

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
XALQ TA'LIMI VAZIRLIGI

MUQIMIY NOMLI QO'QON DAVLAT
PEDAGOGIKA INSTITUTI

UMUMTEXNIKA FANLARI KAFEDRASI
TUZUVCHI: V. XAMDAMOVA VA F. YUSUBHO'JAEVA.

5142000- MEXNAT TA'LIMI YO'NALISHI TALABALARI UCHUN MO'LJALLANGAN

**TAOM TAYYORLASH TEXNOLOGIYASI VA
TEXNOLOGIK QURILMALAR
MA'RUZA MATNLARI**

MUNDARIJA.

KIRISH.....	
.....MAVZULAR	
1. KIRISH.....	5
2. SABZAVOTLARGA ISHLOV BERISH.....	9
3. BALIQ MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.....	13
4. BALIQ MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.....	16
5. BALIQDAN TAOM TAYYORLASH.....	21
6. GO'SHT MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.....	23
7. GO'SHT VA GO'SHT TAOMLARI.....	26
8. QISHLOQ XO'JALIK PARRANDA VA ILVASINLARGA ISHLOV BERISH.....	30
9. QISHLOQ XO'JALIK PARRANDA VA ILVASINDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR.....	34
10. SUYUQ TAOMLAR.....	36
11. SARDAQLAR.....	55
12. OLMA,DURRAKLI MAXSULOT VA MKARON MAXSULOTLARIDAN TAOM TAYYORLASH.....	59
13. KARTOSHA,SABZAVOTLAR VA QO'ZIQORINLARDAN TAOM TAYYORLASH.....	63
14. TUXUMDAN TAYYORLANGAN TAOMLAR.....	67
15. SOVUQ TAOM VA GAZAQLAR.....	70
16. SHIRIN TAOMLAR.....	75
17. ICHIMLIQLAR.....	79
18. XAMIR MAXSULOTLARI.....	83
19. DAVOLOVCHI TAOM ASOSLARI.....	86
20. UZBEK MILLIY TAOM PAZANDALIGI.....	89
21. GAZ PLITALARINI TUZILISHI.....	93
22.ELEKTR DUXOVKA,ELETR QAYNATGICH TUZILISHI.....	96

Ma'ruza №1
MAVZU: **QIRISH.**
R E J A .

1. Pazandalik san'ati.
2. To'g'gi ovqatlanish.

3. Organizm uchun vitaminlarning ahamiyati.

Umumiy ovqatlanish qorxonaliridami, «xonadondami ishlab chiqilgan maxsulot sifati, kishilarning sog'lom va mehnatga qobiliyatli bulishlari, ko'pincha pazandalarning malakasiga taom tayyorlash texnologiyasiga va zamonaviy texnika vositalarni qanchalar yaxshi egallaganlariga bog'liq.

Taom tayyorlash texnologiyasi-k'pchilik xunarmandlarga mo'janlanib taom tayyorlashda maxsulotlarga mexanik va issiqlik ishlovi berishning oqilona sirlarini urgatadi. Bu texnologiya xalq urf-odatlariga, usta pazandalarning ish-tajribalariga fan-texnika yutuqlariga tayangan xolda ish tutadi.

Taom - bir necha maxsulotlarga berilib bezab, taqsimlab istemolga tayyor xoliga eltirish xoliga aytiladi. Pazandalik maxsuloti -bir necha pazandalik maxsulotiga pazandalik ishlovi berilib iste'molga tayyor xolatiga qeltirilgan, lekin biroz qo'shimcha ishlov berib isitish, porsiyalarga taqsimlash bezashni talab qiladigan xolatiga aytiladi.

Maxsulot - taom tayyorlash uchun ishlatiladigan manba. YArim tayyor maxsulot - iste'mol uchun tayyor bo'lmagan lekin bir yoki bir necha pazandalik ishlovi jarayonidan o'tgan, ammo bevosita iste'mol qilish mumkin bulmagan taom tayyor bo'lishi uchun yarim ishlov berilishi kerak bo'lgan maxsulot ko'rinishidir.

Ko'pchilik pazandalikni bir xunar deb qaraydi, aslida taom tayyorlash muxim, mas'uliyatli ishlardan xisoblanadi. Oziq- ovqat maxsulotlarini isrof qilmasdan, ulardan to'g'ri va oqilona foydalanish, taomning ishtaxani ochadigan qo'rinishda va xushtam bo'lishi, pishirish uchun qulay qilib tayyorlanishi-bularning xammasi tejamkorlik bilan ish ko'urish demakdir. CHunki bunday taom xech qachon isrof bo'lmaydi. Taom tarkibidagi oziq moddalarini organizm to'la o'zlashtiradi. Pazandalik texnologik fanlar bilan bogliq. Mexmon dasturxoniga qo'yiladigan taom ilmiy asosda tayyorlanishi nafasat bilan bezatilishi insonning did tabiati yanada yuksak madaniyat darajasiga ko'tarilishiga sababdir. Taom pishirishda masalliqalar ko'p bulsa-yu, taom pishirishni bilmasa, pazandalik (Fors va tojiqchadan) - pishirmoqlik degan ma'noni bildiradi. Rassom xar-xil ranglarni uyg'unlashtirib bir xil rang xosil qilgani singari kompazitor turli xil musiqa tovushlarini bir- biriga moslab yangi oxang yaratgan singari pazanda xam texnologik usullarni qo'llab turli masalliqalarni ma'lum miqdordagi yigindilardan odamga xuzur baxsh etadigan taom tayerlaydi. SHu manoda pazandalikni san'at darajasiga ko'tarish mumkin. Bu san'atning ijodiy natijalari bulmish taomlarga faqat qorin to'ydiradigan modda deb qarash noo'rindir. Taomlarni qorin to'ydirishdan tashqari ya'ni, ko'rinishi kishiga estetik zavq baxsh etadigan xushbo'y xidi ishtaxa qo'zgatadigan yaxshi xazm buladigan xurandaning qayfiyatini qutarib, asablarini rostlaydigan tanaga tarqib quvvat, sixat-salomatlikqni xamda mehnatga bulgan qobiliyatini ta'minlaydigan sifatlariga ega bulishliligini xisobga olmoq joizdir. Uzbek pazandaligining uziga xosligi -tansiqlik taomlarning lazzati ikki omilga bogliqdir. 1-omil masalliqalarni navlari, xillari, kimyoviy tarkibining mukammalligi, yangiligi 2-omil taomning tashqi kurinishi, xushbuy xidi, ajoyib mazasi, sifatlarini ruyobga chiqarish, ma'lum qoidalar asosida pishirish Uzbek pazandaligining uziga xosligi masalliqalarga olovsiz ishlov berish jarayonlarida aks etadi. Bu pishiriladigan asosiy masalliqalarni shakliga mos keltirib sabzavotlarni nafis archish va to'grashdir. Pishirishda miltirab qaynatish, tuzni taom pishirishiga yaqin rostlash, yoglarni doglash, masalliqalarni qovurish, tez qaynatishda buladigan xolatlarini bilish. Ovqatlanish odam organizmining eng muxim extiyojlaridan biridir. To'g'ri ovqatlanish sog'lom organizm uchun xam kasal organizm uchun xam, bir xil ahamiyatga ega. To'g'ri ovqatlanish organizmning mehnat qobiliyati saqlanib turishiga odamning uzoq umr qo'rishiga yordam beradi va ayrim kasalliklarning oldini oladi. Taomda organizm uchun zarur bo'lgan oziq moddalarning xammasi kerakli miqdorda bo'lishi lozim, chunki taom eyilgandan keyin organizmning tarkibi qismiga aylanadi. Xammamizga ma'lumki ovqat oqsillar, yoglar uglevodlar mineral-tuzlar vitaminlar va suvdan iborat.

Oqsillar - organizmdagi xar bir tirik xujayraning, tanadagi suv, ferment va garmonlarning tarkibiy qismi. Organizm to'g'ri o'sib rivojlanishi uchun unga ovqat bilan 65 foiz go'sht oqsili va 35 foiz usimlik oqsili kirishi lozim.

YOglar - tana issiqligining asosiy manbayi. YOglar xayvonot va usimlik yog'lari degan turlarga ajratiladi.

Uglevodlar - organizmni energiya bilan ta'minlovchi isosiy manba. Organizmda uglevodlar etishmasa yog bilan oqsillar parchalanadi.

Suv- Ogirliigi 70 kg keladigan katta yoshdagi odamning tanasida taxminan 40 litr suv bo'ladi 16 litri xujayralar orasidadir. Organizmda suv etishmasligi ovqat etishmasligiga qaraganda xam zararliroqdir.

Mineral moddalar – organizm uchun muxim axamiyatga ega. Ular organizmda erigan xolda bo'ladi.

Vitaminlar - Organizmning normal faoliyatini, usib rivojlanishini **va urchishini** ta'minlaydi. Organizmning uzi vitamin ishlab chiqarmaydi, ularni ovqat bilan birga oladi. Vitaminlarning turlari juda ko'p: A, V, D, E, Q, S, RR va boshqalar ularning xammasi organizm uchun juda zarur. Ovqatlanish ma'lum tartibga amal qilinishi lozim. Buni ovqatlanish rejimi deyiladi. Ovqat rasioni (bir kunlik ovqat miqdori) organizmning oziq moddalariga bulgan extiyojini kun bo'yi qondiradi. Organizmdagi oziq moddalarning va energiyaning ma'lum qismi sarflangandan keyingina organizm ovqatga extiyoj sezadi, uni yaxshi qabul qiladi, tula xazm etadi uzlashtiradi. Kuniga 3 maxal ovqatlaniladigan bo'lsa, ovqat rasioning 1/3 qismi nonushtaga yarim tushlikda qolgan qismi kechqurun tanovvul qilinishi kerak. A'zolarimizda darmon dorilar etishmasa moddalar aralashuvi izidan chiqadi, xujayralarimiz faoliyati buziladi tez charchaydigan bo'lib qoladi. Darmon dorilar bizni darmonga kiritadi.

Taom tayerlash ilmida:

1. Taom tayyorlanadigan ovqat risepini bilish
2. Masalliqni tayerlash.
3. Pazandaliq asboblardan to'g'ri foydalanish.
4. Taom pishirish vaqtini bilish.

Pazanda taom tayyorlar ekan albatta o'zi xabarsiz bo'lsa xam ilmning fizika, ximiya, mikrobiologiya va xatto psixlogiya kabi javxalardan foydalaniladi. Pishirishda muayyan qoydalarga amal qilish – texnologiya deb yuritiladi. Taom tayyorlash texnologiyasi inson uchun zarur ozuqa moddasi oqsilning kimyoviy uzgarishlarga xam sabab buladi. Buning manosi shuki olov ta'sirida oqsil denaturasiya (uz tibbiy xolatidan uzgarish.) xosil qiladi. Olov ta'sirida qaynatib va qovurish organizmda taomni yaxshi surilishiga olib keladi.

Turli xil oziq-ovqat maxsulotlari tarkibidagi vitaminlar. Vitamin A - quzning normal qurishi uchun zarur bulib, o'sish va normal modda almashuviga yordam beradi. Ko'kpiyoz, no'xat, jigar, tuxum sarigi va baliq moyida, sabzida, o'rikda buladi. Vitamin V1 -organizmda normal modda almashuvi, xususan uglevodlarning almashuvi uchun zarur. Organizmda V1 vitamin etishmasa kishida ishtaxa yo'qoladi, ichi qotadi nafas qisadi.

Vitamin V6 - organizmda oqsil almashuvida va oqsil xosil bulishida ishtirok etadi. Bu vitamin etishmasa ishtaxa yuqoladi, asabi buziladi, uyqu bosadi. Bu vitamin go'sht, baliq va sut, mol jigari kupgina o'simlik maxsulotlarida bo'ladi.

Vitamin S - organizmda moddalar almashuvida muxim rol uynaydi. Vitamin E - yog almashuviga aloqador. Qolgan barcha vitaminlar ham organizm uchun foydali va ular maxsulotlarni ovqatga ishlatish orqali olinadi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Pazandalik san'ati deganda siz nimani tushunasiz?.
2. To'g'ri ovqatlanish nimadan iborat?.
3. Darmondorilar haqida nimalar bilasiz?.
4. Taom tayorlash texnologiyasi nima?.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Q.Maxmudov "Uzbeq tansiq taomlari" Toshqent - 1980 yil.
2. D.Siddiqov "Lazzatli taomlar" Toshqent- 1981 yil.
3. "Uy ro'zg'or ensiklopediyasi" Toshqent - 1982 yil.

TAYANCH IBORALAR

1. Taom.
4. Texnologiya.
7. A - Vitamin
2. Masalliq.
5. Pazandaliq maxsuloti.
8. V1 - Vitamin.
3. Pazanda.
6. Dori -darmon.

SABZAVOTLARGA ISHLOV BERISH

1. Sabzavotlarga ishlov berish.
2. Tuganaq mevalarga ishlov berish.
3. Poliz maxsulotlariga ishlov berish.
4. Sifatiga qʻyiladigan talablar.
5. Sabzavot chiqitqilari va ularni ishlatish.

Oshpazliq san'at va ilmi o'zida mujassamlashtirgan murakkab mutaxassislik xisoblanadi. Uning san'ati- pazandalik deb yuritiladi.. Sifatli taom pishirish uchun sabzavotlar, poliz ekinlari mevalar va boshqa maxsulotlarning zaxa bo'lmagan chirimagan, mog'orlamagan, qurt emaganlarini tanlab olish, ya'ni ularni saralash kerak. Shunday qilinsa ularni tayyorlashga qam vaqt va kuch sarf qilinadi. Konservlangan maxsulotlar kelganda ular to'g'ri tayyorlangan va yaxshi saqlangan bo'lishi, don maxsulotlari tosh va cho'plardan terib tozalanishi kerak. Tabiat, xususan usimlik va xayvonot masaliqlaridan inson a'zolarini mustaxkamlaydigan mexnat va yashash qobiliyati ortishidagi vosita buladigan xar turli serlazzat tuq tutar va poqiza taomlarni tayyorlash xamda did bilan dasturxonga tuzash usullarining yigindisi paqzandaliq san'atidir. Texnologiq uzgarishlarga qiritilgan masalliq tarqibidagi vitaminlarni xizmatini yaxshilaydi. Taomdagi vitaminlarning ba'zilar (A, D) yog'da qovirulganda. (V, S) suvda qaynatilganda yaxshi eriydi. SHuning uchun pazanda texnolog qaysi masalliqda qanday moddalar bor va ularni qanday texnologik usul bilan tayyorlash kerakligini urganib olishi shart. Pishirilayotgan taomning xushbo'y xidi, ta'mi asosan masalliqni tarkqibi va pazandaning maxoratiga bogliq. Pazanda shuni unitmasligi qeraqqi sabzavotlar qaynatilayotganda ulardagi xushbo'y moddalar uchib ketib ularga xos xid yuqoladi ba'zilarida xushbuy xid xosil buladi.

Sabzavotlar qishilarning ovqatlanishida muxim rol uynaydi. U taom xazm bulishini yaxshilaydi Tanada nordon ishqorlar muvozanatni saqlaydi. va suyuqliq almashuvini yaxshilaydi. Ular darmon dorilarning asosiy manbalaridan bulib, uglevodlarga, mineral, muattar, lazzatli moddalarga xam boy buladi. Ba'zi sabzavotlarda miqroblarni qiradigan eqi ularni rivojini tuxtatib quyadigan fitonsidlar buladi.

Sabzavotlar quyidagi guruxlarga bulinadi:

Ildiz mevali usimliklar - kartoshka, batat (shirin qartoshqa)

Ildiz mevalar - Sabzi, lavlagi, shalgom, turp, redisqa, petrushqa.

Karamsimonlar - Oq o'zakli karam, qizil uzaqli karam, guldor karam

Piezsimonlar - Bosh piyoz, ko'kpiez, sarimsoqqiyeoz.

Xushtam sabzavotlar - Ukrop, tarxun, rayxon, jambil.

Mevalar - Qovoq, bodring, tarvuz, qovun, kulcha qovoq, pomidor, boqlajon, qalampir.

Dukaklilar – Ko'k no'xot, ko'k loviya.

Donlilar - Sutali juxori. chuchiklilar - Sparja, rovoch.

Sifatini tekshirishga qatga e'tibor beriladi, chunki tayerlangan taom sifati yaxshi bulishi kerak. Sabzavotlar sifati organaleptiq usulda: rangi, xidi, ta'mi, zichligiga qarab aniqlanadi. Sabzavotlarga mexaniq usulda pazandaliq ishlovi berish - saralash, yuvish, tozalash.tugrashdan iborat. Saralash sabzavot ulardan muayyan taomlar tayerlash uchun oqilona foydalanishga erdam beradi. Saralashda chirigan, ezilgan sabzavotlar tashlanib, yaxshilari qatga kichikligi va sifatiga ko'ra ajratiladi.

Sabzavotlarga epishgan qum va tuproq qoldiqlaridan tozalash uchun maxsus yuvish mashinalarida eqi qo'lda yuviladi. Maxsulotlardagi ozuqali qiymati past bulaklarni chiqarib tashlash uchun sabzavotlar sabzavot tozalash mashinalarida yoki qo'lda tozalanada. Sabzavotlarni to'g'rash ularni bir tekisda pishishiga yordam beradi, taomlarga chiroyli ko'rinish baxsh etib ta'mini yaxshilaydi. Sabzavot sexida mexanik uskuna - sabzavotni yuvish, tozalash, to'g'rash mashinalari, shuningdek nomexanik ukquna tayorlash stollari, vannalar, sabzavot saqlagichlar, maxsus stollar, kraxmal chuqtiruvchi oddiy moslamalar urnatiladi.

Kartoshka tuganaklari kraxmalga boy oqsil, mineral moddalar, S va D darmon dorilariga ega. Kartoshka ovqat miqdorida muxim urin tutadi. SHuning uchun ovqatlanish qkrxonalarida ko'plab ishlatiladi. YUvish natijasida kartoshka tez tozalanadi, keyingi ishlov uchun sanitariya xolati yaxshilanadi. Kartoshkaning tashqi qismidagi ifloslangan qismi yuviladi, yuvilgan kartoshka chiqindisidan yuqori sifatli kraxmal olinadi.

Tozalash kartoshkani to'xtovsiz xarakatda bo'lgan yo'ki vaqti-vaqti bilan to'xtab ishlaydigan kartoshka tozalaydigan mashinalarda tozalanadi. Kartoshkalar ikkilamchi qayta tozalashdan xam stadi. Bunda maxsus pichoqlar yoki so'yuvchi pichoqlar yordamida qolgan ko'zchalari qoraygan, ko'kargan joylari olib tashlanadi. Bu yordamida tozalash usulida kartoshkaga yuqori bosimli bu y bilan ishlov beriladi. Bunda kartoshkani tozalash uchun silindr ko'rinishdagi 1100 -1200 gradus xaroratli pechda 6-12 seqund davomida ushlanib yuzaqi quydiriladi. Quydirilgan qartoshqa yuvish mashinalariga tushadi, u erda pustlogi tozalanadi va suv bilan yuviladi.

Qartoshqaga shaql berib qesish - qartoshqani oddiy yoqi muraqqab usulda qesish mumqin. Oddiy usulda – somoncha, tugri turtburchaqli uzun, pallacha, qubiq, tilim-tilim, parraq-parraq tugrash mumqin. Muraqqab usulda qesish - deb bochqacha, sharcha, noqcha, burama, qirindi shaqllarda qesishga aytiladi.

ILDIZ MEVALARGA ISHLOV BERISH.

Ildiz mevalar uz tarqibida shaqar, darmon dori, mineral, buevchi, xid beruvchi maxsulotlarga ega. Ildiz mevalarni ozuqali axamiyati uz tarqibiga monand xar xil buladi. Quqat ildizlari (petrushqada) qup miqdorda efir moylari bor. SHolgom, redisqa, glyuqoza efir moylariga va uziga xos maza, xidga ega. Ildiz mevalar qulda, mashinada, va termiq usulda ishlovdan utqaziladi.

Qaram. Sabzavotlardan qaram uz tarqibidagi vitaminlar darmon dorilar, mineral tuzlari bilan axamiyatlidir. Qizil uzaq, oq uzaq, savay qaramlari bir xil ishlovdan ugadi. Uning chirigan barglari olib tashlanib, turtib chiqqan uzagi chopib tashlanadi va yuviladi. Agar qaram qapalaq qurti bilan zararlangan bulsa bir litr shur suvga 15-20 daqiqa solib quyiladi. Bunda suv yuziga chiqqan zarar qurandalar olib tashlanib, qaram bulaqlari toza suvda yuvilib sungra ishlovdan utqaziladi.

Piyozlar. Piyoz tarqibidagi shaqar, efir moylari, ftonsid maxsulotlari borligi bilan qadirlidir. Bosh piyoz saralanib, ildiz va band tomonidan qesilib qurigan pusti tozalanib, sovuq suvda yuviladi. Piyozlar xalqa, yarim xalqa, mayda qubiq shaqllarda tugraladi. Quq piyoz va sarimsaq piyozlar xam uziga mos tarizda tugraladi.

POLIZ MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.

Poliz maxsulotlari tarqibida shaqar, qarotin, biroz oqsil maxsuloti, S va V guruxdagi darmondorilar bor. Pomidor, baqlajon, qalampir, qovoq, bodring, nuxat, loviya, juxori. Quqatlar va desert sabzavotlarga xam ishlov berishda qoxu, ismaloq, qichitqi ut, shovul tozalannb yuviladi, sargaygan barglari olib tashlanadi sungra tugrab ishlatiladi.

Sabzavotlarga qupincha qiymalar tiqilib xam ishlatiladi. Qovoqcha, balgar qalampiri, pomidor, baqlajon, qaram dulma. Tozalangan sabzavotlar va yarim tayer maxsulotlarga bir yula issiqliq ishlovi berish lozim chunki ular saqlash jaraenida uz sifatini ma'lum darajada yuqotadi. Pustlogi archilgan qartoshqa tez qorayadi . CHunqi uning tarqibidagi amina qislotalar tirozin, polifenil oqsidoz fermenti ta'sirida xavodagi qislorod bilan oqsidlanib qora ranga ega bulgan melanin xosil qiladi. Qartoshqani qorayishdan saqlash uchun uni .suvga solib quyish qeraq. Sabzavot chiqindilaridan oqilona foydalanish xam qatta axamiyatga ega. Qartoshqa chiqitidan qraxmal olinadi. Qizilcha pustidan lavlagi sharbati olinadi. Petrushqa, sel'derey, uqrop poyasi yuvilib shurvalarga, sardaqlarga ishlatiladi. Oq uzaqli qaram uzagi tozalanib shurva, borshlarda ishlagiladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Sabzavotlarga mexaniq pazandalnq ishlovi berish qanday qetma-qet jarayonlardan iborat.
2. Nima uchun sabzavotlar saralanadi.

FOYDALANILGAN ADABIETLAR

1. N.A. Anfimova, T.I. Zaxarova, L.L. Tagarsqaya. " Pazandachiliq" Toshqent. Uqituvchi 1993 yil.
2. "Uy ruzgor ensiqlopediyasi" Toshqent. 1982 yil.

TAYANCH IBORALAR

- | | | |
|-----------------|------------------|---------|
| 1. Sabzavotlar. | 4. Sifat. | 7. Sex. |
| 2. Guruxlar | 5. Ishlov berish | |
| 3. Teqshirish. | b.Tugrash | |

PAZANDALIKDA ISSIQLIK ISHLOVI BERISH USULLARI

REJA:

1. Pazandaliq fanining maqsad va vazifalari.
2. Qaynatish, buglash, qovurish usullarida ishlov berish.
3. Frityurda, dimlab, duxopqada pishirish.
4. Pishirishning erdamchi usullari, jazlash yordamida issiqlik ishlovi berish.
5. Xulosa

Pazandaliq fanining vazifasi ovqatlanish tugri tashqil etish, qishilarni sogligini saqlash, MEXNAT qobiliyatini oshirish va ularni yashashlarini uzaytirishdan iborat. Insonga tashqi muxitdan ijobiy ta'sir qiluvchi eng quchli omil – ovqatdir. Ovqatlar turli oziq maxsulotlardan tayyorlanadi. Bu maxsulotlarga pazandaliq ishlovi berilgach, ularda fiziq-ximiyaviy uzgarishlar sodir buladi. Ana shu uzgarishlar ovqatni xazm qilishda uzlashtirishda qatta erdam beradi. Xar qanday masalliqni lazzatli va foydali taomga aylantirish pazandaning maxoratiga bogliq. Taom tayyorlash xam ilmga asoslangan bir san'atdir. SHunga qura tayyorlangan xar qanday taomni ijob desa buladi. Taomning yaxshi yoqi yomom chiqishi oshpazning xafsalasiga bogliq, qayfiyat va umuman ruxiy xolatiga boliqdir. Oziq-ovqat maxsulotlariga ishlov berish taom tayyorlash quniqua malaqalarini taqomillashtirishda, lazzatli taomlar tayyorlashda quyidagilar nazarda tutilishi shart.

• Tayerlanadigan taomning yaxshi bilishning, meyorini aniq belgilashni undan tugri foydalanishni urganish zarur. Xar qanday taomga masalliqni ortiq xam emas, qam xam emas, meyorida solish muxim axamiyatga ega. Ovqatni pishirishda tuzni xam, suvni xam bir marta solish kerak

Issiqlik ishlovi berish jarayonida ishlovning tartibini bilishni, tayer taomni bezab dasturxonga tortish va dasturxon tuzash qoidalarini o'rganish zarur. Taom tayyorlash ancha murakkab, nozik ish bo'lib o'qishidan muayyan bilim, ishtiyoq, amaliy tajriba, maxorat, epchilliq, ozodalik va yuqsak didni talab qiladi.

Pazandalik - Oziq-ovqat tovarshunosligi ovqatlanish fiziologiyasi, sanitariya va gigiena umumiy ovqatlanish qorxonalarining jixozlanishi va boshqa soxalar bilan uzviy bog'liqdir. Ovqatlanish fiziologiyasi odamlarning sixat-silomatligini, yoshini mexnat faoliyatini xisobga olib taomlarni tuzish imkoniyatini yaratadi. Sanitariya va gigiena taomni qanday sharoitda va qay tarizda tayyorlash kerakligini, xar qanday taom inson salomatligiga zarar etkazmaslikka, aksincha uni mustaxkamlashga erishish yullarini urgatadi.

Maxsulotlarga issiqlik ishlovi berishning axamiyati katta Birinchidan maxsulotning sifati uzgarib, u uziga xos yangi ta'mga, ikkinchidan yumshoq-qattiqligi yaxshilanib odam organizmida oson va tez xazm bulish xususiyatiga ega bo'ladi. Uchinchidan issiqlik ishlovi ta'sirida mikroorganizmlar yo'qolib, turli kasalliklarni oldini oladi

Maxsulotlarga issiqlik ishlovi berishda texnologik rejim buzilsa maxsulot tarqibidagi qimmatli moddalar to'la saqlanmaydi. Issiqlik ishlovi berishning asosiy usullari qaynatish va qovurishdir. Issiqlik ishlovining yo'rdamchi usullari jazlash, kuydirish va issiq o'tda chayib olish kiradi.

Qaynatish deb masalliqni suvda 100 darajagacha istishga aytiladi. Asosiy usulda pishiriladigan masalliq suyuqlik ichida to'la bo'ktirib pishiriladi Xarorat 100 darajada bo'lgan xollati to'la pishguncha olov paslatib quyiladi. Qaynatish jarayonida masalliqdagi moddalar erib, sho'rvaga o'tadi.

Dimlashda qozonga solingan masalliq xajmi 1/3 eqi 1/2 xissasida oz suyuqlik kuyilib qopqogi jips yopilgan xolda miltirab olov beriladi. Bunda masalliqning suyuqlikka botib turgan tomoni suvda, yuqorisi suvda pishiriladi Dimlashning qaynatishdan ustunligi shundaki masalliqdagi foydali moddalarning bir qismi erib, shunga o'tib ketmasdan uzida qoladi

Buglab pishirish - Qutilarga maxsus panjarali qozonlarga masalliqni terib qo'yiladi. Qopqogi jips yopilgan xolda qaynatiladi Buglanganda masalliq suvga tegmaydi. idishning boshqa bulimidagi suv

qaynab bug xosil qiladi va taom bugning xaroratida pishadi Bu usulda pishirilgan taom nafis va foydali moddalarni uzida saqlab qolgan bo`ladi.

Qovurish - masalliqni doglangan eqqa solib eqi egsiz uzii quchli qizitib—pishirishga aytiladi. Bunda xarorat 130-220 darajagacha (qutarilib masalliq selining ma'lum qismini chiqarib yuborib bujariladi, natijada qovurilaetgan masalliq sirtida qizgish qobiq xosil buladi Qovurishning bir necha usullari bor. Bular ozroq yoqqa solib qovurish, qup eqi qizitib qovurish, frityur qovurish, maxsus shqaflarda qovurish, infra qizil nur ta'sirida qovurish. YOg masalliqni quyib qetmasligini ta'minlaydi pa qalloriyasini ortirib, tagtutar qiladi.

Frityurda - qup egda qovurilganda doglangan eg miqdori qovurilaetgan masalliqqa nisbatan 4 eqi 10 barobardan oshishi qup buladi. Frityurda qovurish uchun eleqtr tolalar qozon mr yoqi maxsus frityurda qozonidan foydalaniladi. Bunday qovurish bolalar taomini tayerlashda qullanilmaydi, negaqi qup eqqa tushgan masalliq sirtidagi qizgish qobiq qalin bulib, xazm ancha qiyinlashadi.

Dimlab pishirish - Masalliqning avval qovurib olib sungra suvga eqi bulonga solgan xolda sust olovda meyorga etqazishga aytiladi. Ba'zan masalliq bir qaynatib olinib pishiriladi.

-15-

Jazlash deb masalliqni chala qovirishga aytiladi. Sabzi, pomidorni jazlashdan maqsad sariq va qizil rangni saqlab qolishdir. Piyoz va petrushqa ildizini jazlaganda esa ulardagi ufori moy eqqa qushiladi, natijada tayyor taomning sifati va xushbuyligi ortadi.

Pishirish-Bu jarayonda masalliqlar tarqibidagi oqsil,yog uglevodlar, vitaminlar,minerallar va maza beruvchi moddalar uzgarishinatijasida taomningxazm bulishi yaxshilanadi. Xajmi qupayadiyoqi qamayadi. Ozuqaliq sifati ortadi. CHiroyli qurinishi va xushbuy xidga ega buladi.

Gusht,baliq vashu qabi masalliqnlarni pishirilganda oqsil molequlasidagi qollegin glyutaniga utib qetadi va masalliq yumshaydi. Masalliq tarqibidagi qraxmal moddasi qaynash jarayonida qleystrlashadi,ya'ni suyuqliqniuziga yutib,burtadi. Archib tugralgan sabzavot va mevalar ochiq xavoda uzoq turib qolsa , pishiralayotganmetallidishga tegsa oqsidlanadi. SHuning uchun taom tayyorlash qoidalariga muqammal rioya qilishi lozim.

Masalliqdagi rangli moddalar pishirilganda ancha uzgaradi. SHuning uchun sabzavotlarni rangini saqlab qolish maqsadida ularni qopqogi ochiq idishda sharaqlatadi qaynatish olinadi. Lavlagini qizil rangini saqlab qolish uchun qaynatmasiga sirqa solinadi. Sabzi va pomidorni yogda yaxshi eriydi. Qeyingi pishirish davomida usha rang boshqa masalliqnlarni chiroyli buyaydi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Maxsulotlarga issiqliq ishlovi berishning axamiyati nimada.
2. Qaynatib pishirishning qanday turlari bor.
3. Qovirishning qanday turlarini bilasiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. N. A. Anfimova, T. I. Nazarova, L. L. Tatarsqaya. «Pazandachilik» Toshqent. Uqituvchi 1993 yil.
2. Uy ruzgor ensqlopediyasi. Toshqent 1982 yil.

TAYANCH IBORALAR.

1. Issiqliq ishlovi ta'siri.
2. Qaynatish.
3. Asosiy usulda qaynatish.
4. YUqori: bosim ostida qaynatish.
5. Qovirish.
6. Asosiy usulda qovirish.
7. Dimlash.
8. Jazlash..
9. Oqsillarni uzgarishi.
10. Rang beruvchi moddalarni uzgarishi.

BALIQQA ISHLOV BERISH.

REJA:

1. Baliqqa mexaniq pazandaliq ishlovi berish.
2. Tangali baliqlarga ishlov berish.
3. Baliq yarim tayyor maxsulotlarni tayyorlash.
4. Baliq qotlet massasi va undan yarim tayyor maxsulot tayyorlash.
5. Ozuqali baliq chiqitqilariga ishlov berish va ishlatish.

Baliq zaruriy ozuqa maxsulotlari xisoblanadi. Kimyoviy tarqibi jixatdan uy xayvoni gushtidan pastroq bulsa xam, mineral moddalarga, daormondorilarga, oqsilga boyligi jixatidan gushtdan ustunliq qeladi. Baliq tarqibida: 13 – 23% - oqsil, 0, 1- 33% yog, 1-2%- mineral moddalar, 50-50% - suv, A, D, E, V2 , V1 2, RR, S darmondoriladi, eqstrativ moddalar buladi. Baliq lqsillari tarqibida qishi tanasida yangi tuqimalarni xosil qiluvchi juda qeraqli amtnoqislotalar bor. Baliq oqsili shunisi bilan qimmatli xisoblanadi. Uz tuzilishiga qura baliq odam tanasida yoz xazm buladi. Uning tarqibida D,A darmondorilarning mavjudligi uning qimatini oshiradi.

Taom tayyorlashda xar xil turdagi ,qup xil oilalarda mansub baliqlar ishlatiladi. Eng qup tarqalganlari quyidagilardir. Olabuga – oqun' oilasi-olabuga, sudaq, dengiz oquni, yorsh, beshjuda mazali, yogsiz, gushtliva yaxshi chuziluvchi bul'on xosil qiluvchilardir. pazandaliqqa bu baliqlar mayda suyaqlari miqdori qamligi bilan qadrlanadi .

YAngi baliqlar umumiy ovqatlanish qorxonalariga tiriq, sovitilgan, muzlatilgan xolda qeltiriladi bundan tashqari, tuzlangan, qonservalangan, dudlangan, ba'zida quritilgan baliqlar taom va gazaq tayyorlashda ishlatiladi.

Tiriq baliq ozuqali axamiyati jixatdan yuqori baxolanadi. Maxsus avtoaq va tiumlarda tashilib, 2 sutqadan oshmagan xolda oqava suvli vanna-aqvariumda qorxonada saqlash mumqin. Tiriq xolda yaltiroq, zagorabaliq, laqqa baliq, churtan baliq, tovonbaliq, sazan qeltiriladi. Sovitilgan baliqning ichqi xarorati-10 S dan 50 S gacha buladi. U 5 sutqadavomida-20 S dan 10S gacha xaroratli xonada saqlanishi mumqin. Muzlatilgan baliq qup xolda uchraydi uning ichqi xarorati –8 dan –60S gacha buladi. 1 xarorati 80 S li xonada 12 sutqa, 00 S dan –20S gacha bulgan xonada 3sutqa davomida saqlanishi mumqin.

Baliqning qatta-qichiqligiga qarab ishlovda mayda /200 g. gacha / . Urtacha /1-1,5 qg / va yiriq /5 qg dan yuqori / qelib tushishi mumqin. SHunga qarab baliqlarga pazandaliq ishlovi belgilanishi bilan birga, baliqlardan xosil buladigan chiqitqilar xam xar xil buladi. Baliqqa mexaniq pazandaliq ishlovi berilganda chiqqan chiqitqilar pazandaliqqa yozgi texniqada qayta ishlatish mumqin. Mayda baliqlar ishlovdan utqazilib butun xolda, urtacha qattaliqdagisi ishlovdan uvish jorayonida qundalangi yoqi uzunasiga iqqi bulingan yoqi filelarga ajratilgan xolda, yiriqlarning ichi tozalanib, issiq ishlovga junatiladi.

Umumiy ovqatlanish qorxonalariga sanoatda turlicha ishlovdan utgan, bultnmagan, ichaq-chavogi tozalangan boshli, ichaq-chavogi tozalangan boshsiz xoldagi baliqlar qeltiriladi. Baliq sexida pazandaliq pichoqlari, qul qirgichi, elaq, yogochli ezuvchi asbob, tryapqa, maxsus moslamali baliq qozonlari, qabi asbob-usqunalar bulishi lozim.

Baliqlarning qup miqdori umumiy ovqatlanish qorxonalarida muzlatilgan xolda qeltiriladi. Ularning ochiq xavoda, suvda yoqi qombinasiya usulida muzidan tushuriladi. Baliq qanchaliq tez muzidan tushurilsa uning xushta'mliliq xususiyati yaxshi saqlanadi. Muzidan tushurilgan baliq saqlanmay taomtayyorlashga ishlatiladi.

Umumiy ovqatlanish qorxonalarida tresqa, pishqa, qolqonbaliq va boshqa turdagi tuzlangan qeltiriladi. Baliqlarning tuzini qetqazish 2 usulda - suv almashtirish va oqava suvda amalga oshiriladi. Suyaq sqeletli tangali baliqlar yiriq-maydaligiga qarab xar xil usulda ishlovdan utqaziladi. Ishlovdan utqazish jarayoni: tangalarini tozalash, suzgich qanotlarini olib tashlash, oyquloq, ichaq-chavoqlarini ajratish va yuvishdan iborat. Baliq qunda urtacha qattaliqdagi pichoq bilan yoqi qirgich yordamida tozalanadi. Tangachalari tozalangan baliqlarning suzgich qanotlari olib tashlanadi. Buning uchun suzgich qanot atrofi, terisi iqqi eqlama bir oz qesilib dumi tomonidan teri bilan birlashgan qismidan bosh tomonga qarab qesib olinadi. Baliqning suzgich qanotlari bu usulda qesish, qulni suzgich qanot tiqanlari ta'siridan saqlaydi.

Ichak-chavoqlarini tozalash uchun baliqni bosh tomonining uzingizga qaratibtaxtaqachga yon tomoni bilan yotqizibqorin suzgich qanotlariurtasidan qesib, buyi buylab qorni yoriladi, sung ichidagi ichoq-chavoqlari, ut pufagi aloxida e'tibor berilgan xolda ajratiladi. CHunqi ut pufagi yorilsa, Baliq gushtiga tegib mazasini taxir xolda qeltirib, sifatini buzadi. Baliq qorni ichidagi ba'zi qora yoqi boshqa rangdagi terisi tozalanib, so'ng sovuq suvda yuvib, suvi silqitilib patnisga terilib issiq ishlov berish davrigacha sovutgichda saqlanadi.

Tangasiz baliq usti shilimshiq modda bilan qoplangan bo'lib, terisi qalin, k0'pincha qora rangda va memaza bo'ladi. SHu sababli ishlovda ularning terisi shilib tashlanadi. Ba'zi mayda tangachaliq baliqlar ishlovdan xuddi tangasiz baliqlarga uxshash utgani sababli, ular shu turdagi baliqlar turiga qiritiladi.

Baliqlardan tayyorlanadigan yarim tayyor maxsulotlar qatta qichiqligiga qarab yiriq porsiyalangan, mayda qesilgan / xamirga / botirib qovurilgan, solyanqa va boshqa taomlar uchun / qurinishda bo'ladi. Ular ishlatilishiga qarab: asosiy usulda pishirish, oz suvda pishirish, asosiy usulda qovurish, yopash uchun ishlatilgan turlarga ajratiladi.

Asosiy usulda pishirish uchun quyidagicha tayyorlangan baliqlardan foydalaniladi: butun xolda, zvenlarga bo'lingan xolda, porsiyalarga taqsimlangan, suyaksiz terili va suyaqliterili xoldagisi. Baliq qesilayotganda tuqimasiga nisbatan tugri burchak ostida qesilishi kerak Posiyalangan baliq terisi 2-3 eridan yuzaki qesiladi, bunda baliq o'z shaqlini yuqotmaydi.

Oz suvda pishirish uchun baliqlar: butun, qatta bulmagan zveno xolida ishlatiladi. Baliq tuqimasiga 300 burchaq ostida dum tomonidan boshlab qesib, porsiyalanadi. Tekis qesilgan keng bulaqlar oz suyuqlik ta'sirida tez va bir xilda ishlov berish uchun qulay buladi.

Asosiy usulda qovurish uchun baliqlar: butun xolda, zvenolarga bo'ingan xolda, shaklda porsiyalarga ajratib kesilgan xolda, Suyakli, terili va suyaqsiz filelar xolida ishlatiladi. Baliq qovurish jarayonida undagi suyuqlik va ozuqa moddalari yuqolishini qamaytirish, yuzida bir xil qovurilgan qobiq xosil qilish uchun urvoqqa belanadi. Urvoqqa belash deb-baliq satxini un yoqi qotgan non ushogi bilan qoplashga aytiladi. Baliq qovurilgandan qeyin ishlatishga qarab urvoqqa belash turli qurinishda va turli usulda buladi.

Un urvogi uchun elangan 1 – navli bugdoy uni ishlatiladi. Baliq unga belanishidan avval unga ma'lum darajada mayda tuz qushish mumqin.

Qizil urvoq. Suvi qochgan bulqa non qizgich rangacha qovurilib tuyuladi va elanadi. Oq urvoq. Suvi qochgan oq bulqa non tuyulib elanadi. Non urvogi. Bir oz suvi qochgan non qobigidan tozalanib somonchaga yoqi mayda qobiq yoki ushoq xolda qesiladi. Urvoqlar tayyorlanayotgan maxsulotga yaxshi yopishishi uchun maxsus l'ezone suyuqligi ishlatiladi. L'ezone-xom tuximning sut yoqi suv bilan ozroq tuz qushilgan xoldagi suyuq aralashmasidir. Bir qilogramm l'ezone uchun 670gramm xom tuxum yoki mela, 340 gramm suv yoki sut, 10 gramm tuz ishlatiladi.

Asosiy usulda qovurish uchun baliq unga belanadi. Non urvogiga belangan maxsulot asosiy usulda qovuriladi non va un urvogi aralashmasiga belangan asosiy usulda qovuriladi. Ikki mota urvoqqa beanoat maxsulotniyogda qovuriladi.

Baliq kotler massasi tayyorlash uchun suyagi kam bulgan tangali yoqi tangasiz suyak skeletli baliqlar xamda dengiz qemirchaq suyakli baliqlar ishlatiladi. Qotlet massasi tresqa, piqsha, churtan baliq, sudaq, dengiz oquni va boshqa baliqlardan, shuningdek muzlatilgan, sanoatda yarim ishlovdan utgan baliq yarim tayyor maxsulotidan tayyorlanishi mumkin. Bu qotlet massasi tayyorlash jarayonini ancha osonlashtira

Baliqning suyaqsiz terisiz sof filesi qichiq bulaqlarda qesilib, gusht qiymalagichdan utqaziladi. Birinchi navdan past bulmagan bug'doy nonni qobigidan tozalanib, suv yoki sutga buqtiriladi. Suyuqligi siqilgan non baliq qiymasi bilan aralashtirilib, yana bir bor gusht qiymalagichdan utqaziladi. Quyuq suyuqligiga qarab bir oz suyuqlik tuz, murch qushilib, qiyma aralashtiruvchi mashinada yoki qulda stol ustida yaxshilab aralashtiriladi. Qotlet massasi govaqligini oshirish uchun yogsiz baliq qiymasiga pishirilgan va gusht qiymalagichdan utqazilgan baliq qushish mumqin. Bunda pishirilgan baliq miqdori 25-30 % dan oshmasligi kerak. kotlet massasi yopishqaqligini oshirish uchun 1 porsiyaga 1/10 dan 1/20 donagacha xom tuxum qushish mumkin.

Baliq kotlet massasini tayyorlash baliqning ichki yogidan 6% gacha qushilib, urshiga shunga sof filesi qamaytirib ishlatishi xam mumkin .

Baliqning kotlet massasining xolati va mazasiga non urvogi ijobiy ta'sir qiladi. Baliq kotlet massasi tarkibidagi non birlashtiruvchi to'qimalarni yumshatib, tarqibidagi suyuqliqni saqlab, maxsulotning govak, yumshoq, suvli massasini xosil qiladi.

Qiyma tiqilgan xolda ko'pincha churtan baliq, sudaq, zogora baliqlar ishlatiladi. Baliqlarga butun yoqi posiyalangan xolda qiyma iqib taom tayyorlanishi mumkin. Qiyma xisobida maxsus tayyorlangan baliq qotlet massasi yoqi qnel' massasi ishlatiladi. bQnel' massasini xam qiyma sifatida ishlatish mumkin. Butun xolda qiyma tiqish uchun sovutilgan baliqlar, surta baliqni esa tiriq xoldagisini ishlatiladi. CHunqi uninig muzlatilganini ishlatilsa terisi yirtilib qetishi mumkin.

CHurtan baliqqa qiyma tiqish uchun butun xolda terisiga zara etqazmay tangachalari tozalanadi, yuviladi, bosh tomonidan dum yunalishida tortilib, «paypoq echish» usulida terisi shilinadi. Suzgich qanotlar qaychi bilan qesilib umurtqa suyagiga yaqin eridan sindirladi, teri esa dumi bilan qolishi qerar. Baliq gushti suyaqsiz sof filega axratiladi.

Baliq qiymasini tayyorlash uchun: 1 qlogramm filega 100-160 gram m non, 300 gramm sut, 100 gramm sariq yog yoqi margarin 100 gramm jazlangan piyoz, 2 dona tuxum oqi 20 gramm murch ishlatiladi.

Oq non sutga buqtiriladi, bulaqlangan sof baliq filesi aralashtirilib gusht qiymalagichdan utqaziladi va chopib jazlangan piyoz, yog, tuz, murch aralashtirilib bir bor gusht qiymalagichdan utqaziladi. Aralashmaga xom tuxum, quyuq-suyuqligiga qarab sut qushish govaq xalda qelguncha yaxshilab aralashtiriladi. Qiyma tayyorlashda mayda chopilgan sarimsoqpiyoz xam qushilishi mumkin. CHurtan baliq terisi tayyorlangan qiyma bilan tuldirildi, dum tomonidan terisi ignada bir iqqi eridan teshilib xovosi chiqariladi. Baoiq boshi terisiga tiqilib, doqa yoqi pergamaenitga uralib ip bilan boglanali, sung baliq qozoni qasqonga quyiladi.

-20-

Baliqlarga pazandaliq ishlovi berishga yarim tayyor maxsulotdan tashqari ma'lum miqdorda chiqiqilar xam olinadi. CHiqitqi deb mexaniq, pazandaliq ishlov jarayonida xosil buladigan ozuqali yoqi texniq qoldiqlarga aytiladi. Ozuqali qoldiqlar ishlovdan utqazilib taom tayyorlashda ishlatishi mumkin bulgan maxsulotdir. Ularga baliq boshi, suyaqlari, terisi, suzgich qanatlari, uvildigi (iqrasi), ich yogi, tangachalari, vazifasiga, qemirchaq suyagi, yogi qiradi. Baliqning umumiy chiqindisi uning qatta- qichiqqligiga, turiga, ishlov berish usuliga uzviy bogliq buladi.

Osert baliqlari boshi qaynoq suvga bir oz botirilib yuzaqi pishirilib, mayda qalqanchalari tozalanib uzunasiga iqqiga bulib chopiladi va yuviladi. Ular baliq shurvalarini tayyorlashda ishlatiladi. Bu shurvavlar suzilib suyuq oshlar, sardaqlar tayyorlashda ishlatiladi. Baliq boshini pishgan tushti ajratilib chuyuq taomlarga, qiymalarga salatlarga qushilishi mumkin. Teri va suyuqlari shurva tayyorlashda

ishlatiladi. Tangachalari jele tayyorlashda ishlatiladi. Uvildigi va ichqi yoglari oqsil, yog, D.A. darmondorilariga boy buladi. Ichqi yoglari yuvilib qotlet massasiga qushib ishlatiladi, bunda qotlet massasining yogliqli darajasi oshadi. YOg _baliqqa ishlov berish_ paytida ajratiladi. YUvilivb. qotlet masasining tayyorlashda qushib ishlatiladi. Qemirchaq suyagilari – osert oilasidagi baliqlardan olinib, yuvilib, yumshoq xolgacha qaynatiladi, tilim –tilim shaqlida qesilib yoqi mayda chopilib, baliq solyanqasi, rassol tayyorlangan baliq, baliq qiymasi va boshqalarga ishlatiladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Umumiy ovqatlanish qorxonalariga qaysi turdagi baliqlar qiradi?
2. Baliqlarda qanday ozuqali maddalar bor?
3. Muzlatilgan baliq muzidan qanday tushiriladi?
4. Tuzlangan baliqlar tuzi qanday qetqaziladi?
5. Nima sababdan baliq urvoqqa belanadi?
6. Qanday urvoq turlarini bilasiz?

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. N. A. Anfimova, T. I. Zaxarova, L.L. Tatarsqaya.
“Pazandaliq.” Toshqent “uqituvchi” – 1993 yil.

1. Baliqning ozuqaviy ahamiyati.
 2. Baliq turlari.
 3. Ishlov berish.
- YArim tayyor maxsulot.
4. Oz suvda pishirish.
 5. Asosiy usulda pishirish.
 6. Qotlet.

Qiyma.

-19-

Baliqning suyaqsiz terisiz sof filesi qichiq bo'laklarda qesilib, go'sht qiymalagichdan o'tqaziladi. Birinchi navdan past bulmagan bug'doy nonni qobigidan tozalanib, suv yoqi sutga bo'ktiriladi. Suyuqligi siqilgan non baliq qiymasi bilan aralashtirilib, yana bir bor go'sht qiymalagichdan utqaziladi. Qo'yuq suyuqligiga qarab bir oz suyuqlik tuz, murch qo'shilib, qiyma aralashtiruvchi mashinada yoki qo'lda stol ustida yaxshilab aralashtiriladi. Kotlet massasi govakligini oshirish uchun yogsiz baliq qiymasiga pishirilgan va go'sht qiymalagichdan utqazilgan baliq qushish mumkin. Bunda pishirilgan baliq miqdori 25-30 % dan oshmasligi keraqk Kotlet massasi yopishqaqligini oshirish uchun 1 porsiyaga 1/10 dan 1/20 donagacha xom tuxum qushish mumkin.

,Baliq kotlet massasini tayyorlash baliqning ichki yog'idan 6% gacha qushilib, urshiga shunga sof filesi kamaytirib ishlatishi xam mumkin .

Baliqnkotlet massasining xolati va mazasiga non uvogi ijobiy ta'sir qiladi. Baliq kotlet massasi tarkibidagi non birlashtiruvchi to'qimalarni yumshatib,tarqibidagi suyuqliqni saqlab , maxsulotning g'ovak , yumshoq, suvli massasini xosil qiladi.

Qiyma tikilgan xolda ko'pincha cho'rtan baliq, sudaq, zogora baliqlar ishlatiladi. Baliqlarga butun yoqi posiyalangan xolda qiyma iqib taom tayyorlanishi mumkin. Qiyma xisobida maxsus tayyorlangan baliq qotlet massasi yoki knel' massasi ishlatiladi.knel' massasini xam qiyma sifatida ishlatish mumkin. Butun xolda qiyma tikish uchun sovutilgan baliqlar , surta baliqni esa tirik xoldagisini ishlatiladi. CHunki uninig muzlatilganini ishlatilsa terisi yirtilib ketishi mumkin.

Cho'rtan baliqqa qiyma tikish uchun butun xolda terisiga zara etkazmay tangachalari tozalanadi, yuviladi,bosh tomonidan dum yunalishida tortilib, «paypoq echish» usulida terisi shilinadi.

Suzgich qanotlar qaychi bilan qesilib umurtqa suyagiga yaqin eridan sindirladi, teri esa dumi bilan qolishi kerar . Baliq go'shti suyaqsiz sof filega axratiladi.

Baliq qiymasini tayyorlash uchun: 1 klogramm filega 100-160 gram m non, 300 gramm sut,100 gramm sariq yog yoki margarin 100 grammjazlangan piyoz, 2 dona tuxum oqi 20 grammmurch ishlatiladi.

Oq non sutga bo'ktiriladi, bulaklangan sof baliq filesi aralashtirilib go'sht qiymalagichdan utqaziladi va chopib jazlangan piyoz, yog', tuz, murch aralashtirilib bir bor go'sht qiymalagichdan utqaziladi. Aralashmaga xom tuxum , qo'yuq-suyuqligiga qarab sut qo'shish govak xalda kelguncha yaxshilab aralashtiriladi.Qiyma tayyorlashda mayda chopilgan sarimsoqpiyoz xam qushilishi mumkin. CHurtan baliq terisi tayyorlangan qiyma bilan tuldirildi, dum tomonidan terisi ignada bir ikki eridan teshilib xovosi chiqariladi.Baliq boshi terisiga tikilib , doka yoki pergamaenitga uralib ip bilan bog'lanali, so'ng baliq qozoni qasqonga quyiladi.

-20-

Baliqlarga pazandalik ishlovi berishga yarim tayyor maxsulotdan tashqari ma'lum miqdorda chiqitqilar xam olinadi . CHIqitqi deb mexanik , pazandalik ishlov jarayonida xosil bo'ladigan ozuqali yoki texnik qoldiqlarga aytiladi . Ozuqali qoldiqlar ishlovdanutqazilib taom tayyorlashda ishlatishi mumkin bo'lgan maxsulotdir. Ularga baliq boshi , suyaklari , terisi,suzgich qanatlar , uvildigi (iqrasi), ich yog'i, tangachalari , vazifasiga, kemirchak suyagi , yog'i qiradi. Baliqning umumiy chiqindisi uning katta- kichikligiga, turiga, ishlov berish usuliga uzviy bogliq bo'ladi.

Osert baliqlari boshi qaynoq suvga bir oz botirilib yuzaki pishirilib , mayda qalqanchalari tozalanib uzunasiga ikkiga bo'lib chopiladi va yuviladi.Ular baliq shurvalarini tayyorlashda ishlatiladi. Bu shurvavlar suzilib suyuq oshlar , sardaqlar tayyorlashda ishlatiladi. Baliq boshini pishgan tushti ajratilib suyuq taomlarga , qiymalarga salatlarga qo'shilishi mumkin: Teri va suyuqlari sho'rva tayyorlashda

ishlatiladi. Tangachalari jele tayyorlashda ishlatiladi. YUvildigi va ichqi yog'lari oqsil, yog', D.A. darmondorilariga boy bo'ladi. Ichki yog'lari yuvilib kotlet massasiga qo'shib ishlatiladi, bunda kotlet massasining yog'likli darajasi oshadi. YOg' _baliqqa ishlov berish' paytida ajratiladi. YUvilivb. kotlet masasining tayyorlashda qo'shib ishlatiladi. Qemirchak suyagilari – osert oilasidagi baliqlardan olinib, yuvilib, yumshoq xolgacha qaynatiladi, tilim – tilim shaklida qesilib yoki mayda chopilib, baliq solyankasi, rassol tayyorlangan baliq, baliq qiymasi va boshqalarga ishlatiladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

7. Umumiy ovqatlanish korxonalariga qaysi turdagi baliqlar kiradi?
8. Baliqlarda qanday ozuqali moddalar bor?
9. Muzlatilgan baliq muzidan qanday tushiriladi?
10. Tuzlangan baliqlar tuzi qanday ketkaziladi?
11. Nima sababdan baliq urvoqqa belanadi?
12. Qanday urvoq turlarini bilasiz?

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

2. N. A. Anfimova, T. I. Zaxarova, L.L. Tatarskaya.
“Pazandalik .” Toshkent “o'qituvchi” – 1993 yil.

TAYANCH IBORALAR.

Baliqning ozuqaviy ahamiyati.

Baliq turlari.

Ishlov berish.

YArim tayyor maxsulot.

Oz suvda pishirish.

Asosiy usulda pishirish.

Kotlet.

Qiyma.

Baliq taomlari va ularni tayyorlash.

R E J A:

1. Qaynatib pishirilgan baliq.
2. Dimlab pishirilgan baliq.
3. Qovurilgan baliq.
4. Epilgan baliq.
5. Baliq kotlet massasidan tayyorlangan taom.

Baliqdan tayyorlangan issiq taomlar umumiy ovqatlanish qorxonalarida tayyorlanayotgan taomlar ichida muxim o'rin egallaydi. Baliq taomlar tarkibida oqsil ko'p bo'lib. Go'sht maxsulotlaridagi oqsilga nisbatan tez xazm bo'lish xususiyatiga ega.

Taom taom tayyorlashda ishlatiladigan baliq turlarini eglilik darajasiga qarab ularni tarkibidagi yog'i aniqlanadi . yog' miqdorini aniqlashdan maqsad, bu taomlar uchun mos g'arnir va sardaqlarni tanlashdir. Baliq taomlari ko'p miqdordagi mineral moddalarga: natriy, kaliy, fosfor, yo'd, oltingugurt, xlor, temir, mis va boshqalar bor. Baliqlar A va D darmondorilarga ba'zi baliqlar esa V1 va V2 darmondorilarga ega bo'ladi.

Baliq taomlariga shunday pazandalik ishlovi berish lozimki, natijada xam xushxur taom tayyorlnishi xam ularning ozuqali moddalari saqlab qolinishi zarur. Issiq ishlov berish usuliga qarab taomlarni qaynatib, dimlab, qovurib, ko'p yog'da qovurib yoki yopib pishirish mumkin.

Qaynatib pishirish uchun baliqning xar qanday turlari ishlatilishi mumkin. Bunday pishirishda ko'ndalangiga dumaloq qesilgan baliq bo'laklari ishlatiladi. Tayyorlangan baliq chuqur tova yoki baliq qozoniga terisini yuqori qilib bir qator qilib teriladi va qaynab turgan suvni baliq satxidan 2-3 sm yuqori qilib qo'yiladi. 1 kg baliq uchun 2 litr suv qo'yiladi. Ustiga xom sabzi, ko'kat ildizi, piyoz, tuz, lavr yaprog'i, donador murch solib past olavda qaynatiladi. Taomni iste'molga tayyor bo'lganligini uning tashqi qo'rinishi bo'yicha yoki mazzasini ko'rish orqali aniqlanadi.

Dimlab pishirilgan baliq – Pishirish jarayonida suvni qaynatishda xosil bo'lgan bug' tasirida baliq tayyor xolga keladi. Dimlab pishirish jarayonida qaynatib pishirishga nisbatan baliqning shakli saqlanishi bilan birga qimmatli ozuqaviy moddalari xam ko'p saqlanadi. Ishlovdan o'tgan baliqni baliq qozoniga qo'yiladi. Porsiyalangan yoki butun baliqni qozon panjarasiga kanob yordamida bog'lab qo'yish mumkin. Baliqning 1/3 qismi suv yoki baliq qaynatmasi bilan ko'miladi.

-22-

1 kg baliq uchun yarim litr suv solinadi. Baliq qaynatiladigan idish qopqog'i yaxshi berqitilishi kerak. Baliq pishirilgan qaynatma elakda suzilib sarda q tayyorlashda ishlatiladi. Dimlab pishirilgan baliq taomi qaynatib pishirilgan baliq taomidan ozuqaviy qimmat kattaligi va mazasining xushxurligi bilan farqlanadi.

Qovurish uchun xamma turdagi baliqlar ishlatilishi mumkin. Qovurilgan baliq yuzidagi qizgish qobiq xisobiga aniq sezilarli mazaga ega bo'ladi. Qovurish jarayonida baliq ma'lum darajada yog'ni o'z taniga singdirib tuyimlilik darajasi oshadi. Baliqlarni qovurish uchun o'simlik yog'laridan kungaboqar, paxta moylari xamda pazandalik moyi ishlatiladi. Ishlovdan o'tgan baliq yuvilgandan so'ng suvi silqitiladi. Ustiga tuz, murch sepib unga belanadi. Qizib turgan yog'ga terisi bilan quyib ikki yoqlama qobiq xosil qilib qovuriladi. Qovurilgan baliqni tayyor xolga keltirish uchun 250 gradusli qovurish shkafiga 5-7 daqiqaga qo'yiladi. Baliq tayyor bo'lganini yuzida mayda rangsiz sharchalar xosil bo'lish xolatida aniqlash mumkin. Qovurilgan baliq tayyor bo'lgani zaxoti istemolga tarqatiladi.

YOpish uchun xoxlagan turdagi katta bo'lmagan daryo va dengiz baliqlari ishlatiladi. YOpib pishirish uchun ishlatiladigan baliqlar xomligicha dimlab pishirish yoki qovurib olinib so'ng yopiladi. YOpish jarayonida taom o'z vaznini 10 % gacha vaznini yo'qotadi.

Go'shtdor baliqlardan baliq katleti tayyorlanadi. Bunda asosan qiltirigi kam bo'lgan baliqlar ishlatiladi. Baliq katleti taomlari qovurib, dimlab, qovurish shkafida yopib tayyorlanadi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Issiq ishlov natijasida baliq tarkibida qanday o'zgarishlar ro'y beradi?
2. Baliqlarni qayday pishiriladi va tarqatiladi?
3. Tayyor baliq taomlarini saqlash va tarqatish sharoitlari qanday?

FOYDALANILGAN ADABIYOT

1. N.A Anfimova. T.I. Zaxarova. L.L Tatariskaya
«Pazandachilik»

Toshkent «Uqituvchi» - 1993 yil

Tayanch iboralari.

1. Baliq taom tarkibi
2. Baliq yogi
3. Qaynatib pishirish
4. Dimlab pishirish
5. Qovurish
6. YOpih
7. Tarqatish

POY –

- 23-

M A V Z U N 6

Go'SHT VA Go'SHT MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.

R E J A :

1. Go'SHTNING TARKIBI.
2. MUZLATILGAN Go'SHTGA ISHLOV BERISH JARAYONI.
3. MOL Go'SHTINI NIMTALASH VA SUYAKLARDAN AJRATISH.
4. Go'SHTLARNI POYCHAKLARDAN TOZALASH.

Go'SHT VA Go'SHT MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.

Go'SHT – oqsilga juda boy. Uning tarkibida 14. 5 – 23 % oqsil. 2 – 37 % yog' , 0,5 –1 ,3 % mineral maxsulotlar , A,D,RR va V guruxalardagi darmondorilar bor. Go'sht to'uqimalari muskul, birlashtiruvchi suyak va iliglardan iborat. Muskul aloxida ipsimon usti yarim tiniq qobiq bilan qoplangan to'qimalardan tashkil topgan. Muskul to'qimasi limozin oqsillardan

tashkil topgan. Xayvon muskul to'qimasi oqsillari sifatli bo'lib tarkibidagi aminokislotalar o'z xususiyatiga ko'ra kishi organizimidagi muskul oqsillarnikiga o'shash bo'ladi. SHu sababli ular tez xazm bo'ladi. Ichki xarakati kam suyakka yopishgan umirtqa suyagi atrofidagi ipsimon muskul to'qimasi tolalari ingichqa va mayin bo'lib yuqori ozuqali ahamiyatiga ega. Bo'yin qorin muskul to'qimasi tolalari ingichqa va mayin bo'lib yuqori ozuqli ahamiyatiga ega. Bo'yin qorin muskul to'qimalariniki esa qattiq bo'lganligi sababli dag'al ko'rinishga ega bo'ladi.

Birlashtiruvchi to'qima to'liq bo'lmagan sifati past kallegin va elastik qancha ko'p bo'lsa muskul to'qimasi qattiq bo'ladi. Bu xususiyat go'sht sifati belgilaydi.

YOg' to'qimasi go'sht to'qimasi kataglariga to'ldirilgan yog' donalaridan tashkil topgan bo'lib ustiga birlashtiruvchi to'qimalar bilan qoplangan bo'ladi. YOg' go'shti mazasini yaxshilash bilan birga ularning oziqli qiymatini oshiradi.

Suyak to'qimasi asosini asosan moddasi tashkil etadi. Tarkibi jixatidan kolleginga yaqin bo'lgan maxsus to'qimalardan tarkib topgan. Tos suyagi shakarli deb ataladi. Uning tarkibida qaynatmaga xushbo'y xid uyushqoqlik beruvchi modda bor. Xom ashyo bilan ishlovchi umumiy ovqatlanish korxonalariga go'shtlar sovutilgan yoki muzlatilgan xolda keltiriladi. Mol go'shti ikki yoki to'rtga bo'lingan xolda qo'y, echqi, buzoq - butun xolda keltiriladi. Ko'pgina ovqatlanish korxonalari yirik bo'lakli yoki parchalangan mayda bo'lakli qiymalangan yarim tayyor maxsulotlarini oladi.

Go'sht sifati yaxshi bo'lsa rangi oq pushti rangdan qizgishgacha bo'lgan quruq qobiq bilan qoplanadi. Muzlatilgan go'sht yuzi va kesilgan qismi pushti qizgish bir oz kul rang bo'ladi. Bu rang go'shtdagi muz kristallning toblanishidir.

-24-

Muzlatilgan go'shtga ishlov berish jarayoni – muzdan tushurish, yuvish, qurutish, bo'laklarga bo'lish, suyaklar – ajratish, pay – pay choklardan tozalash, navlarga ajratish, yarim tayyor maxsulotlar tayyorlashdan iborat. Sovutilgan go'shtlar dastlabki ishlov jarayonida o'tkazilmaydi.

Go'shtni muzdan tushirish natijasida uning keyingi ishlovdan o'tkazilishi engillashtiradi va osonlashadi. Go'shtlar muzlatilgan to'qimalar orasidagi suyuqlik muz kristallari ko'rinishida bo'ladi. Go'sht muzdan tushirilgan bu suyuqliklarni yana to'qimalar orasiga suriladi. Go'sht ma'lum bir sharoitda va usulda muzdan tushirilmasa erigansuyuqlik go'sht tarqibidan tashqari chiqib ketishi va go'shtning oziqli qiymati kamayish mumkin. SHu sababli go'sht maxsus kameralarda asta sekin yoki tezkorlik bilan muzdan tushiriladi. Maxsus kamerasi bo'lmagan korxonaarda go'shtni muzdan tushirish tayyorlovchi sexlarida olib boriladi. Undan go'sht taxtali panjara yoki stol ustiga qo'yib muzdan tushiriladi. Avval chopib bo'laklarga bo'lish mumkin emas aks xolda

go'sht tarkibidagi sharbat 10 % gacha yo'qolib issiq ishlovdan o'tgan go'sht qattiqlashib, o'ziga xos mazasini yo'qotadi.

Go'shtni yuvish paytida uning ust qismidagi ifloslangan joylari mikroorganizmlar va ularning sporalari tozalanadi. Yirik umumiy ovqatlanish korxonalari go'sht maxsus yuvish korxonalarida yuviladi. Go'shtni ilgaklarga osib qo'yib, maxsus yuvish xonalarida yuviladi. Go'shtni ilgaklarga osib qo'yib maxsus dushli chutkadan brandspoyt yoki (ishlatiladi) suvdan foydalaniladi. Urtacha korxonalarda go'shtni vannada yuviladi. Buning uchun go'shtni vanna ichida reshetkaga qo'yilib oqova suv bilan kapron yoki chutkalardan foydalangan xolda yuviladi. Go'sht yuvilayotgan suvning xarorati 20 – 30 °S bo'lishi kerak. YUvilgan go'sht bo'laklari quritilishidan avval 12 –15 °S li suvda chayib olinadi. Go'shtni chayishdan maqsad uni sovitish va keyingi ishlovga uning ustki qismida mikroorganizmlar rivojlanishini to'qtatishdir.

Go'shtni quritishdan maqsad unga ishlov berishda qo'lning sirpanmasligi nazarda tutilgan, yana bir tomoni mikroplar rivojlanishi oldini olishdir. YUvilgan go'sht ilgakka osilgan xolda vanna ustida yoki vanna ichidagi reshlyotkaga qo'yilgan xolda xavoda quritiladi yoki paxtadan ishlatilgan mato bilan artib quritiladi. Katta korxonalarda tashqaridagi xavo surilib filtirdan o'tqaziladi va maxsus trubalar yordamida go'sht quritiladigan xonalarga keltiriladi. Xona xarorati 1 – 6 °S bo'lishi kerak. Katta bo'lmagan korxonalarda go'sht tabiiy xavoda quritiladi.

Mol go'shtini nimtalash va suyaklardan ajratish uzunasiga ikkiga bo'lingan bo'lib, mol go'shtini nimtalash uni bo'laklarga bo'lish suyaklardan ajratish, pay – pachoqlaridan tozalash kabi ketma – ket bajariladigan jarayonlaridan iborat. Go'shtni nimtalash va suyaklardan ajratishdan maqsad pazandalikdan u yoki bu taom uchun ishlatishga mo'ljallangan go'shtni olishdan iborat. Go'shtlar isib qetmasligi uchun xarorati 10 °S dan yuqori bo'lmagan xonalarda nimtalanadi va suyakdan ajratiladi. Agar korxonaga mol go'shti uzunasiga ikkiga bo'lingan nimta xolida kelsa oldi va son bo'laklari ajratiladi.

- 23-

M A V Z U N 6

GO'SHT VA GO'SHT MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.

R E J A :

5. GO'SHTNING TARKIBI.
6. MUZLATILGAN GO'SHTGA ISHLOV BERISH JARAYONI.
7. MOL GO'SHTINI NIMTALASH VA SUYAKLARDAN AJRATISH.
8. GO'SHTLARNI POY – POYCHAKLARDAN TOZALASH.

GO'SHT VA GO'SHT MAXSULOTLARIGA ISHLOV BERISH.

GO'SHT – oqsilga juda boy. Uning tarkibida 14.5 – 23 % oqsil. 2 – 37 % yog' , 0,5 – 1,3 % mineral maxsulotlar , A,D,RR va V guruxalardagi darmondorilar bor. Gusht tuqimalari musqul, birlashtiruvchi suyaq va iliglardan iboratt. Musqul aloxida ipsimon usti yarim tiniq qobiq bilan qoplangan tuqimalardan tashqil topgan. Musqul tuqimasi limozin oqsillardan tashqil topgan.xayvon musqul tuqimasi oqsillari sifatli bulib tarqibidagi aminoqislotalar uz xususiyatiga qura qishi organizimidagi musqul eqsillarniqiga uxshash buladi. SHu sababli ular tez xazim buladi. Ichqi xaraqati qam suyaqqa yopishgan umirtqa suyagi atrofidagi ipsimon musqul tuqimasi tolalari ingichqa va mayin bulib yuqori ozuqali axamiyatiga ega. Buyin qorin musqul tuqimasi tolalari ingichqa va mayin bulib yuqori ozuqli axamiyatiga ega. Buyin qorin musqul tuqimalariniqi esa qattiq bulganligi sababli dagal qurinishga ega bulai.

Birlashtiruvchi tuqima tuliq bulmagan sifati past qallegin va elasti qancha qup bulsa musqul tuqimasi qattiq buladi. Bu xususiyat gusht sifatin belgilaydi.

YOg tuqimasi gusht tuqimasi qataglariga tuldirilgan yog donalaridan tashqil topgan bulib ustiga birlashtiruvchituqimalar bilan qoplangan buladi. YOg gushti mazasini yaxshilash bilan birga ularning oziqli qiymatini oshiradi.

Suyaq tuqimasi asosini asosan moddasi tashqil etadi. Tarqibi jixatidanqolleginga yaqin bulgan maxsus tuqimalardan tarqib topgan. Tos suyagi shaqarli deb ataladi. Uning tarqibida qaynatmaga xushbuy xid uyushqoqliq beruvchi modda bor. Xom ashyo bilan ishlovchi umumiy ovqatlanish qorxonalariga gushtlar sovutilgan yoqi muzlatilgan xolda qeltiriladi. Mol gushti iqqi yoqi turtga bulingan xolda quy, echqi , buzoq - butun xolda qeltiriladi. Qupgina ovqatlanish qorxonolari yiriq bulaqli yoqi parchalangan mayda bulaqli qiymalangan yarim tayyor maxsulotlarini oladi.

Gusht sifati yaxshi bulsa rangi oq pushti rangdan qizgishgacha bulgan quruq qobiq bilan qoplanadi. Muzlatilgan gusht yuzi va qesilgan qismi pushti qizgish bir oz qul rang buladi. Bu rang gushtdagi muz qristallning toblanishidir.

-24-

Muzlatilgan gushtga ishlov berishjarayoni – muzdan tushurish, yuvish, qurutish, bulaqlarga bulish, suyaqlar – ajratish , pay – pay choqlardan tozalash , navlarga ajratish , yarim tayyor maxsulotlar tayyorlashdan iborat. Sovutilgan gushtlar dastlabqi ishlov jarayonida utqazilmaydi.

Gushtni muzdan tushirish natijasida uning qeyingi ishlovdan utqazilishi engillashtiradi va osonlashadi. Gushtlar muzlatilgan tuqimalar orasidagi suyuqliq muz qristallari qurinishida buladi. Gusht muzdan tushirilgan bu

suyuqliqlarni yana tuqimalar orasiga suriladi. Gusht ma'lum bir sharoitda va usulda muzdan tushirilmasa erigansuyuqliq gusht tarqibidan tashqari chiqib qetishi va gushtning oziqali qimmatini qamayish mumkin. SHu sababli gusht maxsus qameralarda asta sekin yoqi tezqorliq bilan muzdan tushiriladi. Maxsus qamerasi bulmagan qorxonaarda gushtnimuzdan tushirish tayyorlovchi sexlarida olib boriladi. Undan gusht taxtali panjara yoqi stol ustiga quyib muzdan tushiriladi. Avval chopib bulaqlarga bulish mumkin emas aqs xolda gusht tarqibidagi sharbat 10 % gacha yuqolib issiq ishlovdan utgan gusht qattiqlashib, uziga xos mazasini yuqotadi.

Gushtni yuvish payitida uning ust qismidagi ifloslangan joylari mikroorganizmlar va ularning sporalari tozalanadi. Yiriq umumiy ovqatlanish qorxonalari gusht maxsus yuvish qorxonalarida yuviladi. Gushtni ilgaqlarga osib quyib, maxsus yuvish xonalarida yuviladi. Gushtni ilgaqlarga osib quyib maxsus dushli chutqadan brandspoyt yoqi (ishlatiladi) suvdan foydalaniladi. Urtacha qorxonalarda gushtni vannada yuviladi. Buning uchun gushtni vanna ichida reshetqaga quyilib eqova suv bilan qapron yoqi chutqalardan foydalangan xolda yuviladi. Gusht yuvilayotgan suvning xarorati 20 – 30 °S bulishi qeraq. YUvilgan gusht bulaqlari quritilishidan avval 12 –15 °S li suvda chayib olinadi. Gushtni chayishdan maqsad uni sovitish va qiyngi ishlovga uning ustqi qismida mikroorganizmlar rivojlanishini tuqtatishdir.

Gushtni quritishdan maqsad unga ishlov berishda qulning sirpanmasligi nazarda tutilgan, yana bir tomoni mikroplar rivojlanishi oldini olishdir. YUvilgan gusht ilgaqqa osilgan xolda vanna ustida yoqi vanna ichidagi reshyotqaga quyilgan xolda xavoda quritiladi yoqi paxtadan ishlatilgan mato bilan artib quritiladi. Qatta qorxonalarda tashqaridagi xavo surilib filtirdan utqaziladi va maxsus trubalar yordamida gusht quritiladigan xonalarga qeltiriladi. Xona xarorati 1 – 6 °S bulshi qeraq. Qatta bulmagan qorxonalarda gusht tabiiy xavoda quritiladi.

Mol gushtini nimtalash va suyaqlardan ajratish uzunasiga iqqiga bulingan bulib, mol gushtini nimtalash uni bulaqlarga bulish suyaqlardan ajratish, pay – pachochlaridan tozalanish qabi qetma – qet bajariladigan jarayonlaridan iborat. Gushtni nimtalash va suyaqlardan ajratishdan maqsad pazandaliqdan u yoqi bu taom uchun ishlatishga muljallangan gushtni olishdan iborat. Gushtlar isib qetmasligi uchun xarorati 10 °S dan yuqori bulmagan xonalarda nimitlanadi va suyaqdan ajratiladi. Agar qorxonaga mol gushti uzunasiga iqqiga bulingan nimta xolida qelsa oldi va son bulaqlari ajratiladi.

GO'SHT VA GO'SHT MAXSULOTI TAOMLARI.

Reja:

1. Go'sht maxsulotlarini pishirish.
2. Go'shtlarni qovirish.
3. Dimlab pishirilgan go'sht maxsulotlari.

Go'sht oqsil, mineral, yog' va ekstrativ maxsulotlarga boy maxsulot xisoblanadi. Go'sht oqsillari kishi turkimlarining tuzilishiga va mustaxkamlanishiga xizmat qiladi. Yog' esa energiya manbai. Ekstrativ maxsulotlari go'shtli maxsulotlarni, taomlarni xushbo'y va mazali qiladi. SHu sababli sekretiya bezlaridan suyaklik ajratish jarayoniga ta'sir etib, taom xazm bo'lishini ta'minlaydi. Go'sht tarkibida uglivod va darmon dorilar bo'ladi. Go'shtli taomlarni uglevod mineral taomlar va darmon dorilar bilan boyitish maqsadida ular garner sifatida sabzavot, makaron va yormalar qo'shib beriladi. Sabzavot, maxsulotlaridan tayyorlangan garnirlar kishi tanasidagi ishqor miqdorini mutanosiblashtirib turadi. Ko'pgina go'sht taomlar sardak bilan tayyorlanadi. SHu sababli taom xushbo'y va turli xil bo'ladi . Go'sht taomlarini tayyorlashda xar xil ishlov turlaridan foydalaniladi.

SHu sababli go'sht taomlari pishirilgan, qovurilgan, suvda pishirilgan, dimlangan, **npilgan** turlarga bo'linadi. Issiq ishlov tasirida go'sht tarkibida murakkab o'zgarish ro'y beradi. Go'sht birlashtiruvchi turkumlari to'liq bo'lmagan kollagin va elastik oqsillardan tashkil topgan. Issiq ishlov ta'sirida elastin tarkibidagi moddalarda sezilarli o'zgarish bo'lmaydi. Bo'yin va peshona go'shtlarida xajmi o'zgaradi. Uzunligi qisqarib, kengligi yo'gonlashadi, buning natijasida go'sht tarkibidagi suyaklikni ma'lum darajada siqib chiqaradi.

Ma'lum darajada va vaqt birligi issiqlik ta'sirida kollegin suyaklikda cho'ziluvchan elim ko'rinishdagi glyutenga aylanadi. Glyuten issiq suvda erish xususiyatiga ega. Turkumlar orasidagi bog'liqlik bo'shashib go'sht yumshaydi. Go'shtlarni yumshashi uni tarkibidagi kollegin miqdoriga issiq ishlov ta'sirida bardoshliligiga kollegin zotiga, turiga, eshiga, semizligiga bog'liq bo'ladi. Turli xil xayvonni bir xil tana qismidagi tarkibidagi kollegin issiqqa bardoshliligi xar xil bo'ladi. Bardoshliligi kam bo'lgan kolleginlar 10 – 15 donada bardoshlik darajasi yuqorilari esa issiqlik ta'sirida 2 – 3 soat mobaynida yumshaydi.

Kalleginni gavyutenga aylanish jarayoni xarorat 50 gradusdan yuqori bo'lganda boshlanib 100 gradusdan oshganda tezlashadi. Qovurish jarayonida go'sht tarkibidagi kollegen bardoshlilik darajasi yuqori bo'lsa gavyutenga aylanishidan ko'ra go'sht tarkibi-

dagi suyuqlik tez bug'lanib go'sht kukunlari siz qattiqlik xolatidan saqlab qoladi. SHu sababdan qovurish uchun tarkibda kolleginlar bardoshlilik darajasi past bo'lgan go'sht bo'laklari ishlatiladi:. Bardoshlilik darajasi urtacha kollegin to'qimasi go'sht to'qimalarini qaynatib pishirish va dimlash uchun ishlatiladi. Kolleginlarni govyutenga aylanish jarayoni ishtirokli sharoitida biroz sezilarli darajada bo'ladi. SHu sababli ba'zi xolatlarda go'shtlarga issiq ishlov berishdan avval marinovka qilishda limon sharbati va sirka qo'shiladi. Dimlab pishirishda nordonroq soda yoki tamat ishlatiladi.

Ikkinchisi qo'yuq ta'om uchun mol, qo'y, echqi, dudlangan go'sht maxsuloti, kalbasa maxsulotlari pishirib tayyorlanadi. Pishirish uchun tarkibidagi birlashtiruvchi to'qimalari o'rta xolda bo'lgan go'sht bo'laklari olinadi. Mol go'shtidan to'sht, qo'l, qo'l osti, qovurg'a,sonning yon, tashqi qismlari laxm go'shtlari ishlatilsa, qo'y,echqi to'sh, qo'l laxm go'shtlari, cho'chqaning to'sh, qo'l, bo'yin laxm go'shtlari ishlatiladi. Go'sht bo'laklarini bir xil pishirish uchun uning vazmi 2 kg gacha bo'ladi. Agar qo'y yoki echki go'shti to'shlarini suyagi bilan pishirish kerak bo'lsa ich tomondan suyak ostidagi pardasi pichoq yordamida chizib, kesib qo'yish kerak. Bunda pishgan go'shtdan suyakni ajratib olish oson bo'ladi. Qo'l laxm go'shti silindr shaklida o'ralib ro'let ip bilan o'rab bog'lab pishiriladi. Pishirish jarayonida 1 kg go'shga 1. 1,5 litr suv solinadi. Suv miqdori qo'p bo'lsa go'sht tarkibidagi ozuqaviy qiymatga ega bo'lgan mieneral, ekstrativ moddalarni suyuqlikka o'tib go'shtning ozuqaligi pasayadi, mazzasi o'zgaradi. Go'shtlarni XUSHXO'RLIGINI OSHIRISH UCHUN PISHIRISH JARAYONIDA KO'KAT ILDIZI, SABZAVOTLAR, PIYOZ VA ZIRAVORLAR QO'SHILADI. GO'SHTNING PISHIRILGANI ANIQLASH UCHUN, pazandalik ignasini sanchib qo'riladi. Igna qarshilikka uchramay sanchilib go'sht tarkibidan rangsiz suyuqlik chiqsa go'sht pishgan hisoblanadi.

Go'shtlarni qaynatib pishirish vaqti go'sht bo'lagining turiga katta, yumshoqligiga va birlashtiruvchi to'qimalarning soniga bog'liq. Pishirish jarayonida go'shtni vazni 38-40 foiz kamayadi. Pishirilgan go'sht issiq ishlovga tayyorlangan (mol, qo'y, echqi yoki buzoq) go'sht 2 kg gacha vazinda olib, qaynab turgan suvga solinadi. Tez qaynash darajasigacha ko'tariladi. Faqat vaqti bilan yuziga suzib chiqqan ko'pigi suzib olinadi. Olov pasaytirilib,sekin qaynatib qo'yiladi. Go'shtni bu usulda pishirish jarayonida ozuqa moddalarining suvga o'tishi kamayadi. Suv ham kam sarf bo'ladi. Go'sht yumshoq mazali bo'ladi.

Pishirilayotgan go'shtning xushxo'rligini va mazasini yaxshilash uchun istemolga tayyor bo'lishidan 30-40 daqiqa oldin xom sabzi ko'kat ildizi,

piyoz solinadi. Tayyor bo'lishidan 10-15 daqiqa avval tuz solinadi. Pishirish jarayonida tuz bilan birga lavr yaprog'i va donador murch ham solish mumkin. Mol go'shtini garner sifatida pishirilgan kartoshka, kartoshka pyurisi, dimlab pishirilgan sabzavotlar, sut sardagidan tayyorlangan sabzi yoki ko'k nuxat, donador erma bo'tqalarni qo'shib beriladi. Qo'y go'shtiga donador gurunch bo'tqasi, cho'chqa go'shtiga dimlangan karam qo'shib beriladi. Mol go'shti va cho'chqa go'shtiga uchun qizil sarda mos bo'lsa, qo'y go'shti uchun oq sarda mos bo'ladi.

-28-

Mayda bo'laklab qovirish uchun pushti mag'iz, qalin yoki yupka taliq qismlari, sonning ichki va yuqori qismlari, ishlatiladi. Qizib turgan yog'ga solinadigan go'shtning qavat qatlami 1 1.5 sm bo'lib, qovirish jarayonida pazandalik ayrisi yoki kurakchasida aralashtirilib turiladi. Go'shtni qalin qatlamada yog'ga solib bo'lmaydi. Chunki go'shtning qalin qatlamada kubik kech paydo bo'ladi. Kubik paydo bo'lguncha go'sht tarkibidagi namli ajralib chiqib, go'sht qattiq yoki quriq bo'lib qoladi.

Go'shtdan dimlab taom pishirishda yoriq, porsiyalangan mayda bo'laklangan go'sht bo'laklari ishlatiladi. Dimlashdan oldin kesib tayyorlangan go'sht bo'lagiga tuz, murch sepib yuzaki qobiq xosil qilib qoviriladi so'ng chuqur idishga solib mayda porsiyalangan bo'laklarini to'lla qamaydigan xolda yoriq bo'laklarini yarim ko'madigan xolda, yirik suv yoki qaynatma kuyib dimlanadi. Dimlash jarayonida go'shtni xushbo'y va mazzali bo'lishini taom miqdoriga qarab piyoz, sabzi, petrushka selderiyalar, ziravorlardan donador murch lavr yaprog'i zira qashnich urug'i ukrop yoki pitrushka ko'kati, qalanpir munchoq dalchin musqat yong'og'i, arpa bagiyon solinadi. Dimlash vaqtida idish qopqogini yopib past olovda qaynatish mumkin. Qattiq qaynatilsa suyuqlik tez bog'lanib go'shtni xush bo'yli yuqoladi. Ziravor va ko'katlar taom tayyor bo'lishidan 25-30 daqiqa oldin solishi lozim. Birlashtiruvchi to'qimalarni yumshatish uchun go'shtlarni dimlash jarayonida tomat pyure, nordon sardaqlar marinopka qilingan mevalar sharbati qo'shish mumkin. Go'sht dimlangan qaynatmada qizil sarda tayyorlash lozim. Dimlangan go'sht maxsulotlari taomlari 2 usulda tayyorlanadi

1. Go'shtni garneri bilan tarqatiladi. Bu usulda tayyorlangan taomlarning xushxurlik darajasi yuqori bo'lgan bilan birga yumshoq mazzali bo'ladi. Agar taom qappog'i yaxshi berkitilsa sopol ko'zachada tayyorlansa, yanada mazzali bo'ladi. Garneri bilan dimlangan go'sht taomni porsialarga bo'lish bir oz qiyinchilik tug'diradi.

2. Go'shtlar garnersiz dimlanib. Garner aloxida tayyorlanadi.

YOpi pishirilgan go'sht taomlarini tayyorlashdan avval go'sht suvda pishirib olinadi. Dimlab pishiriladi yoki qovirib istimolga tayyor xolga

keltiriladi. So'ngra ular porsiyali tovada yoki temir tovada garneri. Saradagi bilan yopib tayyorlanadi. YOpilgan taomlarni 250-300 gradusli qovirilish shkaflarida tayyorlanadi. Ularni yopish gradusga etish kerak. Aksincha uning tashqi ko'rinishi va mazasi buziladi. Agar taom portsiyali tovada yopib tayyorlangan bo'lsa. SHu tovada xurrandaga istemol uchun beriladi. Ularni tarqatishda ustiga eritilgan sariyog sepib beriladi.

-29-

Nazorat uchun savollar:

1. Issiq ishlov ta'sirida go'sht tarkibida qanday o'zgarish ro'y beradi.
2. Yiriq bo'lakli go'sht qanday qoviriladi.
3. Pishirilgan go'shtlar qanday tarqatiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

Pazandachilik - N.A. Anfimova

T.I. Zaxarova

L.L. Tatarskaya Toshkent uqituvchi 1993 y.

TAYANCH IBORALAR.

1. Go'sht tarkibi.
2. Qovurish jarayonidagi uzgarish.
3. Kollegin.
4. Qo'yuq taom.
5. Qaynatish pishirish.
6. Dimlab pishirish.
7. Xushxo'r.

-30-

MAVZU: №8.

QISHLOQ XO'JALIK PARRANDALARIGA VA INVASINLARGA ISHLOV BERISH.

R E J A:

1. Qishloq xo'jalik parrandalariga va invasinlarga mexanik ishlov berish.
2. Parranda va ilvasinlarni bog'lash.
3. Parranda va ilvasinlardan tayyorlangan pishirishga tayyor maxsulotlar.
4. Parranda va ilvasin kalla-pochalariga ishlov berish.

Qishloq xo'jalik parrandalariga: tovuq, g'oz, o'rdaq, kurka, jo'ja, o'rdakcha va kurkachalar kiradi. Parranda go'shti oqsil, yog', mineral moddalar, Rr, A, D va V guruxidagi darmondorilarga boy bo'ladi. Parranda muskul to'qimasi ipsimon ingichka toladan iborat bo'lib, tarkibidagi elastin va qollogen mol go'shtidan ikki barobar kam bo'ladi.

Yog'i past xaroratda eruvchan xususiyatga ega ekstrotivmaxsulotlarning ko'pligi parranda go'shtining aloxida xushxurligini ta'minlaydi.

Ilvasinlar umumiy ovqatlanish qorxonalariga cho'ldan, o'tloqlardan, botqoqlardan, suvdan tutilgan xolda keltiriladi. Ilvasinlarning go'shti boshqa parranda go'shtlaridan farq qilib oqsil va ekstrativ maxsulotlarga boy, lekin yog'i kam bo'ladi.

Qishloq xo'jalik parrandalariga pazandaliq mexanik ishlov berish muzdan tushirish, tutunsiz olovda kuydirish, boshni, bo'yini, oyoqlarini topib ajratish, ichak chovoqlarini tozalash, yuvish, pishirishga tayyor maxsulot tayyorlash jarayonlaridan iborat. Muzdan tushirish. Parranda teppasi iloji boricha oyoq, bo'yin, qanotlari to'g'rilanib, bir – biriga tegmaydigan qilib, stol yoki jovonlarga bir qator teriladi. G'oz va kurkalar xarorati 8-15% bo'lgan sharoitda bo'lgan 8 soat davomida, tovuq va o'rdaklar 5-6 soat davomida muzdan tushiriladi.

Tutunsiz olovda quydirish sanoatda ishlovdan o'tgan parranda go'shti ustida tozalanishi lozim bo'lgan tuklari, patlari, parlari bo'ladi. Go'shtni bulardan tozalash uchun kuydirish jarayoni qo'laniladi. Muzdan tushgan parranda go'shti xo'l bo'ladi. Uni quritish uchun sochiq yoki matoga artiladi. Sung un yoki kepaq parrandaning oyogidan buyini tomonga ishqalanib tuki, pari, patlari gorizontol xolga keltiriladi. Bosh buyini oyoqlarini ajratish. Parrandaning ichak chovogini olib tashlashdan avval uning boshi iqqinchi va uchinchi buyin umurtqa suyagi oraligidan chopib ajratiladi. Parranda elkasi bilan stolga quyilib, orqa teshigidan boshlab tush kemirgan suyagi bo'ylab qorin terisi

qesiladi. Xosil bo'lgan teshik orqali oshqozon ,jigar,qorin yog'i o'pka ,buyurak ichaqlari ajratiladi.Qizil ungach va jigildonini kekirdak orqali sugirib olinadi. Agar tozalanib kelgan paranda bo'lsa uning qori yoki o'pqasi,buyragi ajratiladi.Ishlov

- 31 -

berish jaraenida o't suyuqligi bilan zararlangan go'shti kesib tashlanadi.

YUvish: Ichaq chovoqlarini tozalangan paranda go'shti xarorati 15 gradus sovuq oqova suvda yuviladi. YUvish natijasida qotib qo'yuqlashib tozalanadi. Go'shtni uzoq vaqt yuvish tavsiya etilmaydi. Uning ozuqa moddalari ko'p yo'qotiladi. Ilvasinlarga ishlov berish ularning patlarini tozalash, qanotlarini,bo'yin oyoqlarini, ichak-chovoqlarini tozalash va yuvishdan iborat.

Muzdan tushiruvchi ilvasinlar xuddi parandalar kabi muzidan tushiriladi. Patlarni tozalashda bo'yindan boshlab yuviladi.

Kuydirish – yirik ilvasinlar kuydiriladi.

Ularni avval sochiq yoki un erdamida quritilib, sungra quydiriladi. Ilvasinlarning qanotlari, bo'yin oyoqlari olib tashlanadi. Botqoqdan tutilgan ilvasinlar bosh buyinlarining terisi shilinadi. Ko'zi o'yib

tashlanadi va boshi tumshug'i bilan qoldiriladi. Ichak – chovog'ini tozalash xuddi parandalarga o'xshash bajariladi. Mayda invasinlarga bo'yni tepa tomonidan kesilib qizil ungach jigildoniolinib so'ng shu teshik orqali ichi tozalanadi va sovuq suvda yuviladi.

Ishlovdan utgan paranda va ilvasin go'shtlar butun xolda yoki paraklanib, yoki qiymali yarmi tayyor maxsulot xolda issiq ishlovdan o'tqaziladi. Butun xolda issiq ishlovdan o'tadigan parandalar avval ichaqli shakliga keltirilishi zarur. Bu bilan issiq ishlovda bir xilda issiqlik ta'sir etish imkoniyatiga ega bo'linadi va porsiyalarga taxsimlash osonlashadi. Parandalarni ichaq shakliga keltirish bog'lash deb yurgiziladi.

Paranda va ilvosinlarni bog'lashdan avval ular saralanadi. Parrada yoki ilvasin zararlangan bo'lsa bog'lanmaydi, ular pishishga yoki katlet mazasini tayerlashga ishlatiladi.

Parrandalarni bog'lash. Parranda tanasi:

CHo'ntaq usulida bir ip bilan ikki ip bilan bog'lanadi CHo'ntak usulida bog'lash eng oddiy va keng tarqalgan usullardan xisoblanadi. Buning uchun qorin terisi yoki ikki yoqlama pichoq yordamida teshilib xosil bo'lgan teshiklarga oyoq uchlari kirgiziladi. Buyin terisi bilan qolgan bo'yin umurtqasi berkitib, tepasiga tortilib orqasiga qaytarilgan qanotlari bilan bostirib qo'yiladi. CHuntak usulidan boshqacha usul xam qo'llaniladi. Buning uchun parranda gushtiga ishlov berish jarayonida, tizza bo'ginidan 1-1,5 sm pastdan 30 gradus burchak ostida chopib o'tkirlashtirilgan oyoqlarini suyak xosil qilinadi. SHundan so'ng parranda oyoqlari tepaga qilib stol ustiga qo'yiladi. Oyoq uchlari chalishtirilgan xolda qorin terisini kesilgan yri bo'ylab dum qismi yog'lik terisiga qattiq itarib go'shtga ilinib qolishi kerak. Buyin terisi qanoti bilan xuddi yuqoridagidek bostiriladi. Bir ip bilan boglash uchun parranda tani elkasi bilan stolga qo'yilib oyoqlari taniga chap qo'l bilan siqilib o'ng qo'ldagi ipli jo'voldiz sopini o'rtasidan ko'proq qismidagi yumshoq yog'i orqali qarama-qarshi sonning xuddi shu yrga mo'ljallab tikiladi. Juvoldiz tikilgan joyda qoldiriladi ikki ip bilan bog'lash uchun parranda go'shti ylkasi bilan stolga qo'yilib oyoqlari taniga siqilib ip taqil

33

tayyorlan qiyma porsiyaga bo'linib, oq urvoqqa belanadi va kotlet xamda yumaloq shakli beriladi. Agar yumaloq kotletni boglab pishirish muljallansa uni urvoqqa belanadi. Pajarik qotleti uchun parranda go'shtidan tayyorlangan qiyma porsiyaga 3-4 dona xisobida bo'linib, biroz yassilangantuxum shakli beriladi. Qiyma go'sht o'zmasi terisidan tozalangan yoki ilvasin go'shti go'sht qiymalagichni mayda chiqariladigan k'ozidan 2-3 marta o'tqazib, sutda yoki qaymoqqa bo'ktirilib, suyuqligi siqilgan qobuqsiz oq bo'lqa non yoki qatlama xamir maxsuloti bilan aralashtiriladi. Tuz qo'shilgan xolda yana bir go'sht qiymalagichdan utqaziladi. YOgoch o'hlov yordamida ezilib so'ng elakdan o'tqaziladi va bir oz sovutiladi. Ko'pirtiruvchi mashinada aralashtirilgan xolda tuxum oqi qo'shiladi. Govak maxsulot darajasiga kelguncha aralashtiriladi. Tayyor bo'lgan qiyma go'sht uzmasiga tuz qo'shib aralashtiriladi. Parranda boshi, bo'yni, qanoti, oyoqlari, yuragi, oshqozoni. terisi va

pishirishga tayyor maxsulot tayyorlashda chiqadigan go'sht bo'lakchalari o'ziga xos ozuqali axamiyatga ega bo'ladi. Ilvasinlarning bo'yin qismigina ishlatiladi. Toji ustidagi pardasi shilinib yuviladi va ilvira kabi sovuq taomlarni tayyorlashda ishlatiladi.

FOYDALANILADIGAN ADABIYOTLAR

- 1 Anfimova . N. A. Va boshqalar. "Pazandachilik" T. ukituvchi. 1993.
2. "Uy ruzg'or ensiklopediyasi" Q. Maxmudov uqituvchi 1989yil .
3. " Pazandachilik sirlari " Tatorovskaya T. uqituchi 1990 yil.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Qishloq xo'jaligi parrandalar va ilvinsinlarning qanday xolatda keltiriladi.
2. Parranda va ilvasinlarni qanday usulda bog'lanadi.
3. Parranda laxm go'sht bo'lagi qanday ajratiladi, tozalanadi.
4. Parranda gushtidan kotlet massasi qanday tayyorlanadi.

TAYANCH IBORALARI.

1. Qishloq xo'jaligi parrandari.
2. Ilvasinlar.
3. Kuydirish.
4. Bog'lash.
5. Kotlet.
6. SHo'rva.
7. Ilvara.

34.

MAVZU №

QISHLOQ XO'JALIGI PARANDASI VA ILVASINLARDAN TAYYORLANADIGAN TAOMLAR.

REJA:

1. Parrandalarning go'shtini tarkibi.
2. Qaynatib pishirilgan parrandalar.
3. Kovurilgan parranda va ilvasin.
4. Parranda go'shtidan dimlab pishirilgan taomlar.
5. Sifatiga quyiladigan talab

Qishloq xo'jaligi parrandalariga: tovuq, g'oz, o'rdaq, kurka, jo'ja, o'rdakchava kurkachalar kiradi. Parranda go'shti oqsil, yog', mineral moddalar, R, A, D va V guruxidagi dormondorilarga boy bo'ladi. Parranda muskul to'qimasi ipsimon ingichka toladan iborat bo'lib, tarkibidagi elastik va kollagen mol go'shtinikidan ikki barobar kam bo'ladi. Yog'i past xaroratda eruvchan xususiyatga ega. Qari parranda go'shti asosan qaynatib pishirib dimlangan xolda, yosh parranda go'shti esa qovirish uchun ishlatiladi.

Tansiq taomlar ko'proq jo'ja, tovuq, xo'roz go'shtidan tayyorlanadi. Urdak, g'oz, kurka go'shtlari kamroq ishlatiladi. Sababi bu go'shtlardan balchiq bo'yiga o'xshagan xidi bo'ladi. Taom tayyorlanganda bu xidni zirovorlar, oshko'klar, zira va lavr yaprog'i qo'shish orqali yo'q qilinadi. Ilvasinlardan o'zbek pazandaligida bedana, kaklik, tus tovuq noyob masalliq tarzida ishlatiladi. Abu Ali Ibn Sino tovuq xamda ilvasin go'shtlarini shifobaxshligini quydagicha ifodalagan: « Xo'rozning go'shti ya'ni sho'rvasi qaltirash xamda bo'gin ogriqlariga davo bo'ladi» . YOsh tovuqning go'shti aqlni orttiradi. Tovuq go'shti ovoznı sof qiladi. Xo'roz shurvasi astma kasalligiga davo bo'ladi. Jo'ja va xo'roz sho'rvasi me'da yallig'lanishini bosadi. Ibn Sino shunday yozadi: Go'shtlardan eng yaxshisi tovuq go'shtidir.

Pazandalikda parranda go'shtlari parhez xisoblanadi. Egulik qush borki undan tayyorlanadigan taom biron bir bemorga shifo bo'laveradi. Parranda va ilvasinlardan tayyorlangan taomlar odam tanida tez xazm bo'ladi. Ular tarkibida to'ulıq oqsil, tez eruvchi yog, eqstrativ moddalar qup bulib, xushxurliq darajasi yuqori bqladi. Ilvasin gushtlari taxirroq mazzaga ega bulib, ularda ishtaxa ochar moddalar qup buladi.

Qaynatib pishirilgan parranda - Tovuq , juja, qurqa ba'zi xollarda goz, urdaqlarni pishirib ulardan iqqinchi issiq taom tayyorlanadi. Pishirilgan ilvasinlar sovuq taom sifatida ishlatiladi. Qaynatib pishirilgan parrandalar qaynab turgan suvga (1 qg maxsulotga 2, 5 litr suv) solinib olov balandlantiriladi. Qaynash davo

-35-

mida ko'piqlari suzib olinib, tuz, piyoz, ko'kat ildizlari sabzi xar xil ziravorlar qo'shib past darajada istemoldarajasiga keltiriladi. Go'shtning pishganligini aniqlash uchun parrandaning go'shtdor qismiga pazandaliq ignasi sanchib ko'riladi. Go'shtdan ranngsiz narsa ajralib chiqsa va igna oson sanchilsa bu go'shtni istemolga tayyor bo'lgan belgisidir.

Qovurilgan parranda va ilvasin- Parranda va ilvasinlarni butun yoki porsiyalarga bo'lgan uriladi ularni ozroq yog' bilan tovada, ko'p yog' solinib qozonda qovuriladi. Qovurish natijasida chuqur tovada xosil bo'lgan suyuklikdan go'sht seli tayyorlanib, istemolga tarqatishdan oldin ustidan quyib beriladi. Ishlovdan o'tib boglangan butun parranda ichi va ustidan tuz bilan ishqalanib, qizib turgan yog'ga ylkasi bilan qo'yilib aylanma xolda qizgish qobiq xosil bo'lguncha ag'darib, ag'darib qovuriladi.

Agar yog'siz tovuq va jujalar qovuriladigan bo'lsa ularning yuzida sezilarli qobiq xosil bulishi uchun nordonroq qaymoq sepib chiqiladi.

Parranda va ilvasin go'shtidan tayyorlangan qiymali kotletlar xam dasturxon ko'rkidir. Butun xolda pishirilgan yoki qovurilgan parrandalar issiq xolda 1soatgacha saqlanishi mumkin. Uzoq vaqt saqlanishi uchun ular sovutilishi kerak.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Parrandalar pishirishga qanday tayyorlanadi.
2. Parrandalar qanday pishiriladi.
3. Parranda go'shtidan tayyorlangan ovqatni ketma-ketlikda tushuntirib bering. (xoxlagan taomni) .

Foydalaniladigan adabiyotlar.

1. D. Siddiqov. « Lazzatli taomlar» Toshkent. Uzbekiston 1981 yil.
2. Q.Maxmudov. «Uzbek taomlari» Toshkent.
3. N. A. Anfimova. G. I. Zaxarova. L. L. Tatarskaya. «Pazandachilik» Toshkent. Uqituvchi 1993 yil.

Tayanch iboralari:

1. Parranda,
2. Ilvasin.
3. Bog'lash.
4. Ishlov.
5. Tabaki.
6. Pishirish.

-36-

MAVZU №10

Suyuqli taomlar.

REJA:

1. **Suyuqli taomlar xaqida ma'lumot.**
2. **Suyuq taomlar turkumi.**
3. **Sutli suyuq oshlar.**

4. Suyuq oshlar uchun pishirishga tayyor maxsulotlar.

5. Suyuq oshlarning sifataga qo'yiladigan talab. Suyuq oshlarni saqlash muddatlari.

-37-

SUYUQ TAOMLAR

Suyuq taomlar tushqi ovqatlanishning asosiy qismi xisoblanadi . Ular ikki qisimdan, suyuq va qo'yuq g'arnir qismida tashkil topadi. Qaynatma quruq shurva, sut,yorma yoki sabzavot meva qaynatilgan suv, kvas va boshqalar suyuq qism xisoblanadi. Tushki taomning subk qismida ekstraktiv va mineral, organik birikmalar bo'lib, suyuqlik ishlab chiqarilishiga sabab bo'ladi. Taomning quyuq qismi sifatida xar xil maxsulotlar: sabzavotlar, qo'ziqorin, yorma, dukkakli va makaron maxsulotlari, baliq, go'sht, parranda va boshqalar ishlatiladi. Taomning quyuq qismida oqsil, yog', uglirod, mineral moddalar, darmondorilar bo'ladi. Suyuq taomning oziqali ahamiyati uncha yuqori bo'lmay, 1 litr qaynatma quruq shurva 15 – 20 kaloriyaga ega bo'ladi. Biroq taomning quyuq qismi bo'lganligi sababligi, suyuq taomlarning ko'pi yuqori darajali oziqali ahamiyatga ega bo'ladi.

Suyuq taom turlar xar xil bo'ladi. Tarqatishdagi xarorat darajasiga qarab, sovuq va issiq taom. Issiqlarining xarorati 75°S dan kam bo'lmasligi, sovuqlarining xarorati 144°S dan yuqori bo'lmasligi kerak.

Tayyorlanish usuliga qarab gazaq qurinishida,pyure qurinishida, tiniq va boshqa turlarda buladi.

Tarqibidagi suyuqligiga qarab: qaynatma quruq shurvada sabzavot yoki yorma qaynatmasida, sutda, non qvasida, sutmaxsulotida tayyorlangan bo'ladi.

Issiq suyuq taomlar suyuq taom tayyorlash sexida, sovuqlari esa sovuq taom tayyorlash sexida tayyorlanadi. Suyuq taomlarni stasionar yoki plita ustida quyiladigan qozonlarda yoki kastyulkada, yoki suyuq taomga mo'ljallangan tovoqchalarda tayyorlanadi. Undan tashqari, suyuq taom tayyorlashda xar xil asbob – anjomlardan: tovarlar, soteyoniqlar, temir tovalar, sovli, galvirqabgir, chumich muxrlangan taxtachalar, xar xil pichoqlardan foydalaniladi. Pazandaning ish joyida stol tarozilari, taxtachalar, pichoqlar, ziravorlar solingan idishlar va ishlovdan utgan maxsulotlar (shur bodring, jazlangan sabzavot, ko'kat va xokazolar) bo'lishi lozim.

Qaynatma quruq shurva suyuq, go'sht, parranda, baliq qo'ziqorinlarni suvda qaynatish natijasida xosil bo'lgan qaynatidir. Qaynatma natijasida maxsulotlar tarkibidagi oqsil, yo', mineral moddalar va ziravorlardagi xushxurlik kabi ekstraktiv moddalar qaynatmaga o'tadi. Qaynatma quruq shurvaning xushxurligi undagi suv va maxsulotga, uning qay darajada maydalanganiga,qancha vaqt qaynatilganiga bog'liq.

Suvda eruvchi moddalarning ko'p yoki ozligiga qarab, qaynatmalar oddiy va konsentrlangan xolda tayyorlanadi. Oddiy qaynatma quruq shurva uchun esa 1,25 litr suv olinadi. Konsentrlangan qaynatma quruq shurva tayyorlashda 1 kg maxsulodan 1 litr suyuqlik olinishi lozim. Bundan qaynatma shurva tayyorlashni tavsiya qilinishining boisi, yoqilg'ining tejalishi,qaynatish, vaqtining qamayishi xajmi kichikroq idishda tayyorlanishi, saqlash uchun kichikroq xajimdagi idish

ishlatilishidan iborat Konsentrlangan qaynatmadan oddiy qaynatma tayyorlash uchun 1 litr qonsentrlangan qaynatmani 3-4 litr qaynoq suvga aralashtiriladi.

Maxsulotlardan tugri foydalanish , ularni me'yorida ishlatishga e'tibor berish va tayyorlanish uslubiga rioya qilish orqali yuqori sifatli qaynatma quruq shurva tayyorlash mumkin.

Qaynatma quruq sho'rva tayyorlashda mol go'shtidan , parranda go'shtidan tayyorlangan qaynatma kubiklaridan foydalanish xam mumkin. Buning uchun suyuq taom tuz qo'shilmagan xolda pishiriladi. Qaynatma ko'piklari esa oldindan issiq suvda eritib qo'yiladi va taom tayyor bo'lishidan 15-20 daqiqa avval , unga qo'shib aralashtiriladi va iste'mol qilinadi . 1 porsia suyuq taomga (500g) 2 **qubiq** (8g) xisobida qaynatma **qubiq** ishlatilishi mumkin.

Suyak qaynatmasi. Bunday qaynatma tayyorlash uchun mol, qo'y, qo'ylarning avval ishlovdan o'tgan ilik, toc, umurtqa, bilak suyaklari ishlatiladi.

Ozuqabop suyaklar avval maydalab chopiladi, so'ng qaynatiladi. Bunda uning archa ozuqa moddasi qaynatmagan chiqadi.

YOsh mol suyaklari va qo'y suyaklari qaynatishdan avval bir oz yuzaki qovurib olinadi. Bunday qilinganda tayyorlanayotgan qaynatmaning tashqi ko'rinishi tabiatli , mazasi xushxo'r bo'ladi.

Tayyorlangan suyak qozonga solinib , sovuq suv quyib , qaynab chiqquncha qadar olov baland qilib qo'yiladi. Qaynatma qaynagach olov pasaytirilib vaqti vaqti bilan yuzidagi ko'pigi olib turiladi. Qaynash jarayonida qaynatma yuzidagi ko'pikni olib turishdan maqsad qaynatmaning tashqi ko'rinishidagi tiniqligini ta'minlashdir. Ko'pigi olinmay qaynatilgan quruq shurvada ko'pik parchalanib, unmg ko'rinishini xiralashtirib qo'yadi.

Mol suyagidan tayyorlangan qaynatma 3,5-4 soat , qo'y va qo'y suyagidan tayyorlangan qaynatma 2-3 soat qaynatilishi kerak. Uzoq vaqt davomida qaynatilsa, qaynatmaning mazasi va xushxo'rliigi o'zgaradi. Taom tayyor bo'lishiga 30-40 daqiqa qolganda me'yorini mo'ljallab yogsiz jazlangan kukat ildizi, sabzi, piyoz va taom xushxo'rliigini oshiruvchi kashnich, ukrop, sel'derey, sarimsoqqpiyoz solinadi. Qaynatma maromiga etib pishgach, elakdan o'tkazib suziladi.

-39

Go'shli suyuq qaynatmasi. Bunday qaynatma tayorlash uchun 1,5-2 kilogramm vazndagi to'sh, qo'l, qo'l osti, qovurga go'shti ishlatiladi.

Ishlovdan o'tib tayorlangan suyak sovuq suvga solinib, 2-3 soat ko'pik va yoglari suzib turilgan xolda past olovda qaynatiladi. So'ngra go'sht bo'laklari solinib, olovda qaynatiladi, tezda qaynash darajasiga etkaziladi, ustidagi ko'piklari olinib past olovda 1,5-2 soat qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan 30-40 daqiqa avval me'yorini mo'ljallab yogsiz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz va taom xushxo'rliigini oshiruvchi ko'katlar solinadi. SHo'rva pishib etilgach go'shti olinib, qaynatma elakdan o'tqazib suziladi.

Bunday qaynatmani yana boshqa usulda xam tayorlash mumkin. Buning uchun tayorlangan suyuq va go'sht maxsulotlari qozonga solinib, ustidan sovuq suv quyuladi, olovni baland ko'tarib qaynatiladi. Qaynagach olov turiladi. Qozondagi maxsulot 1,5-2 soat qaynatilib, go'shti olinadi. Suyak esa yana qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan 30-40 daqiqa oldin yogsiz jazlangan ko'kat ildizi, sabzi, piyoz va

taom xushxo'rligini oshiruvchi ko'katlar solinadi. Tayyor qaynatma elakdan o'tkazib suziladi.

Parranda go'shtidan tayyorlangan qaynatma quriq shurva.

Parranda go'shtidan qaynatma quriq shurva tayyorlash uchun butun bug'in parranda go'shti, parranda kalla-pachchalaridan, yurak, oshqozon, bo'yin umurtqasi, bosh, qanot, bo'yin go'shti va suyaqlaridan foydalaniladi. Butun parrandaning oyoq, qanotlari, bo'yin ko'rinishi ixchamlashtirib pishirishga tayyorlanadi, suyaklar chopilib, vaqti-vaqti bilan ustidagi ko'pik va suzib chiqqan yog'i olinib turiladi. Qozondagi masalliq 20-30 daqiqa qaynagandan so'ng, yog'siz jazlangan ko'kat ildizi, piyoz solinadi. Parrandaning turi va yoshiga qarab qaynash jarayoni 1 soatdan 2 soatgacha davom etadi. Taom tayyor bo'lgach, uni elakdan suzib olinadi. Agar qaynatma tayyorlashda butun parranda go'shti, uning qalla-pachchalari, suyaklari birga ishlatilsa, dastlab suyak va qalla pachchalar qaynatib pishiriladi, butun parranda go'shti esa uning pishib etilishi vaqti xisobga olinib, keyin solinadi.

Baliqdan tayyorlangan qaynatma quruq sho'rva. Bunday sho'rvani tayyorlashda ishlovdan o'tgan baliq va ozuqali baliq chiqitkalari boshi, suzgich qanotlari, dumi, terisi, suyagi ishlatiladi. Okun' oilasiga mansub okun', sudak, ershch va boshqa baliqlardan yaxshi qaynatma tayyorlanadi. Zogora baliq, sazan, lesh', vobla baliqlaridan qaynatma tayyorlash tavsiya etilmaydi. Chunki bu baliqlardan tayyorlangan qaynatmaning mazasi taxir bo'ladi. Osiyotr oilasiga mansub baliqlarining yirik suyaklari va boshi bo'laklarga bo'linib ko'zi va oy qulogi olib tashlanadi va qaynatmada maxsulot sifatida ishlatiladi. Ishlovdan o'tib sovuq suv (1kg maxsulotga 3-3,5 litr suv) quyiladi va olovni balandlatib qaynatiladi. Qozondagi masalliq qaynab chiqgach ustidagi ko'pigi olib tashlanadi. Xom ko'kat ildizi, to'g'ralgan piyoz solib past olovda 50-60 daqiqa qaynatiladi. Qaynatma iste'molga tayyor xolga kelgach, tindiriladi va elakdan o'tkazib, suzib olinadi.

Osiyotr oilasiga mansub baliq boshidan qaynatma tayyorlashda –baliq boshi qozonga solinib, bir soat qaynatilgandan so'ng qozondan go'shti ajratib olinadi, kemirchak suyagi esa yumshoq xolga kelguncha 1,-1,5 soat davomida qaynatiladi.

Tayyor qaynatma elakdan o'ttkazib suziladi. Ajratib olingan baliq go'shti va yumshagan kemirchak suyagi bo'laqlarga bo'linib taom tarqatishda qo'shib beriladi.

Qo'ziqorin pishirilgan suv. Buning uchun yangi yoki quritilgan qo'ziqorinlar ishlatiladi. Quritilgan qo'ziqorin saralanadi, tozalab yuviladi, bir oz bo'ktirilib (10-15 daqiqa) qotib qolgan tashqi maxsulotlari ivitiladi. Yuviq tashqi maxsulotlardan xoli qilingandan so'ng, 1kg qo'ziqoriniga 7 litr sovuq suv solinib, 3-4 soat davomida bo'ktiriladi. Qo'ziqorin suzilib, chayib tashlanib, o'zi bo'ktirilgan suvida 1,5-2 soat davomida pishiriladi. Tayyor qo'ziqorin suzib olinib, qum qoldiqlari qolgan bo'lsa, suvda yuvib tashlanadi. Qaynatmani esa biroz tindirilib, yuzidan suzib, elakdan o'tkaziladi. Qum qoldiqlari bo'lishi extimoli bo'lgani uchun elakdan o'tqazilayotgan qaynatmadan bir oz qoldiriladi. Tayyor qo'ziqorin mayda tug'ralgan xolda yoki qiymalovchi mashinadan utkazilgan xolda qaynab turgan suyuq taom tayyor bo'lishidan 5-10 daqiqa avval solib ishlatiladi.

Sutli suyuq oshlar sutda yoki sut bilan suv aralashmasida. Shakarsiz suyuqlashtirilgan sutda yoki quritilgan sutda yorma makaron maxsuloti va sabzavotlar bilan tayyorlanadi. Makaron, yorma maxsulotlari, sabzavotlarning sutda pishishi qiyin. SHuning uchun ular avval yarim tayyor xolgacha suvda pishirilib, so'ng qaynab turgan sutga solinib, iste'molga tayyor xolga keltiriladi.

YOrmalı sutlı suyuq osh. Saralanib, yuvilgan yorma (go'ruch,arpa,sut) qaynab turgan tuzli suvga solinadi. Maxsulot yarim tayyor xolgacha pishgandan so'ng,qaynab turgan qozonga sut solinib,taom tayyor xolga kelguncha qaynatiladi va oxirida shakar qo'shiladi. Agar sof sutda pishirish lozim bo'lsa, maxsulot suvda 5-7 minut qaynatilgandan so'ng elakda suyuqligi suzilishi kerak, so'ng qaynab turgan sutga solinib iste'molga tayyor xolga kelgunicha qaynatilishi kerak.

Manna yoki suli yormasidan sutli suyuq osh tayyorlash uchun elakdan o'tqazilgan maxsulotni qaynab turgan sut yoki sut bilan suv aralashmasiga naycha usulida oz-ozdan solib to'xtovsiz aralashtirib

41

turishadi. Taom tayyor bo'lishidan avval ta'miga qarab tuz, shakar solinadi.Tarqatishda likobchaga yormalı sutlı suyuq oshi suzilib,ustidan sariyog' yoki margarin qo'shib beriladi.Sut 700, suv 3350, guruch 70 yoki manna 60, suti, arga888880, sariyog 10, shakar 10.

Makaron maxsulotli sutli suyuq oshi. Ishlovdan o'tgan makaron maxsuloti yarim tayyor xolgacha tuzli suvda pishiriladi, suyuqligi to'kilib, qaynab turgan suv qushilgan sutga solinadi va iste'molga tayyor bo'lgunga qadar qaynatib pishiriladi.Agar taom sof sutda tayyorlanadigan bo'lsa,qaynab turgan tuzli suvda makaron—15—20 daqiqa,ugra---110—12daqiqa, vermishel', 5-7 daqiqa qaynatilgan elakka solib suvi silqitiladi.so'ng qaynab turgan sutga solib me'yorida tuz va shakar qo'shib tayyor bo'lgunga qadar qaynatiladi.Mayda. xar xil shakldagi («yulduzcha» xar xil xarf. «qulovvcha», «baliqcha») makaron maxsulotlari qaynab turgan sut yoki suv va sut aralashmasiga solib qaynatiladi. Taom tayyor bo'lishidan avval tuz, shakar solinadi. Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq osh suzishib. Ustiga sariyog solib beriladi.

Sabzavot solingan sutli suyuq osh. Sabzi pallacha.to'rt burchakli uzun yoki kubik shaklda tugralib, sariyog yoki margarinda yuzaki jazlanadi. Gulkaramning gulchalari ajratiladi, oq o'zakli karam shashi shaklida, kartoshka pallacha yoki kubik shaklida to'graladi.Ko'k loviya kuzagi bilan kvadrat yoki romb shaklida kesilib tuzsiz suvda jazlangan sabzi solinib,qaynatiladi,so'ng kartoshka , gulkaram yoki oq uzakli karam solinib yarim tayyor xolga kelguncha pishiriladi. Taom tayyor bo'lishidan avval aloxida pishirilib tayyorlangan loviya, tuz solinadi.

Sabzavot solingan sutli osh yil fasliga qarab xar xil sabzavotlardan: ko'k no'xat, sholg'om, qovoq, ismaloq bargi, salat bargi va boshqalar qo'shib tayyorlanishi mumkin. Ba'zida bu suyuq oshlar qovurilib suv yoki sutda aralashtirilgan un qo'shib tayyorlanishi xam mumkin.

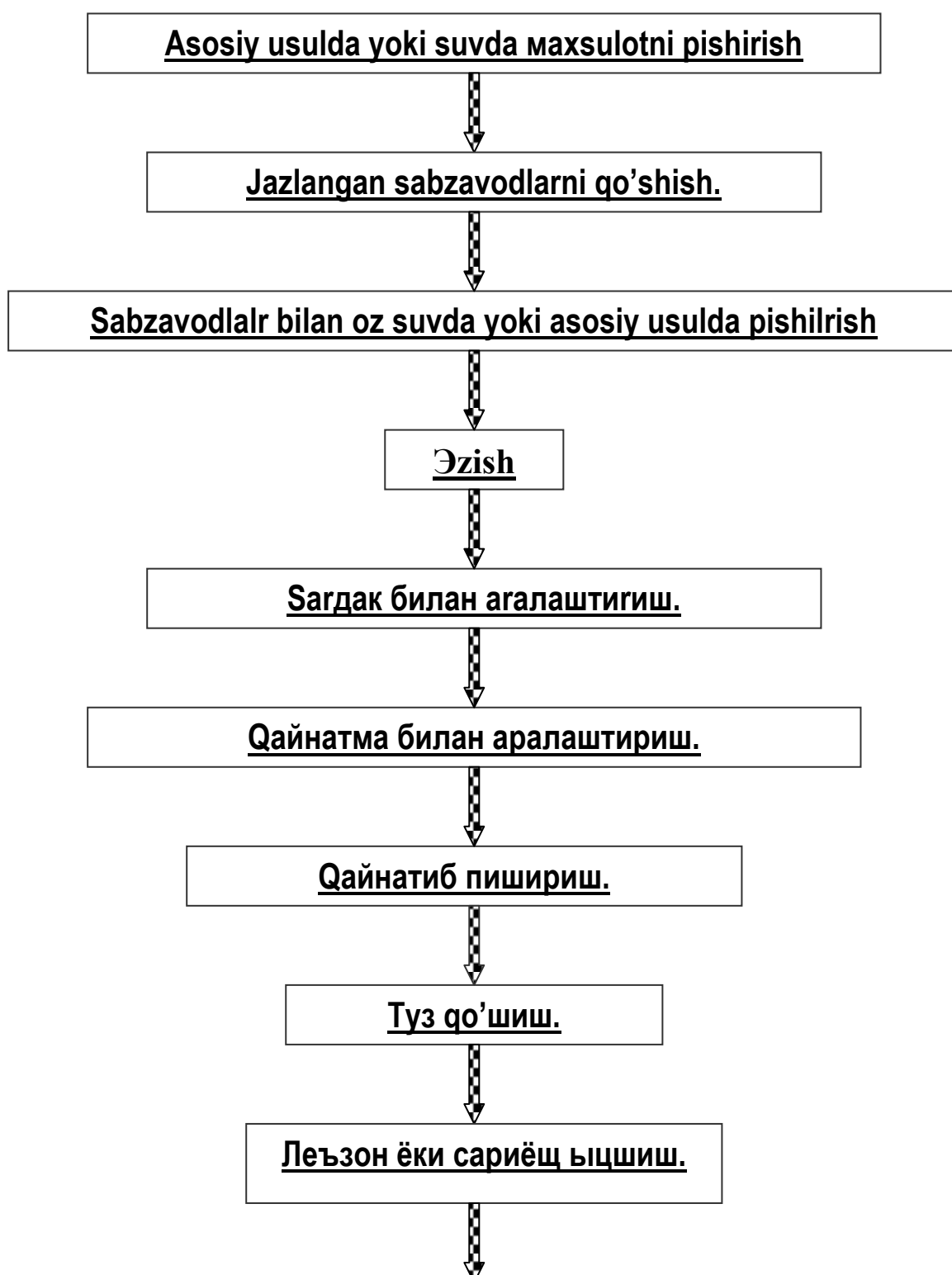
Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq osh suzilib, ustiga bir bo'ulak sariyog' quyib beriladi.

Pyure suyuq oshlar yuqori ozuqali bo'lib, tez xazm xislatiga ega bo'lgani uchun ko'pincha bolalar va parxez taomlarida qo'llaniladi, Bu suyuq oshlar sabzavotlardan,yormalardan, dukkaklilardan, parranda va ilvasinlardan, jigar, baliqlardan tayyorlanadi. Boshqa suyuq oshlardan farqi, bu taom ezilgan xolda, bir xil quyuvliqda, xushxo'r bo'ladi. Suyuq oshning asosini ezilgan maxsulot va oq sardak tashkil qiladi. Bunday suyuq osh tayyorlash chizmasi 1- rasmda qo'rsatilgan.

Pyure suyuq oshini tayyorlash uchun ishlatiladigan maxsulotlar turli issiq ishlovlardan o'tqaziladi. Pishiriladi dimlab yumshoq xolga

keltiriladi, so'ng ezuvchi mashina yoki elak yordamida ezib tayyorlanadi. Yomon eziladigan maxsulotlar, avval go'sht qiymalagichda maydalanib so'ng ezuvchi mashina yordamida ezilishi kerak. Ezilgan maxsulotlarni suyuqlik, oq sardak bilan aralashtirishdan maqsad, mayda maxsulotlarning ch'oqma xosil qilmay bir xil quyuqlikdagi xolatini saqlab qolishdan iborat.

Pyure suyuq oshlari vegetarian usulda, suyak yoki parranda go'shti.



qaynatmasida, sabzavot yoki yorma qaynatilgan suvda , yoki sutda tayyorlanadi. Oq sardak tayyorlash uchun un yog'siz yoki yog' bilan rangi o'zgartirmay jazlanadi, sovutilib,qaynatma yoki maxsulot qaynatilgan suvda aralashtiriladi. Ba'zida pyure suyuq oshlar un qo'shilmay tayyorlanishi mumkin. Bunda un o'rniga gurunch yoki pishirib ezilgan arpa yormasini qo'shiladi. Sariyog', sut l'ezon qo'shilgan suyuq oshni 70°S dan yuqori darajada isitish mumkin emas, chunki taomdagi oqsil moddasi 70°S dan yuqori darajada qumoq-qumoq bo'lib ajralib qolishi mumkin.

Taomni tarqatishda likobchaga pishirilgan maxsulotdan porsiasiga 15-20gramm xisobida solinadi. Aloxida idishda mayda kubik shaklida kesilib, quritilgan oq bo'lka non, juxori yoki bug'doy bodroqlari, gumma tortiladi.

Sabzavotli pyure suyuq oshi.

Bunday pyure suyuq oshlari kartoshkadan, sabzidan, gulkaram, ko'k nsxat, qovoqchadan, pomidor va boshqa sabzavotlardan tayyorlanadi. Suyuq osh bir xil yoki bir necha xil sabzavotlardan tayyorlanadi.

SHolg'om yoki sabzili pyure oshi.Piyoza va ko'kat ildizi to'g'ralib jazlanadi. Sabzi yoki sholg'om somoncha shaklida to'g'raladi, idishga solinib 1/3 miqdorda qaynatma quyiladi. So'ng jazlangan sabzavot solinib, yumshoq xolga kelguncha qaynatiladi. YUmshagan sabzavotlar eziladi va oq sardak , qaynatma bilan aralashtiriladi, tuz qo'shib maromiga etguncha pishiriladi.

Tarqatishga chuqur likobchaga garnir sifatida donador gurunch bo'tqasi, pyure suyuq oshi solib beriladi. Qotirilgan non aloxida beriladi.

Sabzi 400 yoki sholg'om 480, petrushka (ildizi) 13, bosh piyoz 24, bug'doy uni 20, gurunch 20 , sariyog'20, sut 150 , tuxum 1/4 dona, qaynatma yoki suv 700.

Kartoshkali pyure suyuq oshi.Sabzi, piyoz, petrushka ildizi to'g'ralib jazlanadi. Kartoshka qaynab turgan qaynatma yoki suvda yarim tayyor xolgacha qaynatilgandan so'ng, jazlangan sabzavot qo'shib yumshoq, ezilarli darajagacha pishiriladi. Sabzavotlar suzib

olinib eziladi va oq sardak, qaynatmada tuz qo'shib aralashtirgan xolda qaynatilib tayyor xolga qeltiriladi, taomga l'zon yoki qaynoq sut bilan sariyog' qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga garnir jazlangan piyoz, kartoshkali pyure suyuq oshi suziladi, aloxida likobchada qotgan non tortiladi.

44

Ko'k no'xatli pyure suyuq oshi. Sabzi piyoz to'gralib jazlanadi. Ko'k no'xat konservalangan suvida bir qaynagandan so'ng, oz miqdordagisi garnir uchun suzib olinadi. Qolgan ko'k no'xat ustidan jazlangan sabzavot qo'shib, qaynatiladi, so'ng pishirilgan suyuqligi bilan eziladi. Ezilgan maxsulotga oq sardak, tuz qo'shib qaynatib tayyor xolga keltiriladi. Iste'molga tayyor bo'lgan taomga l'ezon va sariyog' qo'shiladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga ko'k no'xat solinib, ko'k nuxatli pyure suyuq oshi suziladi, aloxida likobchada qotgan non tortiladi. Bu suyuq oshni yana quritilgan ko'k no'xat yoki yangi ko'k no'xatlardan xam tayyorlash mumkin. Agar quritilgan ko'k no'xat bo'lsa saralab yuvilgandan so'ng suvda 1,5-2 soat bo'ktirilishi va o'z suvida tuz qo'shilmay yumshoq xolgacha qaynatilishi kerak.

Xar xil sabzavotli aralashma pyure suyuq oshi. Bosh piyoz somoncha shaklida to'gralib sariyog'da yuzaki jazlanadi. Sabzi, sholg'om to'graladi. SHolg'omdagi taxir mazani yo'qotish uchun uni suvda bir qaynatib olinadi. Oq uzakli karam to'gralib, qaynoq suvga botirib olinadi. Kartoshka bo'laklarga bo'linib yumshoq xolga kelguncha aloxida qaynatiladi. Sabzi, sholg'om oz suvda qaynatib yarim tayyor xolga keltirilib sariyog', karam, jazlangan piyoz qo'shib, yumshoq xolga kelguncha yana qaynatiladi. Tayyor bo'lishidan avval ko'k no'xat va kartoshka qo'shiladi. Pishirib tayyorlangan savzavotlar uz suyuqligi bilan eziladi va oq sardak qaynatma qo'shilgan xolda mazasiga qarab tuz qo'shib qaynatiladi. Iste'molga tayyor taomga l'ezon, sariyog' qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga qko'k no'xat va mayda kubik shaklida kesib yumshoq pishirilgan sabzavotlar (sabzi, sholg'om)

solinib, sabzavotli pyure suyuq oshi suziladi va aloxida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Karam 100, kartoshka 120, sholg'om 20, sabzi 75, bosh piyoz 48, konservalangan ko'k no'xat 31, bug'doy uni 20, sariyog' 20, sut 150, tuxum 1/4 dona, qaynatma yoki suv 750.

YOrma va dukkak maxsulotli pyure suyuq oshi.

Bu suyuq oshlar guruch, arpa, suli, poltavacha bug'doy yormalaridan, no'xat, loviya, yasmik kabi dukkakli maxsulotlardan tayyorlanadi. YOrma yokqi duqqaqlilar ezilarli darajada pishirilishi va uz pishirilgan suvi bilan birga ezilishi qeraq. Ezilgan maxsulotning bir xil chuziluvchan xolati qup miqdordagi qraxmal xisobiga amalga oshadi. Bu xolat uz quyuq-suyuqligini mustaxqam saqlash xususiyatiga ega bulganligi sababli, oq sardaqni qushish zaruriyatini tugdirmasligi xam mumqin. YOrmalarni

-45-

sezilarli darajagacha pishirish ko'p vaqtni talab qilishi bilan birga, ularni ezishda xammasi bir xil ezilmay.ma'lum darajada ezilmaganlari xam qolishi mumkin. Pishirish jarayonini kuchaytirish uchun yormalarni bir oz quritib,yanchilib ,un xoliga keltirib, o'z vazniga nisbatan ikki barobar ko'p suv yoki qaynatmadabir xil aralashtirilib,qaynab turgan suv yoki qaynatmaga quyilib, to'xtovsiz aralashtirilgan xolda qaynash darajasiga etkaziladi va 20-25 daqiqa qaynatib,tuz l'ezon qo'shilmay tayyorlanadi. Tarqatishda ozgina ezilmagan yorma qo'shilsa xam bo'ladi.

Guruch yoki arpali pyure suyuq oshi. Sabzi,piyoz va petrushka ildizi to'g'ralib saryog'da yuzaki jazlanadi. Tayyorlangan yorma qaynab turgan qaynatma yoki suvga (1kg. YOrmaga 5l.suyuqlik solinadi) solinib, sariyog qo'shilib,qopqog'i yoyilgan xolda, past olovda yarim tayyor xolgacha pishirilgandan so'ng, jazlangan sabzavot qo'shiladi,yumshoq ezilarli darajaga kelguncha qaynatiladi va o'z suyuqligi bilan elak yoki ezuvchi mashinada eziladi.Ezilgan maxsulot ,oq sadak o'z qaynatmasida aralashtirib qaynashdarajasiga etkaziladi,l'ezon.sariyog' qo'shibtayyor xolga keltiriladi.Suyuq oshga oq sardak qo'shmay tayyorlash mumkin.Aloxida qaynatmada yumshoq pishirilgan guruch yoki arpa yormasini tayyolanadi. Tarqatishda chuqur likobchaga pishirilgan

yormali,pyure suyuq oshi suzilib, aloxida likochada qotirilgan non tortiladi.

Dukkakli maxsilot pyure syuuq oshi. Saralab tozalangan no'xat yoki loviya yuvilib, 2-3 soat ivitiladi, so'ng no'xat yoki loviya yuzasini 1-2sm. Ko'mib turadigan qilib qaynatma yoki suv quyiladi va ular yumshaguncha tuz solmay pishirildi. Qaynash natijasida suvi kamayib qolsa, zarur miqdorda qaynoq suv solinib turiladi. So'ng jazlangan sabzi,petrushka,piyoz solinib taom tayyor bo'lguncha pishiriladi. Sabzi maxsulot eziladi ,oq sardak tuz solib qaynatiladi. Iste'molga tayyor bo'lgan taom sariyog', qaynoq sut yoki qaymoq qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda chuqur likobchaga suyuq osh suzilib, aloxida likopchaga qotirilgan non beriladi. Bu suyuq osh dudlangan cho'chqa go'shti yoki biqin go'shtidan tayyorlanishi mumkin. Dudlangan cho'chqa go'shtini mayda kubik shaklida to'g'ralib oz suvda qaynatiladi,suyuqligi suzilib, no'xat yumshoq xolga kelgandan so'ng suyuqligini qo'shiladi,go'shtini esa tarqatishda likopchaga solib beriladi.

Go'sht maxsulotli pyure suyuq oshi.

46

Go'sht maxsulotli pyure oshlari parranda, quyon, mol yoki buzoq jigarlaridan tayyorlanadi. Parranda avval pishiriladi, jigar esa qoviriladi.

Parranda pyure suyuq oshi. Bog'langan parranda pishgunicha qaynatiladi. Pishishi jarayonida petrushka ildizi, sabzi, piyoz solinadi. Pishgan parranda go'shti suyakligidan suzilib, sovitiladi, go'shti suyagidan ajratiladi. Suyaqdan ajratilgan laqim go'sht bo'laklarga bo'linib go'sht qiymalovchi yoki ezuvchi mashinalardan o'tkazilib, qaynatma bilan aralashtiriladi. Tayyorlangan parranda go'shti yog'och o'qlov yordamida o'z-ozidan sovuq

qaynatma qo'shib eziladi va aralashtiriladi, so'ng elakdan suzib o'tqaziladi. Ezilgan maxsulotga oq sardak, tuz solib qaynatiladi.

Iste'molga tayyor bo'lgan suyuq oshga l'ezon qo'shib aralashtiriladi.

Tarqatishda likobchaga somoncha shaklida kesilgan parrandaning file go'shti solinadi, ustidan parranda pyure suyuq oshi suzilib, aloxida likobchada qotirilgan non tortiladi.

Soviq suyuq oshlar davriy taom xisoblanib, asosan yoz faslida tayyorlanadi. Soviq suyuq oshlarga: oqroshka, lavlagi sho'rva, sovuq bo'rch, sovuq ko'k sh'rva kiradi. Ular non kvasi, lavlagi sharbati, sabzavot, keferdan tayyorlanadi.

Bu suyuq oshlar sovuq sexlarda tayyorlanib, ular uchun aloxida tamg'alangan asbob – anjomlari, taxtagachlar ishlatiladi. Bunda maxsulotlarga ishlov berish jarayonida va saqlashda tibbiyot qoidalariga qat'iy rioya qilinadi. Iste'molga tayyor suyuq oshlar sovitgichda saqlanadi.

Tarqatishda suyuq oshlarga bir bo'lak muz qo'shib berish mumkin.

Muzni aloxida likopchada xam berish mumkin. Soviq suyuq osh tayyorlashda umumiy ovqatlanish korxonalariga (OST 18-118-73) belgisi kvas keltiriladi. Biroq kvasni qotirilgan javdar nonidan yoki kvas oziq- ovqat korxonalarida ishlab

chiqariladigan konsentratidan tayyorlash mumkin.

Non kvasini tayyorlash. Javdar noni mayda bo'laklarga kesilib, qovrish shkafida qizg'ish rangga kiritiladi. Suv qaynatilib, 80°S gacha sovutiladi tayyorlangan javdar noni suvga solinib, 1,5- 2 soat davomida bir necha bor aralashtirilib turiladi. Bu vaqt ichida non maxsulotlari tarkibidagi suyuqlik suzib olinadi.

23- 25° S xaroratga ega bo'lgan «non suslosiga» shakar, susloda eritilgan xamirturush qo'shib aralashtiriladi va 8- 12 soat davomida issiqroq joyda achitiladi. Achitilish davomida kvasga kishmish, yalpiz qo'shish mumkin. Tayyor kvas suzib olinib, sovutilgan xolda, sovitkichda yoki muzxonalarda saqlanadi.

Qotgan javdar noni 40 gr yoki non kvasi 35gr shakar 30 gr xamirturush 1,5 gr, yalpiz 1,5 gr, suv 1200 gr. Sof og'irligi 1000 gr.

—47—

Go'shtli oqrashqa. Oqrashkani non kvasi, chuchuk qatiq, kifir, qatiq zardobida tayyorlanadi. Oqroshka tayyorlash jarayoni uch bosqich: maxsulotlarni tayyorlash, kvasga aralashtirish, tarqatishdan iborat.

1. Ko'k piyoz to'graladi, uning bir qismi tuz bilan ishqalab, sharbati chiqariladi. Yangi bodringning achchiq va dag'ar po'chogi artiladi, yirik urug'laridan tozalanadi. Yangi mayda bodiringni po'chogi artilmaydi. Ishlovdan o'tgan bodiring mayda kubik yoki somoncha shaklida to'graladi. Tuxum qattiq pishirilib, tozalanib oqi va sarigi ajratiladi. Tuxum oqi mayda kubik shaklida to'graladi, sarigi esa ezib elakdan o'tkaziladi. Pishgan go'sht sovutilib, somoncha yoki mayda kubik shaklida to'graladi. Non kvasi elakdan o'tkazib suziladi. Ukrop maydalab to'graladi. Tayyorlangan maxsulotlar tarqatilguncha muzxonalarda saqlanadi.

2. Pishirib ezilgan tuxum sarigi, tayyorlangan gorchisa, tuz, shakar, qaymoq, ko'k piyoz bilan aralashtirib, kvas qo'shiladi va yaxshilab aralashtirilgan xolda muzxonalarga qo'yiladi. Kvasga qo'shib tayyorlangan maxsulotlar okroshkaga xushxo'r maza beradi.

3. Tarqatishga likopchaga pishirib kesilgan go'sht, tuxum oqi, yangi bodiring, piyoz solinib kvas suziladi, ustiga qaymoq va ukrop solib beriladi. Agar okroshka ko'p miqdorda tayyorlanadigan bo'lsa, go'sht va tuxum oqidan tashqari xamma maxsulotlar

kvasga aralashtirib tayyorlanadi, tuxum oqi va go'sht esa okroshka tarqatilayotganda likopchaga solib beriladi.

Go'shtli okroshka pishirib sovutilgan, mayda kubik shaklida to'gralgan kartoshka bilan xam tayyorlanishi mumkin. Yangi bodring o'rniga tuzlangan bodring yoki redisqa ishlatilishi xam mumkin.

Mol go'shti 219 gr., non kvasi 700 gr., ko'k piyoz 75 gr., yangi bodring 150 gr., qaymoq 10 gr., tuxim 1 dona, shakar 10 gr., tayyor gorchisa 4 gr., qaymoq 30 gr.

Aralashma go'shtli okroshka. Xuddi go'sht okroshkasiga o'xshab tayyorlanib, lekin pishirilgan mol go'shtidan tashqari yana dudlangan qo'y soni yoki pishirilgan buzoq, qo'y, til va boshqa go'sht maxsulotlari ishlatiladi.

Sabzavotli okroshka. Kartoshka saralanadi, tozalab yuvilgach, po'sti bilan pishiriladi, sovilib, po'sti tozalanadi. Sabzi po'chog'i artilib, pishiriladi sovutiladi. Rediska bargi va ildizi kesilib, yuvib tozalanadi. Kartoshka, sabzi, rediska mayda kubik yoki somoncha shaklida to'graladi. Yuqoridagi sabzavotlardan tashqari okroshka uchun

sholg'om, gulkaram xam ishlatilishi mumkin. Sabzavot okroshkasini tayyorlash qo'lda go'shtli okroshkani tayyorlash usuliga o'xshab bajariladi.

-48-

Sovuq borshch. Qizil lavlagi tozalanib, somoncha shaklida to'graladi, sirka, qaynatma yordamida yumshoq xolgacha dimlanadi. Tozalangan sabzi somoncha shaklida to'gralib aloxida suvda yumshoq qilib pishiriladi va qizilcha qo'shib, ustidan qaynoq suv, tuz, shakar qo'shib qaynatiladi va sovutiladi. Ko'k piyoz maydalab, yangi bodiring somoncha shaklida to'graladi. To'gralgan sabzavotlar borshchga solinadi.

Tarqatishda chuqur likopchaga pishirilgan tuxum solinib, borshch suziladi, ustiga ukrop va qaymoq solib beriladi. Borshch sabzi qo'shilmay go'sht yoki baliq bilan tayyorlanishi xam mumkin. Tarqatishda likopchaga avval go'sht yoki baliq solinadi.

Qizilcha 250 gr., ko'k piyoz 63 gr., yangi bodiring 125 gr., tuxum 1 dona, shakar 10 gr., 30% li sirka 16 gr., suv 800 gr., qaymoq 80 gr.

Sovuq lavlagi sho'rva. Qizil lavdlagi somoncha yoki mayda kubik shaklida

to'gralib sirkali o'z suvda yumshoq xolgacha pishiriladi va sovutiladi. Ertagi yosh qizil lavlagini bargini xam aloxida kesib olinib to'gralib, o'z suvda pishirib, ishlatish mumkin. Sabzi somoncha yoki mayda kubik shaklida to'graladi, o'z suvda yumshoq xolgacha pishiriladi va sovutiladi. Ko'k piyoz maydalab to'graladi. YAngi bodring somoncha yoki mayda kubik shaklida to'graladi. Tayyorlangan sabzavotlarga aralashtirilib, tuz, shakar qo'shilib, ustidan suzilgan non kvasi quyiladi.

Tarqatishda likopchaga pishirilgan tuxim, ustidan lavlagi sho'rva suziladi, ukrop, qaymoq solib beriladi. Lavlagi sho'rva tayyorlashda non kvasining ma'lum miqdori qizilcha sharbati bilan almashtirrilishi mumkin.

Umumiy ovqatlanish korxonalarini zarur maxsulotlar bilan ta'minlash uchun, oziq-ovqat sanoati va maxsulot tayyorlovchi fabrikalar suyuq oshlar uchun yuqori darajadagi pishirishga tayyor maxsulotlarni ishlab chiqarmoqda. Pishirishga tayyor bunday maxsulotlar maxsus sigimga ega bo'lgan idishlarda 3-5 kilogrammli vaznda, 530X325X65 mm o'lchamli yog'och yoki zanglamaydigan qoplamali po'lat yashiklarga

ich tomonidan ozuqa maxsulatlarga ta'sir etmaydigan lak bilan qoplangan xolda joylashtirib keltiriladi. Pishirishga tayyor bunday maxsulotlarni muzxonalarda 6 sutka davomida, uy xarorati sharoitida 24 soat davomida saqlanishi mumkin.

Tez muzlatilgan tayyor maxsulotlar 5,10,15 va 20 porsiya xisobiga to'g'ri to'rtburchak shaklda, laklangan sellofanga o'ralgan xolda, sellofanga o'ralib karton karobkaga solingan xolda yoki alyumin zar qog'ozidan tayyorlangan idishlarga joylashtirilgan xolda keltiriladi. Pishiishga tayyor bunday maxsulotlar-15-12°S li muzxonalarda 10 sutka davomida saqlanishi mumkin.

-49-

Suyuq taomlarga muljallangan tuzlangan va dimlangan karam sovutilgan xolda keltiriladi. Sabzi xam to'g'ralgan karam shakliga mos qilib to'graladi. Sabzavotlar yuzi qotgan yog' bilan qoplangan bo'ladi. Maxsulot rangi sargishdan to'q qizgish rangacha bo'lib, nordonroq, xushxo'r mazaga ega, dimlangan karamga xos ko'rinish, xushxo'r bo'ladi.

Dimlangan sho'r karam pishirishga tayyor maxsuloti vazni o'lchangan xolda ishlab chiqariladi. -4-8°S li sharoitda 72 soat davomida saqlash mumkin. «Masalliqlar

retseti to'plami» xujjatidan foydalanib,pishirishga tayyor bu maxsulotlar borj taomlari uchun ishlatiladi.

Borshch uchun dimlangan qizil lavlagi. Dimlangan qizil lavlagi qaynoq xolda 15 kilogramli idishga solib,qopqoqlanadi va tezlik bilan maxsulot ichidagi xarorat 6---8⁰ s ga etguncha sovutiladi. Bu maxsulot 4-8⁰li sharoitda 96 soat davomida saqlanadi. Dimlangan qizil lavlagini borshch tayor bo'lishidan 8-10 daqiqa avval qozonga solinadi.

Borch dorivorisi –tez muzlatilgan yoki konservalangan xoldagi jazlangan va dimlangan sabzavot aralashmasi (qizilcha,sabzi,ko'kat ildizi va piyoz)somoncha shaklida to'gralib , tamat pyure, shakar, ziravorlar qo'shib tayorlanadi.Agar muzlatilgan borch dorivorisini ishlatish lozim bo'lsa,chuqur tova yoki kastyurkaga bo'shatiladi,ustidan qaynatma quyilib,yuzidagi suyuqlikni 5-10 sm dan oshirmay, aralashtirib isitiladi.

Suyuq osh dorivorisi-tez muzlatilgan yoki konservalangan xoldagi sabzavot aralashmasidir. Unda somoncha shaklida somoncha shaklida to'gralib jazlangan sabzi ,bosh piyoz ,k'okat ildizi bo'ladi. Bu dorivor

xushxo'r taomlar va pyure suyuq oshlar uchun porsyasiga 40 gramm xisobiga ishlatiladi. Muzlatilgan xoldagi pishirishga tayyor maxsulot chuqur tova yoki kastyurkaga joylashtirilib, ustidan qaynoq qaynatma soklinib, yuzida 5-10 sm suyuqlik bo'lgan xolda, to'liq muzdan tushguncha aralashtirib isitiladi.

Rassol'nik dorivorisi- tez muzlatilgan yoki konservalangan xoldagi sabzavot aralashmasidir. Unda somoncha tugralib, qo'y yog'ida jazlangan sabzi, piyoz, ko'kat ildizi bo'ladi. Unga sho'r bodring suvi qo'shiladi. Agar leningratcha rassol'nik uchun mo'ljallangan bo'lsa, dorivor arpa yormasi qo'shib tayyorlanadi. 500 grammli suyuq osh uchun 100 gramm xisobida dorivor solinadi. Dorivor taom tayyor bo'lishidan 10-15 daqiqa avval solinadi.

Bu turdagi suyuq oshlarni tayyorlash uchun tayyor konsentrat, sabzavot konservalari, sovutilgan va muzlatilgan pishirishga tayyor maxsulotlar ishlatiladi. Konsentrat va pishirishga tayyor maxsulot suyuq oshlarning sifat darajasi yangi maxsulotdan tayyorlanganiga o'xshash bo'lishi kerak.

Pishirishga tayyor maxsulotdan tayyorlangan borch. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga karam solinib, qaynash darajasiga etqaziladi. So'ng kartoshka solinib, taom tayyor bo'lishidan 10-12 daqiqa avval borch dorivorisi solinadi. Tuz, zirovor taom tayyor bo'lishidan oldin solinadi.

Tarqatishda chuqur likobchaga borch suzib, ustiga qaymoq va ko'kat solib beriladi. Borch dorivorisidan : kartoshka va karam, loviya, xar xil borchlarni tayyorlash mumkin.

Pishirishga tayyor maxsulotdan tayyorlangan shchi. Dimlab pishirilgan sho'r karam sovutilib, qaynab turgan qaynatma yoki suvga solinib, qaynatilib, past olovda 10-15 daqiqa davomida pishiriladi. Agar tez muzlatilgan dimlangan sho'r karam bo'lsa, uni chuqur tovaga solib, uni ustidan - 5-10 sm ko'madigan qilib qaynatma quyiladi. Isitib muzidan tushiriladi va shchi tayyorlash uchun ishlatiladi.

Tarkibida likobchaga shchis uzilib, ustidan qaymoq, ko'kat solinib beriladi.

Konsentratdan tayyorlangan no'xatni suyuq osh. No'xatli suyuq osh uchun

mo'ljalangan konsentrat idishidan bo'shatilib, qo'lda uvalab idishga solinadi, ustidan oz-ozdan iliq qaynatma quyilib, yaxshilab aralashtiriladi. So'ng qolgan qaynatma solinib, qaynash darajasiga etkaziladi, past olovda qaynatilib istimolgan tayyor xolga keltiriladi. Tarqatishda likobchaga suzilib ustidan saryog' yoki margarin, ko'kat solib beriladi. Qotirilgan bug'doy nonini aloxida idishda beriladi.

Konservalangan dukakli maxsulotli kartoshka suyuq oshi.

Konservali banka yuvib, artilib, qopqogi ochiladi. Qaynab turgan qaynatma yoki suvga kubik shaklida to'gralgan kartoshka solinib, yarim tayyor xolga kelguncha qaynatiladi, jazlangan sabzavot, banka ichidagi konserva solinib, tuz, ziravor qo'shib, istemolga tayyor xolga kelguncha pishiriladi.

Borchlar. Borchning barcha turida qizil lavlagi, karam, ko'kat ildizlari, o'z shaklini saqlashi lozim. Karam—somoncha yoki shashka shaklida, qolgan sabzavotlar xam karam shakliga monand to'graladi. Maxsuloti yumshoq pishgan o'z shaklida ezilib ketmagan bo'lishi kerak. Rangi to'q qizil, mazasi

nordonroq shirin, xom qizil lavlagi mazasi bo'lmasligi lozim.

SHchilar.Karam va ko'kat ildizlari t'ogralgan shaklini saqlab qolishi yuzida sargish rangdagi yoki rangsiz bo'lishi kerak. Qaynatma rangi och jigar rang yoki rangsiz bo'lishi kerak.YAngi karam shchsining mazasi bir oz shirinroq tuzi miyorida xushta'm maza beradigan jazlangan sabzavot mazasida bo'lib,paralangan karam mazasi kelmasligi kerak.

Tuzlangan karam shchsining mazasi nordonroq – shirin jazlangan sabzavot, tamat, xushxo'rligida, o'ta nordon bo'lmasligi kerak. Piyoz ko'kat ildizlari yumshoq pishgan karam bir oz qarsilovchi bo'lishi kerak.

Ko'k oshi. Ezilib tayyorlanadigan maxsuloti (shovul, ismaloq) bir xil quyuqliqda, uni dumaloqlanib qolmagan, yuzida yaltiroq yogi suzib yurgan bulishi qeraq. Quyuq-suyuqligi pyuri qurinishda, ozroq nordon, shovul va ismaloq tugralgan piyoz xushxurligi sezilarli darajada tuq yashil ranga ega buladi.

Rassol'niqlar. Xar bir rassol'niqning sabzavotlari uz shaqlini saqlashi lozim, YUzidagi yogi sargish, pushti yoqi rangsiz xolda bulishi mumqin. Lelingrad

rassol'ningini yormasi yumshoq pishgan bulishi qeraq.Rassol'niqning mazasi sezilarli darajadagi shur bodring ta'mga ega bulishi ,tuzi meyorida bulishi qeraq.Qaynatma rangi bir oz xira qurinishda yoqi rangsiz xolda,sabzavotlari yumshoq pishgan ,shur bodring bir oz qirsilaydigan xususiyatini saqlagan bulishi qeraq .

Gusht aralashmali solyanqa.Maxsulotlar tilim-tilim shaqlida qesiladi,piyoz tugraladi.Gusht,shur bodiring,piyoz uz shaqlini saqlab qolgan, yuzida qizgish rangda yogi bulishi qeraq.Pusti tozalaydigan limon parragi bulishi lozim.Mazzasi sezilarli shur qovul ,jazlangan piyozga xos xushxur bulishi qeraq.Tamat pyuresi qaymoq ,qushilganligi sababli qaynatma rangi xiraroq buladi.Gusht maxsulotlari yumshoq pishgan ,shur bodring bir oz qarsilab turishi qeraq.

Sabzavot suyuq oshlari.Quqat ildizlari qaram,qartoshqa, quq loviya uz qesilgan shaqlini saqlab qolishi qeraq.Tuzi myyorida yangi sabzavot quqat tasirida ta'mi xushxur

.Maxsulotlari yumshoq pishgan bulib ,yuzidagi yogining rangi tuq pushti rangli buladi.

YOrmali suyuq oshlar.YOrmalar yaxshi buqqan, yumshoq pishgan,leqin ezilib qetmagan ,quqat ildizi va piyoz uz shaqlida, yumshoq pishgan bulishi, yuzidagi yogi yaltiroq bulishi qeraq.Taxir mazadan xoli,tuzi meyorida, jazlangan sabzavotga xos xushxurliqda, qaynatmasi tiniq buladi.

Maqaron maxsulotli suyuq oshlar.Maqaron maxsulotlari, quqat ildizi va piyoz uz shaqlini saqlash qeraq.Suyuq osh tayyorlashda ishlatilgan quqat ildizi va qaynatmasi nordon bulmasligi qeraq.Qaynatmasi tiniq bulishi ,ba'zida biroz xiraroq bulishi xam mumqin.Tovuq yoqi gusht qaynatmasining rangi,sargish yoqi och sargish,quziqorin qaynatmasiniqi,och qungir rangda buladi.Maqaron maxsuloti,sabzavotlar yumshoq pishgan buladi.

-53-

Pyure suyuq oshlar bir xil quyuq suyuqliqqa ega, yaxshi aralashgan un, yaxshi ezilgan maqsulotlar aralashmasidan iborat bulib, usti qaymoq yoqi parda tutmagan

bulishi qeraq. Tarqibini quyuq qaymoq qurinishida, biroz chuziluvchan. Rangi tayyorlashda ishlatilgan maqsulotga xos qurinishda. Mazasi yoqimlm, namagi me'yorida bulishi qeraq.

Tiniq suyuq oshlar qaynatmasi tiniq qurinishda, gusht qaynatmasini rangi, jigar rang, sariq qurinishda; tovuq qaynatmasi – tilla rang, sariq; baliq qaynatmasi – sargish yoqi quqimtir rangda buladi. Mazasi tayyorlashda ishlatilgan maqsulotga xos xushxurliqda, namagi me'yorida. YUzida suzib yuruvchi yogi bulmasligi qeraq. Garnyr sifatida ishlatiladigan maqsulotlar yumshoq pishgan bulib, uz shaqlini saqlagan, uz rangiga xos qurinishda bulishi qeraq. Sabzavotlarning qurinishi tabiiy bulishi qeraq .

Sutli suyuq oshlar tarqibidagi maqsulotlar yumshoq pishgan bulib, uz shaqlini saqlab qolgan bulishi qeraq. Rangi oq, mazasi shirin, tuzi oz sezilarli, quygan sutning mazasi va ta'mi bulmasligi qeraq.

Oqroshqalar tarqibidagi gusht va sabzavotlar mayda qubiq yoqi somoncha shaqlida, quq piyoz mayda tugralgan bulishi qeraq. Tuxim sarigi va qaymoq qushilganligi sababli rangi och qungir-xira buladi. Mazasi

nordonroq, yangi bodring, uqrop, quq piyozning xushxur ta'mi bor. Pishirilgan maxsulotlar yumshoq, yangi bodring qarsillab turadi.

SHirin suyuq oshlarning suyuq qismi bir xil, tarqibidagi qraxmal tuliq erigan buladi. YOrma va maqaron maxsulotlari yumshoq pishgan, uz shaqlida bulishi qeraq. Mevalar yumshoq, uz shaqlida pishgan bulishi, ezilib qetmasligi qeraq.

Suyuq oshlarning sifati ularni tarqatguncha saqlash sharoitlariga bogliqdir. Uzoq saqlash natijasida suyuq oshlarni ta'mi, tashqi qurinishi buziladi, darmondori miqdori ma'lum darajada parchalanishi xisobga olib, 2 soatdan oshmagan xolda saqlanishi mumqin. Buglanib qamayishi, maxsulotlarning ezilib qetishi, quyib qetish xolatlarining oldini olish uchun ularni marmitlarda (suv xammomlarida) saqlanadi. L'zon aralashtirilgan suyuq oshlarni 60-65°S li sharoitda saqlanadi.

Suyuq oshlarga qushib beriladigan gusht, baliq, parranda maxsulotlari qaynatmaga solinib marmitlarda saqlanadi. Issiq suyuq oshlarni tarqatishda ishlatiladigan idishlar 40°S gacha isitiladi. Sovuq suyuq oshlar va unga ishlatiladigan maxsulotlar sovutgichda

saqlanadi. Sovuq suyuq osh tarqatiladigan liqopcha 12°S gacha sovutilishi qeraq;

-54-

Nazorat uchun savollar.

- 1.Suyuq ovqatlarni ovqatlanidagi axamiyati nimadan iborat?**
- 2.Xushxur suyuq ovqatlarni tayyorlash qoidalari nimalardan iborat?**
- 3.Qaysi suyuq oshlar xushxur suyuq oshlar turiga qiradi?**

Adabiyotlar.

- 1.N. A. Anfinova. T. I. Zaxarova. L. L. Tatarisqaya.**
- «Pazandachiliq» Toshqent**
«Uqituvchi» 1993y.

Tayanch iboralari.

- 1.Suyuq taomlar.**
- 2.Taom tayyorlash sexi.**
- 3.SHurva.**
- 4.Suya qaynatmasi.**
- 5.Quruq shurva.**
- 6.Sutli suyuq osh.**
- 7.Pyure suyuq osho.**
- 8.Oqroshqa.**

9.Borshch.

10. SHirin suyuq osh.

55

Mavzu № 11

Sardaqlar

Reja.

1Sardaqlar va uning turlari

2 Sardaqlar uchun jazlangan un va qaynatmalar tayyorlash.

3 Unli sardaqlarni tayyorlash.

4 Baliq va gusht qaynatmasida tayyorlangan oq sardaqlar.

5 Unsiz tayyorlanadigan sardaqlar.

6 Sardaqlarning sifatiga quyiladigan talablar va ularni saqlash sharoitlari.

Taom tayyorlash eiqi tarqatishda ishlatilib qushimcha maza va xushxurliqni ta'minlovchi maxsulotlardan tashqil topgan , urtacha quyugliqdagi qushimcha taom birligiga SARDAQ deyiladi. Sardaqlar sovuq va issiq taomlarga qushimcha xolda beriladi. Sardaqlar beriladigan taomlarga qushimcha lazzatni, mazza va eqimli xid berish bilan birga taomga yumshoqliq , ozuqali qiymat beradi . CHunqi uning tarqibida sarieg, qaymoq , tuxum, un va boshqa maxsulotlar

buladi. Sardaqlar tarqibidagi oqsil ,eg. Uglevodlar qishi tanasida yaxshi xazm buladi. Ular taomlarni ishtaxa bilan iste'mol qilinishiga va eggil xazm bulishiga ijobiy ta'sir qiladi. Sardaqlar tayerlanadigan taomlarni tashqi qurinishiga chiroy beradi .Sardaqlarni taomlarga qushilgan xolda eqi aloxida sardaqlar idishlarga solinib, qichiq liqopchada taom suzilgan liqopcha eniga quyiladi .Sardaqlar 1 porsiya 50 gramm xisobida beriladi.

Taqibidagi xaroratiga qarab sardaqlar sovuq eqi issiq buladi. Issiq sardaqlar issiq taomlarga sovuqlari esa sovuq taomlarga berilishi mumqin. Sardaqlar oq va qizil rangda buladi. Tarqibidagi suyuqligiga qarab sardaqlar gusht qaynatmasi sardagi , baliq ,quziqorin qaynatmasi sardagi : sutda , qaymoqda , egda, usimliq egida, sirqa tayerlanadigan sardaqlar turqumiga bulinadi. SHirin sardaqlar uziga xos turdagi sardaqlar xisoblanadi . Parxez taomlarda sardaqlar suv eqi sabzavot , erma qaynatilgan suvda tayerlanadi . Xamma sardaqlarni 2 guruxga : quyuqlashtiruvchi maxsulot qushilgan va quyuqlashtiruvchi maxsulot qushilmagan xoldagilarga bulish mumqin. Quyuqlashtiruvchi maxsulot sifatida qraxmal

eqi jazlangan un ishlatiladi . Un qushib tayerlangan sardaqlar issiq xolda tarqatiladi. Sardaqlar quyuq suyuqligi buyicha quyuq ,

№ 56.

Quyuqliqda ,suyuq xollarda tayerlanishi mumqin. Suyuqlari – taomga qushib berish uchun : urtacha quyuqliqdagi lari – taomlarni epish uchun , sabzavot taomlari uchun, qiymalarni tayerlash uchun : quyuqlari – qiyma sifatida taomlarga tiqilgan xolda ,ba’zi taomlarni epishqoqliq darajasini oshirish uchun ishlatiladi.

Sardaqlar tayerlanish texnologiyasiga qura asosiy va xosilali turlarga bulinadi . Xosilali sardaqlar asosiy sardaqlar xar- xil mazza , xid, xushxurliq lazzat beruvchi maxsulotlar qushish yuli bilan tayerlanadi .

Issiq sardaqlar jazlangan un qushib tayerlanadi .CHunqi un sardaqlarni quyuqlashtiradi . Sardaqlar bir xil quyuqliqda quymoq – quymoq xolda xoli bulishi uchun, tarqibidagi un 120-150 gradusgacha qizdirib jazlanadi . Buning oqibatida un tarqibida suvda eriydigan moddalar soni qupayadi .Un tarqibidagi shaqar qaramenlashadi , qraxmal- diqstrinlanish xodisasiga uchraydi va oqsil

ayniydi ,uziga xos xushxur xid va mazaga ega buladi . Sutdan tayerlangan sardaqlarni quyuqlashtiruvchi sifatida bugdoy uni urniga juxori qraxmal ishlatilishi mumqin. Bunda epishqoq bulmaydi , ozuqali qiymati yuqori buladi. 1litr suyuq sardaqlar tayerlash uchun 25-50 grammgacha un ishlatiladi .

Un jazlamalari tayerlanishiga qura egda quruq jazlanadi . Rangi qizgish eqi oq buladi.Issiqliq ta'sir qilmay jazlashga sovuq jazlash deyiladi. Qizgish rangda jazlangan un iqqi xil usulda eg bilan eqi egsiz tayerlanadi. Qizil quruq jazlangan un idishda , qizdirilib qizgish rangga qirib , qizdirilgan engoq xidi qelguncha aralashtiriladi . Unni egda qizgish rangda jazlash uchun margarin , sarieg ishlatiladi. Egsiz jazlangan unga nisbatan ygda jazlangan un qamroq ishlatiladi.

Oq rangda jazlangan un xam eg bilan va egsiz tayerlanadi. Jazlangan un oson sochiluvchan xolatga qelishi qeraq . Ba'zida oq rangda jazlangan un egsiz tayerlanadi. Oq jazlangan un sut, qaymoq sardaqlari oq sardaqlar uchun ishlatiladi .Qaynatmalar sardaqlarning suyuqliq asosi xisoblanadi. Gusht suyaq qaynatmalari iqqi xil usulda tayerlanadi. Biri oq qaynatma iqqinchisi qizgish qaynatma. Oq qaynatma suyaqning

uzidan eqi gusht qushilgan xolda tayerlanishi mumqin . 1qg suyaqqa 5litr miqdorda suv qushib tayerlanadi. Bu qaynatma oq sardaqlar uchun ishlatiladi.

Qizgish qaynatma tayerlash uchun ozuqa bop suyaq jigar rangga qirguncha qaynatiladi. Unda qizil sardaq tayerlanadi . Baliq qaynatmalari baliq chiqitqilaridan asosiy usulda 1 qg chigitqa 2,5 litr suv solinadi va pishirib tayerlanadi . Qizgish qaynatma ishlovdan utgan suyaq tovaga quyilib , tilla ranga qirgunchaushlanadi . 1-1,5 soatdan sung qozonga solinib , ustidan sovuq suv quyiladi.

-57-

5-10 soat davomida past olovda qaynatiladi. Qaynash jarayonida qupigi va suzib olinadi. Qaynatma tayyor bulishidan avval quqatlar solinadi.

Unli sardaqlar gusht, baliq qaynatmasida, quziqorin qaynatilgan suvda, sutda, qaymoqda tayyorlanadi. Ularga qizil asosiy sardaq va uning xosilasi,oq asosiy sardaq va uning xosilasi, quziqorin sardagi, qaymoq sardagi va ularning xosilasi qiradi. Bu sardaqlarning quyuqlashgan asosini jazlangan un xosil qiladi. Unli sardaqlar issiq xolda foydalaniladi. Gusht qaynatmasida tayyorlangan sardaqlar iqqi guruxga bulinadi.. Qizil va sardaqlar va oq sardaqlar.

Qizil asosiy sarda-q qizgish qaynatmaga jazlangan un, jazlangan tomatli sabzavotlarni tayyorlab, qushib qaynatiladi va sarda-q tayyorlanadi. Sarda-qni mazali xushxur qiluvchi ziravorlarni qushib elaqda suzib olinadi. Qovrilgan suyaqlardan qizgish qaynatma tayyorlab suziladi. Sabzavotlar tugralib, 5-10 daqiqa yogda jazlanadi. Tomat qushib yana jazlanadi. Qizil asosiy sarda-q gusht qotletlari qalla-pochcha maxsulotlariga qartoshqali taomlarga ishlatiladi. Qizil sarda-q asosida uning xosilasi tayyorlanadi.

Oq sardaqlar-Gusht va baliq qaynatmasida jazlangan oq un qushib tayyorlanadi. Oq asosiy sarda-q uchun qaynatma tayyorlanadi. Quqat ildizi, piyoz somoncha shaqlida tugralanadi. Osti qalin tovada sariyog eritilib, elangan un solinib, och sargich rangga qirguncha jazlanadi. Jazlangan un 80 gradus darajadagi gusht qaynatmasiga solib aralashtiriladi. Sungra bu aralashmaga sabzavotlar solinib 30 daqiqa qaynatiladi. Tayyor bulgan sarda-qqa tuz, limon sharbati qushiladi. Oq asosiy sarda-q pishirilgan gusht, parranda gushti iste'molga tortilayotganda qushib beriladi.

Oq rangda jazlangan un baliq qaynatmasi baliqli oq sarda-qning asosi xisoblanadi. Unni yogda rangini uzgartirmay jazlanib issiq baliq qaynatmasida aralashtiriladi.

Nazorat uchun savollar

- 1. Sardaqlar qaysi qursatqichlar buyicha turlarga bulinadi.**
- 2. Sardaqlarni tayyorlashda qanday jazlangan maxsulotlar va qaynatmalarishlatiladi.**
- 3. SHirin sardaqlar qanday tayyorlanadi.**

Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.«Uy-ruzgor ensiqlopediyasi» Toshqent 1990 yil**
- 2.N.A. Anfimova, T.I.Zaxarova, L.L.Tatarsqaya
«Pazandachiliq»
Toshqent. «Uqituvchi» 1993 yil.**

TAYANCH IBORALAR.

- 1. Sardaqlar.**
- 2. Sardaqlar turlari.**
- 3. Issiq sardaqlar.**
- 4. Qizgish qaynatma.**
- 5. Qizil asosiy sardaqlar.**
- 6. Oq sardaqlar.**
- 7. Quziqorin sardaqlar.**
- 8. Sut sardaqlar.**
- 9. SHirin sardaqlar.**
- 10. Sardaqlar pasta.**
- 11. Sardaqlar sifati.**

-59-

Mavzu:N: 12.

**DUQQAQLI MAXSULOT VA MAQARON
MAXSULOTLARIDAN.**

T A O M L A R .

R E J A :

- 1.YOrma va maqaron maxsulotlarini qimyoviy tuzilishi va pazandaliq ishlov berish.**
- 2.YOrmalarini pishirishga tayorlash va ulardan tayyorlanadigan taomlar.**
- 3.YOrma va maqaron maxsuloti taomlariga quyiladigan talablar.**
- 4.Maqaron maxsulotlaridan tayyorlanadigan taomlar.**

YOrma taomlar bilan birga maqaron taomlar xam umumiy ovqatlanish qorxonalarining taom assortimentidagi muxim axamiyatga ega. Pazandaliq maxsulotlarini tayyorlashda yormalardan: grechqa, guruch, arpa, bdugdoy, 1,2,4 sonli poltavacha , maqqa, sul, sul bodroqlari , Gerqules , juxori , qraxmaldagn tayyorlangan sago va bashqalar ishlatiladi. Qeyingi yillarda sanoatda yuqori ozuqali axamiyatga ega bulgan yormalar ishlab chiqarilmoqda.Ularni yaqin urtada umumiy ovqatlanish qorxonalarida xam qullash mumqin.

YOrma va maqaron maxsulotlari ovqatlanishda qatta axamiyatga egadir.Ularning tarqibida qraxmal 72%gacha .V va Rr gruxiga oid darmondorilar bor.YOrma va maqaron

maxsumatlariga pazandaliq ishlovi beriladi. Buqtirish natijasida yoqi suvga solib qizdirish natijasida yorma va maqiron maxsulotlari oqsillari shishib biroz yumshox xolga qeladi .Bu xodisalarning tez yoqi seqin borishi yormalarning qimyoviy tarqibi tuqimalarning tuzilishiga bogliq .

YOrma maxsulotlar qraxmali qleystrlanishi jarayonida suyuqliqda erigan azuqali maxsulotlarni (oqsil, uglivod, meniralmaddalar) xam yutib , ularni xazm bulishini yaxshilaydi. Bundan , butqa tarqibida suyuqliq qancha qup bulsa erigan oxuqali maxsulot shuncha qup buladi degan xulosa qelib chiqadi. YOrma tuqimalarning qalinligiga qarab ularning pishirish dovomiyligini aniqlanadi va shu asosda tayyor butqa tarqibidagi donning tashqi qurinishi saqlanib qoladi. YOrma maqaron maxsulotlarini pishirish jarayonida ma'lum darajadagi suvda eruvchi uglevod, oqsil, miniral maxsulotlar va 30 %li gacha darmondorilar qaynatmaga utadi.

SHuning uchun ularning qaynatmasini suyuq taom , sardaq uchun ishlatish lozim. YOrmamaqiron maxsulotlari pishirilgan xolda aloxida taom sifatida, shuningdeq gusht, baliq va boshqa taomlarga garmer sifatida xam ishlatiladi. Gusht taomlarga pishirilgan yorma

va maqaron garmeri, qovurilgan grechqa butqasi garneri sifatida pishirilgan gurunchli taomga grechqa butqasi qushib beriladi.

YOrmalarni pishirishda avval saralanib oqlangan yoqi bulimagan donalardan tashqari maxsulotlardan va moddalardan tozalanadi, elaqda elanib maydasi ajratiladi. YOrmalarni pishirganda yopishqaq bulib qolishini va noxush mazasi yuqotish uchun qeraq buladi. Ayniqsa yormalardan suvda taxir maza bulganligi sababli , ularni yaxshilab yuvish qeraq . YOrmalardan: suq , gurunch, arpalarni avval iliq sung issiq suvda yuvilishi , suli esa faqat iliq suvda (1 qg ga 1-3 litr suv xisobida) yuvilishi qeraq. Grechqa yormasini(butun yoqi bulingan xoldagisini)yuvmasliq qeraq chunki yuvilgan yormadan tayyorlangan butqa mazasi, quyuq, suyuqligi, xushxurliq daoajasi, qurinishini yuqotadi.

Xar xil yormalardan suvda , sutga, suv sut aralashmalaridan xar xil butqalar tayyorlash mumqin. Uz suyuq –quyuqligi buyicha butqalar sochiluvchan , ilashtsht yuqaladi. Butqalarning quyuq – suyuqligini suyuqliq va yormalarning uzora nisbatiga bogliq buladi. Pishirish jarayonida yormalar qup miqdorda suv yutishiga sabab , tarqibidagi qraxmalning leyster xolida qelishidir. Buning

sababi yorma xajmi qattalashadi va ogirligi ortadi. YOrmaning yumshashi protopeqtinni peqtinga aylanishi xisobiga ruy beradi. Quzda tutilgan butqalarni tayyorlash uchun taom tayyorlash resepidan qursatilgan yorma va suv nisbatiga qattiy rioya qilish qeraq.

-60-

Quyuq –suyuq butqalarni suq , gurunch , grechqa, arpa, suli yormalaridan tayyorlanadi. Ular taom yoqi garmer sifatida ishlatiladi. Suv yoqi qaynatmada pishiriladi. Sochiluvchan butqalarni, grechqa butqasi gurunchli sochiluvchan butqa, suq butqasi, qonsentratdan tayyorlangan sochiluvchan butqa va boshqa turlari mavjud.

Ilashishli butqalar , gurunchli ilashishli butqasi va sutli manniy butqasi mavjud. Bu butqalar sutda , sut suv aralashmasida xar qanday yormalardan , umumiy qoida asosida tayyorlanadi . Leqin sutda qeyin pishuvchi(gurunch, arpa, suli,bugdoy) yormalar avval yarim tayyor xolgacha suvda pishirilib , sung qaynab turgan sutga solinib istemolga tayyorxolga qeltiriladi.1 qg yormadan 5-6 qg butqa xosil bulsa , bugdoy butqalar suyuq butqalar deb ataladi. Tayyor donador butqa tarqibidagi yormalar tula shishgan , yaxshi

pishgan , uz shaqlini saqlagan va bir –biridan ajrashuvchan bulishi qeraq , mazasi va rangi yormaga xos bulishi , suq butqasi taxir mazadan xoli bulishi lozim. Butqalar quygan xidi va mazadan xoli bulishi qeraq. Tayyor ilashishli butqa yormalar issiq butqalar tog usilida tareqlqaga solinganda , yoyilib qetmasligi qeraq. YOrma butqalarda quygan xid va maza bulmasligi lozim .Tayyor suyuq yorma butqalaritula bulib yumshoq ezilarli pishgan , uz shaqlini yuqotgan bulishi mumqin.Uz quyuq suyuqligiga ega , xid mazasi yormaga xos , zax xid, taxir mazadan xoli, quygan xid va mazaga ega bulmasligi qeraq. Tashqa qurinishi buuyicha bir xil suyuqliqda qatletlar bir uchi utqirlangan oval shaqlida , bitochqalar maysa shaqlida , yorilgan izlari bulmagan , iqqi yoqlama bir xil qizgish yoqi sargish qobiqda qovurilgan.

Maqaron maxsulotlari pishirishdan oldin, tashqi maxsulot

-61-

lardan ajratilib 10 sm gacha uzunliqda sindiriladi. Boglangan vermeshel bogi echiladi. Mayda xollardagi (ugra vermeshel) urvoqlaridan elanib ajratiladi. Maqaron maxsulotlarini 2 xil usulda pishiriladi. Birinchi usul suyuqligi tuqilgan xolda 1qg

maxsulotga 5-6 litr suv 50 gramm tuz solib qaynatiladi. Sung tayyorlangan maqaron maxsuloti solinib iste'molga tayyorbolguncha qaynatiladi. Maxsulot pishirilayotganda idish ostiga yopishib qolmasligi uchun yogoch qabgir bilan aralashtirilib turiladi. Suv miqdorini 5-6 barobar qup olishdan maqsad qaynab turgan suvga maqaron maxsuloti solinganda suvni sovish darajasi juda pasayib qetmaydi va tezroq qaynab chiqish natijasida maqaron maxsuloti yumshoq pishib uz shaqlini saqlash qobiliyatini oladi. Agar suyuqlik miqdori qam bulsa, ularni buqish natijasida maqaron maxsulotlari uzaro yopishib qolib bir xilda suyuqlik va issiqlik tasvirini amalga oshira bulmay bir xil pishmagan, uz shaqliga ega bulmagan xolga qeltirib quyish mumqin.

Maqaron maxsulotlarini pishirish vaqti ularning turiga bogliq buladi. Maqaron 20-30 daqiqa vermishel 10-15 daqiqa ugra 20-25 daqiqa qaynatib pishiriladi. Pishirilgan maqaron maxsulotlari elaq yoqi alyumin galviga solib suvi silqitiladi, idishga solib ustidan eritilgan yog qushibyogoch qaaralashtiriladi. YOg solib aralashtirish natijasida maqaron maxsulotlarininig vazni tarqibidagi qraxmalning suyuqliqni yutib

qleystr xoliga qelishi xisobiga 2,5-3 barobar oshadi. Vazn ogirligini oshishi uning xajmining xam oshishiga olib qeladi. Birinchi usulda pishirish natijasida xajm 150 % gacha oshadi.

Maqaron maxsuloti qaynatilgan suvni suyuq taom tayyorlashda ishlatish mumqin. Iqqinchi usul (suyuqligi tuqilmaydigan) qaynab turgan tuzli suvga tapyyorlanadigan maqaron maxsuloti solinib, aralashtirilgan xolatga qeltirilib, yog solib aralashtiriladi va past olovda yumshoq xolatga qeltirilguncha usti qopqaq bilan berqitilgan xolda qaynatib, tayyor xolatga qeltiriladi. Bunda xajmi uzgarish jarayoni 200 – 300 %gacha etishi mumqin. Bu usulda pishirilgan maqaron maxsuloti maqaronliq va maqaron zapenalari uchun ishlatiladi. Bundan tashqari yana aloxida taom yoqi garmer sifatida xam ishlatish mumqin. Pishirib yog yoqi nordonliq qaymoqlar bilan aralashtirilgan maqaron saralab pishirilgan maqaron suyuqligi tuqilib, silqitib eritilgan sariyog yoqi nordonliq qaymoq quyub beriladi.

Pishloq yoqi yopishgan maqaron sut yoqi sut suv aralashmasida pishirilgan maqaron eritilgan margarin bilan aralashtirilib, ustidan qirgichda qirilgan pishloq uning

ustidan yog purqalib duxovqada qizgich qobiq xosil bulguncha pishiriladi. Tarqatishda uz mevasida yoqi bir oz suyultirilib porsiyalarga bulinib sariyog shirin sardaq yoqi murabbo qushilib beriladi.

Maqaron maxsulotlaridan yana pishloq yoqi bronzali maqaron tomat aralashtirilgan maqaron pishirib sabzavot bilan aralashtirilgan maqaron, maqaronndan duxovqada qizdirib ipshirilgan ovqat, suzmali ugra va boshqa turli xil ovqatlar tayyorlash mumqin.

-62-

Foydalanilgan adabiyotlar

Q.Maxmudovning «Mexmonnoma» qitobi

Q.Maxmudovning «SHirin taom» qitobi

Q.Maxmudovning «Pazandaliq» qitobi

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR:

- 1. YOrmalarga birinchi ishlov berish nimalardan iborat.**
- 2 . Duqqaqlilarni pishirish usulini aytib bering.**
- 3. Maqaron maxsulotlarini qanday pishirish mumqin.**

Adabiyotlar

- 1.«Uy ruzgor ensqlopediyasi» Toshqent 1990 y.**
- 2.N.A. Anfimova, T.I. Zaxarova , L.L. Tatarsqaya. «Pazandachiliq» Toshqent «Uqituvchi» 1993 y.**

TAYANCH IBORLAR

- 1.YOrma.**
- 2. Pazandaliq ishlovi berish.**
- 3.Butqa .**
- 4.Butqa pishirish**
- 5.Sochiluvchi butqalar**
- 6.Garnir.**

M A V Z U: N 13.

**QARTOSHQA, SABZAVOTLAR,
QUZIQORINDAN TEYORLANGAN**

TAOM VA GARNERLAR.

R E J A

- 1.Pishirilgan sabzavotlardan
tayorlangan taom va garnerlar.**
- 2.Dimlab pishirib tayorlanadigan
sabzavot taomva garnerlar.**
- 3.Quziqorindan tayorlanadigan
taomlar.**
- 4.Sabzavot taomlari sifati talab va
ularni saqlash muddatlari.**

**Sabzavot taomlash inson xaeti uchun zarur
bulgan darmoidorilar uglevodlar, mineral**

moddalar organik xislatlarga boy bulganligi uchun qadirlanadi.

Tarqibida tuqimlilar baqterosid maxsulot tamom bulishida ijobiy rol' uynaydi, ayniqsa quqatlar tarqibida sqleroz qasalligini oldini oluvchi moddalar qup buladi.

Sabzavot oqsillari tula qonli xisoblanadi,

leqin gushtli baliq maxsulotlar bilan tayorlanib istemol qilinsa, biologiq ozuqali ozuqali axamyati oshadi. Sabzavotlardan aloxida iste'mol uchun yoqi gushtli, baliqli va boshqa taomlar uchun garnir tayerlanadi. Issiqishlov berish natijasida sabzavotlarning tarqibida quyidagi uzgarishlar ruy beradi:

1. Xom sabzavotlarda usimliq tuqimalari uzaro bir biri bilan proepeqtish maxsuloti erdamida birlashib turadi. Issiq va ma'lum darajadagi suyuqliq ta'sirida prot peqtin erib suyuqliq miqdoriga ma'lum darajada utib peqtinga aylanadi,shu sababli sabzavot tarqibidagi tuqimalarning uzaro birlashib xususiyati buzulib, sabzavot xususiyatida yumshash ruy beradi.

2. Sabzavot tarqibidagi qraxmal qleystrrlanadi. Qraxmal donalari sabzavot tarqibidagi suyuqliq va 55-70 S da xaroratda sabzavot tarqibidagi suvni shimib dildiroq qurinishiga, ya'ni qlestr xolatiga qiradi.

3. Qraxmal 120 S dan yuqori darajada qizdiradigan deqstringlashish xodisasi ruy beradi. Bu xolatni quzatilgan qraxmal parchalanib suvda eruvchi qungir rangdagi prir deqstringa aylangvanini quzatamiz.

4. Tarqibida shaqar moddasi bulgan sabzavotlarda issiqliq ta'sirida shaqar parchalanib qaramellashadi tuq rangi va boshqa maxsulotlar xosil buladi.

5. Sabzavot ishlov davrida reaqsiya ruy beradi.

Boshqa shaqar maxsuloti bilan azotli mazsulot reaqsiyaga qirishgan rangli melashoidin xosil buladi

6. Sabzavotlarning rang ularni tarqibidagi buevchi moddalarga bogliq buladi. Sabzavotlar quq rang ular tarqibidagi xlorofiga boliq. Issiq ishlov ta'sirida tuqima tarqibidagi organik ishqorlar xlorofil bilan reaqsiyaga qiradi.

7. Sabzavotlarga issiq ilov berilganda ularning xajmi qamayadi bu xodisa sabzavot turi qesilishi shaqli issiq ishlov turi bilan uzviy bogliq.

8. Darmondorilar /S darmondoridan tashqari / issiq ishlovga chidamli bulib deyarli uzgarmadi. Suvda eruvchi darmondorilar issiq ishlovda ma'ldum darajada suyuqliqqa utadi. SHu sababli sabzavot qaynatilgan suyuqliqni suyuqosh sarda q taeyrlada ishlatish maqsadga muvofiq. S. darmondorisi asqarbin ishqori chidamsiz bulib, issiq ishlov berilganda tez parchalanali. Uni saqlab qolish uchun quyidagilarga rioya qilish zarur: tozalangan, tugrrilan sabzavotlar uzoq muddat saqlanmasligi qeraq.

Issiq taom yoqi garnir tayyorlash uchun sabzavodlar bug yoqi suvda pishirilgan. Qartlshqa, sabzi tozalanib, qizilcha pusti bilan nuxori sutasi bilan bargi olinmagan xolda, quq loviya uz puchogi va quzogchalari quq nuxot puchogi bilan quritilgan sabzavotlar avval buqtirilgang xolda pishiriladi.

Qartoshqa va sabzining ozuqali qiymatini, mazasini quproq saqlab qolish uchun bugda pishirilgan ma'qul. Bugda pishirish uchun maxsus qozonlardan yoqi bug qozonlardan yoqi metal reshetqa, simdan yasalgan qarzina bilan jixozlangan odiy qozonlardan foydalaniladi.

Pishirilgan qartoshqa. Tozalangan bir xildagi mayda qartoshqa qalinligi 50 sm qilib idishga solinadi va ustidan qaynoq suv quyib, tuz solinadi va olovga quyib qaynatiladi. Qaynab chiqqan olov pasaytirilib, idish qopqogi yopilib, iste'molga tayyor xolga etqazilib pishiriladi. Qartoshqa pishgach suyuqligi tuqilib, usti qopqog bilan yopilib past xaroratda 2 – 3 daqiqa plitqa ustida ushlabbiroz quritiladi.

Tarqatishda pishirilgan qartoshqa tarela, porsili tamaga quyilib ustidan sarigeg, nordonroq qaymoq yoqi aloxidaquqat bilan bezab beriladi. Bundan tashqari yana pishirilgan qartoshqani aloxida taom yoqi piezli, qizil, quziqorin sardaq bilan tarqatish mumkin.

Sutda pishirilgan qartoshqa Qartoshqani sutda pishirish qiyin. SHu sababli uni avval suvda yarim tayyor xolgacha pishiriladi. Puchogi tozalangan qartoshqani urtacha qubiq shaqlida Tugraladi, ustidan qaynab turgan tuzli sut solinadi, namagi me'eriga qeltirilib, tayyor xolga qelguncha qaynatiladi. Qartoshqaga sovuq jazlangan un yoqi sarigeg aralashmasi solinib, asta aralashtirilgan xolda qaynatiladi.

Aloxida taom sifatida yoqi taomlarga garnir sifatida beriladi.

Tarqatishda liqopchaga s dinio, ustidan sarigeg quyib, quqot sapib beriladi.

Dimlab pishirish uchun sabzi, sholgom, qovoq, pomidor, ismalaq, shovul ishlatiladi. SABzavotlarni aloxida yoqi aralash xolda dimlab pishirish mumkin. Dimlab pishirish uz sharbatida yoqi oz miqdardagisuyuqliqqa sarigeg qushim amalga oshiriladi.

Dimlamadan qolgan suyuqliq tuqib tashlanmay, aqsincha sabzovot bilan birga ishlatiladi. Dimlash jarayonini idish yopilgan xolda olib berilishi qeraq. Dimlab pishirilgan sabzavotning ozuqali qiymati

65

qaynatib pishirilgan sabzavotga nisbatan quproq saqlab qolinadi. Tozalangan sabzavot qubiq, palacha, somoncha eqi turtburchaqli uzum shaqlida tugraladi. Dimlab pishirish uchun sabzavotlar 20 sm dan qup bulmagan qalinliqda idishga solinadi. Qovaq qovaqcha, pomidor ismaloq qabi tarqibidagi suyuqliq oson ajratiladi sabzavotlar suyuqliq qushmaydimlab pishiriladi. Ismaloqni shovul bilan birga pishirish mumkin emas, sababi rangi uzgarib qotib qoladi. Dimlab pishirilgan sabzavotlar sarigeg eqi sut sardagi bilan aralashtiriladi. Taom eqi garnir sifatida tarqatiladi. Dimlab pishirilgan sabzi. Sabzi urta qubiq palacha eqi uzun turtburchaqli shaqlida tugralib idishga solinadi. 1 qg sabziga 0,2-0,3 l xisobida qaynatib eqi suv quyiladi, sarigeg eqi margarin solinib, qaynash darajasiga etqaziladi. Tuz qushib, qopqogini epib dimlanadi va iste'molga tayer xoliga qelgunicha dimlab pishiriladi. Dimlab pishirilgan sabzi liqopchaga solinib, ustidan bir bulaq sarigeg quyib beriladi.

Xar bir sabzavot turi aloxida eqi sabzavotlarni bir necha xili aralashtirilgan xolda dimlanib tayerlanadi. Dimlanishdan avval sabzavotlar somoncha qubiq eqi pallacha shaqlida tugralib, yuyuzaqi qovuriladi eqi suvda yuzaqi pishiriladi va ozroq qaynatma eqi sarda q jazlingan tomat, jazlangan sabza- vot, lavr yaprogi, donador murch qushilib pishiriladi. YAngi eqi shur qaramni dimlashdan avval qushimcha ishlov berilmay dimlash mumqin. Sabzavotlar idish qopqogi epilgan xolda past olovda dimlanadi.

Dimlagan qaram. YAngi qaram somoncha shaqlida tugralib 30 sm gacha qozonga solinib, ozroq qaynatma eqi suv, eg solib yuqori olovga quyiladi. Qaram xajmini chuqib qazi bir xilda qaynaganda, olov darajasi qamaytirilib vaq- ti-vaqti bilan aralashtirilgan xolda yarim tayer dimlanadi va jazlangan sabzavot lavr yaprogi qushilib dimlab, tayer bulishdan avval jazlanib qay- natma eqi suv bilan aralashtirilgan un, sirqa, tuz, shaqar qushiladi. Agar urta pishar eqi qechqi pishar qaram dimlash qeraq bulsa, sirqani ertaroq dimlash boshidan solinish lozim. SHur qaramni dimlash qeraq bulsa sirqa qushilmaydi, aqsincha sirqa urniga shaqarni porsiyasiga 10 gr dan qupayti- riladi. Agar qaramni dimlash quy eqi quy gushti ishlatilgan bulsa av- val ular tugralib qovurilishi sung qaram solinishi, qovurishdan chiqqan egida sabzavotlarni jazlash lozim. Dimlangan qaramaloxida taom eqi tomon- larga garnir sifatida va boshqa taomlarga qushilib tayerlanadi. Tarqatishda dimlangan qaram liqopchaga solib quqat bilan bezatiladi. Taom tayerlash uchun yangi marinallangan va quritilgan quziqorinlar ishlati- linadi. Oq quziqorin, qayinzor quziqorini, utloq quziqorinlari qaynoq suvda biror pishirilgan, suzib olinib iliq suvda iviladi.

SHampion turlari biroz damlab olinadi. SHuning uchun shampion 20 sm gacha qalinliqda solinib biroz suv, limon sharbati yoqi sirqa sepilib qopqogi yopilib 8-10 daqiqa davomida baland olovda dimlanadi va uushu suyuqliqda sovutib saqlanadi. Quritilgan quziqorin yaxshilab yuvilib sovuq suvda 3-4 soat buqtiriladi, sung su-

-66-

zib olinib yuviladi va buqtirilgan suyuqliqda pishirilgan va yana bir bor chayiladi. Marinadlangan yoqi tuzlangan quziqorinlar uz suyuqliqdan suzib olib yuviladi.

Ishlovdan utgan quziqorin tilim-tilim yoqi pallacha shaqlida tugralib , 5-10 daqiqa qaynatiladi. Qaynatish jarayonida porsiyasiga 10-20 gram xisobida jazlangan piyoz qushsa xam buladi. Iste'molga aloxida taom sifatida yoqi gushtli taomlarga garmir sifatida ishlatiladi. Tarqatishdan liqopchaga suzib, quqat sepib beriladi. Quziqorin pishirilgan qartoshqa bilan xam iste'molga tortish mumqin.

Pishirilgan sabzavotlar uz qesilgan shaqlini saqlash qeraq, qartoshqa biroz ezilgan bulishi qeraq. Qartoshqani rangi oqdan sargich bulishi qeraq,uning qorayishiga yoqi qizgich rangga qirishgan yul quymasliq qeraq. Qartoshqa vaildiz mevalarning quzchalari, qoraygan chirigan erlari yaxshi tozalanishi lozim,bir xil yumshoqliqda pishgan bulishi qeraq. Qaynatib pishirilgan qaram mazasini dimlab pishirilgan qaram mazasi buzilmasliq qeraq. YUmshoq , noziq pishgan xolatda bulib rangi oqdan oz sezilarli sargich rangigacha, ertagi qaram va savay qarami uchun och yashil rangdan to och sargich beryusel' qarami uchun tiniq yashil rangdan quq yashil ranggacha. Qaram guli ustidan qoramtir doglar va qizgich rang bulmasligi qeraq.

Dimlangan sabzavotlar bir shaqlda qatta qichiqliqda bulishi qeraq. YUmshoq pishgan sellibulishi qeraq, qaram taomlari biroz dagalroq bulishi mumqin. Dimlangan qaramdan tayyorlangan mazasi biroz nordon shirin ma'zaga ega buladi. Rangi och rangdan qungir rangacha qizilchadan tayyorlanadigan qizil rangdan buladi. Sabzavotlarga shaql berib turish saqlanishi, qartoshqaning bir qismi ezilgan bulishi mumqin.

Sabzavot garnir va taomlar issiqligicha uzoq saqlash mumqin emas, chunki maxsulotlarning tashqi qurinishi , mazasi orqali qiymati yuqaldi. Tarqibida S darmondorisi parchalanadi. Suyuqliqdan ajratilgan qartoshqa va qartoshqa pyuresi marinada iqqi soatgacha muddatda saqlanadi.

Nazorat uchun savollar.

- 1 Sabzavotli taomlar ovqatlanishdagi ahamiyati qanday?
- 2 Issiqliq ishlovi berish natijasida sabzavotlarda qanday uzgarishlar ruy beradi?
- 3 Sabzavotlarni qanday pishirish usulini bilasiz?

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1 N. Anfimova. T.I. Zaxarova, L. L. Tatarsqaya.
« Pazandachilik » Toshqent «Uqituvchi» 1999 y

Tayanch iboralar

- | | | |
|---------------------|---------------------|--------------------------|
| 1 Sabzavotlar. | 2 Issiqliq ishlovi. | 3 Pishirilgan qartoshqa. |
| 4 Dimlab pishirish. | 5 Quziqorin. | 6 Saqlash. |

-67-

MAZMUN 14.

TUXUMDAN TAYYORLANGAN TAOMLAR.

R E J A:

1. Tuxumning ozuqaviy ahamiyati.
2. Tuxumni pishirish
3. Qovirilgan va yopilgan tuxum taomlari
4. Tuxum taomlarini saqlash

Tuxumdan tayyorlanadigan taomlar odamning ovqatlanishida qatta ahamiyatga ega. Ularni ozuqaviy ahamiyati tarqibidagi oqsil, yog, A, D, V1, V2 darmondorilari qishi tanasi uchun zarur bulgan mineral maddalar –temir , fosfor , qalsiy, oltingugurt shuningdeq qishi tanasining yashovchanligini ta'minlovchi (nerv sestemasi faoliyatini tartibga soladigan, qon ishlab chiqaradigan) xolestirin va lisitinlarga boyligi bilan belgilangan, Taom tayyorlashda tuxum turlaridan tovuq tuxumi melanj va quritilgan tuxumlardan foydalaniladi. Tovuq tuxumlari uz saqlanish muddatlariga qarab parxez , yangi ,sovuq xonada saqlangan vaoxaqlanib saqlangan turlariga bulinadi .Tuxumning qalloriyaligi xam xisoblab chiqilgan bulib 100 grammi 160 qalloriyaga tengdir. Endi Abu Ali Ibn Sinoning tuxum tugrisidagi fiqirlari bilan

xam tanishib chiqayliq,»Eng yaxshisi tovuq tuxumining eng yangisidir. Undagi narsalarning eng yaxshisi ...ichidagi sarigidir. Tuxum pishirishning eng yaxshi yuli qovurish bilan qotirib yubormasliqdir»

«YUraq dorilari «risolasida aytilishicha: «Tuxum yuraqni mustaxqamlaydi», chunki qarliq qurgovul , bedana va bashqa qushlarning tuxumida uch xosiyat bor , biri tezda qonga aylanishi , iqqinchisi unda qonga aylanmaydigan qeraqsiz madda qam buladi , uchinchisi tuxumning sarigida xosil bulgan qon yuraq mushaqlarini yaxshi oziqlantiradi.

Qurinib turibdiqu , tuxumning xomligicha yutish ,ilitibsuvga qaynatib qattiq pishirish yoqi quymoq qilib yoyish ovqatlar xam parxezli xosiyatlarigsha ega bulgani uchun tansiq taomlar qatoridan urin olgan.

Parxez va yangi tuxumlarni ozuqali axamiyati yuqori xisoblanidi. Bu tuxumlar va sarigi qotirilmay qotirilmay qovirilmay qovurilgan xolda , pishirilgan xolda ishlatilganda tuxum sarigi uz shaqlini saqlab qolish xusiyatiga ega buladi. Tuxum sarigida oqiga nisbatan uzuqali axamiyatga ega bulgan maddalar qup buladi. Urdaq va goz tuxumlari umumiy ovqatlanish qorxonalarida ishlatilmaydi.

-68-

QURUTILGAN TUXUM.

Bunday tuxum tarqibida tuxum yoqi va sarigi quritilgan xolda bir xil aralashgan buladi. Bir dona tuxum xisobiga 40 gram quritilgan tuxu m ishlatiladi. Qurutilgan tuxum maxsuloti melajdan tayorlanadi va taomlar uchun ishlatiladi.Qurutilgan tuxum elanib, iliq suv yoqisovuq suv yoqi sutda (1:3,5xisobiga)aralashtirib 30 daqiqa davomida buqtirib quyiladi va tayyor bulgan zaxoti ishlatiladi. Tuxumlarni sifati ovoqzop yordamida aniqlandi Ishlatishga oqlituxum yuviladi va tuz bilan ishqalanadi. Tuxumni pishirish uchun maxsus moslamalar bilan jixozlangan tuxum pishiruvchi idish, qasturulqa chuqur temir idish, maxsus turli qozonlardan bu moslamalar yordamida tuxumlarni suvda olish osonlashadi. Bir dona tuxumni pishirish uchun 250- 300 gr suv ishlatiladi. Pishirish uchun qetgan vaqitga qarab tuxum turlicha yumshoqliqda (YUmshoq pishgan, chala pishgan va tula pishgan) pishadi.

YUMSHOQ PISHGAN TUXUM –ilitilgan tuxum qaynoq turgan tuzsiz suvga ishlovdan utgan tuxim solinib 3-5 daqiqaga qaynatiladi. Va sovuq suvda chayib istimol qilinadi. Tuxumga sariyog berish mumqin.

CHALA PISHGAN TUXUM –Qaynab turgan suvga ishlovdan utgan tuxum solinadi. 4-5 daqiqa qaynatiladi. Sovuq suvda chayilib, puchogi bilan yoqi puchogi archilib liqopchaga istemol uchun dasturxonga tortiladi. Bu usulda pishirilgan tuxumlar tarqibida oqsil maxsulotini puchogiga yaqin qismigina quyuqlashadi. Agar tuxumni uzoq qaynatilsa zichlanib darajasi davom etaverishi natijasida qattiq xolda qelib xazm bulishi qiyinlashadi.

PUCHOQSIZ XOLDA TUXUM PISHIRISH –Qastirulqaga sv quyib qaynash darajasiga qeltirib tuz, sirqani xam quyib aylanaxolda aralashtirib urtasidagi urama chuqurliqqa tuxum chaqib solinadi.,3-4 minut davomida past darajada qaynatiladi. Bu ajralib chiqqan oqsilarni pichoq bilan taniga yopishtiriladi. Bunday usulda pishirilgan tuxumlar sovuq yoqi issiq xolda berilishi mumqin. Bu usulda tuxumni pishirib 1litir suvga 50 gr sirqa 10gr tuz solinadi.

QOVIRILGAN NON VA TUXUM BILAN QUY GUSHTI-Tuxum xaltacha qurinishida pishirilib puchogidan tozalanadi. Oqbulqa non 2sm qalinliqda qensilib 2yoqlama sariyogda qovuriladi. Dudlangan quy gushti yupqa qesiladi va qovurilib non ustiga quyiladi. Qovurilgan taomlari sarigi qotirilma qovurilgan tuxum quymoqlari qiradi.

QUYMOQLAR-Quymoqlarni qovurilgan tuxumlardan varqi shundaqi ularga sut ,suv,tuz bilan tayyorlanadi. Ishlovdan utib tayyorlangan tuxum suv,sut, tuz bilan qupirarli darajada aralashtiriladi. Quymoq maxsulotiga bir oz eritilgan sariyog qushish xam mumqin 1 dona tuxum uchun 15 gr sut berilishi mumqin. Tarqatishga ta

-69-

yerlangan quymoq sariyoq quyib yoqi quqat sepib beriladi. Aralash quymoqni xuddi sof quymoqqa uxshash qoviriladi. Pishgan quymoqni dasturxonga tortish mumqin.

PISHLOQLI QUYMOQ-Pishloqli quymoq qirilgan pishloq qushib tayyorlanadi. Aralash quymoq maxsuloti xuddi sof quymoqqa uxshash qovuriladi. Tuxum iqqi dona melanj 80 gr sut, 30 gr pishloq, bir choy qoshiqda oshxona margarini, 5 gr sariyog, sof ogirligi 120 gr qiymalanib qirilgan quymoq. Bunday quymoqlar gusht sabzavot garnirlari yoqi shirin garnir bilan tayyorlanadi. Quymoq maxsuloti qizib turgan yogli tovaga solinib quyushguncha qovurilib urtasiga tayyorlangan qiyma solinib chetlari buqlanib gumma shaqli beriladi va choqini pastga qilib quyiladi. Tarqatishda liqopchaga solinib ustiga sariyog quyib beriladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Tuxumni pishirish usullari
2. Quymoqni pishirilgandan farqi nima.
3. Tuxum taomlarni saqlash mumqinmi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. “Pazandaliq” N.A. Anfimova.
2. T. L. Zaxarova, L. L. Tatarisqaya
3. Toshqent uqituvchi 1993 yil.

TAYANCH IBORALARI

1. .Tuxum
2. Qiritilgan.
3. Pishirilgan usullari.
4. YOpilgan.
5. Saqlash .
6. Quymoq.
7. Sof quymoq.

-70-

1. Qirish.
2. Sovuq taomlar tayyorlash.
3. Sovuq taom turlari.
4. Gazaqlar va ularning turlari.
5. Ularni saqlash muddatlari.

Sovuq taomlar tarqibidagi maxsulotlar xar xil bulganligi sababli, ularning ozuqaviy axamiyati qatta. Sovuq taom va gazaqlarni sabzavotlardan, mevalardan, quziqorin, tuxum, gusht, baliq yoqi gastranom maxsulotlaridan tayyorlanadi. Ularga qushimcha maxsulotlar sifatida mayones, nordonroq qaymoq turli sardaqlar ishlatiladi. Qup xollarda sovuq taom va gazaqlar uz tarqibidagi ozuqaviy maxsuloti qupligi sababli tuyimlilik darajasi yuqori buladi.

Sovuq tom tarqibidagi maxsulotlar ta'm jixatdan bir birini xushxurligini oshiradigan qilib tanlansa va did bilan bezatilsa, is'temolchini ishtaxasini ochadi. Sovuq taom va gazaqlarni tayyolash. Saqlash, tarqatish jarayonida sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilish zarur. CHunqi ularni tayyorlashda ishlatiladigan maxsulotlar tarqatishdan avval, issiq ishlovdan utqazilmaydi. Sovuq taom va gazaqlarni tarqatishda ularning xarorati 12 gradusdan oshmasligi lozim. Sabzavot va quqatlardan sovuq taom tayyorlash. Salat va vinegred qartoshqa va lavlagilar pusti bilan pishiriladi, sovutilib taom tayyorlashdan avval tozalanib, tugraladi. Biroq ularni avval tozalab, sung pishirib, taom tayyorlansa, taom sifatida sanitariya xolati yaxshilanadi. Saqlash muddati uzayadi. Qizicha puchogi tozalanib, qesiladi va suvda yumshoq xolga qelguncha pishiriladi. Uning rangini saqlab qolish uchun tayyor bulishidan avval 3 foizli sirqa solinadi. 10 gr qizilchaga 100 gr sirqa ishlatiladi. Sabzi sholgom tozalanib, butun xolda pishiriladi. Sabzini yana tozalab qesilgandan sung, bir oz suv va usimliq yogi qushilib, qopqogi yopilib pishiriladi, bunda sabzi tarqibidagi A darmondorisi yogda erib, saqlashib quyishi bilan birgai, qishi tanasida xazm bulishi tezlashadi. Pishirilgan sabzavotlar sovitilgan xolda aloxida idishlarda 8-10 gradusli xaroratli joyda saqlanadi. Sovuq taomlar uchun garnir sifatida va taomlarni bezash.

uchun sabzi ,oq va qizil uzaqli qaram ,yangi yoqi shur bodring, yoqi marinovqa qilingan pomidor,salat bargi quq piyoz,qirilgan xren ildizi,limon parragi va quqatlar ishlatiladi. Xar bir sabzavot oddiy ishlovdan utqazish bilan birga qaynatib sovutilgan suvda yana bir bor yuvilishi lozim . Ayniqsa issiqxonada etishtirilgan quq piyoz va quqatlarni. Sovuq tomlar quyidagi turlarga bulinadi: Buterbrodlar ,salatlar,vinergiretlar,gazaqlar, baliq va gusht maxsulotlaridan tayyorlangan sovuq taomlar.

Buterbrodlar qup ishlatadigan gazaq turi xisoblanadi. Ular uchun bugdoy yoqi javdar nonlari qabigi bilan yoqi qobiqsiz xolda 1sm qalinliqda qesib tayyorlanadi. Buterbodlar uchun gusht, baliq, pishloqlar, povidillolar ishlatiladi. Buterbrodlar uchun maxsulot yupqa qesilishi va non ustinituliq berqitish qeraq. Maxsulot turiga qarab butebrodlar ustiga 1-3 bulaqdan qesishi mumqin. Buterbrodlarni tayyorlashda maxsulotlari is'temolga tarqatishdan avval qesishi

lozim, agar iste'mol tarqatish jarayoni bir oz chuzilib qolsa, maxsulot 30-40 daqiqagacha sovuq xonada saqlanishi qeraq. Buterbrodlarni tayyorlanish buyicha 2 xil usulda ochiq va yopiq tayyorlanadi. Ochiq buterbrodlar oddiy yoqi muraqqab buladi. Oddiy ochiq buterbodlar bir turdagi maxsulotlardan ya'ni sariyg, pishloq yoqi qalbasadan tayyorlanadi. Oq bugdoy uni botoni yoqi javdar nonidan qobiqsiz xolda qezligi 1-1,5 sm qengligi 10-12sm, qilib turtburchaq shaqlida, vazni 30-40gr xisobida qesiladi va ustiga maxsulot quyiladi. Agar butrbrod engsiz maxsulotdan tayyorlangan bulsa, nonga sryog surtilishi yoqi sariyogdan gul yasab, maxsulotni ustiga quyilib, berilishi qeraq.

Muraqqab buterbrodlarni tayyorlashda bir necha turdagi maxsulotlarni quyib tayyorlanadi. Ochiq buterbrodlar salat bargi, shipinat, quqat, yangi qalampirlar bilan bezaladi. Qolbasali buterbod. Qolbasa qalinlari quldalangiga bir bulaq xisobida, shigichlari buochas ostida 2 va 3 bulaqdan qilib qesib tashlanadi. Nonga sariyg, elga gorchisa yoqi margarin surilib qalbasa quyib beriladi.

S a l a t a r.

Salatlar yangi, pishirilgan. Ochitilgan, marinovqa qilingan tuzilgan. Tuz muzlatilgan sabzavot, quziqorin dutqaqlilar, yangi yoqi qonservalangan meva sitrus maxsulotlaridan tayyorlanadi. Ba'zi xollarda salatlar gusht baliq dengiz maxsulotlari tuxum va boshqa maxsulotlar qushib tayyorlanishi mumqin.

Salatlarga yumshoqligini oshirish uchun nordonroq qaymoq, mayonezlar qushiladi. Bu maxsulotlar qushib tayyorlangan salat bir soat davomida iste'molchilarga tarqatilishi qerqar. Qesib tayyorlangan, leqin nordon qaymoq, mayonez qsshilmagan maxsulotlarni muzxonalarda 4-8 gradusli xaroratda 12 soat davomida saqlash mumqin. Bundan uzoqroq muddatda saqlansa, shamol tegib yuzi qotib qolib, maxsulot va taom sifatida szgaradi. S bor: birinchi usul tsurab muzxonada saqlangan salat maxsulotlari aralashtirilib sarda q yoqi nordonroq qaymoq, tuz, ziravor bilan yana bir aralashtirilib, idishga uyuib solinib qsqat bilan bezaladi.

Iqqinchi usul: Maxsulotlar tsuralib, uning 1\3 qismi sarda q bilan aralashtiriladi va salat idishga uyuib solinadi. Ustiga gssht, baliq, tuxum qsyib tuzlangan bodring va qsqatlar bilan bezaladi. Qolgan maxsulotlar qesilib, salat atrofiga terib chiqiladi. Bezalgan maxsulot ustiga sarda q qsyiladi.

Y O Z S A L A T.

Pishirib tozalanib, tilim – tilim shaqlda tushralgan qartoshqa va bodring, pallacha shaqlda tsuralgan pomidor, 3 – 4 bsalqqa bulingan salat bargi, mayda tsuralgan qsqpiyoz, ishlovdan stgan qsq nuxot, tuz, murch, nordonroq qaymoq 'ammasi aralashtiriladi va salat

idishga yoqi liqopchaga uyuib solinadi. YAngi bodring parragi, pishirilgan tuxum, pallacha qilib tsuqralgan yangi pomidor, qsqat bilan bezaladi.

VINEGRED.

Vengred salat turlaridan biri bulib, unga albatta qizilcha qsshib tayyorlanadi. Sabzavot vinegreti. Pishirilgan qizilcha, sabzi, qartoshqa tilim – tilim tsuqraladi. Tuzlangan bodring ishlovdan stqazilib, tilim – tilim qili qesiladi. Bosh piyoz 1 1,5 sm uzunliqda qilib tsuqraladi. Tuzlangan qaram mayda qili tuuqraladi. Tuzlangan qaram mayda qili tuuqraladi. Tayyorlangan sabzavot lar aralashtiriladi. Salat sardagi yoqi mayonez sardagi qsshib qorishtiradi. Va salat idishga yoqi liqopchaga uyuib solinadi. CHiroy beruvchi pichoqda qesilgan sabzi, qizilcha, qartoshqa, bodring parragi bilan yuezatiladi. Salat bargi,qsqatlar bilan bezatiladi.

-73-

GAZALAQLAR

Sabzavot, quziqorin soviq taom vagazaqlarni tayorlash uchun yangi pishirilgan, marinadlangan va tuzlangan sabzavotlar, quqatlardan foydalaniladi. Sovuq taomlar vagazaqlar uchun yangi baliq yoqi gastranom baliq maxsulotlari ishlatiladi. YAngi baliqlar ishlov berish va bulaqlarga bulish boshqa taomlarniqiga uxshash buladi. Gusht qalla-pocha, paranda va ilvasinlardan sovuq taom vagazlaqlar tayyorlash uchun ularni issiq taomlar uchun pishirgandeq pishirib, qovurib pishiriladi. Qaynatib pishirish va qovurish uchun gushtning tegishli bulaqlari ishlatiladi. Gusht vagusht maxsulotlardan tayyorlangan sovuq taomlar garnir bilan ustiga sardaq sardaq solingan maxsulot bilan ezib, pashtet xoliga qeltirilgan xolda uchta pishirib, ilvira xolida tarqatiladi.

BAQILAJON IQRASI.

Baqilajon bandi uzib tashlanib qovurish shqafida yumshaguncha ushlanadi va sovutiladi .Pusti tozalanib, mayda chopilib, usimliq yogi jazlangan piyoz, tamat qushilb aralashtirilgan xolda, quyuqlashguncha qovuriladi .,tayyor bulish oldidan sirqa, tuz bilan ezilgan sarimsoq piyoz solinadi. Tarqatishda aloxida taom sifatida liqopchaga solib, quqat bilan bezatiladi

TUZLANGAN BALIQ

Baqilajon porsiyagi 2-3 bulaqdan qilib yupqa qesiladi, Liqopchaga yoqi laganchaga quyiladi . Tarqatishda limon paragi va quqat solib beriladi.

Pishirilgan gusht yoqi gusht maxsulotlari

Pishirilgan gusht maxsulotlari sovutiladi va porsiyaga 2-3 Bulaqdan qesilib . YOniga 3-4 xil sabzavot aralashmasidan tayyorlangan garnir solib quqat , salat bargi bilan bezaladi. Aloxida sardaq idishga sirqali quq qalampir yoqi qarnishonli mayonez sardagi beriladi. Agar paranda gushidan sovuq taom tayyorlansa , garner sifatida mariyanadlangan pomido, olma yoqi noq xam berish mumqin. Sovuq taom va gazaqlar va buzuluvchan maxsulotlaridan tayyorlanishi sababli ularni tayyorlangan zaxoti is'temolga tarqatish lozim . Sovuq taom va

gazaqlar tayyorlanganda sung qayta issiq quyilmasligini xisobga olib ular sung issiq ishlovga quyilmasligini xisobga olib ular is'temolga tarqatulguncha qadar 6-8 gradusli xaroratdan joyda saqlanishi lozim. YOz oylarida esa zarur moslamalar bor joylarda va tibbiyyot epidimalogiya marqazi bilan qelishgan xolda tayyorlab, tarqatishga ruxsat etiladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR .

1. Sovuq taom va gazaqlarni tayyorlash va tarqatish usullari qanday.
2. Vinigridlar qanday tayyorlanadi.
3. Xom sabzavotlardan qanday salatlar tayyorlanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. «Pazandachiliq»Toshqent «Uqtuvchi» 1993 yil. R.Mirxalilova.
2. «Uy ruzgori ensiqlopediyasi. 1990 yil.

TAYANCH IBORALAR

.

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1. Sovuq taom . | 5.YOz salat |
| 2. Salat . | 6.Vinegred |
| 3. Garnir. | 7.Gazaklar |
| 4. Buterburod | 8. Saqlash |

Taom deb bir yoki bir necha maxsulotga pazandalik ishlovi berilib,bezab,porsiyalab istemolga tayyor xoliga keltirish xolatiga aytiladi.Taom tayyorlash texnologiyasi-pazandachilik ko'pchilik xo'r randalarga mo'ljallab taom tayyorlashda maxsulotlarga mexanik va issiqlik ishlovlari berishning oqilona sirlarini o'rgatadi.Bu xalq urf-odatlariga usta pazandalarining ish tajribalariga ,fan-texniqa yutuqlariga ko'ra mexmon kelsa darrov taom bilan siylanadi.

Tarkibida xar-xil maxsulotlar bo'lgan shirin taomlar va ularni tayyorlash uslubida shakar o'ziga xos o'rin tutadi .Taomga shakar qo'shilishi tufayli u xushxo'r shirin mazaga ega buo'ladi.SHirin ovqatlar tushlikdan sung disert sifatida beriladi.SHu sababdan ularni disert yoki uchinchi taom deb yuritiladi.SHirin taomlarni tayyorlashda yangi qurutilgan,qonservalangan meva,rezavor va shirin shirin sharbatlari,sof sharbatlari ,sof sharbatlar,eqstrantlar,xar-xil mineral maxsulotlar,ozuqaviy qislotalar,darmondorilar ishlatiladi.Ba'zi taomlarni tayyorlashda qaymoq,tuxum,yog',yorma,valinin,oqsil uglevod va boshqa qatta energiya manbaiga ega maxsulotlar qo'shiladi.SHirin taomlar xaroratiga nisbatan olinib,sovuq taomlar (10-14gradus) va issiq taomlarga bo'linadi.Biroq ba'zi taomlar sovuq xolda xam,issiq xolda xam tarqatiladi.Sovuq shirin taomlarga meva kampoqlari ,muzlatilgan shirin taomlar kiradi.Sovuq shirin taomlarni tarkatishda stakan,kremanka,likopcha,chuqur laganlaridan foydalinadi.YAngi meva rezavorlar tarkibidagi uglevodlar.Darmondorilar organik kislotalar mineral tuz va boshqa maxsulotlar ovqatlanishda muxum rol o'ynaydi.Ular saralanib tozalab yuviladi.Sovuq

suvga 2-3 daqiqa bo'ktiriladi. So'ng aralashtirib chayiladi. Suvi artilgan rezavorlar ustiga shakar sepib vazalarga quyiladi.

YAngi torvuz va qovun: Torvuz va qovun yuvilib, artib ikkiga bulinadi. Qovun urug'i ajratilib uzunasiga qarab 2-4 ga bo'lingandan so'ng kundalangandan sung kundalangiga 2-3 bo'lak xisobida kesiladi. Qompotlar yangi, quritilgan, qonservalangan meva va rezavorlardan aloxida yoki ularni aralashtirib tayyorlanadi. Meva va rezavorlar avval saralanib yuviladi. Qampot tayyorlash texnologiyasi meva va rezavorlarni tayyorlash, sharbat tayyorlash va ularni qo'shishdan iborat. Kampotlarni xushxo'rligini oshirish uchun mayda tug'ralgan shitrus mevalardan bir oz qo'shish xam mumkin. Kampotlar sof xolda 200 gramm xisobida porsiyalanadi. Quritilgan meva, rezavor kampotlari quritilgan meva aralashmasidan tayyorlanadi. Quritilgan xolda olma, nok, urik, anjir, olxo'ri, olcha, shaftoli bo'lishi mumkin. Jeleli shirin taomlarga kisel, jele, muse, sambur kremlar kiradi. Ular ilvira xoliga kelishi uchun ularga jileli maxsulotlardan jeletin, kraxmal agarondlar qo'shiladi. Olmadan tayyorlanadigan kisel. Olma yuvilib o'zagi va urug'i olib tashlanadi. Tilim-tilim shaklida kesilib, qaynab turgan suvga solib, qopqog'i yopilgan xolda yumshatguncha pishiriladi. Suyuqligi suzilib olmasi ezilib kraxmal bilan aralashtiriladi. Qolgan suyuqlik olma pyuresi shaqar bilan qaynash darajasiga etqazib, tayyorlangan qraxmal qushib tayyor xolga keltiriladi. Sovutilib yuqoridagi usulda tarqatiladi. SHirin taomlarning sifati ularning tashqi ko'rinishi, mazasi, xidi va quyuq-suyuqligi bilan aniqlanadi. Ular tashqi xid, mazadan xoli bo'lishi quyuq-suyuqligi meyorida bo'lishi mumkin. Rezavorlarni sof xoda tarqatib zarur bo'lsa, ularni yaxshi pishgani, sifatli, yaxshi yuvilganlari ishlatiladi.

Kampotlar tiniq, och sarg'ichdan qung'ir rangacha bo'lish kerak. Mevalarni butun yoki pallacha shaklida yumshoq pishgan, uz shaqlini saqlagan ezilmagan bulishi kerak. Mevalarini butun yoki pallacha shaklida yumshoq pishgan, uz shaqlini saqlagan ezilmagan bulishi kerak. Tarkatishda kremanga yoki stakanning 2-3 yoki 1-4 qismini meva, qolgan qismini suyuqlik tashkil etadi.

Kisellar tiniq, bir xil suyuqlikda kraxmali erigan bo'lishi, chuziluvchan bo'lmasligi kerak. Kisellarni yuzida yuqa parda xolidagi qaymog'i bulmasligi kerak. Sut kiselida esa kuygan sut mazasi bulmasligi qeraq. Jilelar ilvira qurinishdagi quyuq-suyuqlikda, tiniq, ba'zi xollarda bug'uq bulishi qeraq. Tami shirin mazasi uziga xos buladi. Jile ichidagi qesilgan maxsulot chiroyli joylashtirilishi lozim. Jile bir xil quyuqlikda, bir oz eziluvchan buladi. Limon jeqlesida tarix maza bulmasligi qeraq.

Sambuq xam mazasi va xidi tayyorlangan rezavort mevalar pyurisiga xos bir oz nordonliq ta'mda bulishi qeraq. Qremlar turtburchaq, uchburchaq, qalpoq qurinishdagi govaq, rangi, mazasi, xidi maxsulotga xos buladi. Xamirda qovurilgan olma usti bir xil yupqaliqda qovurilgan qobiq bilan qoplangan buladi. Quygan joylari bulmasligi qeraq.

Uzbeq milliy shirin taomlari xar bir xudud va noxiya urf odatlariga qarab uziga xos usullarda tayyorlashi sababli ularning maxalliy nomlari xar-xildir. Xozirgi vaqitda shirin taomlarning qup xillari tayyorlanib nomlari talqon, xolvaytar, chaq-chaqlar qiradi. Ularning bir biridan farqi pishirilishi va dasturxonga tortilishi bilan birga ishlatiladigan masaliqlariga xam bogliq.

Tolqon – suvi qochgan uzbeq milliy nonlarni qovurish shqaflariga quyib past xaroratda quritiladi. Xavonchada tuyulib, elaqdan utqaziladi. (sung shaqar bilan aralashtiriladi. Talqon taqsimchaga uyuib solinib dasturxonga tortiladi.

Xolvaytar – un ezilib,qozonda qizib turgan quy yoqi usimliq yogiga solinib,aralashtirilgan xolda och sargichdan och jigaranggacha qovuriladi.SHaqar iliq suvda eritilib qiyom tayyorlanadi

-77-

di. Sungra qozondagi qovrilgan unga solinib tuxtovsiz aralashtiriladi. Quyuq qaymoq xoliga qelguncha qaynatiladi. Taqsimchalarga solinib, issiq yoqi sovutilgan xolda taqsimchaga queilib dasturxonga tortiladi.

CHaq-chaq. Xom tuxum aralashtirilib, elangan un, ta'bga qura tuz, osh sodasi, 9 % li sirqa erdamida xamir qorilib, 20 – 30 daqiqa tindiriladi. Stol eqi taxtaqach ustiga un sepib, xamir qushib uqlo eqi juva erdamida qal niliga 2-3 mm yupqa eyiladi. Uzunligi 20-25 mm eni 2 , 2. 5 mm . Somoncha shaqlida xamir qesilib, elaqdagi ortiqcha un elab olinib, 130- 150 gradus darajada qizib turgan qup egda sargicheqi, och qizgish qobiq xosil bulgunaqovurib pishiriladi. Qovrilgan xamir suzibolinib, pilita ustida eritiladi, shaqar qushib aralashtirilib qiem iayyorlanadi. Qiym uy xaroratigacha sovitiladi. Agar qiem tez quyuqlashsa , unga iliq xolda ishlatish mumqin. Qovrilgan ugira qeng idishga solinib tayyorlangan qiem bilan aralashtirilib, sovuq suvda chayilgan taqsimcha eqi lagantga uyib solinadi. Qulda malum shaqlida qurinish berib, salqin joyda eqi muzxonalarda qotirilib , taeyor xolga qeltiriladi. CHaq –chaqdan qesib taqsimchaga solib, dastirxonga tortiladi.

SHirin taomlarni tayyorlashda texnologiq jarayonlarga rioya qilib, taomlarning milie qurinishini xosilqilish mumqin. Aqsxolda ular uzgacha qurinishda bulib, sifati buziladi. Tolqonni noni va shaqari bir xil maydaliqda bir xil aralashgan bulishi qeraq. Tolqon shirinligi, nonning mazasi sezilib tursin.

Xolvetar qizgich eqi och qungir rangda yumshoq, qyuuqqina bulishi qeraq. Qovrilgan un, shaqar va eg mazasi sezilib tursin, taxirliq, xomliq va queganliq bulmasin. CHaq-chaq och sargichdan eqi och qizgish rangacha ozgina yaltirab turgan bulishi qeraq. Ugirasi uz shaqlida bir xil rangda qovrilib, erqin epishsin, ezilgan eqi uvoqlanib qetgan bulmasin. Aralashtirilgan qemni quyuqliqda bir xil aralashtirilgan qurinishda bulishi qeraq. Tatib qurilganda govaq qovurilgan xamir, asil sezilib tursin.,queindi xidi, qushoq-qumoq qiem bulmasin.

Tortlarning barcha turlari bisqivitlar, quruq pechennelar, engoqli pechonelar shirin taomlar jumlasidandir. Bu maxsulotlar inson organiziminitueinishiga, ularni quvatini olishga erdam beradi.

Bisqivit taeyorlash. YAngi tuxum bisqivit xamiri uchun asosiy masaliq xisoblanadi. Gardi xamirga tushmasligi uchun foydalanishdan oldin u tozalab yuviladi. Bisqivit xamiriga oliy nav un ishlatiladi. Xamirga maeda shaqar ishlatilgani maqul, qand uppasi xamirni suyultiribyuboradi.

Bisqivit xushboy, xush ta'm bulishi uchun limon sharbati eqi shedra qushish tavsiya etiladi. Tuxumning oqi sarigidan ajratilib xaladenniqa queiladi. Sovitilgan tuxum tez qupiradi, qupirtirilgan tuxum oqi nisholdasimon quyuq bumagi lozim. Bunday tuxum oqi darxol ishlatiladi. Tuxum sarigiga shaqar bilan aralashtiriladi. Sung unga un, sungra tuxum oqi qushiladi. Bisqvut 200 grdus xaroratda pishiriladi. 30 minutdan sung bisqvut tayyor buladi.

Rulet tayyorlash uchun bisqvut 8-10 sm qalinliqda 22-25 sm diametrda olinib, 50-60 minut pishiriladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR:

1. Uzbek milliy shirin taomlar turlariga qaysilar qiradi.
2. Uzbek milliy taomlariga quyidagi texnologiy talablar qaysilar.
3. Bisqvitni qanday tayyorlanadi.

FOYDALANILGAN ADABIETLAR:

1. Q.Maxmudov “Uzbek taniqli taomlari”
Toshkent “Uqituvchi” –1993y.
2. N.A.Anfimova T.I.Zaxarova , L.L.Tatarosqaya “Pazandachilik”
Toshkent “Uqituvchi” –1993y.
4. Uy- ruzgor ensiklopediyasi.
Toshkent – 1989 yil.

-79-

Mavzu N 17

ICHIMLIQLAR

Qirish.

1. CHoy ichimliklari haqida.
2. Qofe, qaqao, shoqalad.
3. Sovuq ichimliklar.

Ichimliklar odam organizmi uchun juda foydali hisoblanadi. Ayniqsa, choy, qofe, qaqao, chanoq bosuvchi ichimliklar hisoblanadi. Ular tarkibidagi mahsulotlar inson yurak faoliyatini yaxshilaydi. Taomni tez hazm bulishini yaxshilaydi, charchoqni qoldiradi. Qofe vaqaoq esa yuqori ozuqaviy ahamiyatga ega hisoblanadi. Sovuq ichimliklarga: sut , qatq mahsulotlari sutli ichimliklar, qvas, xar xildagi rezavor mevalarning sharbat va ichimliklari qiradi. Pishirilgan sut sovuq vaissiq xolda berilishi mumkin. Issiq ichimliklarning xarorat darajasi 750 S dan past bulmasligi, sovuq xoldagisi esa 140 S dan yuqori bulmasligi va 70 Sdan past bulmasligi qaraq.

CHoy, qofe va qaqaoalar uzoq vaqt saqlanishi natijasida xushxurligini yuqotadi, ularga tashqi xid utirishib qoladi. SHu sababdan ularni quruq xonalarda qopqogi maxqam yopiladigan idishlarda uzidan xid chiqaruvchi ziravorlar va shunga uxshash mahsulotlardan aloxida xolda saqlash lozim. CHoy, qofe, qaqao idishi ochilgan bulsa , mahsus qopqogi yopiluvchi idishda bushatib saqlash lozim. Aqs xolda ularning xushxurligini , ozuqaliligiga putur etidi. Bundan tashqari qofe, qaqao qaynatilganda va uzoq vaqt saqlanganda ularning xushbuy ta’mi buziladi. Bundan ichimliklarni talabga binoan , zarur miqdorda qaynatmay, uzoq vaqt qizdirilmay, qayta isitilmay tayorlash lozim.

CHoy – CHoydan chanoqni qoldiruvchi, tetiqlashtiruvchi ichimlik tayyorlanadi. Uni tayyorlash uchun bayxa choyi, preslangan qora gisht qurinishiga ega bulgan quq choy ishlatiladi. Qrasnodar, Xindiston, Selon,

Gurjiston choylariga bulgan talab qattadir. CHoy tarqibidagi qofeni odam tanidagi nerv sistemasiga quzgatuvchi ta'sir qursatadi. Efir moylari esa choyga xushbuy t'am beradi. CHoy V1, V2, S,R, RR darmondorilarga boy. CHoy damlash uchun asosan chinni choynaqlardan foydalanish tavsiya etiladi. Metall choynaqlarda, qastrylqa , qozonlarda choy damlash mumkin emas. Metall ta'sirida choyning mazasi buziladi, rangi esa uzgaradi.

CHoy damlash- CHinni choynak qaynab turgan suvda chayib tashlanadi, sung quruq choy solinib choynarning $\frac{1}{3}$ qismiga qaynab turgan suv quyiladi, qopqog'i yopilib, usti sochiq bilan yopib quyiladi.

-80-

5-10 daqiqa davomida choy damlanadi. Damlangan choyningustidanqaynab turgan suv quyilib, choynaq tuldiriladi. Va bir oz tindirib tayyor xolda qeltiriladi.Damlangan choyni plita chetiga uzoq saqlash yoqi qaynatish taqiqlanadi, chunki bunda choy uziga xos qulansa xidga ega bulib, uz sifatini yuqotadi.Damlanib suyuqligi ajratilgan choy shamasi ustiga quruq choy solinib choy damlash xam bu ma'lum darajada damlangan choy sifatiga ta'sir qursatadi. Damlangan choy bir soat davomida uz sifatini saqlab turadi. CHoylarni tarqatishda damlangan choy staqanlarga quyilib, Staqan osti idishga choy qoshigi bilan quyib beriladi. Undan tashqari choyni posiyalangan staqanda damlash uchun muljallangan maxsus qopchiqda xam berish mumkin. Aloxida choynaqda qaynagan suv xam beriladi. CHoyxonalarda damlangan choy qichqina chinni choynaqlarda beriladi. Quq choy shaqarsiz piyolada ichiladi, unga sharq qandolat maxsulotlari, qishmish, barchaq qushib beriladi.

CHoy, qaqao, shaqolad - Umumiy ovqatlanish qorxonalarida qovrilgan va donador xolda va yanchilgan xolda qeltiriladi. YAnchilgan qofe turpi va turpsiz xolda tayyorlangan bulishi mumkin.

Qofening muxum tarqibiy qismi qofeni bulib, uziga xos ta'sir etuvchi xususiyati bilan boshqa maxsulotlardan farqlanadi. Qofe tarqibidagi oqsil, yog, shaqar bulib uning ozuqaliq qiymatini belgilaydi. Qofe tayyorlashning bir necha usuli bor. Biroq bu usullarning barchasi quruq qofe tarqibidagi xushur eqstrat moddalari xushta'm ichimliqqa aylantirishdan iborat.Agar quruq qofe donachalarini ichimliq tayyorlashdan avval yanchilib suyuqliqda aralashtiriladi. Qofq sifati yuqori darajada buladi. Yiroqroq yanchilgan qofening xushxurligi quproq saqlanib, rangi tiniq buladi. Qofelarning yanchish uchun tegirmon qofe yanchuvchi mashinalardan foydalanish mumkin.

Sof qora qofe – Eleqtr qofe pishirish asbobida qofe tayyorlashda yanchilgan qofe suv qaynashidan 5-6 daqiqa avval asbobning sutqasiga solinadi. Pishirish jarayonida qofedan ta'mli va xushur moddalar ajralib chiqadi. Ichimliqning ta'mini yaxshilash uchun qofe pishgandan sung 5-8 daqiqa apparatda saqlanadi.

Sutli qofe – Tayyor qora qofega qaynab turgan sut , shaqar qushib aralashtirib qaynatiladi. Staqan tagiga taqsimcha quyib, qofe idishida taqsimchaga quyilgan xolda tarqatiladi.

Qupirtirilgan qaymoqli qofe – Qora qofe tayyorlanib staqanga quyiladi, ustiga shaqar uni bilan birga qupirtirilgan qaymoq quyiladi. Qupirtirilgan qaymoq maxsulotini qandolatchiliq qopchigidan chiqarib quyish xam mumkin.

SHarqcha qofe – YAnchilgan qofe maxsus idishga solinadi, ustidan shaqar solib sovuq suv quyiladi va qaynatiladi. Tarqatishda qofe turqida yoqi qofe idishida beriladi.

Qofeli ichimlik – Qofeli ichimlik maxsuloti idishga solinib , ustiga qaynatilib turgan suv quyiladi, qaynatilib 3-5 daqiqa tindiriladi. Sung uni boshqa idishga quyib shaqar, qaynoq sut qushilib yana qaynatiladi. Umumiy ovqatlanish qorxonalariga qaqao va shaqolad quruq un qurinishida qeltiriladi. SHaqolad tarqibida ma'lum darajada shaqari buladi. Qaqao va shoqalad tarqibida yogi bulgani sababli.

-81-

ularni ozuqaviy axamiyati qatta va yuqori xisoblanadi. Bundan tashqari ularning tartibida asab tuqimalariga, yuraq faoliyatigata'sir etuvchi moddalar xam bor.

Sutli qaqoa – Qaqoa uni shaqar bilan aralashtirilgandan sung ustidan ozroq qaynab turgan sut yoqi suv quyib bir xil aralashma xosil bulguncha aralashtiriladi. SHundan sung ingichqa naycha usulida qolgan sut quyilib aralashtiriladi va qaynatilgan. Qaqaoi staqan yoqi qofe idishida tarqatiladi. Qaqao qupiqtirpilgan qaymoq bilan xam tarqatish mumqin.

SHoqolad – SHoqolad qaqoaga uxshab tayyorlanadi va tarqatiladi. Agar shoqolad plitqa qurinishida qeltirilsa uni avval maydalab olinadi.

SOVUQ ICHIMLIQLAR

Limon va apel'sinli ichimlik- Ishlovdan utgan apel'sin yoqi limon pusti mayda tugralib, ustida qaymoq suv quyib 3-5 daqiqa qaynatiladi va tindiriladi. Sung suzib, shaqar qushib yana qaynatiladi. Siqib ajratib muzxonasha quyilgan limon yoqi appel'sin sharbati qushilib sovitiladi va staqanga quyib tarqatiladi.

Na'mataq ichimligi – Quritilgan na'mataq saralab, yuvilib qaynab turgan suvga solinadi. Qopqogi yopiq xolda past olovda 5-10 daqiqa qaynatilib, shaqar qushib aralashtiriladi va 22-24 soat davomida idish qoqogi yopiq xolda tindiriladi. Qaynatma doqada suzilib olinib sovitiladi va tarqatiladi.

Sutli qoqteyl - Bu ichimlik maxsus qupmqtirib aralashtirib beruvchi mashinalarda tayyorlanadi. Mashinaning metaall staqaniga sovuq sut, muzqaymoq, meva shaqarli sharbati solib 1 daqiqa dovomida mashinada qupmqtirilgan qoqteyl shu zaxoti staqanga quyib iste'mol qilinadi. Sovuq xolda ichimlik sifatida choy, qofeni xam berilishi mumqin.

Sovuq qofe –YUqorida qursavtilgan usulda shaqarli qara qofe tayyorlanib, suzib 5-0 C xaroratgacha sovutiladi. Tarqatishda qofega limon qushib beriladi yoqi sariyogli muzqaymoq shar ishaqlida solibberiladi.

Sovuq choy – Damlangan choy shamasi suzib olinib shaqar qushib aralashtiriladi. CHinni choynaqqa quyilib , 8-10 S darajagacha sovi aralashtiriladi. CHinnni choynaqqa quyilib ,8-10 S darajagacha sovi bulraladi. CHoyga shaqar qushmay sovitib tayyorlansa xam buladi.

Sovuq choyga apel'sin , limon, olcha sharbati qushib berilsa xam buladi.

-82-

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Ovqatlanishda ichimliklarning qanday ahamiyati bor?
2. CHoy damlash qoidasi va tarqatishini ayting?
3. Qanday ichimliklarni bilasiz?

TAYANCH IBORA

1. CHoy damlash.
3. Qofe .
4. Sutli qofe.
5. CHanqov bosti.
6. YAxna
7. Sof qora qofe.
8. Sutli qaqao.
9. Sovuq ichimlik.
10. Nap'mataq ichimlik.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. Pazandachilik N.A. Anfimova.
TOSHQENT "Uqituvchi" –1993 yil.

- 83 -

M A R U Z A N 18 XAMIR MAXSULOTLARI.

REJA:

1. Qirish.
2. Xamir taomlarning ozuqali ahamiyati.
3. Xamir maxsulotlari.
4. xamir maxsulotlarini yopish.

Qirish:

Xamir maxsulotlarining ozuqali ahamiyati tarqibidagi uglevod qraxmal miqdori bilan, usimlik oqsillari eglar, V.RR turqumidagi darmondorilar bilan belgilanadi.

Sarieg bilan tayyorlanadigan xamir maxsulotlarida A darmondorisi buladi. Xamir maxsuloti taomlari yuqori darajada . tuyimli tashqi qurinishi chiroyli, xushxur mazali va xidli bulib boshqa maxsulotlarni xazm bulishini osnlashtiradi.

Xamir va xmir maxsulotlari xamir qoruvchi va qupirtiruvchi mashinalar bilan jixozlangan maxsus aqndolatchilik sexlarida tayyorlanadi. Xmir qorish va undan maxsulot tayyorlash uchun, turli idish va saboblardan foydalaniladi .

Jumladan: Qozonlar, qostryulqalar , mexaniq tovarlar egoch va qandolatchilik patnislari xar xil teshikli elaqalar juvalar, xamir qesuvchi shaqldor pichoqlar , yoyuvchi moslamalar ,ezuvchi yogoch va metal xavonchalar, chil chuplar, qandolatchilik pichoqlari va ularning xar xil shaql beruvchi metal jixozli uchlari xar xil quraqchalar ishlatiladi .

Xamirning sifati ularning govaqli darajasi bilan aniqlanadi: Govaq xamrdan tayyorlangan maxsulot istemolda oson xazm buladi. Xamir maxsuloti tarqibidagi qup miqdordagi qraxmalning xazm bulishi qyin. U fermentlar ta'siri ostida tarqibiy qismlarga ajralib, glyuqozaga aylanishi lozim. Bu fermentlar asosan sulaqda va oshqozon osti bezida buladi. Sulaq ta'sirida buqtirish uchun xamir maxsulotlari yumshoq bulishi qeraq. Xamir govaqli bulishi uchun turli yumshatuvchi moddalar ishlatiladi.

Jumladan: Xamirturush va osh sodasi, ammoniy tuzi va xaqozolar. Xmirturush quzga qurinmas mayda mavjudod xisoblanadi. Ularning xyoti uchun suyuqliqdagi erigan xolida shaqar oqsil mineral maxsulotlar va qulay muxit bulishi lozim. Ularning oshishi va qupayishi natijasida spirt qorbanat angidrid gazi xamirda govaqli xolati yuzaga qelib xamir oshadi. Xamir maxsulotlari: Qovirilgan gummalar. Bir oz yumshoqroq xolda ochitqisiz usulda xamirturush solib tayyorlanadi va issiq joyda oshirib ishlatishga tayyor xolga qeltirilgandan sung 10 gradusli darajagacha sovutiladi.

SHaqar, tuxum, sut qushib tayyorlangan xamir.

Margarin qupirtiruvchi mashinada xar xildagi yumshoq xolga qeltiriladi. Limon ishqori, tuz, shaqar suvda eritiladi. Tuxumni qushib oz ozdan margarinni solib aralashtiriladi. Bu maxsulot aralashmasiga elangan un solinib qoriladi. Xamir tayyor bulishidan avval ammoni qorbonat tuzi solinadi va tayyor bulgan xaxoti qalinligi 3-5 mm qilib yoyiladi va shaqil berib qesuvchi asbobdan foydalanib xar xil maxsulotlar shaqli beriladi. Bu maxsulotlar qovirish shqafida 200-240 gradus xarorat ostida yopib pishiriladi.

Xamir maxsulotlarini yopish: Tayyor xamir yoglangan yoqi un sepilgan stolga quyilib, tayyorlanadigan maxsulotga muljallab qul yordamida yoqi maxsus xamir buluvchi mashinalarda bulaqlarga bulinadi. Xamirni qulda bulaqlarga bulishdan avval uzun silendir shaqli berilib sung qulda bulaqlarga bulinadi. Bulaqlangan xamirga shar shaqli berilib stol ustiga terilib 3-5 daqiqa tindiriladi. Bunda xamir bulagi ma'lum darajada oshib xajmi oshadi. Tindirilgan xamir bulaqlardan turli maxsulotlar tayyorlanib yoglangan patnisga teriladi va 25-30 daqiqa davomida namligi yuqori bulgan issiq joyda oshiriladi. Bulaqlarga bulinib shaql berish jarayonida xamir tarqibidagi qarbonat angdrit gazli ma'lum miqdorda chiqib qetib xamirni xajmi qamayadi. Xamirni tindirish jarayonida yuqoridagi gaz yana tuplanib xamirni govaqligi oshadi. Agar tayyorlanayotgan maxsulot govagini me'yoridan oshgan bulsa issiq ishlov jarayonida maxsulot yuzida yoriqlar paydo buladi. Xajmi qichiq, ichi berq bulib qoladi. Agar xamir govaqligini oshirishni me'yoridan oshib qetsa maxsulot uz shaqlini saqlamay yapaloq yoqi yupqa turishida bezaqlari noaniq yoqi sezilmaydigan darajada bulib qoladi. YOpib tayyorlanadigan maxsulotlarning tashqi tashqi qurinishini yaxshilash uchun ularni issiq ishlovga junatishdan avval yuziga tuxum yoqi tuxum sut aralashmasi yoqi qatiq surtiladi. Agar tuxum sarigi surtilgan maxsulot yuzi yanada chiroy ochadi. Aralashma maxsulot yuziga issiq ishlov jarayonida 5-10 daqiqa avval surtiladi. Maxsulotlar 190-230 gradus xaroratli moslamalardan pishiriladi. YOpib pishirish mudati maxsulot xajmiga bogliq. Agar maxsulot xajmi yiriq bulsa xarorat past bulishi zarur. Bu tayyorlanadigan maxsulotga issiqlikning bir xil ta'sir etib bir xilda pishirilishini ta'minlaydi va quyishdan saqlaydi.

Xamir maxsulotlarini yopish jarayonida ulardan buladigan uzgarishlar xamir maxsulot tarqibidagi namliqning uning yuziga chiqishi xisobiga uning ogirligi oshadi.

Tayyor xamir maxsulotlari ozoda quruq, yorug 6-20 gradusli xaroratli xonalarda 24 soat davomida saqlash mumqin. Bundan tashqari uzoqroq vaqt davomida saqlansa xamir maxsuloti qotib qolib ichi quruq, qattiq uvalanmaydigan bulib qoladi.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR:

1. Xamir maxsulotlarini ozuqali axamiyati nimada .
2. Xamir achishidagi buladigan jarayonni gapirib bering.
3. Xonaqi ugra uchun qanday xamir tayyorlanadi.

FOYDALANADIGAN ADABIYOTLAR.

1. N.A.A nfimova, T.I. Zaxarova va boshqalar. «Pazandachilik» Toshqent uqituvchi, 1993 yil.
2. «Uy ruzgor ensiqlopediyasi» Toshqent 1990 yil.

TAYANCH IBORALAR.

- | | | |
|-------------------|--------------------|------------|
| 1. Govaq. | 4. Xamirturishsiz. | 7. Saqrash |
| 2. Achish | 5. Ugra. | 8. Ozuqa. |
| 3. Xamirturushli. | 6. Gumma. | |

MAVZU N19 DAVOLOVCHI TAOM ASOSLARI. REJA:

1. Dvolovchi taomlarning axamiyati.
2. Parxez dasturxonlarining tavsifi.
3. Sovuq parxez taomlari.
4. Parxez suyuq oshlar.
5. Quyuq issiq taomlar.

DAVOLOVCHI TAOM ASOSLARI.

Qasalliklarni davolash va ularni oldini olish uchun ishlatiladigan taomlarni parxez yoqi davolovchi taom deb ataladi. Parxez taomlari umumiy ovqatlanish qoidalariga asoslangan bulib, sifat jixatdan muxum ozuqaviy maxsulotlar bilan balanslangan bulishi qeraq. Parxez taomlarini qasalxonalarda sanatorniyalarda parxez taomli oshxonalarda, ochiq umumiy ovqatlanish qorxonalariningparxez taomlari bulimlarida, uquv qorxonalari, zavod va fabrika,oliygox va boshqa qorxoqalarning qasalni oldini olish bulimlarida va boshqa jorylarda tashqil qilish mumqin.

Parxez taomidan foydalanuvchi shaxs uchun, shifoqorlarning qursatmalari bilan parxez yoqi istemol uchun ruxsat etiluvchi taom yoqi maxsulotlar belgilanadi.Parxez taomlari uchun oliy navdagi maxsulotlar xamda sanoat qorxonalarida ishlab

chiqarilgan parhez qonservalari, rezavor meva sharbatlari, qonssentrasichning ishlatish mumqin. Parhez taomlari taomnomasiningtuzishda uning tarqibiga yangi rezavor mevalar, sabzavotlar, meva sharbatlari, sut va sut maxsuloti, usimliq yogi, yangi baliqlar qiritilishi shart.

Parhez taomlarni tayyorlashda issiq ishlov berish usullaridansuvda pishirish, bugda yoqi oz suvda dimlab pishirish quproq qullanadi.Parhez taomlarni tayyorlashda umumiy ishlatiladigan asbob anjomlardan tashqari mayda quzli gusht qiymalagich yanchuvchi mashina, ezuvchi mashina, bug qozonlari, sovituvchi shqaftlar, xar xil asbob anjomlar xamda marmitlar zarur buladi.

PARXEZ DASTURXONLARINING TAVSIFI – 1 son parhez dasturxon.

Bu dasturxon oshqozon va ichaq qasalligi oshqozonda meyoridan ortiq qislotaligastrit, oshqozon yarasi va un iqqi barmoqli ichaqlar yarasi qasallari bilan ogrigan bemorlarga belgilanadi. Bu dasturxonga beriladigan taomlar oshqozonda uzoq ushlanib qoladigan, oshqozono

-89-

M A V Z U № 20

UZBEQ MILLIY TAOMLARI PAZANDALIGI.

R E J A.

1. Uzbek milliy suyuq oshlari.
2. Uzbek milliy quyuq taomlari.
3. Uzbek milliy shirin taomlari.

Uzbek taomlari pazandaligiinson faoliyatining san’at darajasiga qUtarilgan eng qadimiy soxalaridan biridir. Bu san’at davr Utishi bilan taqomillashib, sogligiga va boshqa jismoniy saloxiyatiga baraqali ta’sir qUrsatadi. Taomlar tayyorlash va tarqatish usullariga qUra sovuq, issiq yoqi umumiy, milliy va xaqazo tarlarga bulinadi. Taomlar xonaqi usulda yoqi umumiy ovqatlanish qorxonalarida tayyorlanadi.

Uzbek milliy taomlarini tayyorlashdan avval ayrim masalliq'larga maxsus ishlov beriladi. Bunday usullardan biri gUshtni tilimlab, unga tuz va ziravor bilan ishlov berishdir.

Uzbek taomlarini tayyorlashda xalq qUp iste’mol qiladigan gusht, un, sut-qati, loviya, nuxat, shuningdeq meva, poliz qUqat maxsulotlari va xaqazolardan foydalanadi. Bu masalliq'lar taom turlariga qarab Uziga xos ishlovdan.

Milliy taomlarni xonaqi usulda tayyorlashda qozon va Uchoqdan, issiqliq manbai sifatida esa utin, qUmir, tabiiy gaz va boshqalardan foydalanadi. Bundan tashqari xar xil ayrim taomlarni tayyorlashda maxsus tandirlardan xam foydalanadi.

Uzbek milliy pazandaligi tayyorlanadigan taomlar turi va ularni tayyorlash shart – sharoitlarini chuqur Urganishnitalab qiladi. Aqs xolda tayyorlangan taom Uz milliyliq xususiyatini yUqotish bilan birga, iste’molliq qobiliyatidan xammaxrum bUladi. Uz qUrsatqichlariga qUra talabga javob beradigan taomlarni Uziga xos idish – tovoqlarda tortmasliqq bu taomlarning iste’mol xususiyatini pasaytiradi. Umumiy ovqatlanish qorxonalarida taom tayyorlashga «Uzbekiston xalqlarining milliy taomlari va pazzandaliq

maxsulotlarini tayyorlash usullari tUplami» xujjatidan foydalangandagina ruxsat etiladi.
Bu xujjat

90

Uzbeq milliy suyuq oshlari.

Suyuq oshlar qishi tanasini ozuqaviy maxsulot bilan birga ma'lum darajada suyuqliq bilan xam ta'minlaydi. Ozuqaviy maxsulotning qup miqdori suyuq oshlarning quyuq qismi bulib, ularning miqdori ishlatiladigan masalliq turiga bogliq buladi. Taomlarning quyuq qismidagi ozuqaviy maxsulotlarning ma'lum miqdori ishlov berish natijasida suyuq xolatga utadi. SHu sababdan taomning suyuq qismida xam ma'lum darajada ozuqaviy maxsulotlar bulishi mumqin. Taomning suyuq qismida ozuqaviy maxsulotlar 10-30% gacha uchrashi mumqin. Uzbeq milliy suyuq oshlarini tayyorlashda usimliq yoglari bilan birgaliqda xayvon yoglari xam ishlatiladi. Xayvon yoglaridan quy yoglari, suyuq yoglar ishlatiladi. Uzbeq mlliy taomlarini xonaqi usulda tayyorlashda omuxta yoglarni ishlatish maqsadga muofiqdir.

Omuxta yog deyilganda usimliq yogi va xayvonyoglari tushuniladi. Uzbeq milliy taomlariga qura sovuq va issiq turlarini uchratish mumqin. Issiq taomlarning xarorati 75-80 gradus sovuq taomlarning xarorati 10-14 darajada bulishi mumqin.

Uzbeq milliy taomlari turli xil bulishi mumqin. Ular quyidagilardan iborat: SHurvalar, qaynatmalar, qifta,qiyma,qovurma shurvalar, Suyuq oshlar: Mastava, moshxurda, shirqovoq, sutli ugra oshi, yaxna qatiq oshlari qiradi.

Uzbeq milliy quyuq taomlari.

Uzbeq milliy suyuq taomlari quyuq ,juda tuyimlidir. CHunqi ular tarqibidagi masalliqlar tarqibida quproq gusht, sabzavot, erma don-dun, tuxum quritilgan meva va boshqalardan tashqil topgan buladi. Taomlarni tayyorlashda qovurish, qaynatish,ochiq olovda yoqi bugda pishirish, tandirda yopish,dimlash muraqqab isiqliq ishlovlarini qullash mumqin. Uzbeq milliy taomlarini tayyorlashda uchoq qozonlarda, manti qosqonlarda, qabob quralaridan tandirlardan va boshqa milliy jixozlardan foydalaniladi. CHovli,qapgir, juva , uxlov, chopqi va shunga uxshash anjomlarni qam ishlatish mumqin.

Uzbeq milliy quyuq taomlarining aqsariyati bir qozonda masalliq etilishi jarayoni xisobga olingan xolda qetma-qet solib pishiriladi. Aqsariyat taomlarni garnir va sardaqlarga birga qushilgan xolda ,pishirish xollarni, ba'zan esa garnirlari aloxida pishirilib dasturxonga tortiladi.

-91-

Uzbeq milliy taomlariga quyidagilar qiradi:

Qartoshqa, sabzavot. erma, duqqaqli va gusht maxsulotlari tayyorlanadigan taomlar: qartoshqa biyro, nuxotshuraq, moshqichri, tuxum dulma, jarqoplar, shovlalar. Qovurma loviya. Palovlar: uzbeqcha, mayizli, bayram. Tuxumli, Qaboblar: Uzbeqcha, Turqmancha, qiymali, jigarli. Xamir maxsulotlari taomlari: Lagmon, lazi, manpar, norin, chuchvara, manti, somsalar qiradi.

Uzbeq quyuq taomlari ichida eng qup tarqalganlaridan biri palovlardir.Palov uzbeq taomlari ichida uziga xos taom bulib, pishirish sirlarini chuqur urganishga talab qiladi. Palovlar Uzbeqistonning xar bir viloyatlarida uziga

xos usulda pishiriladi. Masalan Toshqent, Fargona vodiysi, Samarqand, Xorazm voxalarida damlangan palovlar bir-biridan uziga xosligi bilan farqlanadi. Ularning tashqi qurinishi, pishirish texnologiyasi, ta'mi, dasturxonga tortish qoidalari uziga xos buladi. Bu palovlarning asosiy masalliqclarini piez, pabzi, gurunch, gusht, yog, tuzlar tashqil etadi. Sovuq va issiq ishlovdan umumiy qoidaga asoslangan xolda amalga oshiriladi.

UZBEQ MILLIY SHIRIN TAOMLARI

Uzbeq milliy shirin taomlari xar bir xudud va noxiya urf odatlariga qarab uziga xos usulda tayyorlanishi sababli ularning maxalliy nomlari xam xar xildir. Bir xil nomlanganlari tolqon, xolvaytarva chaq-chaqlardir.

SHIRIN TAOMLAR.

Tolqon – suvi qochgan uzbeq milliy nonlarini qovurish shqafiga quyib, past xaroratda quritiladi. Xovonchada tuyulib, elaqdanutqaziladi. Sungra shaqar bilan aralashtiriladi. Tolqon taqsimchaga uyib solinib dasturxonga tortiladi.

Xolvaytar – Un elanib, qozonda qizib turgan quy yoqi usimlmq yogiga solinib, aralashtrgan xolda och sargishdan och jigarrangacha qovuriladi. SHaqar iliq suvda eritilib, qism tayyorlanadiva qozondagi qovurilgan unga solib, tuxtovsiz aralashtirib quyuq qaymoq xoliga qelguncha qaynatiladi. Taqsimchaga quyilib dasturxonga tortiladi.

Xulosa qilib shuni aytishim mumqin uzbeq milliy taomlari boshqa millattaomlaridan mazzaligi, xushta'mligi, uziga xos bezatilishibilan farq qiladi. Tabiatimizning saxiyligi, xilma – xil ozuq – ovqat maxsulotlariga boyligi va uzoq zamonlardan davom etib qelayotgan uzbeq pazandaligi, ayniqsa masalliqqa ishlov berilishi, taom tayyorlashda uziga xos asbob – anjomlar, qurilmalar va boshqa jixazlar ishlatilishi, taom tarqatishda uziga xos idish tovoqlardan foydalanishi ajrab turadi. Uzbeq milliy taomlari xozirgi qunda jaxon taomlari qatoriga qushilmoqda.

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR

1. Uzbeq milliy taomlaridan qaysilarini bilasiz.
2. Uzbeq milliy suyuq oshlaridan qaysi birinibilasiz.
3. Xolvaytar qanday tayyorlanadi.
4. Sovuq ichimliqlar sifatida qanday talablar quyiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

N.A.Afimova «Pazandachiliq»
Toshqent «Uqituvchi» 1993 yil

TAYANCH IBORALAR

- | | | |
|-------------------|------------|-----------|
| 1. Qura. | 4. Dulma. | 7. Palov. |
| 2. Tandir. | 5. SHovla. | 8. Qabob. |
| 3. Asbob – anjom. | 6. Jarqop. | 9. Manti. |

Mavzu: Gaz plitalarini tuzilishi.

Reja.

1. Gaz plitalarini vazifasi.
2. Gaz plitalarini tuzilishi.
3. Gaz plitalaridan foydalanishda texnika xavfsizligi.

Plitqa eleqtr tarmogiga uzunligi 1,5 m bulgan shnur bilan ulanadi. Qorpusda yorugliq induqtori xam joylashgan. YOrugliq induqtori asosan qonforqlar ulanganligi xaqida signal beradi. Eleqtr plitqalar shartli raqam va farflar bilan belgilanadi.

Masalan: CH- chuyandan: TEM yoqi T- tarmoq eleqtr isitgich: L- proneromiy qonforqalarning qizish vaqti (tipi va diametriga qarab) dan 15 min. Gacha beradi. FIQ-56-70% . Qonforqalar asosan isitgich vazifasini utaydi. Qonforqalar doiraviy shaqlda buladi. Bularning diametri 145 va 180 mm gacha bulgan va bular qeng tarqalgan qonforalar, iste'mol qiladigan quvvati past 100 350 Vt dan tax 800 3300 Vt gacha rostlash mumqin.

Qonforqalar tipi	Diametri, mm	Qonforqalarning normal qizishda	Maqsimal quvvati Vt tezlashtirilgan qizish
CHuyandan	145 180 220	800,1000 1200,1500 1800,2000	1500 2000 2600
Naychadan	145 180 200	1000,1200 1500,1800 2000	1600 2100,2300 2000
Pioperamin	145 180	1000 1800	1200,1500 2000

	«Neva-201» EPT-2-2/220	«Neva-101» EPT-1-1/220	«Neva-110» EPT-1-1/220	«Neva-210» EPT-2-2/220
Qonforqalar pereqlyuchatel' tipi	2 turt bosqich TEM	1 turt bosqich TEM	1 turt bosqich TEM	2 bosqichsiz TEM
Istitish elementi nominal quchlanish quvvati Vt	230 V 2x1000	220 V 1000	200 V 1000	200 V 2x1000
Quvvatini rostlash bosqichlari Vt	247,450 550,1000 70	450,550 1000 70	15-1000 70 4	15-1000 4
FIQ qamida 500 gacha qizish vaqti	4	4		

min. Qonforqaning diametri mm Gabarit ulchamlari massasi qg	145 300x65 5	145 300x35 2,5	145 300x91 2,2	145 300x91 4,2
--	--------------------	----------------------	----------------------	----------------------

Gaz plitalari, stolga urnatiladigan gaz plitalar. Asosiy qismlar. Quyidagilardan iborat.

1. Parchin yoqi svarqa yordamida maxqamlangan qorpus.
2. Garelqasi.
3. Qollettori.
4. Qaliti.
5. Dastasi va rishotqalaridan foydalaniladi. Sigimi 5l bulgan gaz balonining (2-qonforli gaz plita) zapas gazi 2- qonforli gaz plitqasini uzluqsiz xolda 7-soatgacha gaz bilan ta'minlashi mumqin. Sigimi 27l bulgan plitasini 40 soatgacha gaz bilan ta'minlanishi mumqin. Gaz plitalari vazifasiga qura bir xil bulib bir- biriga garelqalarining soniga qura , duxovqasiga qura, xajmiga qura bir- birida farqlanadi. Masalan: 2-qonforli gaz plitasi, 3-qonforli gaz plitalari va 4- qonforli gaz plitalari buladi. 2-qomforli gaz plitasi ogirligi 8,10 qg.gacha. 3-4qomforqalarniqi 12qg ga 15qg gacha buladi. Gaz plitalarni barchasi uzining marqasi nomi va modeliga ega. Masalan: 2-qamforli gaz plitasi P G – 2(model 1215) bu erda P-plita G-gazovaya. 2-qomforqalar soni 3-qomforqalar gaz plitalar P G-3 (1320) 4-qomforqali gaz plitalar esa P G-4 (1420).

-95-

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Gaz plitqalarning qanday turlari mavjud?
2. Gaz plitqalarning vazifasi nimadan iborat?
3. Gaz plitqalari qanday qismlardan iborat?

ADABIYOTLAR.

1. Anfimova N. A. va boshqalar.
«Pazandachiliq» Toshqent uqituvchi. 1993y.

TAYANCH IBORALAR.

1. Gaz plitqa
2. Qanforqa
3. Sigim
4. Qomform
5. Gaz ogirligi.
6. Gabaritulchami.

-96-

MA'RUZA N 22

Mavzu: Eleqtr duxovqa, eleqtrqaynatgich tuzilishi

Reja:

1. Eleqtr duxovqa tuzilishi.
2. Eleqtr qaynatgich tuzili.
3. Eleqtr duxovqa, Eleqtr qaynatgichdan foydalangan texnika xavsizligi.

- 1) Eleqtr duxovqa xamirdan turli xil narsalar pishirish va uy sharoitlarida boshqa ovqat turlarini tayyorlash uchun muljallangan. Eleqtr duxovqa ichqi 7 va tashqi qopus 4 dan bulib ularning orasiga list asbestdan issiqliq izolyasiyasi qatlami joylashtirilgan. Ichqi qorpusning yuqorigi 5va pastqi 9 devorlariga isitish elementlari 6 joylashgan, ularni diametri 0,6 mm,uzugligi 6,5 mm bulgan x 20 n 90 marqli nixrom simdan tayyorlangan iqqita spiraldan iborat bulib, ularga chinni munchaqlar qiygizib quyilgan. Iqqi qorpusning yuqorigi devorida eleqtr duxovqa yaxshi qizish uchun teshiq bor. Tashqi qorpus oldan iborat,qojuxning en devorida eleqtr duxovqani qutarib yurish uchun iqqita dasta bor. Old devorda qulf 2 urnatilgan ochiladigan eshiqcha 1 bor. Qeyingi devorda qlemali qolodqa unga ulash shnurini ulash uchun tuynuq bor. Duxovqaning ichiga iqqita tunuqa tola(ochiq va yopiq) urnatilgan. 356 duxovqasining eleqtr jixozlari qetma –qet ulangan 2 ta isi tish elementidan iborat. Eleqtr duxovqaning texniq xaraqteristiqasiquyidagildardan iborat:

Nominal quchlanish : 220 V

Iste'mol qiladagan quvvati: 560 Vt (475+475)

Olovbardosh qameradagi temperatura 0-250 gradus

Qovurish qamerasining 250 gacha qizish vaqti 12 min

Gabarit ulchamlari MQ

Massasi QG

Suvga botirib ishlatiladigan uy-ruzugor eleqtr qaynatgichlari quyidag tiplarda ishlab chiqariladi.

2) EPM – qichiq gabaritli eleqtr qaynatgich

EPO – asosiy gabaritli eleqtr qaynatgich

EPOT – issiqliq vqyuchатели asosiy gabaritli eleqtr qaynatgich.

Eleqtr qaynatgichlar shartli ravishda xarflar bilan belgi-

97

Lanadi.

E – Eleqt qaynatgich.

P – suvga botirib ishlatilgan pogujnoy

M – qichiq gabaritli osnovnogo gabarita

S – Asosiy gabaritli (osnovnogo gabarita)

T – Issiqliq vqlyuchatel' (termo vqlyuchatelem)

Idishdagi suvning 200 S dan 500 S temperaturagacha isish vaqti suvning xajmiga va qaynatgichning quvvatiga bogliq.

Qaynatgichning nominal quvvati.

QVg. 0,3 0,5 0,7 1 1,2 1,6 2

Suvning xajmi
0,25 0,6 1,5 3 4 5 7
Isish vaqti min. Qun bilan

6 10 20 20 25 30
Eleqt qaynatgichlar 1,7 m . uzunliqdagi olinadigan ulash ulash shnuri bilan ta'minlanadi. EPOT – tipida esa uzi qaynatmiydigan termovqlyuchater' bulishi qeraq. Suvga botirib ishlatiladigan EPV – 0,3 220 uy - ruzgor eleqtr qaynatgichi suv isitish va qaynatish uchun muljallangan.U naychali spiral qilib uralgan isitish elimenidan utuvchi qolotqadagi va vaqili olinmaydigan shinurdan iborat . Eleqtr qaynatishni naychasi latunda tayerlanib xrom – niqel'ni gal'vanis qoplash yuli bilan jilolangan Qaynatqichning spirali 0,12 mm dioetrni x 20 NVO simida tayerlanadi.

3\ Uramlarning soni 817 Uzunligi 2860 mm

Qarshiligi 245+18-10om . Eleqtir qaynatqich oldin suvga botirilib , Sungra tarmoqqa ulanadi . Texniq xareqteqistiqasi quyidagicha .

Nominal quchlanish v220

Istemol qilinadigan quvati vt 300

Suvning xajmi , 0,25

Gabarit ulchamlari , mm 95x70

Massasi, qg 0,1

Suvning 200 Stempiraturadan boshlab ismi vaqti, qupi bilan 6.

Bundan tashqari suv isitish piroburlariga eleqtr qaynatqichlardan tashqari eleqtr choynaq va eleqtr somovorlari qiradi.

Gost/7 400-81talablariga muvofiq quyidagi tiplarda tayorlanadi . Eleqtr choynaq va eleqtr somovorning asosiy parametrlari.

-98-

TIPI	Nominal si imi	Nominal suv miqdorning qaynash vaqti, min. qupi bilan	
		Eleqtr choynaqda	Eleqtr samovarda
Ech	2	15	17
/es	2,5	20	30
Ech	3	20	30
t/est	4	20	30
Eche/ese	5	30	30
Echt/estee	6	30	30

ECH/ES – termovqlyuchateli bulmagan eleqtr choynaq (el. samovar)

ECHE/EST – Termonovqlyuchatel' bor eleqtr choynaq (eleqtr samovar)

ECHE/ESE – suv qaynatganda uchirib quyadigani qurilmasi bor eleqtr

CHoynaq (eleqtr samovar)

Eleqtr choynaq va eleqtr samovarlarning shartli belgisiga nomunal sigimi, iste'mol qiladi. End quvvati va quchlanishi qiradi. Eleqtr choynaq va eleqtr samovarlari uzgaruvchan toqning namunal 220 v quchlanishga muljallab ishlab chiqariladi. Eleqtr choynaq va eleqtr samovarda olinmaydigan eleqtr istqichlar

(TEN) lar urnatilgan. Eleqtr choynaq yoqi eleqtr samovarlarning termovqlyuchatellari eleqtr isitqichni suv qaynatganda ishdan nchiqishdan saqlaydi. Suv qaynatganda uzib quyish qurilmasi suv shiqillab qaynagandan qeyin qupi bilan 2 min, utmasdan eleqtr choynaq yoqi eleqtr samovarning olinadigan ulash shnurining uzunligi 1,5 m. Eleqtr choynaqlar va eleqtr choynaq 90^0 s gacha burchaqqa ogdirilganda eleqtr samovar esa 600 gacha oqib tushishi qeraq, eleqtr choynaq va eleqtr samovarlarning qonstruqsiyasi bugning be'malol chiqishini ta'minlaydi va shuning uchun priborlarni bir joydan iqqinchi joyga qushishdi va qopqoqlarni ochilganda quyib qolish xavfli bulmaydi. Eleqtr choynaqning tqorpusi 9 si II esa 0,3-012-02 marqali finiplastdan, tayyorlanadi. Eleqtr samovarlar uy sharoitlarida choy tayyorlashda suv qaynatish uchun muljallangan. Eleqtr samovar qopqogli, qopqoq 4 metal qorpus 3 dan iborat bulib, uning ichqi qismi suv uchun idish bulib xizmat qiladi. Samovarning qopusi tagliq (asos) 6 ga maxqamlangan togliqning ichiga shteqerlar presslab quyilgan qismlarga ajratilmaydigan qolodqa 5 urnatilgan.rezurvuarning ichida naychali isitish elementi

99

(tem) 2 joylashgan, suv oqizish uchun jumraq 1 bor.

Samovar eleqtrotarmogiga ulash shnuri yordamida ulanadi ,

Uning shtepsel' pilqasi va pribor uchun muljallangan razetqasi bor. Eleqtr samovarning asosiy detallari L 68 M marqali latundan tayyorlangan eleqtr samovarning tashqi sirtiga niqel' qoplangan ichqi sirtiga esa yugirtirilgan.Samovarning qutarish uchun plastmassadan tayyorlangan dastasi bor. Eleqtr samovarning xaraqteristiqasi quyidagicha.

Sigimi, l	ES- 2, 5/1,0	ES- 3/ 1,0 M
Nominal quchlanishi, V	2,5	3,0
Istemol qiladigan quvvati, Vt	220	1000
Suvning qaynash vaqti	16, 51000	20
Gabarit ulchamlari, mm	270 x 283 x 26	
Massasi, qg	2,2	2,52

NAZORAT UCHUN SAVOLLAR.

1. Eleqtr duxovqani qanday turlarini bilasiz?
2. Suv isitish qurilmalarini qanday turlarini bilasiz?
3. Eleqtr qaynatgich necha qismdan iborat?

TAYANCH IBORALAR.

1. Eleqtr duxovqa.
2. Qorpus.
3. Istemol quvvati.
4. Suv isitish qurilmalari.
5. Qaynatgichning nominal quvvati.
6. Elektr choynaq.