se pune în scrumbieră. Legumele tăiate se aranjează în jurul scrumbiei buchete, alternându-le după culoare. Se drege cu dresură pentru salată</p>	Preparați scrumbia cu garnitură
7	<p>Prezentarea și servirea scrumbiei cu garnitură Scrumbia înainte de a fi servită se stropește cu dresură pentru salate și se decorează cu crenguțe de pătrunjel. Scrumbia se servește 35 sau 50 g la temperatura 14° C</p>	Pregătiți scrumbia pentru servire (100 g)
7	Aprecieria calității salatei după indicii de calitate (vezi tabelul 1)	Apreciați calitatea salatei
8	Dereticarea locului de muncă (vezi MT 2.0)	Deretificați locul de muncă
9	Utilizarea deșeurilor (vezi A.1.)	Utilizați deșeurile

Bucatele preparate după apreciere pot fi ambalate și duse acasă sau consumate pe loc.

Tabelul 1

Indicii de calitate ai scrumbiei cu garnitură

Aspectul exterior	Consistența	Culoarea	Mirosul	Gustul
Scrumbia bună curățată, tăiată uniform, fără peliculă neagră	Moale, succulentă, legumele – moi, oul -tare	Naturală, specific legumelor și scrumbiei folosite	Specific scrumbiei și legumelor folosite	Plăcut de scrumbie, legume fierte, ceapă și dresură, potrivit de sărat

Test formativ la MB PREPARAREA BUCATELOR ȘI GUSTĂRILOR RECI

1. Completați spațiile libere: «Gustările și bucatele reci reprezintă un stimulator al _____, sînt o sursă de _____ și săruri minerale.

2. Prin ce se deosebesc gustările de bucatele reci? _____

3. Enumerați vesela în care se servesc bucatele reci și gustările

- a) _____;
- b) _____;
- c) _____;
- d) _____;
- e) _____;
- f) _____;
- g) _____;
- h) _____.

4. Enumerați cerințele de bază față de decorarea bucatelor reci și gustărilor.

- a) Trebuie să fie _____, să atragă _____ și să trezească _____.
- b) Produsele în bucate trebuie să _____
- c) Vesela trebuie să _____

5. Dați definiție salatei. _____

6. Care sînt particularitățile vinegreței?

7. La ce feluri de bucate se servesc salatele din crudități? _____

8. Cu ce se dreg salatele?

9. Descrieți ambele metode de decorare a salatelor.

Metoda I. _____

Metoda II. _____

10. Descrieți procesul de pregătirea a varzei pentru slalata de varză albă _____

11. Completați produsele lipsă, ce intră în componența dresurii pentru salată.

- Ulei vegetal
- _____
- Zahăr
- _____
- Sare

12. Descrieți procesul de prezentare și servire a salatei vitaminizate.

Salata se servește la temperatura _____ ° C cu gramajul _____ g.

13. Cum se servește salata verde cu castraveți și roșii?

- Legumele se aranjează _____.
- Inițial _____,
- apoi _____ și _____.

14. Descrieți cerințele față de aspectul exterior a salatei de cartofi.

15. Completați produsele lipsă, din componența vinegreței de legume.

- _____
- Sfecla
- _____
- Castraveți murați
- _____
- Ceapă verde
- sau _____
- Mazăre verde conservată
- Dresura pentru salate № 830

▪ sau _____.

16. Uniți prin linii felul de legume și tehnologia prelucrării lor pentru prepararea legumelor tocate.

Se coc în rolă sau pe grătar, se răcesc ușor și se scoate pielea, apoi se toacă mărunt cu cuțitul

Vinete

Se taie cuburi, se înăbușă și se trec prin mașina de tocat electrică

Se taie bucățele și se coc, apoi se răcesc și se trec prin mașina de tocat electrică

17. Descrieți procesul de pregătire a roșiilor pentru umplere

- La roșii se taie _____
- Cu ajutorul unui cuțit ascuțit cu acuratețe _____
- Miezul cu acuratețe _____ cu ajutorul _____.
- Roșiile _____.

18. Numiți felul de bucate din desenul de jos _____



19. Enumerați cerințele față de scrumbia calitativă.

« *Scrumbia trebuie să corespundă următoarele cerințe: ochii _____, trunchi elastic și _____, suprafața _____, miros _____ de scrumbie sărată, ce demonstrează calitatea cu curățenia saramurii (tuzlucului)* »

20. Descrieți procesul de tranșare a scrumbiei.

21. Cum se taie cartofii pentru scrumbia cu cartofi? _____

22. Descrieți felurile de tartine.

Tartinele simple-

Tartinele închise (sandvișurile) -

Tartine pentru gustări (canape)

23. Numiți felurile de pâine folosite la prepararea tartinelor.

24. Descrieți cum se decorează sandvișurile.

25. Enumerați produsele folosite la prepararea tartinelor.

26. Determinați tipul de tartină și scrieți-l sub fiecare.

