

Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Хабаровский торгово-экономический техникум»



КРАЕВОЙ КОНКУРС НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ ПРОЕКТОВ ИНТЕРАКТИВНЫХ ЭКСКУРСИЙ «СЛОВО О МОЁМ ХАБАРОВСКОМ КРАЕ»

Номинация конкурса: квеструм «Профессиональный культурный код
Хабаровского края».

Тема проекта: «Бянгалья»

Авторы проекта:

Семенова Влада Дмитриевна, студентка 1
курса, специальности «Поварское и
кондитерское дело»

Коренева Ангелина Евгеньевна, студентка
1 курса, специальности «Экономика и
бухгалтерский учет (по отраслям)»

Руководитель:

Еремина Светлана Ринатовна

Общая информация

- Миссия: популяризация профессии повара Хабаровского края среди обучающихся образовательных организаций
- Количество заданий: 7
- Количество участников: 3 команды по 5 человек
- Главная цель участников: узнать где находится ключ от двери и найти главный приз.
- Краткое описание: Как бы ни оспаривали эту истину другие народы, мы хабаровчане знаем, что лучшая кухня в мире это Дальневосточная, а лучшая Дальневосточная кухня - в Хабаровске. А где готовят лучших поваров? Ну конечно, в Хабаровском торгово-экономическом техникуме. Мы говорим: Готовить могут все! Давайте проверим это и узнаем, что такое бянгаля. Нужно пройти 7 точек. На каждой точке за выполненное задание получить конфету, в которой спрятана буква. Из букв сложить слово и узнать, где спрятан ключ от двери. И найти главный приз.
- Место проведения экскурсионного квеста: лаборатория поварского дела, кабинет 106

Квеструм «Бянгаля»

Цель: популяризация профессии повара-кондитера в Хабаровском крае среди обучающихся образовательных организаций.

Задачи:

- Ознакомление с историей техникума, с именами замечательных людей, которые внесли вклад в развитие техникума.
- Ознакомление с особенностями дальневосточной кухни.
- Ознакомление с природой Хабаровского края.
- Ознакомление с техникой в лаборатории поварского дела.
- Организация активного и познавательного отдыха.

Целевая аудитория: школьники, студенты техникума.

Продолжительность маршрута: 2 академических часа.

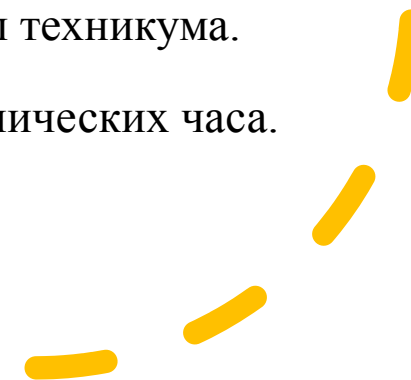
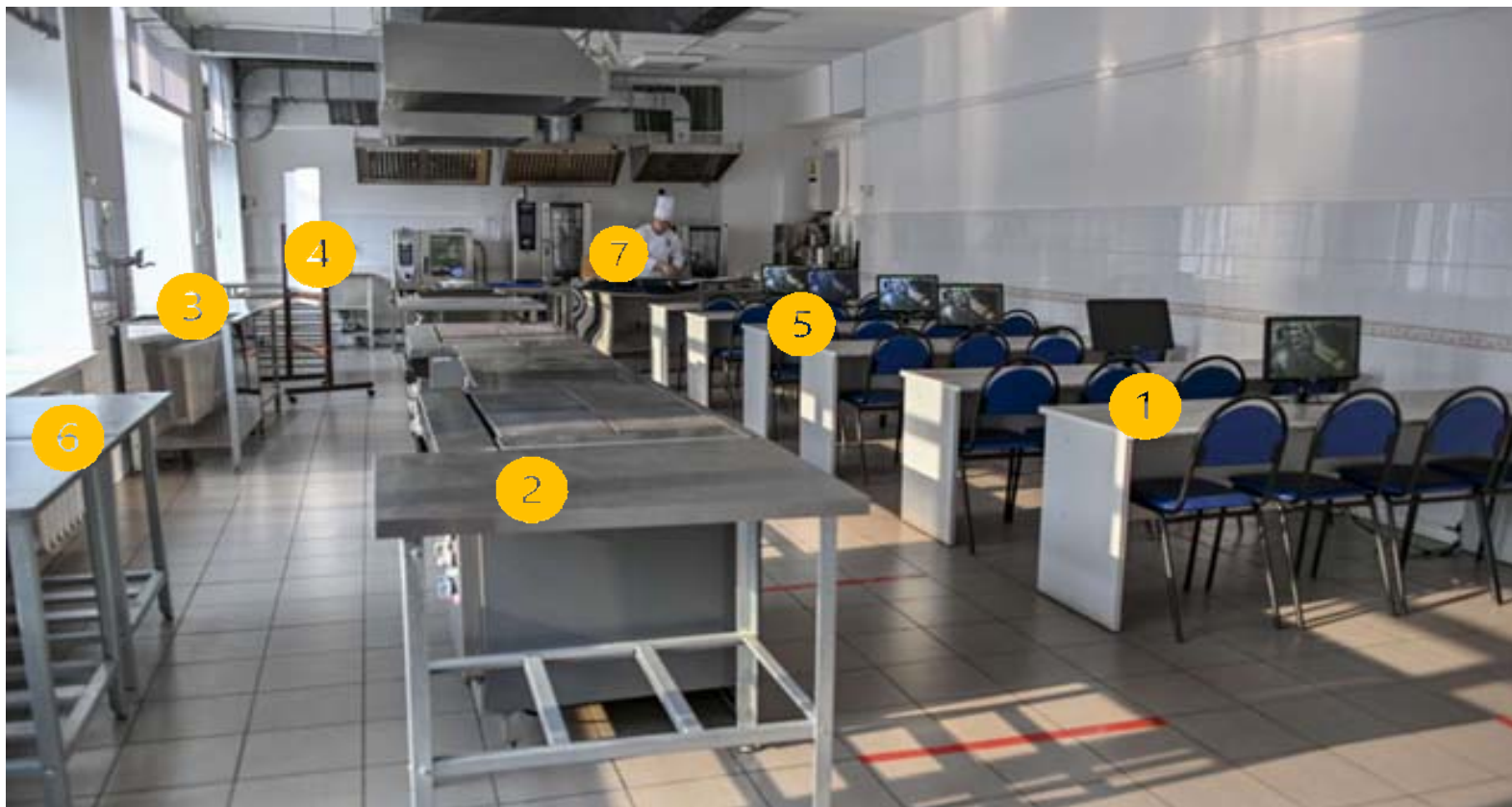


Схема маршрута



Станция 1 История техникума

- Путевая информация

Приказом Министерства торговли РСФСР от 27 января 1967 года №38 был учрежден Хабаровский техникум советской торговли.

Приказом Министерства торговли и материальных ресурсов Российской Федерации от 31 марта 1992 года № 35 техникум переименован в Хабаровский торгово-коммерческий техникум.

Приказом Комитета Российской Федерации по торговле от 05.12.1995 г. № 94 техникум переименован в Хабаровский торгово-экономический техникум.

Техникум реализует образовательные программы среднего профессионального образования базового уровня в соответствии с лицензией:

За весь период деятельности техникума было подготовлено и выпущено более 25000 специалистов для предприятий торговли, общественного питания и хлебопекарной промышленности.

Педагогический коллектив техникума – это высококвалифицированные педагоги. Среди них: Отличник народного просвещения; Почетные работники общего образования РФ; Почетные работники среднего профессионального образования РФ; многие награждены Почетными грамотами Министерства образования и науки Российской Федерации.

Формы обучения студентов в техникуме – очная, заочная. Обучение ведется на бюджетной основе и с полным возмещением затрат на обучение.

Техникум располагает двумя учебными корпусами, в которых размещены учебные кабинеты, лаборатории, четыре компьютерных класса, спортивный зал, научно-методический центр, инновационно-методический центр отделения заочного обучения, столовая, медицинский кабинет, библиотека с читальным залом.¹

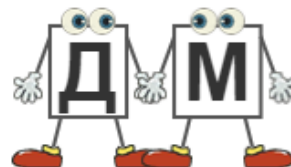


Задание: [Решите](#) ребус и узнайте фамилию, имя и отчество первого директора техникума.

¹Фильм 50 лет ХТЭТ// YouTube. Режим доступа: <https://youtu.be/1ZHD1Q9-aaE>

Задание 1. История техникума

- Задание: Решите ребус и узнайте фамилию, имя и отчество первого директора техникума.



И



Станция 2 Гастрономическая культура Хабаровского края

- Путевая информация

Путевая информация.

Важнейшими элементами питания коренных народов, населяющих Дальний Восток, являлись: рыбий жир и рыба, которую употребляли в различном виде: сыром, валеном, варёном и сушеном. В больших количествах употребляли мясо животных, преимущественно оленину. Широко использовалась растительная пища: ягоды, орехи, древесные грибы, черемша, дикий лук. На данный момент можно определить продукты и блюда из них, которые со всей полнотой отражают уникальное природное богатство Дальневосточного региона и на сегодняшний день уже являются визитной карточкой территории, что представлено в таблице.

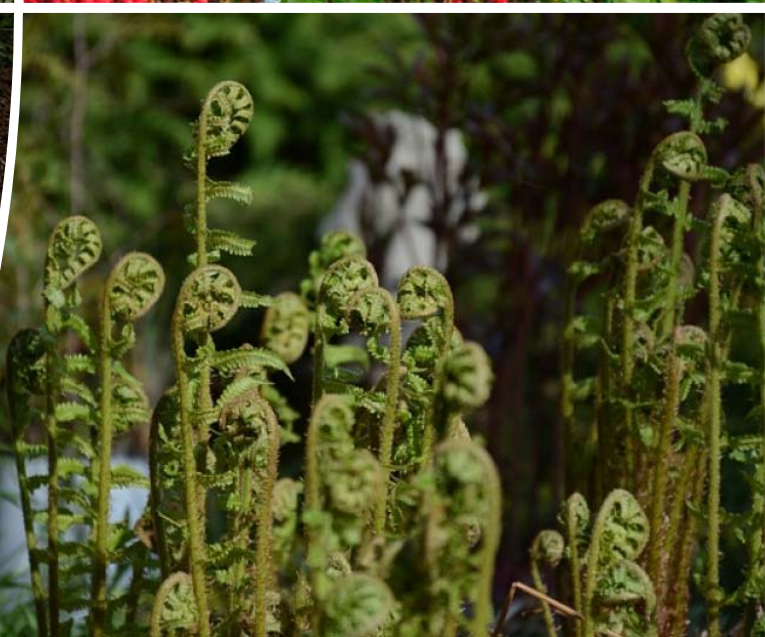
Топ элементов, отражающих суть дальневосточной кухни

Наименование	Характеристики
Камчатский (королевский) краб	Сочное мясо камчатского краба богато химическими элементами при калорийности всего 84 ккал. Краба варят в морской воде без добавления соли и специй, потому что всё, что нужно для вкуса, заключено в самом продукте.
Папоротник	Папоротник-орляк собирают в мае-июне на стадии молочной зрелости и заготавливают на целый год: сушат, маринуют, солят. Сбор папоротника, как шутят в народе, это своеобразный «дзен по-дальневосточному ». Тушёный с мясом папоротник – одно из ключевых блюд домашней дальневосточной кухни, которое недавно пришло и в рестораны
Красная рыба	Тихоокеанский лосось (кета, нерка, горбуша, сима , кижуч, чавыча) ценен тем, что является продуктом природной среды. Рыбу ловят в период до нереста, когда она огромными массами устремляется в устья дальневосточных рек. Сочная красная икра тихоокеанского лосося стала классическим продуктом русского праздничного стола и одним из самых популярных гастрономических сувениров Дальнего Востока
Гребешок	В утопическом романе «Владивосток-3000», написанном Ильёй Лагутенко в соавторстве с Василием Авченко, гребешок предстаёт в роли сакрального дальневосточного продукта, и это недалеко от истины. В гребешке съедобно всё, кроме желудка и раковины: «пятак» гребешка – это чистый белок, а в мантии содержится огромное количество минералов.
Лимонник	Легендарное «растение пяти вкусов» тонизирует и укрепляет организм. В старину охотники съедали горсть ягод лимонника и шли по следу зверя, не чувствуя усталости. Лимонник улучшает ночное видение, поэтому советские лётчики во время Второй мировой войны принимали препараты лимонника перед ночными вылетами.

² Ден В. Г., Коноплева Н. А. Гастрономическая культура Дальневосточного региона как предмет истории повседневности // Гуманитарный вектор. 2019. Т. 14, № 4. С. 87–97. DOI: 10.21209/1906-7853-2019-14-4-87-97

Задание 2. Гастрономическая культура Хабаровского края

- Задание: У вас есть карточки с картинками. Один из игроков должен показать картинку без слов, лишь только жестами, мимикой, и позами, т.е пантомимой. Задача других отгадать слова.



Станция 3

Папоротник

- Путевая информация

Путевая информация.

Жители Центральной России заготавливают на зиму помидоры и огурцы, а на Дальнем Востоке маринуют и засаливают папоротник. Папоротник считается одним из самых древних растений на Земле. настолько древним, что ученые из канадского Университета Саскачевана обнаружили его листья в кишечнике динозавра, умершего примерно 110 млн лет назад.

Это же растение является одним из наиболее распространенных. Существует около 10 000 видов папоротника, и орляк — один из них. Причем ученые продолжают обнаруживать новые виды! Так, в июне 2020 года китайские ботаники открыли в южной провинции Хайнань новый вид папоротника — церагонтерис. Он тоже съедобен.

Папоротник орляк — растение, принадлежащее к семейству деннштедтиевых вида орляк. Свое название он получил за то, что, если аккуратно срезать стебель у корешка, сосудистые пучки напомнят двуглавого орла. Некоторые даже различают инициалы Иисуса Христа, за что растение также называют Иисусовой травой.

Обычно высота растения составляет от 30 до 100 см, но иногда может достигать 150 см. Так что не заметить папоротник орляк сложно.

Съедобный папоротник начинают собирать примерно в середине мая. Заготовка длится около двух-четырёх недель. Считается, что лучший период для сбора — время цветения ландышей, медуницы и орляков. В это время папоротник достигает высоты 25–30 см и все соки сосредоточены в стебле.

Этот момент надо не пропустить, так как в полностью распушенном виде папоротник орляк к еде не пригоден — питательные вещества уходят в листья, а растение становится горьким, жестким и даже опасным для жизни.

Как правило, из корня растет один-три стебля, поэтому можно срывать или срезать сразу несколько, оставляя «пенечки» высотой 4–5 см.

Правильно подготовленный папоротник пахнет весенними травами, а на вкус напоминает то ли молодой шпинат, то ли спаржу. Некоторые чувствуют грибы.

По химическому составу растение богато калием, магнием, натрием, кальцием, медью, железом, марганцем, цинком, селеном. В нем есть витамины А, С и группы В. При этом мало углеводов и жиров, что делает его отличным диетическим продуктом. В 100 г папоротника содержится всего 34 ккал.³

Задание: Собрать пауд.

³ Азур. Лирический фолклорный рассказ о своеобразной красоте и неповторимости великой дальневосточной реки Владимир Ковтун. Издательство: Хабаровское книжное издательство Г.1986

Задание 3. Папоротник

-
- Задание: Собрать пазл.



Станция 4 Что-то новое

- Путевая информация

Путевая информация.

Народ нанайцы имел очень специфическую, но сытную кухню. Это коренной народ Дальнего Востока, проживающий по берегам Амура и его притоков Уссури и Сунгари в России и Китае. В их национальной кухне присутствуют как элементы первобытно – общинного строя, с его традиционными охотой и собирательством, так и элементы кулинарных традиций русской кухни, с которой нанайский народ познакомился в XIX веке.

Рыбу нанайцы употребляют в пищу не только в сыром, мороженном, вяленом, вареном, жареном или запечённом виде, но также коптят её и засаливают. Из различных диких съедобных растений делают салаты, лепёшки, каши. Из мяса животных, птиц и рыбы варят супы, приправленные травами. Кроме того, выращивают и употребляют в пищу такие культурные овощи как картофель, в обмен на пушнину приобретают муку, крупы, соль, специи.

Бода

Национальными нанайскими блюдами являются «Бода» (жидкая каша из пшена или чумизы с добавлением лососевой икры), «Тала» (тонко нарезанное соломкой мясо сырой рыбы осетровых пород, сазана, щуки с добавлением резанного полукольцами репчатого лука, соли и перца),

Сазан, запеченный с пшеном

Так же национальным нанайским блюдом является запечённый с пшеном сазан, для приготовления которого промытая, выпотрошенная, посоленная и начинённая недоваренным пшеном рыба вначале варится до полуготовности, а после обмазывается глиной и запекается на углях, до тех пор, пока глина не высохнет и сама не начнёт отпадать вместе с чешуёй и шкурой. После чего рыба охлаждается, режется на куски и подаётся вместе с кашей.

Таксад (рыбий паштет)

Рыба полезна для детей и взрослых, и очень странно, что во времена Советского Союза в столовых был только один рыбный день – четверг. В ваших силах сделать рыбу основой рациона. Но если вашей семье надоест постоянно питаться рыбкой, вы можете превращать ее в разнообразные «незнакомые» блюда. К примеру, вы можете попробовать сделать паштет рыбный. Его можно приготовить жирным из жареной рыбы или шпрот, а можно сделать практически диетическим из рыбы белых сортов. Для это нужно очистить рыбу от чешуи, косточек кишоч и т. д., затем промыть и разрезать на кусочки. Поместить в котел с небольшим количеством воды. Варить до тех пор, пока мясо не станет хорошо отделяться от костей. Удалить все косточки и продолжать варить, пока весь бульон не выкипит и мясо не превратится в сухой порошок. «Таксад» (уваренное и высушенное до порошкообразного состояния мясо рыбы без костей). Подавать на стол с растертыми ягодами (голубика, брусника и др.).⁴

⁴ Дальневосточная кухня. Константинов А. А. — 1990 г.

Задание 4.

Что-то новое

- Задание: Разгадайте слово, используя шифр. И вы узнаете, как у нанайцев называются рыбные тефтели.
- Первая цифра – это строка.
Вторая цифра – это слово на строке.
Третья цифра – это буква в слове.

Секреты приготовления рыбы у каждого из восьми коренных малочисленных народов Севера Хабаровского края свои. Например, нанайцы так мелко нарезают карася, что косточки при еде совсем не ощущаются. И зажаривают его до хрустящей корочки не только на сковороде, но и на ивовых веточках над костром. Оторваться от такого карася невозможно!	4-1-3 5-5-6 8-3-1 1-2-4 7-3-8 5-3-1 11-1-6
--	--

Станция 5

Навыки мудрых

- Путевая информация

Путевая информация.

Шеф-повар Роман Горячев.

Родился в 1986 году в Хабаровске. Шеф-повар, бренд-шеф ресторанный комплекса «Амур» города Хабаровска. Основатель студии «Локальных продуктов», **инноватор** направления «Дальневосточная кухня».

Основатель «Дальневосточной кухни»

Крабы, дикий олень, мох, фазаны — вот такой может быть дальневосточная кухня!

Телячьи щечки в вишневом **демигласе**, палтус с пюре из топинамбура, сердце оленя, суп с трубачом... От такого меню у любого человека потекут слюнки, уверен шеф-повар хабаровского ресторана **инноватор** направления «Дальневосточная кухня» Роман Горячев.

- Многие говорят: «Я взял нашу индейку и сделал дальневосточную кухню». Да, отчасти это кухня Дальнего Востока, та, которая приготовлена локально - местным поваром, в определенном месте, из определенных продуктов. Но мы должны понимать, что наша кухня — это слияние кухонь многих национальностей, народностей: русских, татар, украинцев, чукчей, коряков, удэгейцев, нанайцев. «Здесь надо взять за основу их национальную кухню и переложить на западные технологии», — говорит Роман Горячев.

На Дальнем Востоке, по мнению повара, достаточно много продуктов, из которых можно готовить вкусные блюда. У приморцев есть их морские гады, у хабаровчан и амурчан - корнеплоды, дикоросы из тайги. И, конечно же, мясо диких животных.

- Я покупаю дикого оленя, так как мясо выращенного в неволе животного будет отличаться по плотности, насыщенности вкуса. Вот из оленя я делаю в своем ресторане строганину.

Дикоросы в лаваше

Интерес к дальневосточным продуктам у Романа Горячева неслучаен. Он родился в семье охотника и рыбака и всегда хотел быть поваром. Уважение к тайге и любовь к готовке переросли в гастрономическое направление - «Дальневосточная кухня».

- Чтобы подойти детально к самой кухне Дальнего Востока, мне пришлось изучить ее корни. Я стал интересоваться нашими народностями, узнавать про их кухни, изучал блюда — все это есть в книгах. Теперь я могу понять, например, какую часть оленя забрать на вырезку. Разбираюсь я и в сезонности - когда надо заготовить черемшу, ягоду. Например, папоротник во многих ресторанах покупают пачками, а я покупаю его свежим в сезон, в больших количествах. Солю его в бочках, а потом использую круглый год, - рассказывает шеф-повар ресторана.

- У наших предков не было технологических «примочек». Они что брали, то и положили, но было очень вкусно. У нас больше ресурсов, мы можем взять их кухню и сделать, как минимум, красивее. Вкуснее мы уже не сделаем - даже вода в речке уже не та, но хотя бы по красоте и аутентичности мы можем сравняться, - уверен Роман Горячев.⁵

⁵ <https://www.eastrussia.ru/material/chestnoe-shefskoe/>

Задание 5

Навыки мудрых

- Задание: Задание: Вся команда должна руководить одним общим для всех процессом. Каждый игрок выступает как векторная сила. Игроки сообща пишут фамилию, имя, отчество преподавателя нашего техникума, победителя IV Регионального чемпионата навыки мудрых – Трушкина Наталья Александровна, держась за веревочки привязанные к фломастеру.



Станция 6 «Фруктовый десерт»

- Путевая информация

Путевая информация.

Как грамотно питаться, и чем питание дальневосточников отличается от остальных регионов страны.

Нутрициология или, по-простому, наука о питании, в последнее время становится все популярнее. А известная фраза «мы то, что мы едим» уже нашла свое научное подтверждение. Чтобы противостоять болезням или победить имеющиеся, следует правильно питаться.

Все мы со школьной скамьи знаем, что человеческому организму жизненно необходимы белки, жиры и углеводы. А также витамины, минералы и микроэлементы. Однако, уже известно, что по крайней мере 27 из 98 химических элементов должны обязательно присутствовать в организме. Такие макроэлементы как углерод, водород, кислород, азот, кальций, сера, фосфор, натрий, хлор, магний. А те вещества, концентрации которых в организме измеряются сотыми долями процентов, называют микроэлементами. Но и они обязательны для жизни. Например, железо, йод, медь, цинк, марганец, кобальт, никель, молибден, селен, хром, фтор, кремний, ванадий, бром, олово, мышьяк. Недостаток чего-либо обязательно приводит к сбою в организме, а впоследствии к болезням.

Правильное питание для дальневосточников с точки зрения врача заметно отличается от питания жителей других регионов. Так, например, даже калорийность блюд у нас должна быть выше.

По Дальнему Востоку потребность в энергии в целом на пять-десять процентов выше, чем в центральном регионе страны, за счет увеличения потребления белка и жиров. Общая калорийность пищи северных районов должна составлять не менее 3500 ккал, а для жителей южных районов Дальнего Востока 2800–3000 ккал. Причина тому — суровый климат, который требует от организма больших энергетических затрат.

В питании хабаровчан и всех жителей края, согласно рекомендациям **нутрициологии**, должно быть увеличено содержание витамина А, витаминов В1, В2, РР, С, Е и Д. А так как вода на Дальнем Востоке содержит мало йода, меди, марганца, селена, кальция, магния, то следует повысить потребление этих микроэлементов.

В нашем регионе большой недостаток йода и селена несмотря на то, что рядом море. Хотя Хабаровск и считается самым солнечным городом, у нас повсеместная нехватка витамина D₃, потому что солнечных дней много, а теплых, когда мы раздеваемся, мало.

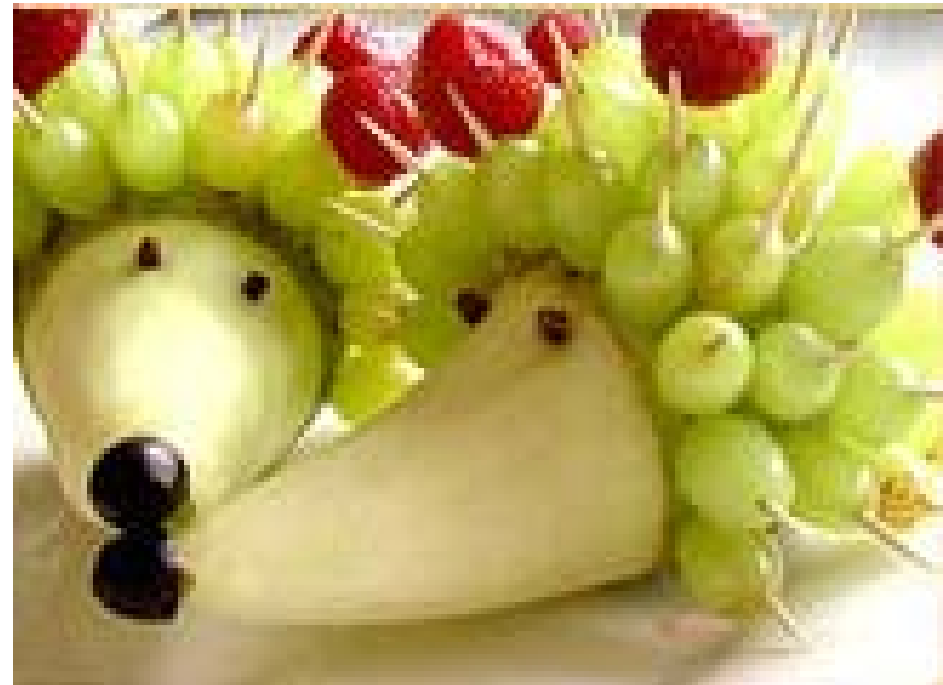
А вот содержание таких веществ как свинец, ртуть, кадмий, которые в минимальных дозах нужны организму, у нас, хабаровчан, как правило, превышено.

У людей пожилого возраста в нашем регионе почти всегда отмечается нехватка ряда витаминов и микроэлементов. Так как в старшем возрасте добавляются проблемы с пищеварением, пережевыванием пищи, поэтому даже если полезные вещества и попадают с пищей в организм, то усваиваются они плохо.⁶

⁶ Дальневосточная кухня. Константинов А. А. — 1990 г.

Задание 6 «Фруктовый десерт»

- Задание: Сделайте красивого ежика из груши, винограда и зубочисток. За 5 мин.



Станция 7

«Универсальная печь»

- Путевая информация

Путевая информация.

Сегодня без него не обходится ни одна профессиональная кухня. Это связано с возможностями и эффективной работой этого оборудования. Он сочетает в себе достоинства жарочного шкафа и пароварки.

Можно готовить несколько блюд одновременно.

Вы можете совмещать процесс приготовления рыбы, мяса и мучных изделий. Нет, запахи смешивать не будут за счет обволакивания блюд паром. Такая функция позволит вам обслуживать одновременно быстро и качественно сразу несколько гостей.

Экономичность

Если есть возможность сэкономить ресурсы, почему бы и нет? Присутствие его на кухне дает возможность экономить воду, газ и электричество. Плюс, временные затраты на приготовление блюд тоже сокращаются, поскольку настройки позволяют регулировать температуру и влажность в устройстве, а значит производство происходит гораздо быстрее.

Минимизация человеческих ресурсов.

Теперь процесс приготовления блюд требует минимальное участие человека, благодаря автоматизации работы. Такая экономия человеческих ресурсов позволяет обслуживать больше гостей заведения.

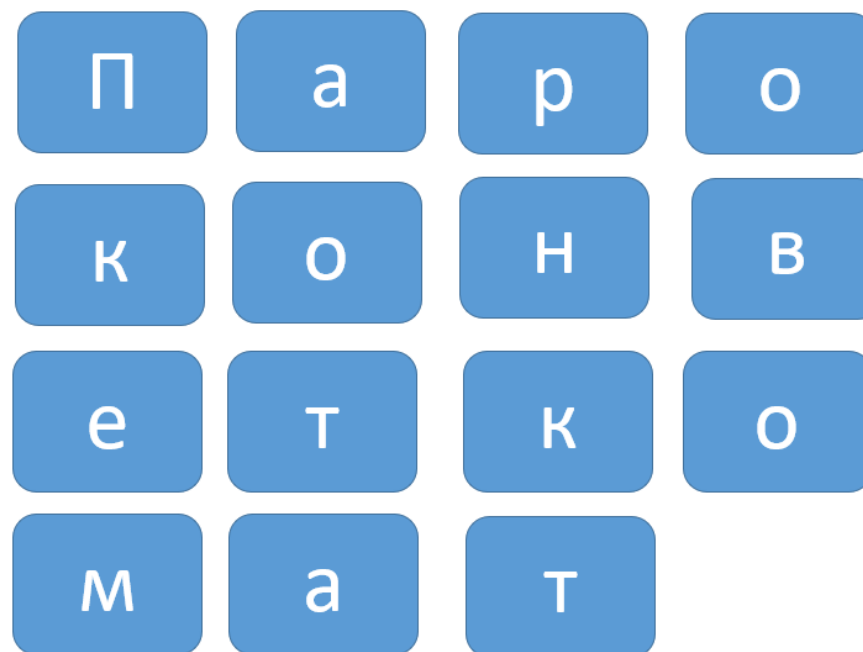
Это универсальная печь, совмещающая два метода приготовления: принудительную конвекцию и обработку паром. Режим конвекции (циркуляции тепла от нагревательных спиралей при помощи вентилятора) можно использовать для выпечки хлеба или жарки мяса. Приготовление на пару позволяет деликатно приготовить рис, рыбу, овощи, сохраняя полезные свойства и структуру. При комбинированном режиме блюда готовятся под воздействием пара и горячего воздуха, получаются сочными, ароматными, с минимумом потерь естественных соков, которые неизбежны при термообработке другими способами.⁷



⁷ <http://hnet-khb.ru/wp-content/uploads/2017/06/Ratsional-24-yanvarya.pdf>

Задание 7 «Универсальная печь»

Задание: Собери из букв название печи, которое находится в лаборатории.



Заключение

- Главная цель команды – найти ключ от двери за которой находится главный приз (пирог).
- Чтобы команды не мешали друг другу, подготовлены индивидуальные маршруты, командам необходимо проходить точки строго в том порядке, в котором они указаны в маршрутном листе.
- Для достижения главной цели командам нужно выполнить задания на «точках» маршрута, получить за это конфеты с буквами и составить из них слово, отгадать где спрятан ключ от двери.
- На всем протяжении маршрута с командой находится сопровождающий, который следит за соблюдением ПДД, помогает сориентироваться командам.
- Игра-экскурсия выполняет сразу несколько функций – это веселая, познавательная, динамичная форма проведения досуга, а также творческий процесс для самого экскурсовода.