

**МКДОУ «Новокохановский детский сад»**

**Кизлярского района РД**

# МАСТЕР-КЛАСС ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ СУШИ - РОЛЛОВ

# «КРУЧУ-ВЕРЧУ-НАКОРМИТЬ ХОЧУ!!!



**Подготовила: Воспитатель Абдулманапова**

**Асият Абдурахмангаджиевна**

**Цель:**

**Привлечение внимания и интереса к профессии Повар, кондитер, через приготовление экзотических блюд японской кухни.**

**Задачи:**

**Обучающая:**

**- сформировать у детей умение выбора сырья и вспомогательных ингредиентов для приготовления роллов;**

**-добиться усвоения обучающимися знаний по технологии приготовления;**

**Развивающие:**

**- вовлечь обучающихся в активную практическую деятельность блюд японской кухни;**

**- развивать умения выделять существенные признаки и различия,**

**- способствовать развитию у детей познавательных и творческих способностей, внимания, воображения.**

**- совершенствование развития мелкой моторики рук.**

**- эмоциональное развитие ребенка.**

**- совершенствование творческих способностей.**

**- совершенствование познавательных способностей.**

**Воспитательные:**

**- прививать чувства личной ответственности и сознательного отношения к изученному материалу, как прямой связи с выбранной профессией;**

**- воспитывать профессиональный интерес у детей, уважение к людям труда.**

**Тип занятия: урок изучения трудовых приемов и операций**

**Комплексно-методическое обеспечение:**

**- приборы, посуда: тарелки, нож, чайные ложки, коврик-циновка,**

**- продукты: листы сушеных морских водорослей, рис, рисовый уксус, сахар, соль, краб. палочки, огурец, сыр плавленый, куриное филе.**

**Компьютер, мультимедийная установка.**

**Сценарий**

**Организационный момент**

**Доброе утро всем! Все готовы к занятию?! Настроены на усвоение знаний? Замечательно. Ребята, скажите, а вам хотелось бы провести сегодняшнее занятие в какой-либо необычной форме? Я предлагаю вам принять участие в мастер-классе. Все согласны?**

**Я предлагаю вам окунуться в мир Японской кухни. Что первое приходит в образе? (ответы детей). А какие холодные закуски актуальны сегодня в ресторанах и кафе японской кухни?**

**(ответ: роллы и суши).**

****

**Хотелось бы вам научиться приготовлению этого экзотического для русского человека блюда? (ответы обучающихся). Замечательно. Но прежде чем приступить к работе, давайте подумаем: а нужно ли нам это?**

**Что такое роллы? Сколько их разновидностей? Как их правильно приготовить? C чем едят? - на сегодняшнем занятии вы найдете ответы на все эти вопросы.**

**Роллы - это «маки-суши», а еще «нори-маки» или просто одна из форм суши. Основой является рис, заправленный тэдзу (рисовый уксус), и выложенный на нори (порезанная на небольшие листы морская водоросль). Далее выкладывается начинка и все вместе сворачивается в рулет – ролл. Нори в сухом виде жесткая, но под действием теплого и влажного риса размягчается. Весь процесс приготовления происходит на специальном коврике из бамбуковых палочек – макису. Он позволяет легко свернуть нори вместе с начинкой в нужную ему форму.**

**Работа с материалом**

****

**Роллы без труда можно приготовить. Для этого нм потребуется:**

**рис, рисовый уксус, соль, сахар,**

**для начинки: авокадо или свежий огурец, сыр мягкий плавленый, семга слабосоленая, листы водорослей нории.**

**соевый соус**

**вассаби**

**маринованный имбирь**

**Но здесь есть свои тонкости. Мы начнем с риса. Рис следует тщательно промыть, лучше всего под проточной водой. Когда вода будет сливаться практически прозрачной, рис перекладываем на дуршлаг и даем стечь лишней жидкости, оставляем его примерно на час. После перекладываем в кастрюлю и заливаем водой в таком соотношении: на 100 г крупы берем 125 г воды. Но объем воды не должен превышать трети объема кастрюли.**

**Ставим рис вариться, при этом крышкой не накрываем. После закипания рис варится 10-13 минут на малом огне. Затем оставляем его на четверть часа, чтобы настоялся.**

**В это время готовим для него заправку. В чашке смешиваем японский рисовый или винный белый уксус (одна ст. ложка), сахар (7 ч. ложек) и морскую соль (2 ч. ложки). Все хорошо размешиваем. Деревянной лопаткой аккуратно переворачиваем рис, но не перемешиваем – заправка должна равномерно распределиться по всей поверхности. Даем рису остыть.**

**Теперь посмотрим, как правильно выбрать рыбу для ролл, ведь она – главная скрипка в оркестре. Для истинных японских ролл обязательное условие – рыба должна быть свежей и цельной. Внимательно осмотрите рыбку: если она упругая, чешуя без повреждений и хорошо держится, брюшко твердое – можно смело брать. Не стоит покупать куски рыбы, лучше ее разделать самостоятельно, собственными руками. (слайд 14)**

**Начинку для ролл нарезаем одинаковыми брусочками. Плавленый сыр выкладываем с помощью кондитерского мешка.**

**Начнем нашу работу с футомаки. Футомаки – толстые роллы**

**В диаметре они составляют около 5 см, готовятся из целого листа нори и могут включать до 5 различных видов начинки.**

**3. Как приготовить. Из-за того, что объем получается достаточно большой, при распределении риса на верхнем крае нори нужно оставить свободной полоску в 2 см.**

**Футомаки можно придать квадратную или треугольную форму, что выглядит довольно эффектно. Для этого используем бамбуковый коврик: после того как свернем ролл, прижимаем циновку с нужной стороны и получаем в сечении треугольник или квадрат.**

**Лист нори кладем на коврик матовой стороной вверх. По всей поверхности распределяем рис, оставляя верхний край свободным на 1 см, а нижний на 0.5 см. Рис выкладываем руками, предварительно смочив небольшим количеством тэдзу (рисовый уксус). Слой риса должен составлять приблизительно 7 мм. Вдоль посередине намазываем на рис пальцем пасту васаби и на нее выкладываем начинку. Начинаем скатывать циновку от ближнего к себе края, придерживая начинку. Скатываем ровно и плотно, не нужно с силой прижимать рис и выдавливать начинку. Когда коврик почти закроет ролл, следует потянуть его за край. Осторожно разворачиваем коврик, если концы ролла получились неаккуратными, подравниваем их.**

**Режут роллы пополам, затем каждую половинку разрезают еще на три равных кусочка. Используют только остро отточенный нож. Чтобы он не застревал в роллах, смачивают его уксусом, соевым соусом.**

****

**4. С чем подают роллы Главным атрибутом роллов, как, впрочем, и других блюд в японской кухне, является соевый соус. Как заменитель соли и одновременно как приправу его подают к готовым роллам.**

**Васаби – это японский хрен (слайд 19), очень острая приправа бледно-зеленого цвета, тонко подчеркивающая вкус продуктов. Выпускают ее в виде густой пасты и используют в суши и сушими. Обычно во время приготовления на рис или на лист пори наносят полоску васаби, иногда или же приправу добавляют в соевый соус, которым поливают готовое блюдо. Васаби – это больше чем просто специя. Его острота дезинфицирует сырые продукты, уничтожая вредные бактерии, а также нейтрализует несвежий запах. Вот почему он обязательно входит в состав блюд из сырой рыбы.**

**Имбирь – подобно васаби, относится к «горячим специям»: возбуждает аппетит, усиливает кровоснабжение, улучшает пищеварение, нейтрализует пищевые токсины. К роллам часто подают маринованный имбирь, который прекрасно совмещает в себе роль ароматной приправы и пикантного гарнира.**

**5. Работа обучающихся над заданием**

**Итак, мы с вами сделали пробную порцию ролла футомаки. Оцените качество приготовленной холодной закуски, попробуйте. И если будут желающие повторить мой эксперимент, я с удовольствием вам помогу. Хотели бы Вы открыть для себя этот аппетитный и экзотический мир японской кухни? Конечно же да, ведь с каждым днём суши и роллы становятся всё популярнее, и их очарованию уже покорились не только родители, но и дети. И даже аниматоры на День Рождения с удивлением рассмеются, узнав, что для Вашего ребёнка мастер-сушист проведёт кулинарный мастер-класс.**

**Впрочем, мастер-классы для детей тем и хороши, что поражают и впечатляют. К счастью, и Ваш ребёнок, и его друзья, будут обрадованы таким нестандартным подходом к празднику, таким ярким и незабываемым кулинарным мастер-классом. Ведь мастер-классы для детей – это шанс узнать нечто новое и необычное, а суши и роллы ребята точно ещё никогда не готовили.**

**Литература**

**Анфимова Н.А., Татарская Л.Л.. Кулинария. Учебник для нач. проф. Образования,– М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 400с.**

**В.А.Тимофеев «Товароведение пищевых продуктов»: учебник для СПО. – М.: Изд-е 6-е доп.иперер.- Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 417с.**

**Красичкова А.Г.. Японская кухня. - изд. Вече, 2007.- 501с.**

**НобукоЦуда. Суши - это просто! Секреты традиционной японской кухни. – изд. ФАИР-ПРЕСС, 2008. – 160с.**

**Пилат ТП, Иванов А.А. Биологически активные добавки к пище (теория, производство, применение) - М: Авваллон, 2002 - 710 с.**

[**СидзуоЦудзи**](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.ozon.ru%2Fperson%2F5547522%2F)**.  Японская кухня. Изысканная простота. – изд.**[**BBPG**](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.ozon.ru%2Fbrand%2F1593202%2F)**, 2010 .- 576с.**

**ГОСТ Р 50763-95 "Кулинарная продукция, реализуемая населению" (утв. Постановлением Госстандарта РФ от 05.04.95 №199), дата введения 01.07.95**

**ГОСТ Р 50764-2009 "Услуги общественного питания. Общие требования" (утвержден и введен в действие Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 3 ноября 2009 г. N 495-ст.)**

**[Электронный ресурс].**[**URL: http://www.say7.info/cook/recipe/512-Rollyi.html**](https://infourok.ru/go.html?href=URL%3A%2520http%3A%2F%2Fwww.say7.info%2Fcook%2Frecipe%2F512-Rollyi.html)**(дата обращения 29.04.201**