



FOOD PRODUCTION-II

Practical Manual

Class XI



CENTRAL BOARD OF SECONDARY EDUCATION

2, Community Centre, Preet Vihar, Delhi-110092

नया आगाज़

आज समय की माँग पर
आगाज़ नया इक होगा
निरंतर योग्यता के निर्णय से
परिणाम आकलन होगा।

परिवर्तन नियम जीवन का
नियम अब नया बनेगा
अब परिणामों के भय से
नहीं बालक कोई डरेगा

निरंतर योग्यता के निर्णय से
परिणाम आकलन होगा।

बदले शिक्षा का स्वरूप
नई खिले आशा की धूप
अब किसी कोमल-से मन पर
कोई बोझ न होगा

निरंतर योग्यता के निर्णय से
परिणाम आकलन होगा।

नई राह पर चलकर मंज़िल को हमें पाना है
इस नए प्रयास को हमने सफल बनाना है
बेहतर शिक्षा से बदले देश, ऐसे इसे अपनाए
शिक्षक, शिक्षा और शिक्षित
बस आगे बढ़ते जाएँ
बस आगे बढ़ते जाएँ
बस आगे बढ़ते जाएँ.....



FOOD PRODUCTION-II

Class XI

(Practical Manual)



CENTRAL BOARD OF SECONDARY EDUCATION

2, Community Centre, Preet Vihar, Delhi-110092



Preface

The Central Board of Secondary Education has initiated policy of introducing competency based Vocational Courses in various sectors of the economy in collaboration with leading industries of the similar field. The objective of such courses is to develop employable skills among the students for self as well as job employment. The Board also explores the possibility to revamp the vocational education in the country by making it more acceptable and useful for the students. Under such program, the Central Board of Secondary Education in collaboration with National Council for Hotel Management and Catering Technology (NCHMCT) has introduced two Vocational Packages namely Food Production and Food & Beverage Service at Senior Secondary Level.

The Foundation course in Food Production gives an insight into the basics of cooking food coupled with the scientific approach by trying to understand the basic commodities utilized in the preparation of food. Cooking of food is a skill based education that requires both, the style of art and the method of science.

The present Practical Manual in “**Food Production-II**” is written in a manner easy to read and understand formulations of different menus. The recipes in the book are planned and organized to reinforce the basic learning skills among students. Students are encouraged, by means of recipe variations, in order to enrich and equip them so that they can apply these procedures to other ingredients and to understand the similarities and differences among different preparations.

The Board acknowledges the contribution made by the team of experienced authors in completing the manuscript. The Practical Manual in “**Food Production-II**” is an outcome of a series of meeting organized by the Vocational Unit. The Process was completed by the present members of Vocational Cell. I would like to specially thank NCHMCT, Noida for Technical guidance to promote hospitality education at school level in India. I am sure that this book would serve the purpose of a useful resource material for students and the teachers.

VINEET JOSHI
(Chairman, CBSE)





Acknowledgements

Advisors

Sh. Vineet Joshi, Chairman, CBSE, Delhi

Sh. Shashi Bhushan, Former Director (Edusat & Vocational) & Director (Academic) CBSE, Delhi

Authors

1. *Shri N. S. Bhuie, Director (Studies), National Council for Hotel Management and Catering Technology, Plot No. A-34, Sector-62, Noida*
2. *Shri Satvir Singh, Principal, Institute of Hotel Management, Chandigarh College of Hotel Management VPO, Landran, Mohali Punjab*
3. *Shri R. K. Singh, Lecturer, Institute of Hotel Management, Sector - G Aliganj, Lucknow 226024.*
4. *Ms. R. Parimala, Lecturer, Institute of Hotel Management, CIT Campus, TTTI, Tharamani (PO), Chennai 600113*





भारत का संविधान

उद्देशिका

हम, भारत के लोग, भारत को एक ¹[संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न, समाजवादी, पंथ-निरपेक्ष, लोकतंत्रात्मक गणराज्य] बनाने के लिए तथा उसके समस्त नागरिकों को:

सामाजिक, आर्थिक और राजनैतिक न्याय,

विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता,

प्रतिष्ठा और अवसर की समता प्राप्त कराने के लिए,

तथा उन सबमें व्यक्ति की गरिमा और ²[राष्ट्र की एकता और अखंडता सुनिश्चित] करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए

दृढ़संकल्प होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवंबर, 1949 ई. (मिति मार्गशीर्ष शुक्ला सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी) को एतद्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

भारत का संविधान

भाग 4क

नागरिकों के मूल कर्तव्य

अनुच्छेद 51क

मूल कर्तव्य- भारत के प्रत्येक नागरिक का यह कर्तव्य होगा कि वह -

- (क) संविधान का पालन करे और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वजों और राष्ट्रगान का आदर करे;
- (ख) स्वतंत्रता के लिए हमारे राष्ट्रीय आंदोलन को प्रेरित करने वाले उच्च आदर्शों को हृदय में संजोए रखे और उनका पालन करे;
- (ग) भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता की रक्षा करे और उसे अक्षुण्ण बनाए रखे;
- (घ) देश की रक्षा करे और आह्वान किए जाने पर राष्ट्र की सेवा करे;
- (ङ) भारत के सभी लोगों में समरसता और समान भ्रातृत्व की भावना का निर्माण करे जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग पर आधारित सभी भेदभाव से परे हो, ऐसी प्रथाओं का त्याग करे जो महिलाओं के सम्मान के विरुद्ध हों;
- (च) हमारी सामासिक संस्कृति की गौरवशाली परंपरा का महत्व समझे और उसका परिरक्षण करे;
- (छ) प्राकृतिक पर्यावरण की, जिसके अंतर्गत वन, झील, नदी और वन्य जीव हैं, रक्षा करे और उसका संवर्धन करे तथा प्राणिमात्र के प्रति दयाभाव रखे;
- (ज) वैज्ञानिक दृष्टिकोण, मानववाद और ज्ञानार्जन तथा सुधार की भावना का विकास करे;
- (झ) सार्वजनिक संपत्ति को सुरक्षित रखे और हिंसा से दूर रहे;
- (ञ) व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधियों के सभी क्षेत्रों में उत्कर्ष की ओर बढ़ने का सतत प्रयास करे, जिससे राष्ट्र निरंतर बढ़ते हुए प्रयत्न और उपलब्धि की नई ऊँचाइयों को छू सके; और
- (ट) यदि माता-पिता या संरक्षक है, छह वर्ष से चौदह वर्ष तक की आयु वाले अपने, यथास्थिति, बालक या प्रतिपाल्य को शिक्षा के अवसर प्रदान करे।



THE CONSTITUTION OF INDIA

PREAMBLE

WE, THE PEOPLE OF INDIA, having solemnly resolved to constitute India into a ¹ **[SOVEREIGN SOCIALIST SECULAR DEMOCRATIC REPUBLIC]** and to secure to all its citizens :

JUSTICE, social, economic and political;

LIBERTY of thought, expression, belief, faith and worship;

EQUALITY of status and of opportunity; and to promote among them all

FRATERNITY assuring the dignity of the individual and the ² (unity and integrity of the Nation);

IN OUR CONSTITUENT ASSEMBLY this twenty-sixth day of November, 1949, do **HEREBY ADOPT, ENACT AND GIVE TO OURSELVES THIS CONSTITUTION.**

1. Subs. by the Constitution (Forty-Second Amendment) Act, 1976, sec. 2, for "Sovereign Democratic Republic (w.e.f. 3.1.1977)
2. Subs. by the Constitution (Forty-Second Amendment) Act, 1976, sec. 2, for "Unity of the Nation (w.e.f. 3.1.1977)

THE CONSTITUTION OF INDIA

Chapter IV A

Fundamental Duties

ARTICLE 51A

Fundamental Duties - It shall be the duty of every citizen of India

- (a) to abide the Constitution and respect its ideals and institutions, the National Flag and the National Anthem;
- (b) to cherish and follow the noble ideals which inspired our national struggle for freedom;
- (c) to uphold and protect the sovereignty, unity and integrity of India;
- (d) to defend the country and render national service when called upon to do so;
- (e) To promote harmony and the spirit of common brotherhood amongst all the people of India transcending religious, linguistic and regional or sectional diversities; to renounce practices derogatory to the dignity of women;
- (f) to value and preserve the rich heritage of our composite culture;
- (g) to protect and improve the natural environment including forests, lakes, rivers, wild life and to have compassion for living creatures;
- (h) to develop the scientific temper, humanism and the spirit of inquiry and reform;
- (i) to safeguard public property and to abjure violence;
- (j) to strive towards excellence in all spheres of individual and collective activity so that the nation constantly rises to higher levels of endeavour and achievement.



Contents

Practical Session - 01

• Spices	1
• Vegetables	2
• Fruits	4
• Cereals and Lentils	4
• Other Food Items	5

Practical Session - 02

• Garam Masala Powder	8
• Goda Masala	8
• Sambhar Masala	9
• Sweet Spices Powder	10
• Chaat Masala	10
• Ginger and Garlic Paste	11
• Brown Onion Paste	11
• Cashew Nut Paste	12
• Poppy Seed Paste	12

Practical Session - 03

• Makhani gravy	13
• Paneer Makhani	14
• Roti	15
• Sooji Hulwa	16

Practical Session - 04

• Basic Brown Gravy	17
• Matar Paneer Curry	19
• Plain Parantha	19



Practical Session - 05

- Basic Yellow Gravy 21
- Malai Kofta 23
- Puris 24

Practical Session - 06

- Shahi Gravy 25
- Shahi Paneer 27
- Dal Kachories 28

Practical Session - 07

- Kadhai gravy 29
- Kadhai Paneer 30
- Stuffed Paranthas 31

Practical Session - 08

- Peas Pulao 33
- Alu Chhole 34
- Aloo Jeera Fry 35
- Phirnee 36

Practical Session - 09

- Lime Rice 37
- Vazhakkai Thoran (Raw Banana with coconut) 38
- Valakai Varuval 39
- Semiya Payasam 41

Practical Session - 10

- Jeera Pulao 42
- Dal Makhani 43
- Brinjal Bharta 44
- Gajar Halwa 45



Practical Session - 11

• Chappati	46
• Masala Dal	47
• Cauliflower and Peas Curry	48
• Jallebi	49

Practical Session - 12

• Ghee Bhat	50
• Aloo Posto Chorchari	51
• Luchi	52
• Gulab Jamun	52

Practical Session - 13

• Laccha Parantha	54
• Alu Gobi ki Tahari	55
• Rajmah	56
• Rabri	57

Practical Session - 14

• Malabar Parantha	58
• Cabbage Thoran	59
• Sambar (A)	60
• Palpayasam	61

Practical Session - 15

• Moong Dal Khichidi	63
• Pakoda Kadhi	64
• Bhindi	65
• Srikhand	66

Practical Session - 16

• Chauli Beans Foogath	67
• Masala Bhath	68



- Tur Dal and Vegetable Sorak 69
- Dodol 70

Practical Session - 17

- Baghara Baigan 72
- Vegetable Pulao 74
- Doodhi Chana 75
- Double Ka Meetha 76

Practical Session - 18

- Potato Bonda 77
- Pakoda 78
- Dahi Wada 79
- Uppuma 80

Practical Session - 19

- Palak Paneer 81
- Arhar Dal Fry 82
- Boiled Rice (Draining Method) 83
- Kheer 84





CBSE, Delhi - 110092

Copies - 2000

Price : Rs. 125/-

**This book or part thereof may not be reproduced by any person
or agency in any manner.**

Published by Secretary, C.B.S.E. 'Shiksha Kendra', 2, Community Centre, Preet Vihar, Delhi-110092.
Design and Printed by :
Akashdeep Printers, 20 - Ansari Road, Daryaganj, New Delhi - 110002