



# *Кулінарні хитрощі у поміч господиням*

**(до Міжнародного дня  
кухаря та кулінара)**

20  
ЖОВТНЯ

Міжнародний день  
кухаря і кулінара

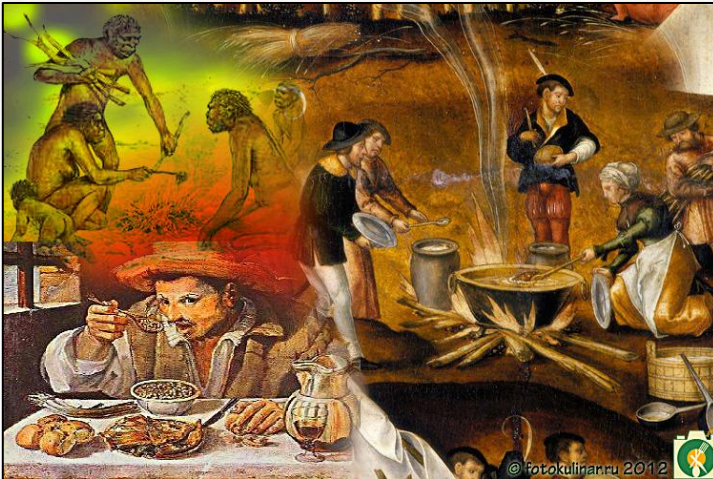


art-shop.com.ua  
SELO-VOLOSHYNIVKA.ORG.UA  
facebook.com/pryvitannya





Професія «кухар» - найдревніша на землі. Від покоління до покоління передавали люди досвід приготування їжі.





Майстерний кухар володіє таємницею поєднання смаків, використовує широку гаму запахів та ароматів, вправно і гарно оздоблює смачні вироби.







Бути кухарем нелегке творче ремесло. Він має бути по суті своїй художником, який створює неперевершені кулінарні шедеври.





Підключивши фантазію, винахідливість і творчість, із простої страви можна зробити неперевершений шедевр і отримати масу задоволення від процесу приготування.

Ми пропонуємо всім господиням ознайомитись із книжковими кулінарними новинками, які допоможуть навчитись готувати смачно, оригінально і швидко.







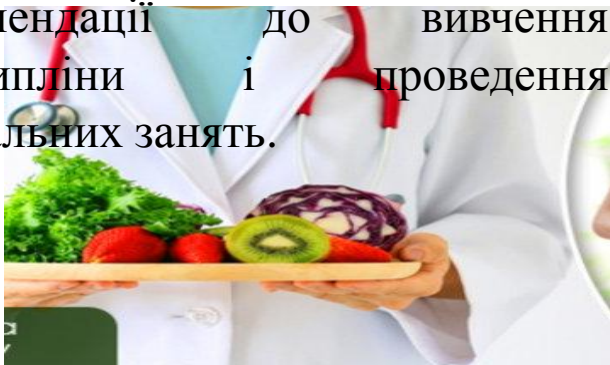
**Тлумачний словник кулінара** [Текст] : навчальний посібник / МОН України, Академія пед. наук України, Ін-т професійно-технічної освіти ; [автори-укладачі Висоцька Л. Є., Страцинська І. А.] ; за ред. В. О. Радкевич. – Львів : Новий світ-2000, 2010. – 415, [1] с. : табл. – Бібліогр.: с. 346–349.



**Павх, С. П.**

Культура харчування. Технологія приготування кулінарних страв [Текст] : [навч.-методичний посібник] / Степанія Павх. – Тернопіль ; Х. : Ранок, 2009. – 187, [4] с. : іл. – (Практикум вчителя праці). – Бібліогр.: с. 186–187.

Підручник містить стислий виклад теоретичних аспектів технології приготування кулінарних страв і методичні рекомендації до вивчення дисципліни і проведення навчальних занять.





M69

О.І. Міхеєнко

# ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ТА ОЗДОРОВЧОГО ХАРЧУВАННЯ

Навчальний посібник



**Міхеєнко, О. І.**

Основи раціонального та оздоровчого харчування [Текст] : навч. посібник : рек. МОН України як навч. посібник для студ. ВНЗ / О. І. Міхеєнко. – Суми : Університетська книга, 2018. – 188, [1] с. – Бібліогр.: с. 183–186. – Алфавітний покажч.: с. 187–188.

Підручник призначений для широкого кола читачів, яких цікавлять питання здоров'я, здорового способу життя та культура харчування.

**Ростовський, В. С.**

Теоретичні основи технології громадського харчування[Текст] : загальна частини : рек. МОН України як навч. Посіб. для студ. ВНЗ / В.С. Ростовський.-К.: Кондор, 2006.-197, [1]с.: табл. – Бібліогр.: с.196-197.



У навчальному посібнику викладені теоретичні основи кулінарної обробки харчових продуктів та її вплив на їхню харчову цінність, дається характеристика технологічних процесів.





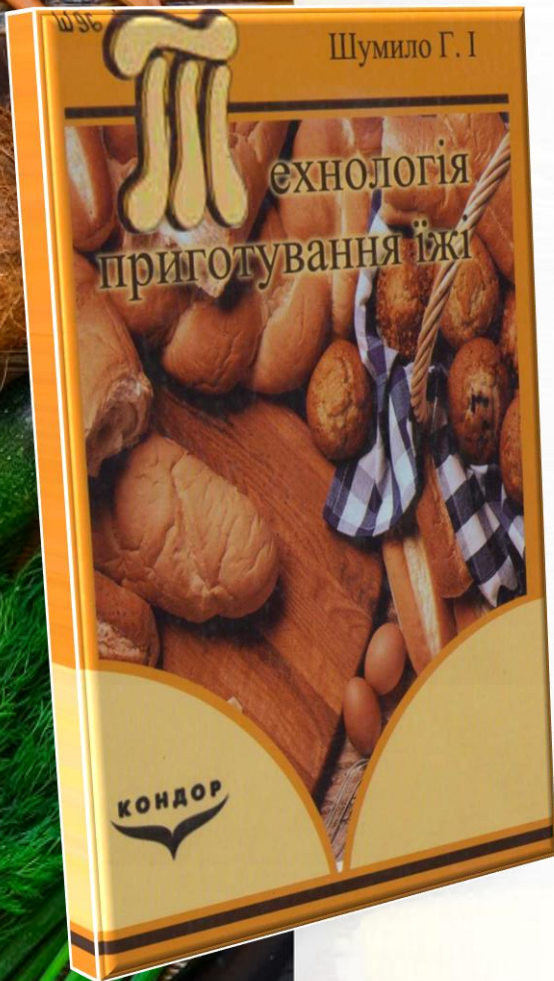
# Технологія продукції ресторанного господарства

*Полтавська кухня*

Технологія продукції ресторанного господарства. Полтавська кухня [Текст] : навч. посібник для студ. ВНЗ : рек. МОН України / Т. В. Капліна, О. А. Білоусько, Н. І. Шаповал [та ін.] ; МОН України, Полтавський ун-т споживчої кооперації. – Київ : Центр учбової літератури, 2008. – 279, [1] с. : іл., табл. – Авт. зазначено на звороті тит. арк. – Бібліогр.: с. 277–279.

У книзі викладено основи технології продукції ресторанного господарства, фізико-хімічні, біохімічні та технологічні зміни при оброблянні сировини та напівфабрикатів. Представлено сучасний асортимент фірмових страв полтавської кухні.





## Шумило, Г. І.

Технологія приготування їжі [Текст] : навч. посіб. : рек. МОН України як навч. посіб. для студ. навч. закладів I-II рівнів акредитації / Г. І. Шумило. – Київ : Кондор, 2011. – 504, [1] с. : табл., рис. – Бібліогр.: с. 504.



У навчальному посібнику описані різні способи і прийоми кулінарної обробки продуктів, приготування напівфабрикатів, страв та кулінарних виробів відповідно до наукових досягнень раціонального і дієтичного харчування.

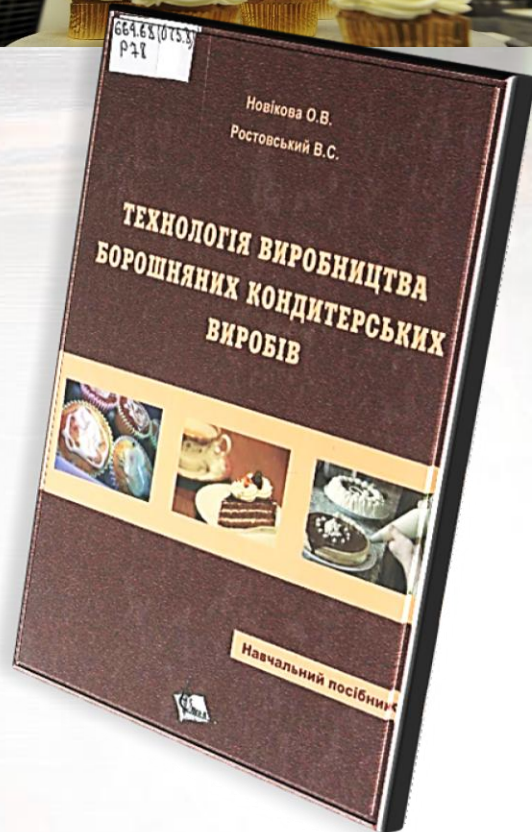




**Ростовський, В. С.**

Технологія виробництва борошняних кондитерських виробів [Текст] : навч. посібник / В. С. Ростовський, О. В. Новікова ; Полтавський ун-т споживчої кооперації. – Київ : Ліра-К, 2010. – 573, [1] с. : іл., табл. – На палітурці авт. зазначені: Новікова О. В., Ростовський В. С. – Бібліогр.: с. 468.

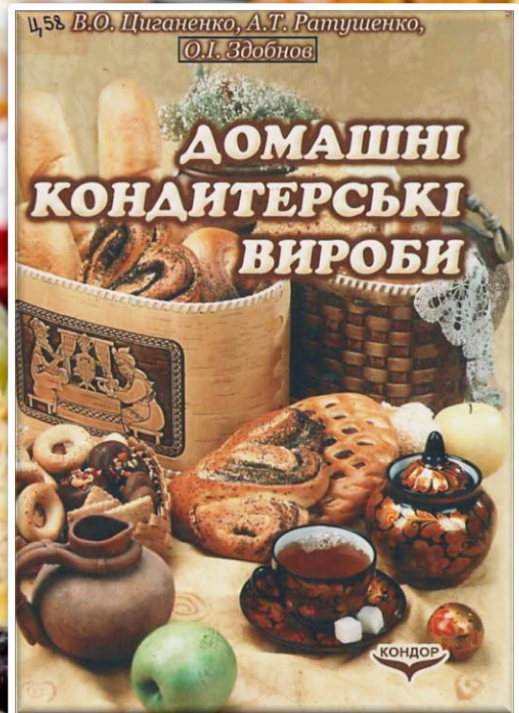
У підручнику описана технологія виготовлення і прикрашання борошняних кондитерських виробів, дана характеристика інвентарю, викладені склад та властивості сировини та допоміжних матеріалів для виробництва кондитерських виробів, технології їх приготування.





### **Сирохан, І. В.**

Асортимент і якість кондитерських виробів [Текст] : рек. МОН України як навч. посібник для студ. ВНЗ / І. В. Сирохан, В. Т. Лебединець ; МОН України, Львівська комерційна академія. – Київ : Центр учбової літератури, 2017. – 634, [1] с. : іл., табл., схеми. – Бібліогр.: с. 633–634.



### **Циганенко, В. О.**

Домашні кондитерські вироби [Текст] : [рецепти кондитерських виробів] / В. О. Циганенко, А. Т. Ратушенко, О. І. Здобнов. – Київ : Кондор, 2011. – 249, [2] с. : іл., табл.





Малювання, ліплення та сучасні способи оздоблення борошняних кондитерських виробів [Текст] : підручник : рек. МОН України як підручник для студ. I-IV рівнів акредитації / О. В. Новікова, К. П. Вінченко, Л. О. Радченко [та ін.] ; МОН України, Харківський кооперативний торгівельно-економічний коледж, КНТЕУ [та ін.]. – Харків : Світ Книг, 2014. – 315, [1] с. : фотоіл., табл. – Бібліогр.: с. 296.

У книзі представлені різноманітні сучасні техніки роботи із кремом, шоколадом, карамеллю, цукровою мастикою та іншими матеріалами, що використовуються при оздобленні кондитерських виробів.



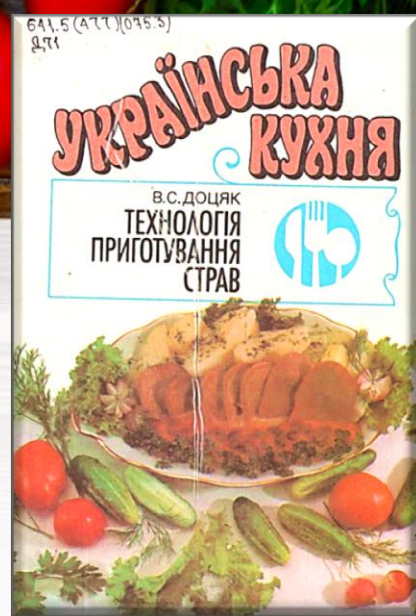
### **Новікова, О. В.**

Технологія приготування їжі: Українська кухня [Текст] : навч. посібник : рек. МОНмолодьспорту України як навч. посібник для студ. ВНЗ / О. В. Новікова, Л. Д. Льовшина, В. М. Михайлов. – (Вид. 2-ге, випр. та допов.). – Харків : Світ книг, 2017. – 678, [1] с. : іл., табл., схеми. – Бібліогр.: с. 673, та в тексті.



### **Ростовський, В. С.**

Сучасна українська кухня [Текст] : [навчальний посібник] / В. С. Ростовський. – Київ : Кондор, 2016. – 132, [2] с. : табл., рис.



### **Доцяк, В. С.**

Українська кухня: Технологія приготування страв [Текст] : доп. М-вом освіти України як підручник для учнів професійно-технічних училищ з інтегрованим навчанням / В. С. Доцяк. – Київ : Вища школа, 1995. – 549, [2] с., [8] арк. фотоіл. : іл., табл.





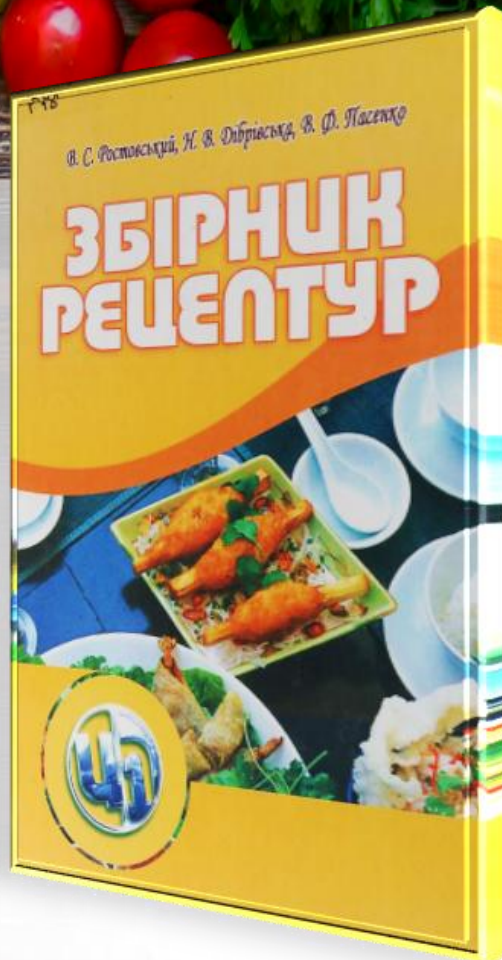
**Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів, правових, нормативно-правових та інших актів для закладів ресторанного господарства [Текст] / [авт.-розробник і уклад. О. В. Шалимінов]. – 2-ге вид., випр. та допов. – Київ : Арій, 2013. – 100б, [2] с. : табл., схеми. – Бібліогр.: с. 12 . та в тексті.**



**Ростовський, В. С.**

**Збірник рецептур** [Текст] : [кулінарні рецепти]  
/ В. С. Ростовський, Н. В. Дібрівська,  
В. Ф. Пасенко ; УКООПСпілка, Полтавський  
університет кооперації України. – Київ : Центр  
учбової літератури, 2010. – 323, [1] с.

У книзі наводяться рецептури й технологія приготування принципово нових фірмових страв і кулінарних виробів, придуманих, розроблених й впроваджених кращими кулінарами, майстрами-кухарями й майстрами-кондитерами системи Укрпотребсоюзу всіх регіонів України. У створенні нових кулінарних виробів активну участь брали працівники Вінницької, Чернігівської, Івано-Франківської, Черкаської, Чернігівської й інших областей України.







**Гаврилко, П.П.**

Збірник рецептур національної кухні країн Європи [Текст] / П. П. Гаврилко. – 2-ге видання. – Київ : Центр учбової літератури, 2017. – 619, [1] с. : табл.

Подорож без віз і валіз до Європи. Читач може легко здійснити її на власній кухні, приготувавши страву за одним із близько 2000 рецептів, уміщених у цій книзі.

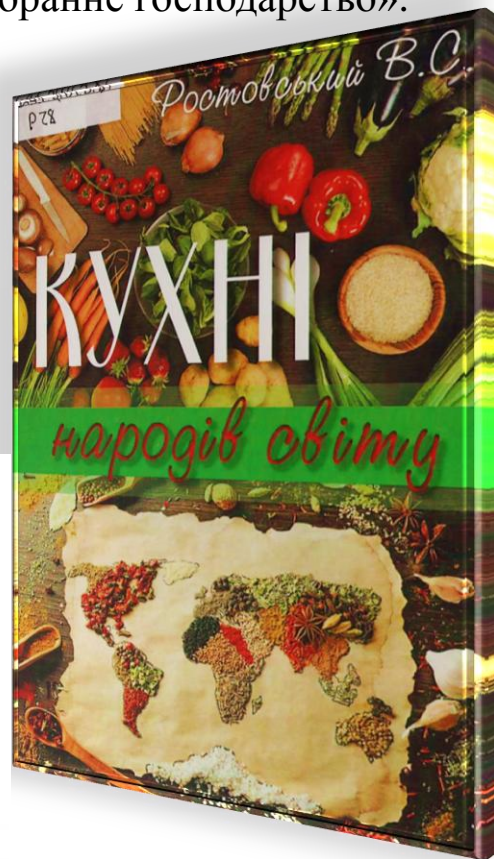
Підручник для студентів II та IV курсів спеціальності «готельно-ресторанне господарство» і «технологія харчування», а також для студентів технікумів, коледжів спеціальності «готельно-ресторанне господарство».

**Ростовський, В. С.**

Кухні народів світу [Текст] :  
підручник / В. С. Ростовський. –  
Київ : Кондор, 2016. – 501, [1] с.



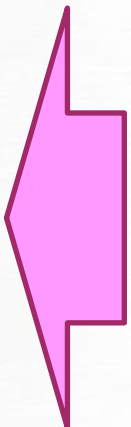
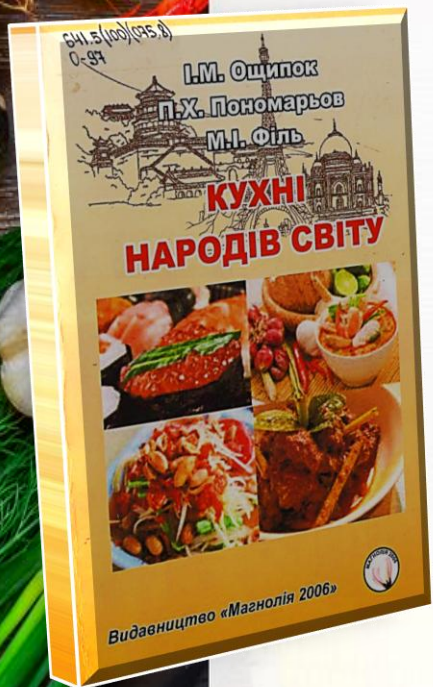
**КУХНЯ НАРОДІВ СВІТУ**





**Ощипок, І. М.**

Кухні народів світу [Текст] : навч. посіб. : рек. МОН України як навч. посіб. для студ. ВНЗ / І. М. Ощипок, П. Х. Пономарьов, М. І. Філь ; МОН України, Львівська комерційна академія. – Львів : Магнолія 2006, 2015. – 244, [2] с. : табл. – (Вища освіта України). – Бібліогр.: с. 243–245.



У посібнику викладено загальнонаціональні й регіональні кухні народів країн світу, сировину, способи приготування і особливості споживання страв, а також організацію, форми, системи та методи обслуговування іноземних туристів у готельно-ресторанних комплексах України.

Денисенко, Л. І.

Азбука домашнього господарювання  
[Текст] : навч. посібник з трудового навч.  
для учнів 5-9 класів загальноосвітніх шкіл,  
ліцеїв, гімназій : рек. МОН України  
/ Л. І. Денисенко. – Київ : А.С.К., 2005. –  
231, [1] с. : табл., мал.

Б4.01(045)  
Д33

Л.І. ДЕНИСЕНКО

# АЗБУКА ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРЮВАННЯ

ТРУДОВЕ НАВЧАННЯ

5-9



**Домоведення** [Текст] : [книга для всіх, хто хоче зробити свій дім затишним, чистим і гарним] / [упоряд. К. О. Шейкіна]. – Харків : Ранок : Веста, 2010. – 224 с. : фотоіл. –  
Зміст: Наше здоров'я ; Прибирання ; На кухні ; Прання та прасування ; Зроби сам.





Пропоную Вам «**посмакувати**» всілякими мовними цікавинками, які я відшукала в скарбах народної мудрості, зокрема серед українських прислів'їв і приказок:

➤ **Борщ та капуста – хата не пуста.**

(Народ стверджує, що коли є в хаті хоча б ці дві невибагливі традиційні страви, то їсти є що).

➤ **Гречана каша – то матір наша, а хлібець житній – батько наш рідний.**

➤ **Крупина за крупиною ганяється з дрючиною.**

(Слово «дрючина», тобто друк (товста палиця, якою карають).

Приказка «жартівливо» констатує, що страва геть ненавариста, непоживна).

➤ **Голодній курці просо на думці.**

(Коли хтось голодний, то він думає тільки про їжу.)





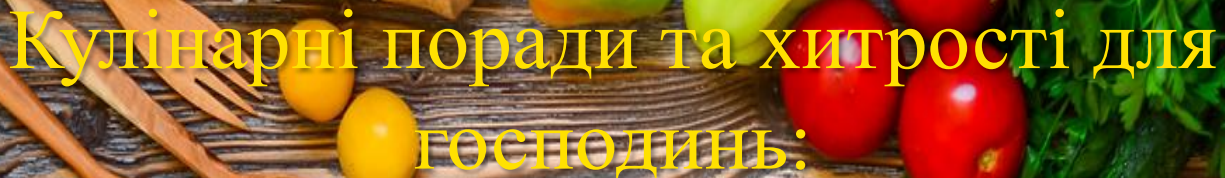
➤ **Як молодий бував, то сорок вареників з'їдав, а тепер хамелю-хамелю насилу п'ятдесят умелю.**

(Так українці жартують над тими, хто дуже вже ласий до вареників, запевняючи при цьому, що багато не їсть.)

- **Добрий кухар і з кропиви борщ зварить.**
- **Добрий кухар – найкращий лікар.**
- **Винувата діжа, що не смакує їжа.**
- **Лихий кухар або недосолить, або пересолить.**
- **Який кухар, такий і борщ.**








# Кулінарні поради та хитрості для ГОСПОДИНЬ:

- ✓ Запаху з холодильника можна позбутися поставивши в нього пакетик розпушувача для тіста або ж соди, залишеної на тарілці.
- ✓ Для приготування пісочного тіста не обов'язково використовувати міксер. Варто лише скласти всі інгредієнти в поліетиленовий пакет і, зав'язавши його ретельно, все вимішати. При цьому і міксер і руки залишаться чистими.
- ✓ Під час приготування смачного картопляного пюре (коли картопля закипить), додайте 1-2 зубчики часнику. Коли картопля звариться потовчіть її разом з часником, це додасть пюре пікантності і аромату.
- ✓ Для приготування салатів краще використовувати соєвий соус змішаний з натуральним йогуртом. При цьому відмовившись від висококалорійних майонезів.
- ✓ Жирне м'ясо краще замінити на варене та приготовлене на пару.

# Кулінарні поради та хитрості для господинь:

- ✓ Для приготування пирога з яблуками. Яблука краще притушкувати в невеликій кількості білого вина, цукру і кориці. Таке тушкування додає пирогу неймовірного аромату і смаку.
- ✓ Якщо шоколадна глазур на торті лягла не рівномірно, розігрійте її феном і розрівняйте.
- ✓ Куряча грудинка буде ніжнішою і матиме яскравіший смак якщо її перед приготуванням скропити лимонним соком.
- ✓ Пісочне тісто буде легше розкачуватися якщо скалку завчасно покласти в морозилку на 30 хв.
- ✓ Фарш для котлет можна заморожувати в пластикових кришках, і відразу з холодильника на сковорідку.
- ✓ Сіль можна замінити на соєвий соус. Він містить морську сіль та засвоюється краще ніж звичайна.



A top-down view of a wooden table with various food items. In the top left, there's a slice of bread with salmon and cream cheese. Below it, a small jar of orange jam. To the left, two slices of bread with hard-boiled eggs and jam. In the bottom left, a bunch of red tomatoes and green chives. In the bottom center, a slice of bread with two hard-boiled eggs and chives. In the bottom right, a stack of whole-grain bread slices and a slice of bread with tomato and cream cheese.

**Завітайте до  
читального залу №3 та  
поповніть свою  
скарбничку новими  
чудовими рецептами!**

**Вітаємо всіх кухарів і  
кулінарів із  
професійним святом!**







**Дякуємо за перегляд!**

