

ГАУ «КЦСОН города Каменска-Уральского»

**Презентация по Школе пожилого возраста
На тему: „Пряные травы на вашем огороде“**



**Направление: Садоводы и огородники
Специалист по социальной работе
Романова М.В.**



Русское слово „пряность“ - происходит от слова „перец“ первой известной в России пряности.

Пряность - это добавки к пище исключительно растительного происхождения. В качестве пряночтей могут использоваться различные части растений: листья, стебли, соцветия, корни, плоды и их части.

Предполагается, что человек начал использовать пряности в пище раньше, чем соль. Первые упоминания о пряностях встречаются в древних цивилизациях востока: в Китае, Индии, Египте и датируются периодом около 5000 лет до нашей эры.

Пряности подразделяются на две группы:
классические (экзотические) и местные.



Классические пряности, в зависимости от того, какая часть растения используется в пищу, делят на следующие подгруппы:

- листья -- лавровый лист;
- цветы и их части -- гвоздика, шафран;
- плоды -- перец (черный, белый, душистый и красный), ваниль, бадьян, кардамон;
- семена -- горчица, мускатный орех, мускатный цвет;
- кора -- корица, кассия;
- корни -- имбирь, куркума, галаган.



Для местных пряностей характерно применение в основном в свежем виде, употребление на месте или вблизи места производства.

Местные пряности подразделяются на пряные овощи и пряные травы.

Пряные овощи делятся на корнеплоды и луковичы. У пряных овощей в пищу употребляются как корни, так и стебли и листья.



Лук



Лук – самый распространенный пряный овощ. В кулинарии он применим практически для всех видов блюд, за исключением сладких.

Наиболее распространенная разновидность лука – репчатый лук.

В зависимости от остроты вкуса различают острые, полуострые и сладкие сорта лука. Острые сорта лука целесообразно использовать для соусов, в супы, рыбные, мясные, овощные, рисовые блюда и для начинки в пироги. Полуострые и особенно сладкие сорта лучше употреблять в свежем виде – в салаты, к холодным закускам.

Чеснок



Чеснок употребляется в мясные, овощные, грибные, яичные блюда и блюда из домашней птицы – в супы, салаты и во вторые. Чеснок не применим к рыбным блюдам, вкус которых он искажает.

Вносится в горячее блюдо в измельченном виде сразу после приготовления. Чтобы запах чеснока не был резким, чеснок сочетают с пряными травами, укропом, чабером, базиликом, майораном.

Петрушка, сельдерей, пастернак



Эти пряности сходны по применению, но и имеют различия.

Употребляются как корневые, так и листовые их разновидности. В пищу используются и в свежем и в засушенном виде. Листья идут в салаты, супы, ко вторым мясным, овощным, яичным и грибным блюдам. Корни идут в супы и для приготовления соусов.

Петрушка хорошо сочетается с рыбой, рыбными блюдами, присутствует во всех рыбных смесях пряностей.

Сельдерей больше подходит к мясу, овощам. Его мясистые корни употребляют так же в свежем виде в салаты, особенно из помидоров. Сельдерей идет также в соления, особенно при засолке баклажанов, кабачков, огурцов. Петрушка в соления не употребляется.

Пастернак применяется в те же блюда и так же как и петрушка с сельдереем, в основном в свежем виде, преимущественно корень. Он плохо поддается сушке. Его аромат слабее, нежнее и нейтральнее, чем у петрушки и сельдерея.

Хрен и горчица



Хрен и горчица – две традиционные русские пряности. У хрена используется корень, у горчицы – семена. Но в отличие от других пряностей они требуют особого предварительного приготовления и употребляются не в процессе приготовления пищи, а подаются к готовым блюдам как приправы, в основном к закускам: хрен – к рыбным и отварным мясным, горчица в основном к мясным блюдам.

Укроп



Зелень укропа, свежая (летом) и сушеная (зимой), используется во все виды мясных, рыбных, овощных, грибных, яичных блюд, особенно в супы и салаты, соления и маринады. В последние идут старые растения с семенами.

Наряду с натуральным укропом в кулинарии употребляют укропное масло и спиртовой настой укропного масла, которые требуют большой осторожности в обращении, очень малых дозировок и вносятся только в уже готовое блюдо (1-2 капли на 1 литр жидкости).

Черный перец



Черный перец — это самая универсальная пряность, применяется почти во всех видах блюд — салаты, супы, вторые мясные, рыбные, овощные, грибные блюда, в соленья, а также в кондитерские изделия (главным образом в пряники, сдобное печенье). Черный перец можно приобрести в магазинах в виде горошка и молотым.

Наибольший аромат дают раздавленные горошки перца. Молотый перец не рекомендуется хранить длительное время в перчатках с дырочками: он выдыхается и перерождается.

Черный перец примечателен умеренной жгучестью и приятным ароматом.

Красный перец



Красный, или турецкий (астраханский), перец имеет много разновидностей. Почти все они гораздо более жгучи, чем черный перец; аромат красного перца также отличается от аромата черного. Этим объясняется более узкая сфера его использования на кухне по сравнению с черным.

Красный перец хорошо подходит к яичным, куриным, кисломолочным, овощным и рисовым блюдам. Его используют в соусах для придания им жгучести.

Форма употребления красного перца различна. Его можно применять в стручках, причем чаще всего зеленых, а также желтых, черных, но необязательно красных. В таком виде он идет главным образом в овощные блюда и в соленья.

В сухом виде красный перец можно использовать как в стручках, так и в молотом виде. Молотый чаще всего идет в соусы, в заправку для салатов, в кефиры, простокваши, мацони, им посыпают яичные и рисовые блюда.

Кориандр или кинза



Кориандр – это огородная пряная трава. В свежем виде известна под названием кинза.

Многие считают, что кинза и кориандр — это различные растения и заблуждаются в этом. На самом деле это одно и то же растение, но разные его части, которые и пахнут по-разному. Кориандром называют семена, а кинзой — зелень одного и того же растения.

Применяется в качестве столовой закусочной зелени к рассольным сырам и мясным блюдам восточной кухни, а также идет в супы и салаты как ароматическая заправка.

Мята



Разновидностей мяты на сегодняшний день существует огромное множество: шоколадная, апельсиновая, ананасовая, барбарисовая, яблочная, кудрявая и тд. Каждая имеет свой аромат и даже форму листьев.

На грядках растение предпочитает солнечные участки с плодородным влажным грунтом.

В кулинарии применяют несколько видов мяты. Как правило, стараются использовать те, которые дают наименьшую горечь при нагревании. Поэтому из кулинарного употребления исключают наиболее горькую – перечную мяту.

Чабрец или тимьян



Шалфей – достаточно высокое растение, хотя часто заваливается ближе к земле. Имейте это в виду при планировании места на клумбе.

Предпочитает яркое солнце, но может расти в небольшом затенении. Травя включает огромное количество микроэлементов и дубильных веществ

Применяется в сушеном виде. В небольших пропорциях идет к в овощные и мясные супы, в овощные салаты, в больших – в жареную рыбу (подмешивается к панировке) и рыбные фарши.

Используется также при засолке грибов и отчасти овощей, всегда в сочетании с эстрагоном.

Для создания презентации использовались материалы:

<https://outsidacity.ru/news/pryanye-ovoshhi-i-zelen/>

<https://bio.1sept.ru/article.php?ID=200202408>

<https://ppt-online.org/>

<https://eda.wikireading.ru/60433>

Спасибо за внимание!