

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Баламирзоев Назим Лиджиявич  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 22.08.2023 06:32:05  
Уникальный программный ключ:  
2a04bb882d7edb7f479cb366cb4aaccdebeaa849

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА  
ТЕХНОЛОГИЯ ПИЩЕВЫХ ПРОИЗВОДСТВ, ОБЩЕСТВЕННОГО  
ПИТАНИЯ И ТОВАРОВЕДЕНИЯ

## Курс лекции

по дисциплине «Технология продукции общественного питания» для студентов направления подготовки бакалавров 19.03.04 «Технология продукции и организации общественного питания», профиль- Технология и организация ресторанного сервиса для очной и заочной формы обучения

Махачкала-2020г.

УДК: 574/518

ББК: 28.073

Т.Н.Даудова. Курс лекции по дисциплине «Технология продукции общественного питания». Учебное пособие – Махачкала: ФГБОУ ВО «ДГТУ», 2020г. 163с.

В учебном пособии приведены способы и методы кулинарной обработки пищевых продуктов, технология приготовления супов, соусов, горячих блюд из мяса, птицы, овощей, рыбы, холодных блюд и закусок, сладких блюд, горячих напитков.

Учебное пособие разработано для студентов направления подготовки бакалавров 19.03.04 – технология продукции и организации общественного питания, профиль – «Технология и организация ресторанного сервиса» очной и заочной формы обучения.

Составители: к.б.н., доцент  
кафедры ТППОПиТ  
Даудова Т.Н.

Рецензенты: д.т.н., доцент  
кафедры ТППОПиТ  
Ахмедов М.Э.

Зав.кафедрой товароведения,  
технологии продуктов и  
общественного  
питания, д.с/х.н., профессор  
ФГБОУ ВО «ДагГАУ»  
М.М.Салманов

Печатается согласно постановлению Ученого совета ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный технический университет»

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	<b>4</b>
<b>ГЛАВА 1. СПОСОБЫ ТЕПЛОВОЙ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ ПРОДУКТОВ.....</b>	<b>7</b>
<b>ГЛАВА 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ.....</b>	<b>15</b>
<b>ГЛАВА 3. СОУСЫ.....</b>	<b>38</b>
<b>ГЛАВА 4. ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ.....</b>	<b>56</b>
<b>ГЛАВА 5. ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ МЯСА.....</b>	<b>65</b>
<b>ГЛАВА 6. ТЕХНОЛОГИЯ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ МЯСА ПТИЦА, ДИЧИ И КРОЛИКА.....</b>	<b>80</b>
<b>ГЛАВА 7. ТЕХНОЛОГИЯ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ РЫБЫ.....</b>	<b>96</b>
<b>ГЛАВА 8. ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ.....</b>	<b>103</b>
<b>ГЛАВА 9. СЛАДКИЕ БЛЮДА.....</b>	<b>127</b>
<b>ГЛАВА 10. НАПИТКИ.....</b>	<b>150</b>

## **ВВЕДЕНИЕ**

Целью освоения дисциплины «Технология продукции общественного питания» готовность и способность бакалавра использовать в профессиональной деятельности приобретенные знания основ технологии продукции общественного питания.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- овладеть способностью использовать технические средства для измерения основных параметров технологических процессов, свойств сырья, полуфабрикатов и качества готовой продукции, организовать и осуществлять технологический процесс производства продукции питания;
- устанавливать и определять приоритеты в сфере производства продукции питания, обосновывать принятие конкретного технического решения при разработке новых технологических процессов;
- использовать нормативную, техническую, технологическую документацию в условиях производства продукции питания.

### **2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата**

Дисциплина «Технология продукции общественного питания» (Б1.Б.18) входит в базовую часть Блока 1 ООП ВО. Она имеет логическую и содержательно-методическую взаимосвязь с другими частями ООП.

Изучение дисциплины базируется на знаниях дисциплин предшествующих циклов ООП, таких как история отрасли, этическая и психологическая культура на предприятиях питания, законодательно-правовая документация предприятия питания, физика, информатика, биохимия, неорганическая, органическая, аналитическая химия, и физико-химические методы анализа, биохимические и физико-химические изменения пищевых продуктов при кулинарной обработке, микробиология, методы исследования свойств сырья и продуктов питания, товароведение продовольственных товаров, физиология питания, санитария и гигиена.

Дисциплина является предшествующей для изучения следующих дисциплин ООП: «Организация производства и обслуживания на предприятиях общественного питания», «Проектирование предприятий общественного питания», «Оборудование предприятий общественного питания», «Технология производства продукции на предприятиях индустрии питания», «Технология и организация кухонь мира», «Технологические добавки и улучшители для продуктов питания»

### **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Технология продукции общественного питания».**

В результате освоения дисциплины «Технология продукции общественного питания» студент должен овладеть следующими **профессиональными компетенциями (ПК)**:

- способностью использовать технические средства для измерения основных параметров технологических процессов, свойств сырья, полуфабрикатов и качества готовой продукции, организовать и осуществлять технологический процесс производства продукции питания (ПК-1);

- готовностью устанавливать и определять приоритеты в сфере производства продукции питания, обосновывать принятие конкретного технического решения при разработке новых технологических процессов производства продукции питания; выбирать технические средства и технологии с учетом экологических последствий их применения (ПК-4);

- способностью рассчитывать производственные мощности и эффективность работы технологического оборудования, оценивать и планировать внедрение инноваций в производство (ПК-5);

- способностью организовывать документооборот по производству на предприятии питания, использовать нормативную, техническую, технологическую документацию в условиях производства продукции питания (ПК-6);

- способностью разрабатывать критерии оценки профессионального уровня персонала для составления индивидуальных и коллективных программ обучения, оценивать наличие требуемых умений у членов команды и осуществлять взаимодействие между членами команды (ПК-12);

- способностью планировать и анализировать программы и мероприятия обеспечения и поддержки лояльности персонала по отношению к предприятию и руководству, планировать и анализировать свою деятельность и рабочий день с учетом собственных должностных обязанностей на предприятиях питания (ПК-13);

- готовностью разрабатывать критерии оценки профессионального уровня персонала для составления обучающих программ, проводить аттестацию работников производства и принимать решения по результатам аттестации (ПК-21);

- способностью изучать и анализировать научно-техническую информацию, отечественный и зарубежный опыт по производству продуктов питания (ПК-24);

- способностью участвовать в маркетинговых исследованиях товарных рынков, пищевого сырья, продукции и разрабатывать предложения по выбору поставщиков для предприятий питания (ПК-32).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**знать:**

- технические средства для измерения основных параметров технологических процессов;
- технологический процесс производства продукции питания;
- документооборот по производству на предприятии питания и нормативную, техническую и технологическую документацию.

**уметь:**

- осуществлять контроль соблюдения технологического процесса производства продукции питания;
- разрабатывать и реализовывать мероприятия по управлению качеством и безопасностью сырья, полуфабрикатов и готовой продукции на предприятиях питания;
- внедрять новые виды сырья, высокотехнологические производства продукции питания, новое технологическое оборудование;
- разрабатывать и реализовывать мероприятия по повышению эффективности производства продукции питания, направленных на снижение трудоемкости, энергоемкости и повышение производительности труда;
- оценивать влияние новых технологий, новых видов сырья, продуктов и технологического оборудования, новых условий производства продукции на конкурентоспособность продукции производства и рентабельность предприятия.

**владеть:**

- системой товародвижения и создания необходимых условий для хранения, складирования и перемещения закупаемых товаров;
- способностью использовать технические средства для измерения основных параметров технологических процессов;
- способностью рассчитывать производственные мощности и эффективность работы технологического оборудования.

## ГЛАВА 1. СПОСОБЫ ТЕПЛОЙ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ ПРОДУКТОВ

Значение тепловой обработки. В процессе тепловой обработки кулинарная продукция обеззараживается и повышается ее усвояемость.

Улучшение усвояемости продуктов, прошедших тепловую обработку, обусловлено следующими причинами:

- \* продукты размягчаются, легче разжевываются и смачиваются пищеварительными соками;

- \* белки при нагревании изменяются (денатурируют) и в таком виде легче перевариваются;

- \* крахмал превращается в клейстер и легче усваивается;

- \* образуются новые вкусовые и ароматические вещества, возбуждающие аппетит и, следовательно, повышающие усвояемость;

- \* теряют активность содержащиеся в некоторых сырых продуктах антиферменты, тормозящие процесс пищеварения.

Санитарное значение тепловой обработки связано с тем, что:

- \* при нагревании микроорганизмы, образующие споры, переходят в неактивное состояние и не размножаются;

- \* большинство микроорганизмов, не образующих споры, погибает;

- \* разрушаются бактериальные токсины;

- \* погибают возбудители многих инвазионных (глистных) заболеваний — финны, трихины и др.;

- \* разрушаются или переходят в отвар ядовитые вещества, содержащиеся в некоторых сырых продуктах (грибы, баклажаны, цветная фасоль).

Недостатками тепловой обработки являются: » потери части растворимых и летучих ароматических, а также вкусовых веществ;

- \* изменение естественной окраски овощей;

- \* разрушение ряда биологически активных веществ (витаминов, фенолов и др.);

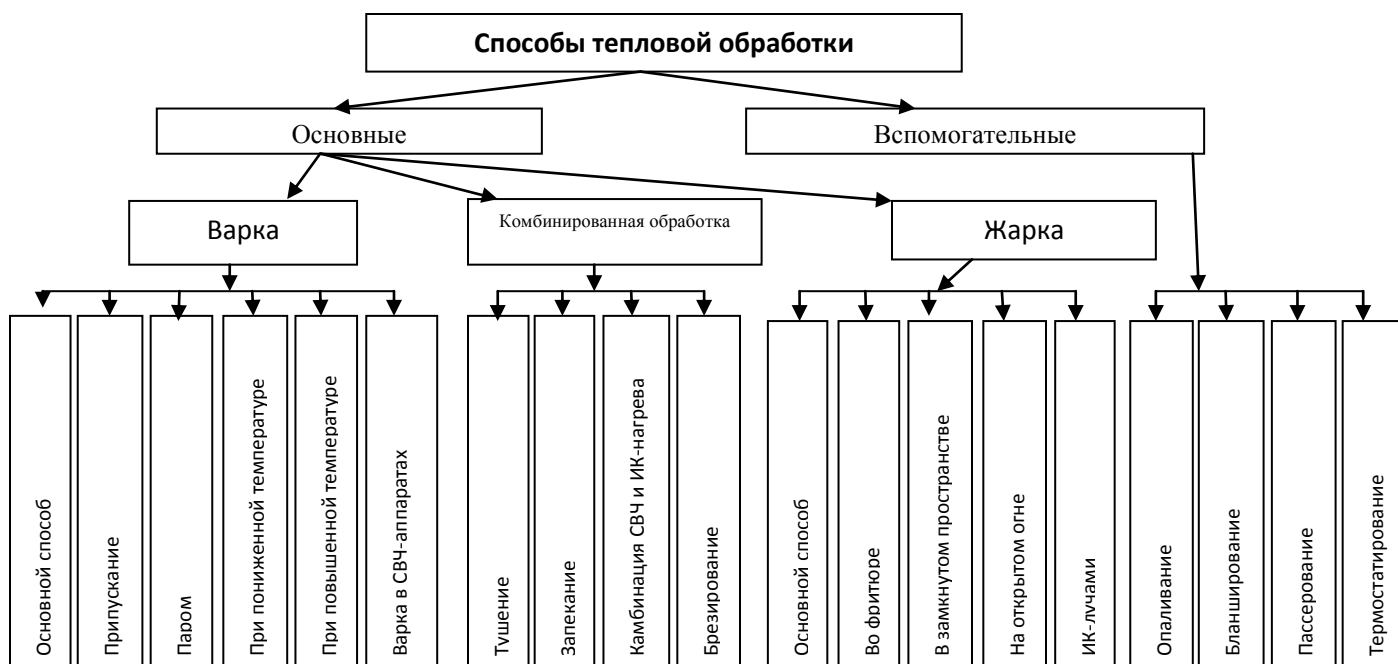
- \* нежелательные изменения жиров (окисление, омыление, снижение биологической активности).

Одной из задач технологов является ослабление негативных последствий тепловой обработки и усиление ее положительной роли.

**Классификация способов тепловой обработки.** Все способы тепловой кулинарной обработки делятся на основные и вспомогательные, (рис. 1.2)

Основные способы, с помощью которых продукт доводится до готовности, в свою очередь делятся на варку и жарку.

**Варка** — тепловая кулинарная обработка продуктов в водной среде или атмосфере водяного пара.



**Рис. 7.2. Классификация способов тепловой обработки**

**Жарка** — тепловая кулинарная обработка продуктов с целью доведения до кулинарной готовности при температуре, обеспечивающей образование на их поверхности специфической корочки.

Существует несколько разновидностей варки и жарки. Различают варку:

- \* с полным погружением в жидкость (основной способ);
- \* с частичным погружением в жидкость (припускание);
- \* паром атмосферного и повышенного давления;
- \* при пониженной температуре;
- \* при повышенной температуре;
- \* в СВЧ-аппаратах. Различают жарку:
  - \* на нагретых поверхностях с жиром и без него (основной способ);
  - \* в жире (во фритюре);
  - \* в жарочных шкафах (в замкнутом пространстве);
  - \* на открытом огне;
  - \* инфракрасными лучами в аппаратах ИК-нагрева.

Варку и жарку часто комбинируют друг с другом — комбинированные способы тепловой обработки. Например, применяют варку продуктов с последующим обжариванием; тушение, т. е. припускание обжаренных продуктов; запекание обжаренных, вареных или припущенных продуктов; комбинацию СВЧ- и ИК-нагрева; брезирование (припускание с последующей обжаркой).



Вспомогательные способы тепловой обработки не позволяют довести продукт до готовности, но облегчают его дальнейшую обработку. К вспомогательным приемам относятся опаливание, ошпаривание (бланширование), пассерование, термостатирование.

### **Характеристика способов тепловой обработки**

**Варка основным способом.** При варке основным способом продукт погружают в жидкость (воду, бульон, молоко, сироп и т. д.) с таким расчетом, чтобы он полностью был покрыт ею. Иногда жидкости берут в несколько раз больше, чем продукта (например, варка макарон). В жидкость переходит значительное количество растворимых веществ. Чем больше жидкости, тем больше потери. Для варки используют наплитные или стационарные котлы с электрическим либо газовым обогревом. Нагрев осуществляется за счет контакта с нагретой жидкостью. Температура при варке составляет 100—102°C.

Иногда нагревать продукт надо очень осторожно, только до определенной температуры (80—85°C). В этих случаях применяют варку на водяной бане (мармите).

Для ускорения варки используют автоклавы или герметически закрытые кастрюли (скороварки). Температура в автоклаве за счет повышения давления составляет 115—120°C. При высокой температуре ускоряется разложение жиров, поэтому автоклавы непригодны для варки бульонов.

Для повышения качества кулинарной продукции, снижения энергозатрат на ее приготовление большое значение имеет режим варки после закипания. Бурное кипение в большинстве случаев отрицательно сказывается на качестве пищи: бульоны делаются мутными, продукты деформируются, увеличиваются потери ароматических веществ и витаминов и т. д. Каши, макароны, соусы надо варить при температуре 85—90°C; рыбу, птицу, мясо — при 85—95°C. Практически такие продукты можно довести до готовности за счет аккумулированного тепла.

Для максимального использования аккумулированного тепла котел должен иметь хорошую изоляцию и автоматическое регулирование теплового режима. Весь режим варки должен осуществляться в трех тепловых режимах:

- \* сильный нагрев для доведения до кипения;
- \* слабый нагрев для "тихого кипения";
- \* варка за счет аккумулированного тепла.

Количество тепла, подводимого к котлу в период сильного нагрева, зависит от вида продукта. Если продукты не поглощают влагу или поглощают ее слабо (кости, мясо, рыба, овощи и т. д.), тепловое напряжение может быть очень большим. Если же продукт сильно поглощает влагу (крупа, макароны, бобовые)

или блюдо имеет густую консистенцию (кисели, соусы), то увеличение теплового напряжения сверх допустимой величины может привести к пригоранию или присыханию продукта к стенкам котла, что ухудшает теплопередачу и качество продуктов.

Наиболее рациональными с точки зрения использования аккумулированного тепла являются котлы вместимостью от 20 до 100 л. Для увеличения рентабельности, снижения металлоемкости, повышения аккумулирующей способности котлы компонуются в блоки. Стационарный котел считается хорошим, если темп охлаждения его содержимого составляет не более 2°С в час. При использовании аккумулированного тепла удлиняется процесс варки, но снижается расход энергии на 15—30%.

**Припускание.** Припусканием называется варка продуктов в небольшом количестве жидкости или в собственном соку. Этот способ применяют в основном для тепловой обработки продуктов с высоким содержанием влаги. Продукт заливают жидкостью (водой, бульоном, молоком, отваром) на 1/3 его высоты и при плотно закрытой крышке посуды доводят до готовности. При припускании верхняя часть продукта подвергается воздействию пара. Последний, соприкасаясь с пищевыми продуктами, конденсируется, выделяя скрытую теплоту парообразования, и нагревает их, доводя до состояния кулинарной готовности. Переход питательных веществ из продукта в жидкость при припускании меньше, чем при варке основным способом. Изделия имеют более выраженный вкус.

**Варка паром.** При этом способе продукт нагревают паром атмосферного или повышенного давления. Для варки паром используют сетчатые вкладыши в варочные котлы или специальные пароварочные шкафы. Диффузия растворимых веществ при этом способе варки еще меньше, чем при припускании, так как растворимые вещества могут переходить только в конденсат, образующийся на поверхности продукта.

**Варка (припускание) в СВЧ-аппаратах.** При варке в СВЧ-аппаратах применяется объемный способ нагрева. При этом продукты припускаются в собственном соку или с добавлением небольшого количества жидкости. По органолептическим свойствам продукт, доведенный до готовности в СВЧ-аппарате, приближается к продукту, полученному в результате припускания. При СВЧ-нагреве в продуктах полнее сохраняются питательные вещества, исключается пригорание изделий, улучшаются вкусовые свойства пищи и санитарно-гигиенические условия труда обслуживающего персонала.

СВЧ-аппараты целесообразно использовать на небольших предприятиях быстрого обслуживания, работающих на полуфабрикатах высокой степени готовности. Здесь кулинарную продукцию, как правило, готовят на глазах потребителя за барной стойкой. Эффективность работы СВЧ-аппаратов,

срок службы наиболее дорогостоящего элемента их — генератора электромагнитных колебаний, во многом зависят от выбора посуды для приготовления и разогрева пищи. Посуда не должна поглощать электромагнитные волны. Лучше всего посуда из закаленного стекла. Можно использовать также любую стеклянную, фарфоровую, фаянсовую и керамическую посуду без рисунка, без металлизированной росписи (золоченых или серебристых ободков). При использовании посуды из незакаленного или нетермостойкого стекла необходимо применять более мягкие режимы тепловой обработки, т. е. уменьшать мощность СВЧ-нагрева и увеличивать его продолжительность на 20—25%. Это обусловлено тем, что в случае интенсивного подвода СВЧ-энергии при приготовлении кулинарной продукции внутренняя поверхность посуды перегревается, а наружные слои остаются холодными. В результате посуда быстро выходит из употребления.

Одноразовая посуда из пищевых полимерных материалов также может быть использована для приготовления и разогрева пищи в СВЧ-аппаратах. Однако следует учитывать возможность разложения полимерной посуды с выделением вредных веществ.

**Жарка на нагретых поверхностях.** Для этой цели используют наплитные сковороды, листы или электросковороды. Чтобы продукты не прилипали к поверхности посуды, ее смазывают жиром (5—10% массы продукта). Жир нагревают до температуры 140—200°C, после чего кладут продукты. Продукты нагреваются при контакте с нагретой поверхностью. Температура на поверхности продукта в момент окончания процесса жарки составляет 135°C, а в центре изделия — 80—85°C. Этот способ тепловой обработки называют жаркой с малым количеством жира.

При использовании посуды с антиадгезионным покрытием жир не требуется.

Недостаток жарки на нагретых поверхностях — односторонний нагрев изделий, из-за чего их приходится в процессе тепловой обработки переворачивать.

**Жарка в жире (во фритюре).** При этом способе жарки продукт полностью погружают в жир, нагретый до 160—180°C. При этом одновременно по всей поверхности образуется поджаристая корочка. Передача тепла от нагреваемой среды (жира) к продукту осуществляется за счет теплопроводности. Температура на поверхности продукта в момент окончания процесса жарки так же, как при жарке с малым количеством жира, составляет 135°C, в центре изделия — 80—85°C.

Часто корочка на изделиях образуется раньше, чем продукт прогреется до температуры, гарантирующей санитарную безопасность, поэтому изделия после жарки в жире помещают на некоторое время в жарочный шкаф.

Жарка во фритюре может осуществляться в аппаратах непрерывного и периодического действия — автоматах для жарки пирожков, пончиков, на поточных линиях по изготовлению хрустящего картофеля и др. На предприятиях общественного питания для жарки в жире используют различные фритюрницы.

При погружении в нагретый жир продуктов температура его резко падает. Степень охлаждения жира зависит от ряда факторов: соотношения жира и продукта, влажности продукта, степени его измельчения, характера связи воды и др. Чем больше соотношение жира и продукта, тем меньше степень охлаждения, время жарки, а также впитываемость жира в продукт. Так, температура растительного масла, нагретого до  $180^{\circ}\text{C}$ , снижается при соотношении жира и продукта 1:1 до  $82^{\circ}\text{C}$ , при соотношении 2:1 — до 100, при соотношении 4:1 — до 134, при соотношении 8:1 — до  $152^{\circ}\text{C}$ .

Как известно, температура образования обезвоженной корочки составляет  $135^{\circ}\text{C}$ . Поэтому минимальное соотношение жира и продукта может быть 4:1. Однако оптимальной является температура  $150^{\circ}\text{C}$ . Поэтому наилучшее соотношение жира и продукта — 10:1.

Чем мельче продукт, тем больше его удельная поверхность и тем быстрее испаряется из него влага. Так, при обжарке картофеля, нарезанного соломкой (соотношение жира и продукта 4:1), температура жира снижается до  $115^{\circ}\text{C}$ , а при обжарке картофеля, нарезанного брусочками, — только до  $135^{\circ}\text{C}$ . При больших соотношениях жира и продукта эта разница менее заметна.

В процессе жарки мелкие частицы продукта попадают во фритюр, остаются в нем длительное время, сгорают и загрязняют жир. Избежать этого можно, используя фритюрницы с холодной зоной. В них нагревательные элементы расположены на некотором расстоянии, над дном фритюрницы. Жир имеет низкую теплопроводность. Под нагревательными элементами он нагревается очень медленно, только за счет теплопроводности. Над нагревательными элементами жир нагревается быстро, за счет конвекции. Поэтому образуются две зоны: верхняя рабочая с температурой  $170\text{—}180^{\circ}\text{C}$  и нижняя холодная, где температура намного ниже. Частицы продукта, попадая в холодную зону, не горят и не загрязняют фритюр.

Иногда продукт жарят, погружая в жир наполовину или на  $1/3$  высоты — жарка в полуфритюре. Некоторые продукты перед жаркой отваривают.

**Жарка в жарочных шкафах.** Продукты укладывают на листы, противни, сковороды, помещают в жарочный шкаф с температурой  $150\text{—}270^{\circ}\text{C}$  и жарят. При этом продукт нагревается за счет контакта с нагретой посудой, нагретым воздухом и теплового излучения от горячих стенок шкафа. Румяная корочка образуется значительно медленнее, чем при жарке с небольшим количеством жира, но продукты прогреваются равномернее. Для получения более

поджаристой корочки и повышения сочности готового изделия продукт в процессе жарки переворачивают, поливают жиром, смазывают поверхность яйцом, сметаной. Для жарки применяют также шкафы с конвекционным обогревом. В них воздух с помощью вентилятора прогоняется через нагреватели, нагревается и поступает в рабочую камеру. При этом ускоряется процесс жарки, продукты не приходится переворачивать, исключаются подгорание и неравномерное прожаривание.

**Жарка на открытом огне.** Для приготовления многих национальных блюд подготовленные полуфабрикаты жарят на открытом огне. При этом продукты нагреваются инфракрасным излучением (ИКЛ), нагретыми газами и воздухом. Изделия приобретают специфический аромат копченостей, обусловленный фенольными соединениями и другими веществами, которые образуются при неполном сгорании древесного угля. Для жарки используют мангалы или шашлычные печи, электрогрили. Продукты надевают на шпажки (металлические стержни) или укладывают на металлическую решетку, предварительно смазанную жиром. Источником тепла, кроме древесных углей, могут быть кварцевые лампы или электрические спирали.

**Жарка в аппаратах ИК-нагрева.** Этот способ жарки близок по характеру к жарке на открытом огне, так как нагрев осуществляется инфракрасными лучами (ИКЛ) электронагревательных элементов (без дымообразования). Для жарки этим способом используют электрогрили и шкафы с ИК-обогревом. Источником ИКЛ в них являются электролампы или трубчатые электронагревательные элементы. Продукт помещают на решетку, смазанную жиром, или нанизывают на шпажку.

**Опаливание.** Его проводят для сжигания шерсти, волосков, находящихся на поверхности обрабатываемых продуктов (головы, конечности крупного рогатого скота, поросята, тушки птиц и др.). При этом продукты не нагреваются. Для опаливания используют газовые горелки.

**Бланширование (ошпаривание).** Бланшированием называют кратковременное (от 1 до 5 мин) воздействие на продукты кипящей воды или пара. Этот прием используют для облегчения последующей механической очистки продуктов (очистка рыбы с костным скелетом от чешуи, удаление боковых и брюшных жучек у рыб осетровых пород и др.), для удаления горечи (капуста белокочанная, репа), для предупреждения ферментативных процессов, вызывающих потемнение очищенной поверхности (картофель, яблоки), для предупреждения слипания изделий и обеспечения прозрачности бульона (лапша домашняя).

**Пассерование.** Пассерованием называется процесс нагревания продукта с жиром или без него при температуре 120°C с целью экстрагирования ароматических и красящих веществ. Пассеруют нарезанные лук, морковь, белые

коренья, томатное пюре, муку. Обжаривают их в небольшом количестве жира (15—20% массы продукта) без образования поджаристой корочки. При этом часть эфирных масел, красящих веществ переходит из продуктов в жир, придает ему цвет и запах, улучшает вкусовые свойства блюд. При пассеровании муки (с жиром или без него) разрушается содержащийся в ней крахмал, белки теряют способность набухать и заправленные пассерованной мукой супы и соусы получаются неклейкими.

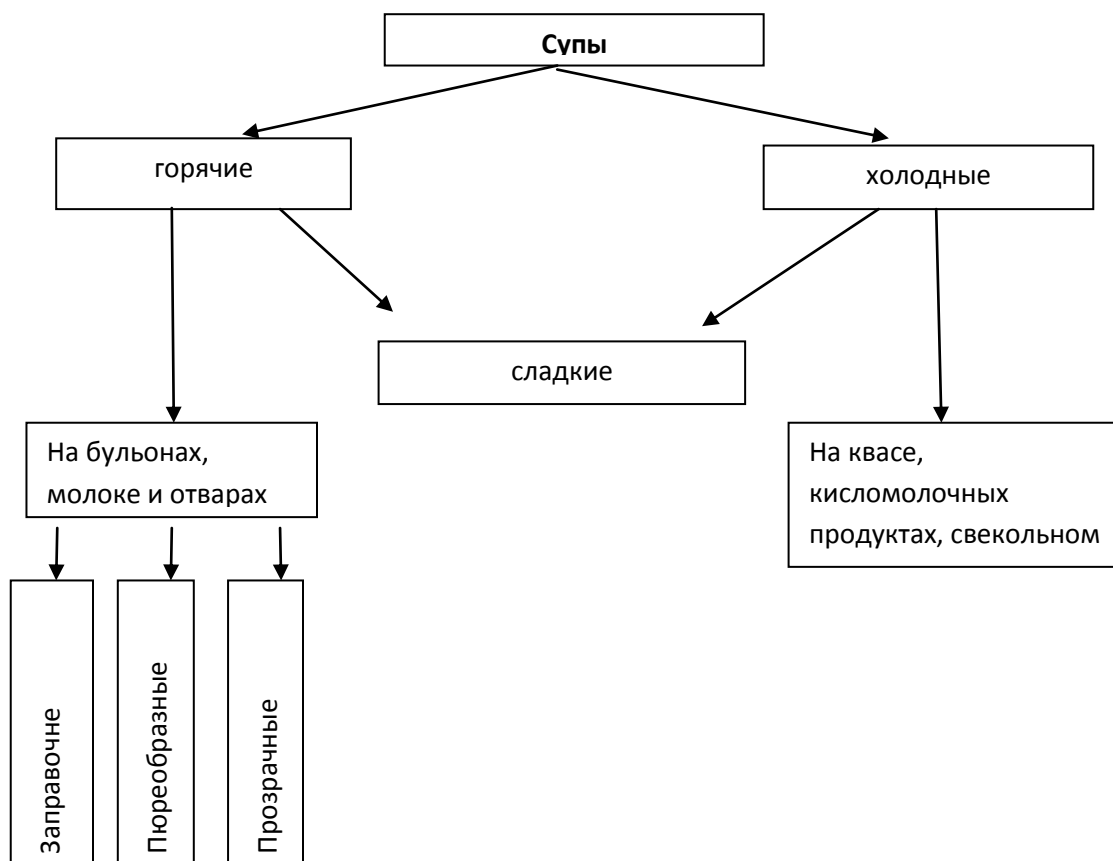
***Термостатирование.*** Это поддержание заданной температуры блюд на раздаче или при доставке. Для этого используют мармиты, тепловые раздаточные стойки и другое оборудование. Для транспортировки готовой пищи в горячем состоянии применяют термосы и изотермический транспорт.

## ГЛАВА 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ

Супы в питании человека играют очень важную роль : они возбуждают аппетит, активируют деятельность пищеварительных желез, являются источниками витаминов, минеральных солей и др.БАД. Калорийность супов различна. Наиболее высококалорийными являются супы, которые кроме жидкой основы содержат крупы, макаронные изделия, жирное мясо, птицу или рыбу. Калорийность супов повышает хлеб, пирожки и другие мучные кулинарные изделия.

Продукты для приготовления супов должны соответствовать требованиям нормативной документации.

**Супы** – это жидкие блюда, которые по физиологическому действию на организм принято называть первыми блюдами, подают их за обедом после закусок и холодных блюд.



### Классификация супов

Выход супов составляет 500, 400, 300 и 250 грамм

**Супы по температуре подачи делятся на:**

1. Горячие (все супы на бульонах и отварах, молочные, заправочные) –

температура подачи 75-85°C.

2. Холодные (окрошка на хлебном квасе) – температура подачи 14°C.
3. Сладкие супы (на фруктовых и ягодных отварах) - могут быть как холодными, так и горячими. Горячие сладкие супы готовят только в осенне-зимний период, а холодные в осенне-зимний и в весенне-осенний периоды.

#### ***Супы по характеру основы делятся на:***

1. Супы на бульонах и отварах:

а) заправочные супы (солянки, борщи, щи, с картофелем, овощами, похлебки);

б) прозрачные супы (бульон с гречками, клецками, тефтельками, уха);

в) пюреобразные (овощные, мясные, из печени). Консистенция однородная, пюреобразная.

2. Молочные супы – готовятся на молоке (цельном, обезжиренном, восстановленном) с макаронами, крупами, картофелем, грибами.

3. Холодные супы – готовятся на квасе, сыворотке, кефире, бульоне охлажденном (холодный борщ, свекольник, окрошки, ботвинники).

4. Сладкие супы – готовятся на фруктовых и ягодных отварах с добавлением крахмала.

#### ***СУПЫ ЗАПРАВОЧНЫЕ***

***Заправочные супы*** – это самая большая группа супов. Для приготовления их используют различные бульоны и отвары. Для варки костного бульона

#### ***Супы заправочные:***

Особенность: наличие пассированных овощей. Во многие супы вводят пассированное томатное пюре. Иногда, щи и борщ, заправляют мучной пассировкой (для придания необходимой вязкости).

Органолептические свойства первых блюд во время хранения их на мармитах ухудшается, поэтому технология приготовления предусматривает раздельную подготовку и хранение некоторых компонентов.

По мере реализации производят доготовку новых порций супа.

#### **Подготовка компонентов:**

Бульоны:

1. Костный: используют кости: говяжьи – суставные головки трубчатых костей, грудные, позвоночные и крестцовые; свиные и бараньи – грудные, позвоночные, тазовые, трубчатые и крестцовые.

Кости измельчают на куски длиной 5-7 см. Говяжьи кости молодняка и свиные перед варкой обжаривают. Подготовленные кости заливают холодной водой. Доводят до кипения снимая пену и жир и варят при слабом кипении в течении 3,5 – 4 часов (говяжьи) и 2 – 3 часов (свиные и бараньи).

Жир периодически удаляют. За 30 – 40 минут до окончания варки в бульон



кладут нарезанные вдоль корни петрушки, подпеченные без жира морковь и лук, соль. Сваренный бульон обязательно процеживают.

2. Мясо – костный: сначала варят кости, мясо (куски массой 1,5–2кг) закладывают в бульон с учетом одновременной готовности мяса и костей. Варят говядину 2–2,5 часа, баранину и свинину 1,5 – 2 часа. Сваренное мясо вынимают, а бульон процеживают.

3. Бульон из сельскохозяйственной птицы: варят из костей, субпродуктов и целыми тушками. Нарубленные кости и заправленные в «кармашек» тушки заливают холодной водой, доводят до кипения. Снимают пену и жир и варят до готовности при слабом кипении. Бульон процеживают. За 30-40 минут до окончания варки добавляют подпеченные корни.

4. Рыбный бульон: варят из пищевых отходов рыбных, используют головы без жабр, у крупной рыбы удаляют и глаза. Крупные головы и позвоночные кости рубят на части, заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и жир, варят при слабом кипении. В бульон добавляют корень петрушки и репчатый лук, бульон процеживают. Головы рыб семейства осетровых варят около одного часа, вынимают, отделяют мякоть, а хрящи доваривают еще час, полтора, заливают, доводят до кипения, хранят до отпуски на мармите.

5. Грибной отвар: варят из сушеных грибов, грибы на 10-15 минут заливают холодной водой, промывают, заливают холодной водой (1:7). Оставляют для набухания 3-4 часа, вынимают, промывают, варят в той же воде но процеженной. Сваренные грибы вновь промывают, а отвар тщательно процеживают.

Капуста тушеная: квашеную капусту подвергают механической кулинарной обработке, заливают водой или бульоном, добавляют немного жира, томатного пюре, тушат 1,5 – 2,5 часа. Для щей суточных капусту тушат до красноватого цвета 3-4 часа.

Мука пассированная: муку нагревают так, чтобы ее цвет не изменился или приобрел светло желтый оттенок, охлаждают, разводят небольшим количеством бульона, размешивают, проваривают 5-10 минут и процеживают. Супы заправляют за 5-10 минут до окончания варки.

Овощи пассированные: овощи нарезают и пассируют в сотейниках, укладывают слоем высотой не более 40 мм, с добавлением 15% жира. Овощи рекомендуется пассировать порознь. Лук и морковь в небольшом количестве можно пассировать в одной посуде. Сначала лук 5 минут, затем морковь и подогревают еще 15 минут.

Огурцы соленые припущенные: огурцы с грубой кожицей и большими семенами очищают, удаляют семена, нарезают и припускают в бульоне 15 минут. В супы вводят в конце варки.

Свекла тушеная: нарезают, заливают водой, или бульоном (15-20% массы свеклы), добавляют уксус, томатное пюре, жир и тушат от 20-30 минут (молодая свекла), и до 1-1,5 часов (старая свекла). Перед окончанием тушения свеклу соединяют с пассированными кореньями и доводят до готовности вместе со свеклой. Для ускорения процесса свеклу можно тушить без уксуса, а томат и уксус ввести только за 10 минут до готовности.

Свекольная краска: нашинкованную или натертую свеклу заливают водой, или бульоном в соотношении  $\frac{1}{2}$ . Добавляют уксус, доводят до кипения, настаивают 20-30 минут и процеживают.

Томатное пюре пассированное: томатную пасту перед пассированием разводят двукратным количеством воды.

### **Общие правила приготовления заправочных супов:**

Для большинства супов овощи шинкуют или нарезают в соответствии с формой других продуктов. При варке супов продукты закладывают в кипящий бульон, доводят его до кипения. Дальше используют минимальный нагрев.

Сначала в бульон закладывают продукты, реакция среды которых близка к нейтральной и доводят их до готовности, а перед окончанием варки вводят квашеную капусту, соленые огурцы подвергнутые тепловой кулинарной обработке.

Некоторые продукты дают отвары темные (красная фасоль) или с синеватым оттенком (перловая крупа) поэтому их отваривают отдельно, а затем вводят в бульон.

За 5-10 минут до окончания варки в супы добавляют специи.

Сваренные супы выдерживают 10-15 минут без кипения чтобы жир всплыл и стал прозрачным.

При отпуске в тарелку или суповую миску кладут нарезанные куски мяса, наливают порцию супа, добавляют не размешивая сметану если предусмотрена рецептурой и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа. В борщи можно добавить свекольную краску.

### **Борщи**

Основной составной частью борщей является свекла. Почти во все разновидности борщей входит капуста (свежая или квашеная), а во многие — и картофель. Кроме того, при приготовлении борщей используют лук, морковь, белые коренья, томатное пюре. Такой набор овощей обеспечивает особые вкус и аромат блюд. Очень ценен минеральный состав борщей: соотношение соединений кальция и фосфора в них близко в оптимальному, а по содержанию микроэлементов они значительно превосходят другие заправочные супы.

Пигменты свеклы (бетацианы) не только придают блюдам красивую окраску, но и биологически активны. Важнейший из них — бетанин — неустойчив при нагревании и поэтому, чтобы он не разрушился при варке

борщей, необходимо соблюдать ряд правил. Шинкованную свеклу перед закладкой в бульон тушат с небольшим количеством жидкости. Это обеспечивает высокую концентрацию бетанина и сохранение окраски продукта. Пигмент более устойчив в кислой среде, поэтому при тушении свеклы добавляют уксус, томатное пюре.

Если свекла слабо окрашена, то для того, чтобы сохранить окраску, ее варят целиком или запекают, а затем уже очищают, нарезают и закладывают в бульон. При таком способе подготовки свеклы пигмент имеет более высокую концентрацию и лучше сохраняется при тепловой обработке. Иногда приготавливают свекольную краску: часть свеклы или хорошо промытые ее очистки измельчают, заливают водой, добавляют уксус, доводят до кипения и настаивают около 30 мин. Краску процеживают и добавляют в борщ.

Тушение шинкованной свеклы с уксусом способствует сохранению окраски, но удлиняет сроки тепловой обработки. Объясняется это тем, что в кислой среде замедляется переход протопектина в пектин и, следовательно, размягчение овощей.

При массовом приготовлении, чтобы обеспечить доготовку борща по мере реализации и долго не хранить готовое блюдо на раздаче, обычно готовят борщевые заправки. Для этого свеклу моют, очищают от кожицы, еще раз промывают, шинкуют соломкой, добавляют бульон или воду (15—20% массы свеклы), жир, томатное пюре и тушат в закрытой посуде от 20—30 мин (молодая свекла) до 1—1,5 ч (зрелые корнеплоды). Перед окончанием тушения добавляют пассерованные лук, морковь, белые коренья, уксус.

**Борщ.** В кипящий бульон кладут свежую нашинкованную капусту, проваривают 10—15 мин. Затем вводят борщевую заправку, соль, специи, сахар и варят еще 5—10 мин. Борщ можно заправить мучной пассеровкой. Если готовят борщ из вареной свеклы, то после проваривания в бульоне капусты в течение 10—15 мин кладут пассерованные овощи с томатным пюре и за 5—10 мин до готовности — нашинкованную вареную свеклу (рис. III2).

Квашеную капусту тушат отдельно и вводят в борщ одновременно с борщевой заправкой.

Отпускают борщ со сметаной и зеленью.

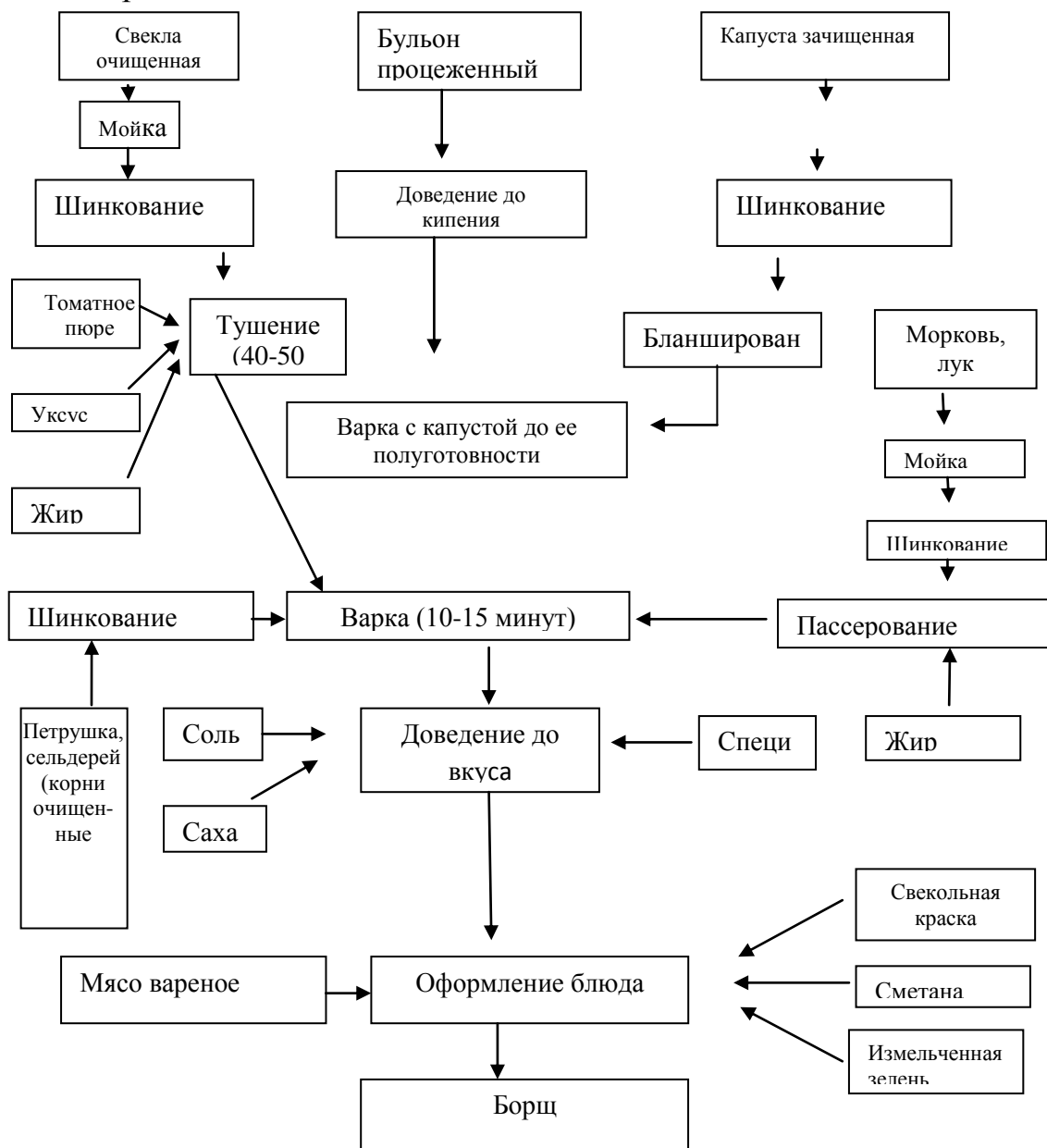
**Борщ с капустой и картофелем.** В кипящий бульон закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками, варят 10—15 мин, добавляют борщевую заправку или пассерованные овощи и тушеную свеклу, после чего варят борщ до готовности. За 5—10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. Отпускают также со сметаной и зеленью.

**Борщ московский.** Для приготовления этого борща бульон варят с добавлением костей свиных копченостей. Готовят его без картофеля и мучной

пассеровки так же, как борщ со свежей капустой. Отпускают с набором мясных продуктов: говядина, окорок, сосиски.

В ресторанах борщ московский готовят по заказу: в суповую миску кладут мясной набор (по 1—2 ломтика каждого вида продуктов), заливают борщом, доводят до кипения и подают с зеленью, сметаной, ватрушками.

При массовом приготовлении прогретый в бульоне набор кладут в тарелку и заливают борщом.



**Технологическая схема приготовления борща**

*Борщ украинский.* Готовят так же, как борщ с капустой и картофелем, но

одновременно со специями закладывают перец сладкий, нарезанный соломкой, и мучную пассеровку, разведенную бульоном или водой. Готовый борщ перед подачей заправляют шпиком, растертым с чесноком. Рекомендуется отпустить борщ с говядиной или свининой. Отдельно можно подать пампушки с чесноком — булочки из дрожжевого теста, политые соусом. Для соуса чеснок растирают с солью, соединяют с растительным маслом и холодной кипяченой водой..

**Борщ сибирский.** Готовят так же, как борщ с капустой и картофелем, но за 5—10 мин до готовности в него кладут предварительно сваренную фасоль. В борщ можно добавить чеснок, растертый с солью.

При отпуске в тарелку кладут фрикадельки, наливают борщ, кладут сметану и зелень.

**Борщ флотский.** Готовят с капустой и картофелем. Овощи нарезают ломтиками, капусту — шашками, картофель — кубиками. В бульон при варке кладут кости от свинокоченостей. Технология приготовления обычная. При отпуске в тарелку кладут по 1—2 куска вареных свинокоченостей, наливают борщ, добавляют сметану и зелень.

## ЩИ

Щи — старинное блюдо русской национальной кухни. Готовят их из свежей и квашеной белокочанной капусты, савойской капусты, щавеля, шпината. Их варят на костном, мясо-костном бульонах, отварах (грибном, овощном, крупяном), отпускают с различными мясными продуктами, гусем, уткой, шпиком. Щи из квашеной капусты, кроме того, готовят на рыбном бульоне, подают со сметками, хамсой, тюлькой соленой.

**Щи из свежей капусты.** В рецептуру щей входят: капуста белокочанная или савойская, репчатый лук, морковь, томатное пюре или свежие помидоры, корень петрушки, мука пшеничная, иногда — репа. Капусту нарезают соломкой или шашками в 2—3 см, раннюю капусту — дольками вместе с кочерыгой (5 — 6 см). Если капуста горчит, то ее бланшируют. Коренья режут соломкой, дольками или брусочками. Если репа горчит, то ее бланшируют. Помидоры нарезают дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные коренья, лук и варят 15 — 20 мин. За 5 — 10 мин до окончания варки в щи добавляют нарезанные помидоры или томатное пюре (пассерованное), пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, специи, соль. Раннюю капусту вводят вместе со специями. Щи можно заправить чесноком.

Отпускают щи со сметаной, зеленью, кусочком мяса. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать ватрушку с творогом, пирожки или кулебяку.

**Щи из свежей капусты с картофелем.** Их готовят так же, как щи из

свежей капусты, но после закладки в бульон или воду капусты и очередного закипания жидкости кладут картофель. Щи с картофелем не заправляют мучной пассеровкой. Отпускают со сметаной, зеленью, кусочком мяса.

**Щи из квашеной капусты.** В рецептуру щей входят: квашеная капуста, морковь, корень петрушки, репчатый лук, томатное пюре, мука пшеничная.

Квашеная капуста должна иметь кислотность не более 1,8% молочной кислоты. Нежелательно использовать капусту с большей кислотностью, так как приходится ее отжимать и даже промывать, что приводит к большим потерям питательных веществ (особенно витамина С). Молочная кислота не только биологически активна, но и способствует нормализации кишечной микрофлоры. Она является сильным возбудителем секреции | пищеварительных желез.

Квашеная капуста содержит в среднем около 20 мг% витамина С, при варке он сохраняется довольно хорошо. Однако | следует помнить, что нарушения технологии могут привести к значительным потерям аскорбиновой кислоты. Так, при промывании капусты с повышенной кислотностью теряется до .. 60% витамина С, а при хранении капусты без рассола в течение 3ч — до 30—35%. Из-за замораживания и последующего оттаивания квашеной капусты содержание этого витамина снижается на 20—40%.

Квашеную капусту для щей предварительно тушат. Для этого крупные куски ее дополнительно шинкуют или рубят, затем кладут в котел, наливают бульон (20—30% массы капусты), добавляют томатное пюре, жир и тушат 1,5—2 ч. Морковь, корень петрушки, лук шинкуют соломкой или нарезают мелкими кубиками (если капуста была рубленой), пассеруют и добавляют в капусту за 10—15 мин до окончания тушения. В кипящий бульон или воду кладут тушеную капусту с овощами, варят 25—30 мин, добавляя разведенную водой или бульоном мучную пассеровку, соль, специи и варят еще 5—10 мин.

Щи можно заправить сахаром и чесноком, растертым с солью. Отпускают их со сметаной, зеленью, кусочком мяса. Отдельно можно подать рассыпчатую гречневую кашу, крупеник, ватрушки с творогом из дрожжевого или слоеного теста.

Если щи готовят с картофелем, то его нарезают брусочками или кубиками и закладывают в бульон в первую очередь, варят 10—15 мин, затем добавляют тушеную капусту с овощами и варят, как описано выше. Мучную пассеровку в этом случае не вводят.

Щи из квашеной капусты варят на мясном, рыбном бульонах и грибном отваре. Щи, сваренные на мясном бульоне, отпускают с мясом. В этом случае используют жирную говядину (грудинку), свинину. Щи, сваренные на рыбном бульоне, отпускают с кусками отварной рыбы, хрящами и мякотью с голов осетровых рыб, со сметками. При отпуске сметану в щи на рыбном бульоне не

кладут. Щи на грибном бульоне отпускают с шинкованными грибами, иногда в них добавляют куски жареного мяса (щи невские или боярские).

**Щи боярские.** В горшочек кладут кусок жареного мяса (толстый или тонкий край говядины), тушеную капусту с овощами, нашинкованные грибы, заливают грибным отваром, вводят мучную пассеровку, кладут соль, специи, закрывают тестом и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 15—20 мин. Лепешку готовят из дрожжевого теста. Отпускают щи боярские в горшочке, закрытом лепешкой.

**Щи уральские.** Их готовят, как щи из квашеной капусты без картофеля, но добавляют перловую крупу, сваренную отдельно. Для этого перловую крупу перебирают, промывают, заливают горячей водой (на 1 кг крупы берут 3 л воды), добавляют соль и варят до готовности. Сваренную крупу вводят в щи за 10 мин до окончания варки. Если перловую крупу варят до полуготовности, то в кипящий бульон в первую очередь закладывают ее, а затем все остальные компоненты. Можно использовать и другие крупы (рис, пшено), их перебирают, промывают, закладывают в кипящий бульон, доводят до кипения, вводят тушеную капусту с овощами пассерованными, варят 15—20 мин, вводят соль, специи и варят до готовности. Можно добавить чеснок, растертый с солью. Отпускают так же, как Щи из квашеной капусты.

**Щи суточные.** Для их приготовления квашеную капусту мелко рубят и тушат с добавлением томатного пюре, бульона, костей свинокоченостей, жира в течение 3—4 ч. В процессе тушения капуста становится мягкой, приобретает островатый вкус и темный цвет. Коренья и лук нарезают мелкими кубиками, пассеруют и кладут в капусту за час до окончания тушения. Далее готовят так же, как щи из квашеной капусты.

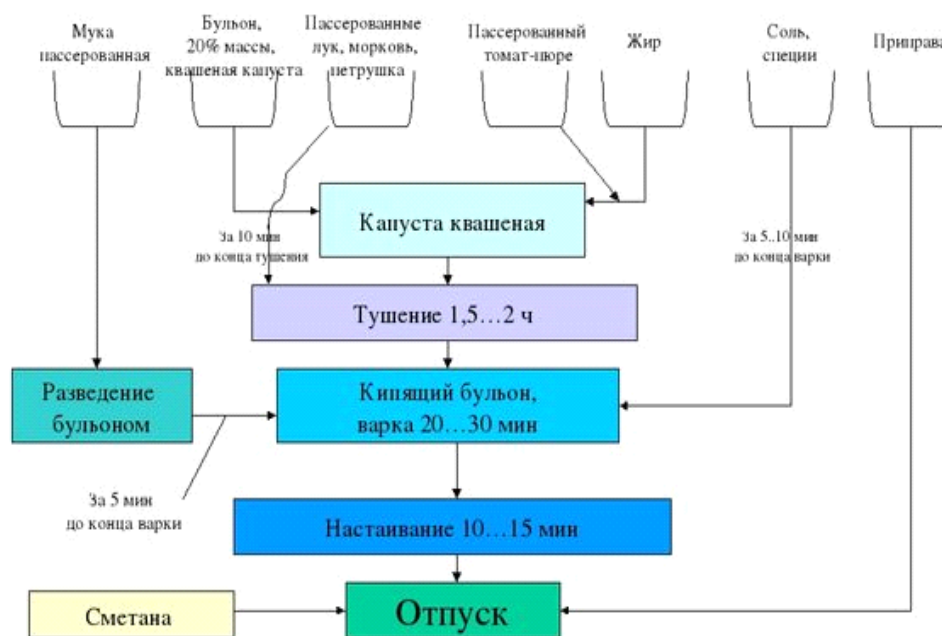
Щи будут более вкусными, если подать их в горшочке. Для этого в глиняные горшочки кладут куски сваренного жирного мяса (говяжьё грудинку, свиные головы), заливают щами, добавляют рубленый чеснок. Горшочек закрывают раскатанным слоеным тестом, поверхность смазывают яйцом и запекают в жарочном шкафу. Отдельно подают зелень, сметану, рассыпчатую гречневую кашу.

**Щи зеленые.** Щи готовят из щавеля с добавлением шпината, а иногда молодой крапивы. Их можно готовить из одного щавеля. Кроме того, в рецептуру щей входят лук (репчатый и зеленый), корень петрушки, мука пшеничная, картофель. Можно готовить щи и без картофеля. Щи зеленые являются ценным источником витамина С, каротина и микроэлементов. Однако щавель содержит значительное количество щавелевой кислоты и ее кислых солей, способствующих отложению солей в организме и связыванию кальция. Поэтому щи зеленые исключаются из ряда лечебных диет (№ 5,7,10 и др.), ограничиваются в питании детей и лиц пожилого возраста.

Зеленая окраска овощей обусловлена присутствием в них хлорофилла, который при тепловой обработке взаимодействует с кислотами клеточного сока и превращается в вещество бурого цвета — феофитин. (Подробнее об изменении хлорофилла — разд. III, гл. 3.) Чем выше концентрация

органических кислот, тем интенсивнее изменение окраски зеленых овощей. С учетом различной кислотности и влияния ее на изменение цвета хлорофилла щавель и шпинат припускают в собственном соку порознь. После тепловой обработки зелень протирают и оба пюре соединяют. Репчатый лук мелко нарезают, пассеруют с жиром, затем добавляют шинкованный зеленый лук. В кипящий бульон или воду кладут картофель, варят 10— 15 мин, затем добавляют пассерованный лук, пюре щавеля и шпината, специи, соль, мучную пассеровку и варят еще 10 мин. Отпускают со сметаной, зеленью, долькой яйца, сваренного вкрутую.

## Технологическая схема приготовления щей из квашеной капусты



### *Рассольники*

Обязательная составная часть рассольников — соленые огурцы. Их нарезают соломкой или ромбиками и припускают в небольшом количестве воды или бульона в течение 15 мин. Предварительно очищают грубую кожу и удаляют крупные семена. Рассольники готовят на костном, мясо-костном, курином, рыбном бульонах, на грибном отваре, вегетарианскими. Отпускают с мясом, птицей, субпродуктами птицы (потрохами), почками, грибами, рыбой. Для большинства рассольников используют много белых корней. Картофель для рассольников нарезают брусочками или дольками; коренья, лук, капусту — соломкой.



Для придания рассольнику более острого вкуса добавляют за 5—10 мин до окончания варки процеженный и прокипяченный рассол. Рассольники, за исключением рассольника на рыбном бульоне, подают со сметаной.

К рассольникам на мясных бульонах можно подать ватрушки, а на рыбном — расстегаи.

**Рассольник.** В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, вводят петрушку, сельдерей, пассерованные репчатый лук и лук-порей, варят примерно 10 мин. Затем добавляют припущенные огурцы, в конце варки кладут нарезанные на части листья щавеля или шпината, соль, специи.

При отпуске в тарелку кладут кусочек мяса, птицы или рыбы, наливают рассольник, кладут сметану и зелень.

**Рассольник ленинградский.** В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, варят до полуготовности, добавляют пассерованные овощи, затем припущенные огурцы, пассерованное томатное пюре, соль, специи, вливают огуречный прокипяченный рассол и варят до готовности. Рассольник можно готовить без томатного пюре. Перловую крупу предварительно отваривают до полу готовности, отвар сливают, а крупу промывают. Отвар имеет темный цвет и слизистую консистенцию, что придает супу неприятный внешний вид. Можно перловую крупу сварить в виде рассыпчатой каши и положить в рассольник за 5—10 мин до готовности. Рисовую, пшеничную, овсяную крупу достаточно только перебрать и промыть. Отпускают рассольник со сметаной и зеленью.

**Рассольник домашний.** Готовят так же, как ленинградский, но вместо крупы в кипящий бульон закладывают нашинкованную белокочанную капусту.

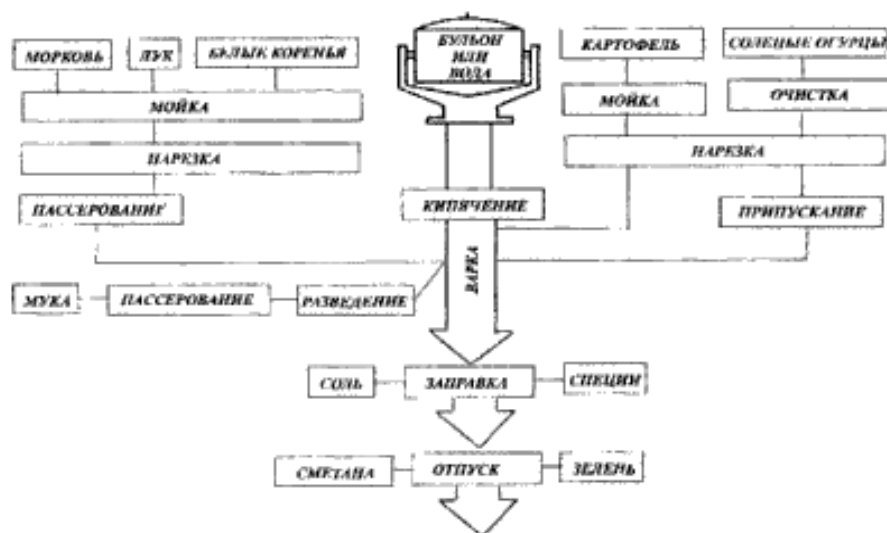
**Рассольник московский.** Особенностью этого рассольника является то, что его готовят без картофеля, с большим количеством белых корней (42% набора овощей). Рассольник можно приготовить с курицей, или субпродуктами (потрохами птицы), или почками говяжьими.

В кипящий бульон кладут пассерованные белые корни и лук (репчатый и порей), нарезанные соломкой, припущенные огурцы и варят 5—10 мин, затем добавляют нарезанные на две-три части листья щавеля, шпината или салата, специи, соль, огуречный рассол и варят до готовности.

При отпуске в тарелку наливают льезон, кладут кусочек курицы, субпродукты из нее или нарезанные говяжьи почки, наливают рассольник, посыпают зеленью. Отдельно подают ватрушку.

Для приготовления льезона сырые яичные желтки проваривают до загустения с молоком или сливками, предварительно вскипяченными и охлажденными примерно до 50—60°C, затем процеживают. Во избежание свертывания белков яиц температура проваривания смеси и соединения ее с рассольником не должна превышать 70°C.

# Схема приготовления рассольника



## Солянки

Солянки (селянки) являются одним из традиционных супов русской кухни. Эти супы готовят на концентрированных бульонах, богатых экстрактивными веществами, так как все предусмотренные рецептурой продукты (мясо, сосиски, ветчину, птицу, рыбу) проваривают в том же бульоне. Солянки готовят на бульонах: мясо-костном, рыбном, из птицы, а также на грибном отваре. По составу гарнира супы этой группы отличаются от других не только солеными огурцами, томатным пюре, репчатым луком, но и острым специфическим вкусом, который придают каперсы, маслины, оливки и лимон.

Огурцы, очищенные от грубой кожицы и зрелых семян, припускают в течение 15 мин. Репчатый лук тонко шинкуют и пассеруют на сливочном или топленом масле либо на маргарине. Томатное пюре пассеруют отдельно или вводят в пассерованный до полуготовности лук (пассерованный лук с томатом иногда называют соляночным брезом). Отварные мясопродукты (говядину, ветчину, сосиски, почки, телятину) нарезают тонкими ломтиками.

Рыбу семейства осетровых (с кожей без хрящей или без кожи и хрящей) нарезают по 1—2 кусочка на порцию, ошпаривают в течение 1 мин, затем промывают. Рыбу с костным скелетом разделяют на филе с кожей без костей, нарезают по 1—2 кусочка на порцию. Можно использовать филе, выпускаемое промышленностью (окунь морской, треска, зубатка и т. д.). Лимон очищают от кожицы и нарезают кружочками. Маслины промывают. У оливок

удаляют косточку, срезая с нее мякоть по спирали. Каперсы — нераспустившиеся почки цветов кустарника каперсника, в маринованном виде используют вместе с рассолом.

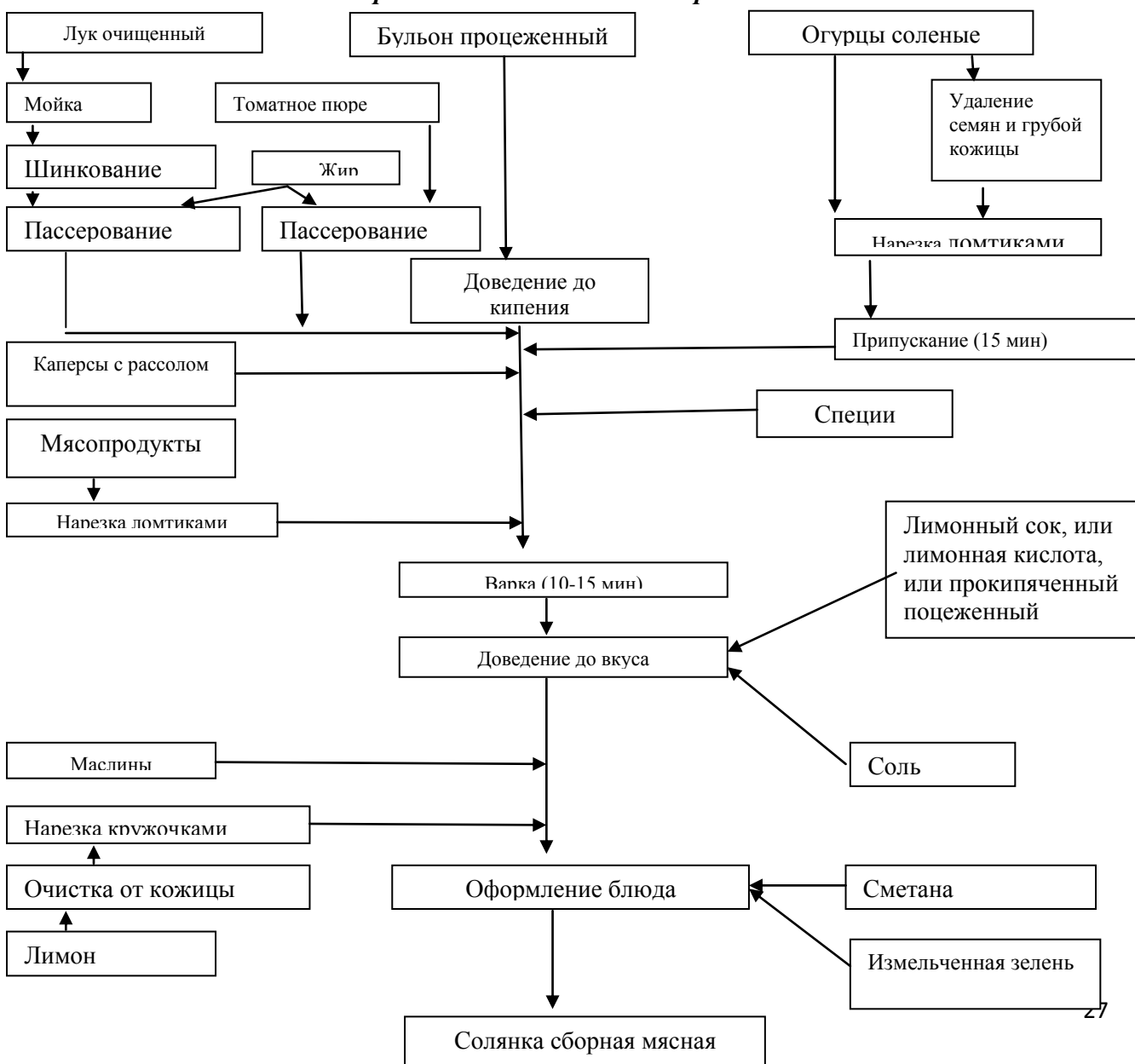
В кипящий бульон закладывают пассерованные лук и томатное пюре, припущенные огурцы, каперсы, подготовленные мясные или рыбные продукты, специи и варят 5—10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины или оливки, кружочек лимона, в мясную солянку — сметану и посыпают рубленой зеленью петрушки. Солянки можно отпускать и без лимона. Некоторые кулинары рекомендуют вводить сметану не при отпуске, а заправлять ею солянку перед окончанием варки.

Солянку из подготовленных продуктов можно приготовить очень быстро, что позволяет отпускать эти супы преимущественно как заказные, в порционных мисках.

**Солянка сборная мясная.** Готовят ее, как описано выше (рис. III.3). При варке в нее вводят мясной набор, состоящий из говядины, телятины, окорока копчено-вареного или вареного, сосисок или сарделек.

**Солянка домашняя.** В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, проваривают его 10 мин, затем добавляют остальные продукты. Мясные продукты закладывают те же и в таком же количестве, как и в солянку мясную сборную.

*Технологическая схема приготовления солянки сборной мясной*



### ***Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми.***

Для приготовления этих супов используют макароны, вермишель, рожки, ушки, суповые засыпки, лапшу промышленной выработки или собственного производства, различные крупы и бобовые. Морковь и лук для супов с макаронными изделиями шинкуют соломкой, а для супов с крупами – мелкими кубиками. Супы готовят на бульонах и отпускают с говядиной, бараниной, домашней птицей и ее потрохами, мясными консервами, грибами. Супы с бобовыми можно готовить с копченной грудинкой или корейкой.

***Суп с домашней лапшой.*** В кипящий бульон закладывают пассированные корни и репчатый лук. Когда бульон вновь закипит, добавляют лапшу, специи и соль.

Для приготовления домашней лапши к просеянной муке добавляют яйца, смешанные с подсоленной водой, и замешивают очень крутое тесто. Его тонко раскатывают, режут на полоски шириной 4-5 см. когда полоски теста слегка подсохнут, их складывают одна на другую и шинкуют. Готовую лапшу иногда подсушивают.

***Супы с бобовыми.*** Горох, чечевицу или фасоль перебирают и промывают. Так как бобовые (кроме лущеного гороха) трудно развариваются, то их предварительно замачивают в холодной воде. В кипящую воду или бульон закладывают бобовые и варят почти до готовности без соли. Затем добавляют нарезанные мелкими кубиками пассированные лук, морковь, белые корни, соль и доводят до готовности. Все эти супы часто варят и со свиной копченой грудинкой. Фасолевый суп можно приготовить с томатным пюре. Отпускают супы с зеленью.

### ***Супы молочные.***

Молочные супы готовят на цельном или разбавленном молоке водой или из молочных консервов (сухое молоко, сгущенное молоко без сахара).

Супы варят с: крупами, макаронными изделиями, мучными изделиями, овощами.

***Технология производства супов на цельном молоке:*** В доведенное до кипения молоко вводят подвергнутые механической обработке продукты и варят их до готовности. Добавляют перед окончанием варки соль и сахар.

Перед подачей супы заправляют сливочным маслом.

### ***Пюреобразные супы***

Супы-пюре отличаются тем, что для их приготовления продукты после тепловой обработки протирают, поэтому они имеют однородную и нежную консистенцию.

Эти супы широко используют в детском и лечебном питании. В ресторанах их обычно включают в меню обедов для зарубежных туристов из западноевропейских стран.

В группу пюреобразных (протертых) супов входят:

- \* супы-пюре, заправленные белым соусом;
- \* супы-кремы, заправленные молочным соусом;
- \* супы-биски, приготовленные из ракообразных. Протертые супы готовят

из овощей, круп, бобовых, из птицы, дичи, говядины, грибов. Продукты, предназначенные для этих супов, подвергают различным видам тепловой обработки (в зависимости от вида продукта) — варке, припусканию, жарке (печень), тушению, затем их измельчают в протирочной машине (миксере, процессоре и др.). Трудно измельчаемые продукты предварительно пропускают через мясорубку, а затем протирают. Протертые продукты соединяют с белым соусом для того, чтобы измельченные частицы их были равномерно распределены по всей массе и находились во взвешенном состоянии, не оседали на дно. В супы-пюре из круп белый соус не вводят, так как содержащийся в крупах крахмал при варке клейстеризуется и придает супу необходимую вязкость. Иногда белый соус в супах-пюре из овощей, мясных продуктов заменяют отваром риса (шлем) или перловой крупы.

Для белого соуса муку пассеруют с жиром или без него, а затем соединяют с бульоном, овощным отваром, молоком (молочный соус).

С целью повышения пищевой ценности и улучшения вкуса супы-пюре заправляют яично-молочной смесью. Исключение составляют супы-пюре из бобовых. Во все супы добавляют сливочное масло. Вместо яично-молочной смеси (льезона) можно использовать горячее молоко или сливки.

Протертые супы готовят вегетарианскими, на костном бульоне, на отварах и бульонах, получаемых при варке или припускании продуктов, входящих в рецептуру супов, а также на цельном молоке или смеси молока и воды.

Готовые супы хранят до отпуска на водяной бане или плите при температуре не выше 70°C, иначе может свернуться белок яиц.

При отпуске в супы-пюре можно положить в качестве гарнира часть непротертых продуктов (зеленых горошек, например,

нарезанное соломкой филе птицы, отварной рис в суп-пюре из моркови и т. д.). Ко всем супам можно отдельно подать гренки из пшеничного хлеба, нарезанного мелкими кубиками и подсушенного, кукурузные или пшеничные хлопья, пирожки.

***Суп-пюре из моркови или репы.*** Технологическая схема приготовления супа-пюре из моркови приведена на рис. III.4. Морковь или репу нарезают соломкой, заливают на 1/3 высоты водой или бульоном, добавляют пассерованные лук и петрушку и припускают до готовности, затем протирают, соединяют с белым соусом, доводят до нужной консистенции водой или бульоном и проваривают. Готовый суп слегка охлаждают (до 70°C), вводят льезон и сливочное масло. При отпуске в тарелку кладут рассыпчатый рис,

наливают суп. Отдельно подают гренки.

**Суп-пюре из картофеля.** Морковь, лук, петрушку шинкуют, пассеруют на сливочном масле. Картофель заливают горячей водой или бульоном, варят до полуготовности, затем кладут пассерованные корни, лук и варят до готовности. Готовые овощи протирают вместе с отваром, соединяют с белым соусом, разводят бульоном, кладут соль и проваривают. Суп заправляют льезоном или горячим молоком и сливочным маслом. При отпуске можно положить в тарелку пассерованный лук-порей. Отдельно подают гренки.

**Суп-пюре из разных овощей.** Для его приготовления используют капусту белокочанную, картофель, репу, морковь, лук репчатый, зеленый горошек консервированный. Лук шинкуют и пассеруют. Морковь и репу (предварительно бланшированную) нашинкованные припускают с небольшим количеством бульона и масла до полуготовности, затем вводят пассерованный лук, нашинкованную капусту и припускают до готовности. В конце припускания добавляют зеленый горошек и картофель, нарезанный на части и сваренный отдельно. Подготовленные овощи протирают и далее готовят и отпускают по общей схеме.

**Суп-крем из тыквы.** Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками и припускают в молоке в закрытой посуде на слабом огне. За 5—7 мин до готовности добавляют подсушенные гренки из пшеничного хлеба (2/3 нормы, предусмотренной рецептурой). Массу протирают, добавляют оставшееся молоко, доводят до кипения и, сняв с огня, заправляют сливками и маслом сливочным. Отпускают с оставшимися гренками.

**Суп-пюре из круп.** Для его приготовления используют рисовую, овсяную, перловую и пшеничную (полтавскую) крупу. Процесс приготовления этого супа трудоемкий. При протирании крупы получается много отходов.

Для ускорения процесса приготовления и экономии продуктов суп можно готовить из крупяной муки. Для этого крупы перебирают, промывают, подсушивают и размалывают. Для приготовления супа-пюре такую муку разводят горячим молоком или бульоном и проваривают, а затем заправляют льезоном. Можно использовать крупяную муку промышленного изготовления, широко применяемую в детском питании.

Перебранную и промытую крупу закладывают в кипящий бульон или воду, отваривают до полуготовности, добавляют пассерованные лук и корни, доводят до готовности, протирают, разводят до нужной консистенции бульоном или водой, доводят до кипения и заправляют льезоном или горячим молоком с маслом. Отдельно при отпуске подают гренки.

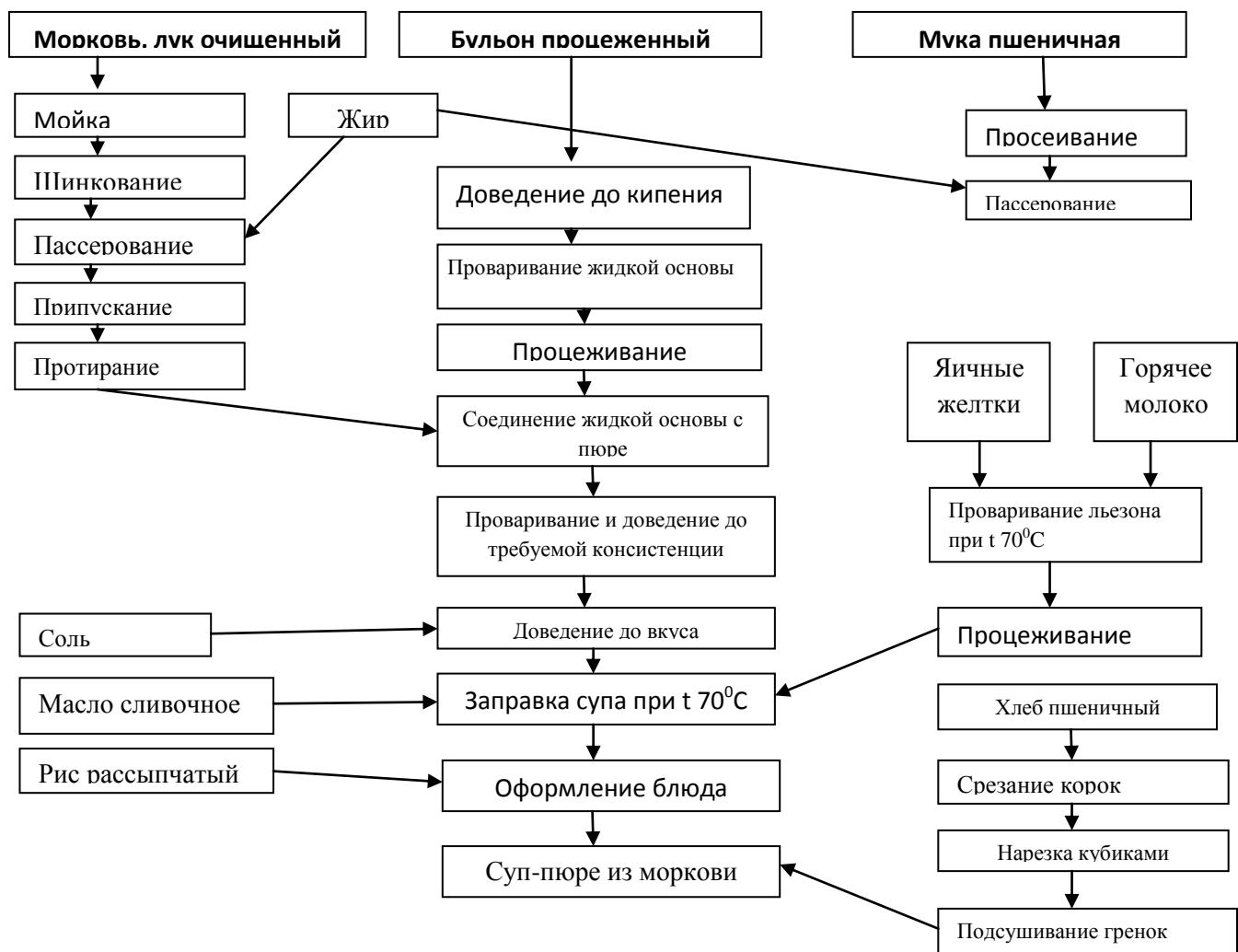


Рис. III.4. Технологическая схема приготовления супа-пюре из моркови

**Суп-пюре из бобовых.** Предварительно замоченные бобовые варят без соли до размягчения, добавляют пассерованные лук и коренья, доводят до готовности, протирают, соединяют с белым соусом, доводят до нужной консистенции бульоном, кладут соль и кипятят. Льезон в этот суп не вводят.

Суп можно варить и отпускать с копченой свиной грудинкой или корейкой. Бульон после отваривания копченостей добавляют в суп.

Отдельно при отпуске подают гренки.

**Суп-пюре из птицы.** Заправленные тушки птицы варят до готовности. При варке кладут морковь, петрушку, лук. У сваренной птицы отделяют мякоть от костей, нарезают ее на кусочки и пропускают через мясорубку с частой решеткой, затем протирают. Протертую массу соединяют с белым соусом, доводят до нужной консистенции бульоном, кладут соль и кипятят. Готовый суп заправляют льезоном. При отпуске в тарелку кладут филе птицы,

нарезанное соломкой, отдельно подают гренки.

***Суп-пюре из печени.*** Печень, нарезанную кусочками, слегка обжаривают вместе с морковью и луком, затем тушат до готовности в небольшом количестве бульона и протирают. Протертую массу соединяют с белым соусом, разводят до нужной консистенции бульоном, кладут соль и доводят до кипения. Готовый суп заправляют лезоном и сливочным маслом. Отпускают с гренками.

### ***Прозрачные супы***

К этой группе относятся супы, состоящие из осветленного бульона (прозрачного бульона) и гарниров, которые готовят отдельно. Бульоны для прозрачных супов получают в результате осветления (оттягивания) и насыщения экстрактивными веществами костных бульонов, бульонов из птицы, дичи и рыбы. Благодаря высокому содержанию экстрактивных веществ прозрачные супы обладают сильным сокогонным действием, хорошо возбуждают аппетит.

Хранят прозрачные супы на мармите не более 1—2 ч, при более длительном хранении они мутнеют, ухудшаются их вкус и аромат.

В качестве гарниров к прозрачным бульонам используют различные овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, крупы, а также гренки, пирожки, расстегаи, кулебяки и др.

При отпуске в тарелку или порционную миску кладут гарнир и наливают бульон или в бульонную чашку наливают бульон, а гарнир — гренки, пирожки, кулебяки, расстегаи — подают отдельно на пирожковой тарелке. Рекомендуемая порция бульона 300—400 г.

Прозрачные бульоны стали готовить в России в начале XIX в., позаимствовав их из Франции. В европейской кухне прозрачные бульоны называют консоме (от фр. *consomme* — улучшенный, доведенный до совершенства).

***Приготовление бульонов.*** Ниже приводятся способы приготовления мясного, куриного и рыбного бульона.

***Мясной прозрачный бульон.*** Из говяжьих костей, кроме позвоночных, которые придают мутность, варят бульон так же, как для заправочных супов. Готовый бульон процеживают и осветляют оттяжкой (рис. III.5).

Для приготовления оттяжки котлетное мясо пропускают через мясорубку, заливают двукратным количеством воды, добавляют соль и ставят в холодильник на час. Во время настаивания из измельченного мяса в воду переходят водо- и солее растворимые мышечные белки. Для увеличения общего количества белка в оттяжку после настаивания добавляют слегка взбитые яичные белки, можно добавить сок, выделившийся при разделке мяса. Подготовленную оттяжку вводят в охлажденный до 50—60°C бульон, хорошо



## Технологическая схема приготовления мясного прозрачного бульона

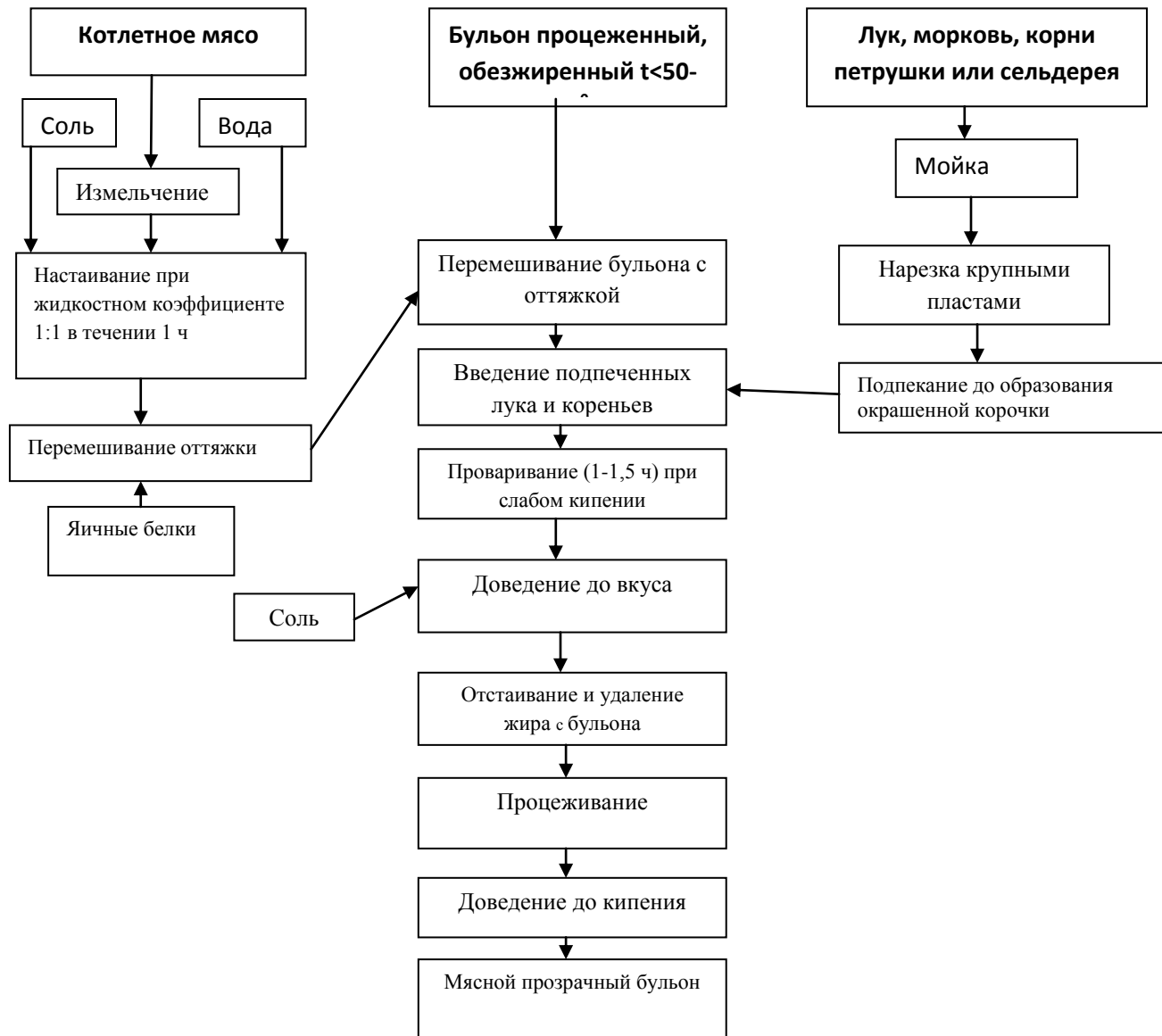


Рис.Ш.5 Технологическая схема приготовления мясного прозрачного бульона.

перемешивают, кладут подпеченные без жира лук, морковь, доводят до кипения и варят при слабом нагреве 1—1,5 ч. Во время варки растворимые белки свертываются и вместе с мясом образуют пористую массу, которая адсорбирует (поглощает) все взвешенные частицы, придававшие бульону мутность. Одновременно бульон насыщается глютином (благодаря изменению коллагена) и экстрактивными веществами. Количество последних возрастает в бульоне в

3—4 раза. Бульон считается готовым, когда пористая масса опустится на дно и бульон станет прозрачным. Готовому бульону дают отстояться, удаляют жир с поверхности и процеживают через ткань. Процеженный бульон доводят до кипения и отпускают с различными гарнирами.

Для осветления насыщенного бульона (бульона, в котором дополнительно проваривалось мясо для вторых блюд) можно использовать оттяжку, приготовленную из моркови и яичного белка. Для этого сырую морковь натирают, соединяют со слегка взбитыми яичными белками и тщательно перемешивают. В охлажденный до 60—70°C бульон вводят приготовленную оттяжку, перемешивают, добавляют подпеченные коренья, доводят до кипения и варят при слабом нагреве в течение 30 мин. После окончания варки бульон настаивают 30 мин, снимают жир и процеживают.

Разновидностями мясного прозрачного бульона являются бульон-борщок и бульон с сельдереем.

Бульон-борщок готовят так же, как мясной прозрачный бульон, но в оттяжку при настаивании добавляют кости свинокопченостей и шинкованную свеклу. Ее предварительно можно обрызнуть уксусом и слегка прогреть. Готовый бульон заправляют по вкусу красным молотым перцем и сахаром. Можно добавить прокипяченное вино — мадеру. Подают в бульонной чашке с острыми гренками (дьябли) или с гренками "пай".

Для приготовления бульона с сельдереем в оттяжку при настаивании добавляют шинкованные корни и стебли сельдерея. Отпускают бульон с пирожками, простыми гренками, тостами.

**Куриный прозрачный бульон.** Его можно приготовить и без осветления. Для этого кур, предназначенных для закусок,

вторых блюд, заливают холодной водой, доводят до кипения и варят при слабом нагреве 1,5—2 ч в зависимости от возраста птицы. За 40—60 мин до окончания варки в бульон кладут подпеченные лук и морковь. Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и хранят на мармите.

Если бульон получился мутным, то его осветляют оттяжкой из измельченных костей птицы. Их заливают холодной водой (1—1,5 л на 1 кг костей), добавляют соль и выдерживают в холодильнике 1—2 ч. Слегка взбитый белок соединяют с костями, вводят оттяжку в охлажденный до 50—60°C бульон, проваривают в течение часа при слабом кипении, затем бульон обезжиривают и процеживают. Так же готовят бульон из индейки.

**Рыбный прозрачный бульон (уха).** В русской кухне готовят уху двух типов: на неосветленном бульоне (уха ростовская, рыбацкая и др.) и на осветленном (прозрачном) бульоне.

Для приготовления прозрачного бульона варят рыбные пищевые отходы и рыбную мелочь, которую потрошат, удаляют жабры, чешую оставляют. При

варке добавляют петрушку, лук. Готовый бульон процеживают и осветляют яичными белками. Их слегка взбивают, разводят пятикратным количеством холодного бульона, вливают в оставшийся бульон (температура бульона и оттяжки должна быть не выше 50—60°C), размешивают и проваривают при слабом кипении 20—30 мин. Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и отпускают с фрикадельками или расстегаями, лимоном, зеленью петрушки или с куском отварной рыбы (стерляди, судака, налима). Уху из стерляди, судака, налима заправляют ароматизированным окрашенным сливочным маслом. Для этого морковь, измельченную на терке, пассируют на сливочном масле, которое затем процеживают и добавляют в уху.

**Приготовление гарниров для прозрачных супов.** Гарниры к прозрачным бульонам подают отдельно на пирожковой тарелке или соединяют с бульоном в порционной миске непосредственно перед отпуском.

К первой группе гарниров относятся тосты, различные гренки, профитроли, пирожки, кулебяки, расстегаи. Ко второй группе — гарниры из мучных изделий, крупы, мясных и рыбных продуктов, из яиц, овощей и др. Готовят эти гарниры отдельно. Варить их в бульоне нельзя, так как супы могут помутнеть.

**Тосты.** Пшеничный хлеб без корок нарезают ломтиками и обжаривают без жира в тостерах.

**Гренки с сыром.** Батоны пшеничного хлеба без корок нарезают тонкими ломтиками, кладут на противень, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.

**Гренки острые (дьябли).** Для их приготовления ломтики пшеничного хлеба прямоугольной формы (4х6 см) толщиной 0,5 см слегка обжаривают на масле с обеих сторон. Тертый сыр смешивают с томатной пастой, яичными желтками, сливочным маслом и молотым красным перцем. Полученной массой густо намазывают ломтики хлеба и запекают их в жарочном шкафу. Подают острые гренки к борщу.

**Профитроли.** Заварное тесто выпускают из кондитерского мешка в виде шариков диаметром 1 см и выпекают при температуре 180—200°C в течение 30—35 мин.

**Вермишель, лапша (домашняя и промышленного изготовления).** Их отваривают и откидывают на дуршлаг, кладут в тарелку при отпуске.

**Клецки мучные и манные.** Для приготовления мучных клецек в кастрюлю с молоком или бульоном кладут соль, масло и, когда жидкость закипит, всыпают просеянную муку, хорошо вымешивают тесто лопаткой, прогревая несколько минут. После этого его слегка (до 70°C) охлаждают, вводят сырые яйца и тщательно вымешивают. Тесто закатывают в жгут, нарезают на кусочки массой 10—15 г. Клецки опускают в кипящую подсоленную воду (в соотношении 1:5) и варят 5—7 мин. До отпуски их хранят на мармите.

Так же готовят клепки манные. В вязкую манную кашу, охлажденную до 70°C, вводят яйца. Массу разделяют с помощью двух ложек или кондитерского мешка и отваривают.

**Пельмени.** Перед отпуском полуфабрикат — пельмени варят 5—7 мин в подсоленной воде (на 1 кг пельменей берут 4 л воды и 20 г соли). Так же варят равиоли (мелкие пельмени).

**Рис отварной.** Рис припускают или отваривают в большом количестве воды (на 1 кг риса берут 6 л воды и 60 г соли), откидывают, промывают горячей кипяченой водой и хранят до отпуска без бульона на водяной бане.

**Рис запеченный (ризотто).** Крупу рисовую промывают, припускают (соотношение крупы и воды 1:2) с маслом и томатным пюре, охлаждают (до 70°C), добавляют сырые яйца, половину нормы тертого сыра, перемешивают, выкладывают в порционные формы, смазанные маслом, или на противень, посыпают оставшимся сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

**Рис, запеченный с овощами (гарбюр).** Готовят так же, как рис запеченный, но с прослойкой из пассированных овощей. Морковь, корень петрушки или сельдерея, лук-порей нарезают соломкой, пассируют и смешивают с зеленым горошком. Половину подготовленного риса выкладывают на смазанный противень (порционную форму), на этот рис — слой овощей, разравнивают и сверху кладут слой риса, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

**Гарниры из мяса, птицы, дичи, рыбы.** В прозрачный бульон при отпуске кладут кусочки мякоти вареной курицы, индейки, говядины, клецки из кнельной куриной или рыбной массы, фрикадельки мясные или рыбные. Перед подачей все эти гарниры предварительно прогревают в бульоне.

**Яйца, сваренные "в мешочек".** Яйцо варят 4—4,5 мин, затем быстро охлаждают в воде, очищают от скорлупы и хранят до отпуска в теплом бульоне (50—60°C).

**Яйца, сваренные без скорлупы (пашот).** В воду добавляют соль, уксус, доводят до кипения, выпускают яйца и варят 4 мин (более подробное описание технологии дано в разд. III, гл. 8).

**Омлет натуральный.** Яйца взбивают с молоком (на 5 яиц надо 250 г молока), добавляют соль, процеживают, разливают в формы или противни, смазанные маслом, и варят на водяной бане или в пароварочном шкафу. Можно добавлять в омлетную массу пюре моркови, томата, шпината, зеленого горошка.

**Блинчики (селестин).** Выпекают блинчики, смазывают их кнельной куриной массой, сворачивают рулетом, припускают и нарезают поперек.

**Овощные гарниры.** С бульонами подают отваренные в подсоленной воде кочешки брюссельской капусты, соцветия цветной капусты, головки спаржи, нарезанные кусочками, припущенные овощи (морковь, петрушку, сельдерей,

капусту белокочанную) в различных сочетаниях. Овощи нарезают соломкой, брусочками, мелкими кубиками.

### ***Супы холодные.***

Жидкой основой для холодных супов может служить квас готовый к употреблению.

Для приготовления окрошек желтки, сваренные в крутую, растирают с сахаром, солью, горчицей, частью сметаны. Смесь разводят квасом. Белки мелко рубят. Четверть положенного рецептурой зеленого лука растирают с солью и добавляют в подготовленную жидкую основу супа.

Остальной лук и укроп используют при подаче. Свежие огурцы с грубой кожицей и крупными семенами очищают, семена удаляют. Все продукты для окрошек нарезают мелкими кубиками или соломкой.

Для свекольника морковь и свеклу нарезают кубиками или соломкой, припускают порознь (к свекле добавляют 3% уксус). Охлаждают и кладут в хлебный квас. У молодой свеклы используют ботву, которую нарезают кусочками длиной 20-30 миллиметров и отваривают отдельно.

При доведении до готовности прибавляют гарнир: огурцы, лук, яйцо, а также сметану и укроп.

### ***Сладкие супы.***

Готовят из свежих целых или сушеных плодов и ягод, их перебирают и промывают. Яблоки и груши очищают от кожицы и удаляют семенные гнезда, из которых делают отвары.

Плоды нарезают ломтиками или кубиками, сушеные плоды и ягоды, перебранные и промытые, сортируют по видам и замачивают для ускорения их размягчения при варке. Для варки сушеные плоды и ягоды заливают холодной водой, а свежие кладут в горячую воду и варят.

Из свежих плодов и ягод отжимают сок и мезгу, заливают водой, проваривают и процеживают.

Далее в отвары добавляют сахар и кипятят. Затем вливают крахмал, разведенный охлажденным отваром (соотношение 1:4) и снова доводят до кипения. Сок из ягод вводят в последнюю очередь.

В качестве вкусовых добавок используют корицу, гвоздику, лимонную кислоту, цедру цитрусовых плодов и т.д.

## ГЛАВА 3. СОУСЫ

### Значение соусов в питании

В старинной русской кухне отдельно приготовленные соусы использовали мало. Обычно жидкость, оставшуюся после тушения и припускания блюд, заправляли мукой. Такие подливки назывались муковники. В профессиональной русской кухне соусы использовали, но ассортимент их был невелик. Эти соусы назывались взвары (взвар клюквенный, капустный, луковый и т. д). Соусы в современном понимании получили распространение в России в XIX в., и поскольку многие из них были заимствованы из французской кухни, названия их сохранились.

Соусы улучшают вкус и аромат готовых блюд, придают им сочность, повышают пищевую ценность и дополняют химический состав.

Часто соусы улучшают внешний вид блюд. Кроме того, их используют с технологическими целями в процессе приготовления блюд: в соусах тушат продукты, под ними запекают рыбу, мясо и овощи, применяют их при приготовлении фаршей.

В современной кулинарии ассортимент соусов очень разнообразен. По температуре подачи они бывают горячие и холодные.

По жидкой основе различают соусы на бульонах (костном, мясо-костном, рыбном, грибном), на сметане, молоке, растопленном сливочном масле, растительном масле и уксусе (главным образом, холодные соусы). К соусам относятся также масляные смеси и сладкие соусы. Сладкие соусы по вкусу и способам приготовления отличаются от мясных, рыбных, яично-масляных и др. Поэтому их изучают в разд. III, гл. 10.

Все соусы можно разделить на две группы: с загустителями и без загустителей. В качестве загустителей в современной отечественной кухне используют в основном муку, крахмал, в том числе модифицированный. Во французской кухне для загущения соусов широко применяют метод сильного выпаривания основ (бульона, сливок). В последнее время в мировой практике для придания соусам необходимой консистенции и устойчивости при хранении используют овощные и фруктово-ягодные пюре. Высокой эмульгирующей и стабилизирующей способностью обладают пюре из моркови, свеклы, белокочанной капусты, красной смородины.

По консистенции соусы подразделяют на жидкие (для подачи к блюдам и тушения), средней густоты (для запекания), густые (для фарширования).

По цвету соусы подразделяют на красные и белые, (мясные соусы).

По технологии приготовления различают соусы основные и производные (разновидности основного), (рис. III.6).

## КЛАССИФИКАЦИЯ СОУСОВ

### *Сырье и полуфабрикаты для приготовления соусов*

Для соусов используют разнообразное сырье: муку пшеничную высшего и 1-го сортов, кости, корнеплоды (морковь, петрушку, сельдерей), репчатый лук, томатное пюре или томатную пасту, соленые, и маринованные огурцы, кулинарные жиры, сливочное масло и маргарин, растительное масло, уксус, лимонную кислоту, специи, пряности, вино и др.

Уксус лучше использовать винный или фруктовый. Его можно заменить лимонной кислотой или соком лимона, а в отдельных случаях и такими кислыми продуктами, как щавель, ревень, барбарис.

Вино пригодно только натуральное виноградное (красное и белое, сухое и полусухое). Прежде чем ввести в соус, вино необходимо подготовить. Для этого его наливают в хорошо разогретую сковороду (сотейник) и доводят до кипения, при этом винный спирт улетучивается, а остающиеся компоненты придают соусам специфические привкус и аромат.

Вкус и аромат соусам придают разнообразные специи, пряности и приправы: перец горошком (черный, душистый), перец молотый (черный, красный, белый, карри), лавровый лист, кардамон, мускатный орех, корица, гвоздика, имбирь, горчица, ваниль и ванильный сахар и др. Большинство пряностей кладут в соус за 10—15 мин. до готовности, лавровый лист — за 5 мин, а молотый перец — в готовый соус.

Готовые соусы хранят на мармите под крышкой при температуре 75—80°C. На поверхности соуса может образоваться пленка, которая снижает его качество. Для предотвращения этого нежелательного явления соусы "защипывают" сливочным маслом или маргарином, т. е. кладут на их поверхность небольшие кусочки жира.

Полуфабрикатами для многих соусов служат бульоны, мучная пассировка, пассированные овощи и томат-пюре.

**Бульоны.** Для приготовления мясных соусов используют белый и коричневый бульоны.

**Белый бульон** готовят из мясных и куриных костей так же, как для супов, но более концентрированным (1,5 л воды на 1 кг костей).

**Коричневый бульон** готовят из говяжьих, свиных, бараньих, кроличьих или куриных костей. Кости, кроме трубчатых, дробят на куски длиной 5—6 см, а у трубчатых отпиливают суставные головки, после чего разрубают их на несколько частей. Измельченные кости кладут на противни и обжаривают до темно-золотистой окраски при температуре 160—170°C в жарочном шкафу в течение 1—1,5 ч, периодически переворачивая. За 20—30 мин до окончания

обжаривания к костям добавляют морковь, петрушку, лук репчатый, нарезанные на куски произвольной формы.

Обжаренные кости с подпеченными кореньями и луком кладут в котел, заливают горячей водой (2,5—3 л на 1 кг костей) и варят 5—6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену. За час до окончания варки в бульон добавляют стебли укропа, мелкие корешки петрушки и сельдерея. Для увеличения содержания экстрактивных веществ, улучшения вкуса и запаха в бульон можно добавить мясной сок, полученный после обжаривания мясных продуктов. Для этого оставшийся после жарки сок выпаривают, сливают жир, сухой остаток разводят водой или бульоном, кипятят 2—3 мин и процеживают.

Для получения коричневого концентрированного бульона—фюме — сваренный бульон выпаривают (в посуде при открытой крышке) до 1/8—1/10 объема. В охлажденном виде фюме представляет собой студнеобразную массу коричневого цвета. Он хорошо сохраняется при 4—6° С в течение 5—6 сут. Если концентрат развести в 8—10-кратном количестве воды, то получится обычный коричневый бульон.

**Рыбный бульон.** Варят так же, как и бульон для супов, но более концентрированным. Норма рыбных пищевых отходов для получения 1 л готового бульона колеблется от 0,5 до 1 кг. Кроме того, используют бульон от варки и припускания рыбы.

**Грибной отвар** —отвар из сухих белых грибов. Готовят его так же, как для супов.

**Пассирование муки.** Муку добавляют к соусам для придания определенной консистенции. Мука в сыром виде придает соусам неприятные клейкость и вкус. Поэтому муку пассируют, т. е. подсушивают без изменения цвета при 120°С или с изменением цвета до светло-коричневого при 150°С. Более высокую температуру не применяют, так как мука приобретает неприятный привкус "пригорелого".

При пассировании муки происходит частичная (при 120°С) или практически полная (при 150°С) денатурация белков. Они теряют способность к набуханию и при соединении с бульоном (водой) не образуют клейковину.

Появление окрашенных продуктов и специфического запаха объясняется реакцией меланоидинообразования.

Существенное влияние на консистенцию соуса оказывает крахмал. При пассировании происходит его декстринизация, при этом крахмальные зерна частично разрушаются и теряют способность клейстеризации. Поэтому соусы получают эластичными, неклейкими, с приятным ароматом.

Все процессы, связанные с набуханием и клейстеризацией крахмала при дальнейшем проваривании муки с жидкостью, заканчиваются примерно через 20 мин, поэтому соусы не следует кипятить длительное время.



Пассеровать муку можно с жиром и без него. Для получения жировой пассировки просеянную муку всыпают в растопленный жир и нагревают, непрерывно помешивая. Жир обеспечивает равномерный прогрев муки и при последующем разведении бульоном препятствует образованию комков. Жировую пассировку обычно разводят горячим бульоном.

Сухую, или безжировую, пассировку готовят путем прогрева просеянной муки слоем не более 5 см. Для приготовления большого количества сухой пассировки муку смешивают с солью (до 20% массы муки) и нагревают, помешивая. Соль препятствует образованию комков при разведении пассировки бульоном. Сухую пассировку разводят небольшим количеством бульона, охлажденного до 50°C во избежание преждевременной клейстеризации крахмала и образования комков.

В зависимости от цвета различают красную и белую пассировку.

**Красную пассировку** применяют для приготовления красных соусов, иногда грибных. Чаще ее готовят без жира. Муку пассируют при 130—150°C до светло-коричневого цвета при периодическом помешивании.

**Белую пассировку** используют для приготовления белых мясных соусов, соусов на рыбном, грибном бульонах, на молоке, сметане] Чаще ее готовят жировой. Температура пассирования 120°C. В процессе пассирования цвет муки практически не изменяется или приобретает кремовый оттенок. Готовность пассировки определяют по образованию орехового аромата.

**Пассирование овощей и томата.** В рецептуру мясных красных соусов входят морковь, сельдерей, петрушка, лук репчатый, а в рецептуру белых мясных и рыбных соусов — лук и белые корни. При изготовлении большого количества соусов лук, морковь, томатное пюре пассируют порознь. Если же соуса готовят мало, то сначала пассируют с жиром лук (3—4 мин), а затем кладут морковь и пассируют еще 5—6 мин. Наконец, добавляют петрушку и сельдерей и пассируют все вместе 5—6 мин. Таким образом, все пассирование продолжается около 15 мин. Слой овощей должен быть не более 5 см.

Томатное пюре пассируют в сотейниках с добавлением жира (5—10% массы томата). Томатное пюре протирают через сито, вводят в разогретый жир и пассируют, помешивая, в течение 30—50 мин. При изготовлении небольшого количества соусов томатное пюре можно добавлять к овощам в конце их пассирования.

### **Мясные соусы**

Мясные соусы готовят красные и белые. Сначала готовят так называемые основные соусы, а из них, добавляя различные продукты,— отдельные разновидности (производные соусы).

#### *Основной красный соус и его производные*

Мучную красную пассеровку разводят коричневым бульоном. Как уже отмечалось, жировую пассеровку можно разводить горячим бульоном, сухую — бульоном, охлажденным до 50°С. Для этого в котел всыпают пассерованную муку, вливают часть бульона, хорошо размешивают до однородной массы и процеживают. В разведенную мучную пассеровку вливают остальной бульон, добавляют пассерованные корни с томатным пюре, соль и варят от 45 мин до часа (рис. III.7).

Перед окончанием варки добавляют сахар, молотый перец, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Основной красный соус используют для приготовления производных соусов или, заправив сливочным маслом либо маргарином, подают к блюдам из котлетной массы, ветчине, сосискам, сарделькам и т. д. Для улучшения вкуса в красные соусы можно добавить соус "Южный", фюме, бульонные кубики. Из основного красного соуса можно приготовить следующие производные соусы.

**Соус красный с вином, (соус мадера).** В готовый основной красный соус добавляют подготовленное вино (мадеру, мускат, портвейн), доводят до кипения и заправляют маргарином, или маслом. Подают соус к блюдам из жареного мяса, птицы и дичи.

**Соус луковый (миронтон).** Мелко нарезанный лук пассеруют на масле, добавляют перец горошком, лавровый лист, заливают уксусом. Затем выпаривают почти досуха. Жир экстрагирует ароматические вещества лука, а уксус — перца и лаврового листа. Подготовленный лук кладут в основной красный соус, заправляют по вкусу солью и сахаром, доводят до кипения. Готовый соус заправляют маслом или маргарином. Подают к биточкам, котлетам, жареной и отварной свинине и другим мясным блюдам. Кроме того, соус используют для запекания мясных блюд.

**Соус красный с луком и огурцами (пикантный).** В соус луковый добавляют мелко нарубленные корнишоны, соус "Южный", доводят до кипения и заправляют маслом или маргарином. Корнишоны можно заменить солеными огурцами. Для этого их очищают от кожи и семян, мелко рубят, припускают с водой или бульоном и вводят в соус. Подают соус к филе, лангетам, биточкам, котлетам.

**Соус луковый с горчицей (робер).** В соус луковый добавляют готовую горчицу. Соус не следует кипятить, так как при этом свертываются белки горчицы и улетучивается ее специфический запах. Соус подают к блюдам из свинины, жареной колбасе и сосискам.

**Соус красный с луком и грибами (охотничий).** Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют на масле или маргарине, добавляют нарезанные мелкой соломкой вареные грибы и пассеруют вместе еще 3—5 мин. Затем лук и грибы кладут в красный соус, добавляют перец горошком, лавровый лист и варят 10—

15 мин. В конце варки в соус добавляют подготовленное белое сухое вино, нарезанную зелень эстрагона, петрушки. Можно готовить соус без вина. Подают соус к жареной дичи, натуральным жареным котлетам и другим блюдам из жареного мяса.

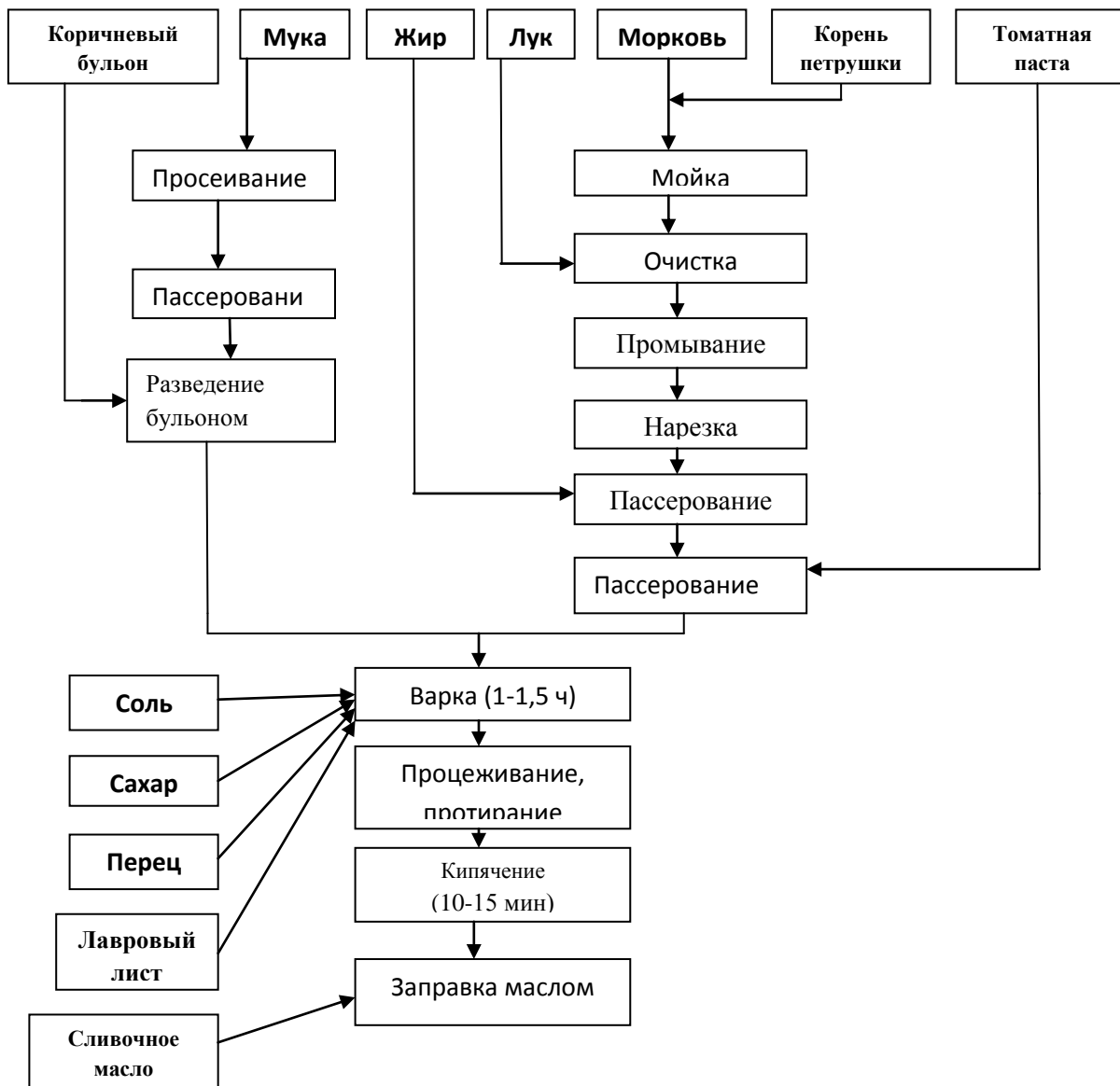


Рис.Ш.7 Схема приготовления красного соуса

*Соус красный с кореньями (для тушеного мяса).* Морковь, репу или брюкву, белые коренья и лук нарезают дольками или брусочками, пассеруют, соединяют с соусом красным, добавляют душистый перец горошком и варят 10—15 мин. В конце варки кладут зеленый горошек, нарезанные стручки фасоли. Соус можно готовить и без вина.

**Соус красный с овощами для тефтелей (греческий).** Морковь, лук, белые коренья, перец сладкий свежий нарезают тонкой соломкой, пассеруют, вводят в красный соус, добавляют душистый перец горошком и варят 10—15 мин. В конце варки вводят подготовленное вино (типа муската, портвейна, мадеры). Соус доводят до кипения и добавляют подготовленное вино. Соус можно готовить и без вина.

**Соус красный с эстрагоном.** Стебли эстрагона нарезают на кусочки, кладут в основной красный соус, добавляют фюме и варят 25—30 мин. Процеживают. Листики эстрагона заливают сухим белым вином, доводят до кипения и вводят в процеженный соус. Подают к жареному мясу, натуральным котлетам из телятины, свинины, баранины, к жареным курам и цыплятам, к блюдам из яиц.

**Соус кисло-сладкий.** Изюм и чернослив перебирают, моют. Чернослив отваривают в небольшом количестве воды и освобождают от косточек. Грецкие орехи очищают от скорлупы и оболочки и нарезают на кусочки. Подготовленный чернослив, изюм, орехи кладут в отвар от чернослива, добавляют перец душистый горошком и тушат 7—10 мин, затем соединяют с красным соусом, доводят до кипения, вводят подготовленное вино или уксус. Подают к блюдам из отварного, тушеного мяса и птицы.

### *Основной белый соус и его производные*

Основное отличие белых соусов от красных в том, что почти все они менее острые и более нежного вкуса. Белые соусы обладают\* меньшим сокогонным свойством, чем красные. Для усиления выделения пищеварительных соков в эти соусы добавляют лимонную кислоту.

Для приготовления основного белого соуса белую жировую пассеровку разводят белым бульоном, добавляют мелко нарезанные, слегка спассерованные петрушку, лук репчатый варят 25—30 мин. Затем соус заправляют лимонной кислотой или лимонным соком, солью, процеживают, протирая овощи, и снова доводят до кипения. Подают к блюдам из отварного мяса и припущенной птицы или используют для приготовления производных соусов. В этом случае основной соус заправлять по вкусу не надо (рис. III.8).

**Соус паровой.** Готовят этот соус так же, как основной белый, но перед окончанием варки вводят белое вино, соль, молотый перец и после прекращения кипения — лимонный сок. Для улучшения вкуса и повышения содержания экстрактивных веществ во время варки можно добавить отвар из шампиньонов или припущенные шампиньоны. Называют этот соус паровым потому, что при приготовлении его обычно используют бульон, остающийся после припускания кур, цыплят и т. п. Подают соус к вареным и припущенным курам, цыплятам,

телятине, котлетам паровым из телятины, дичи.

Соус белый с яйцом (сюпрем). Сырые яичные желтки соединяют с кусочками сливочного масла или маргарина, добавляют немного сливок или бульона и, непрерывно помешивая, проваривают на водяной бане до загустения при температуре 60—70°C. Полученную смесь (яично-масляный лезон) соединяют с белым основным соусом при той же температуре, добавляют тертый мускатным орех, соль, лимонную кислоту. Подают к отварным и припущенным блюдам из телятины, птицы и дичи.

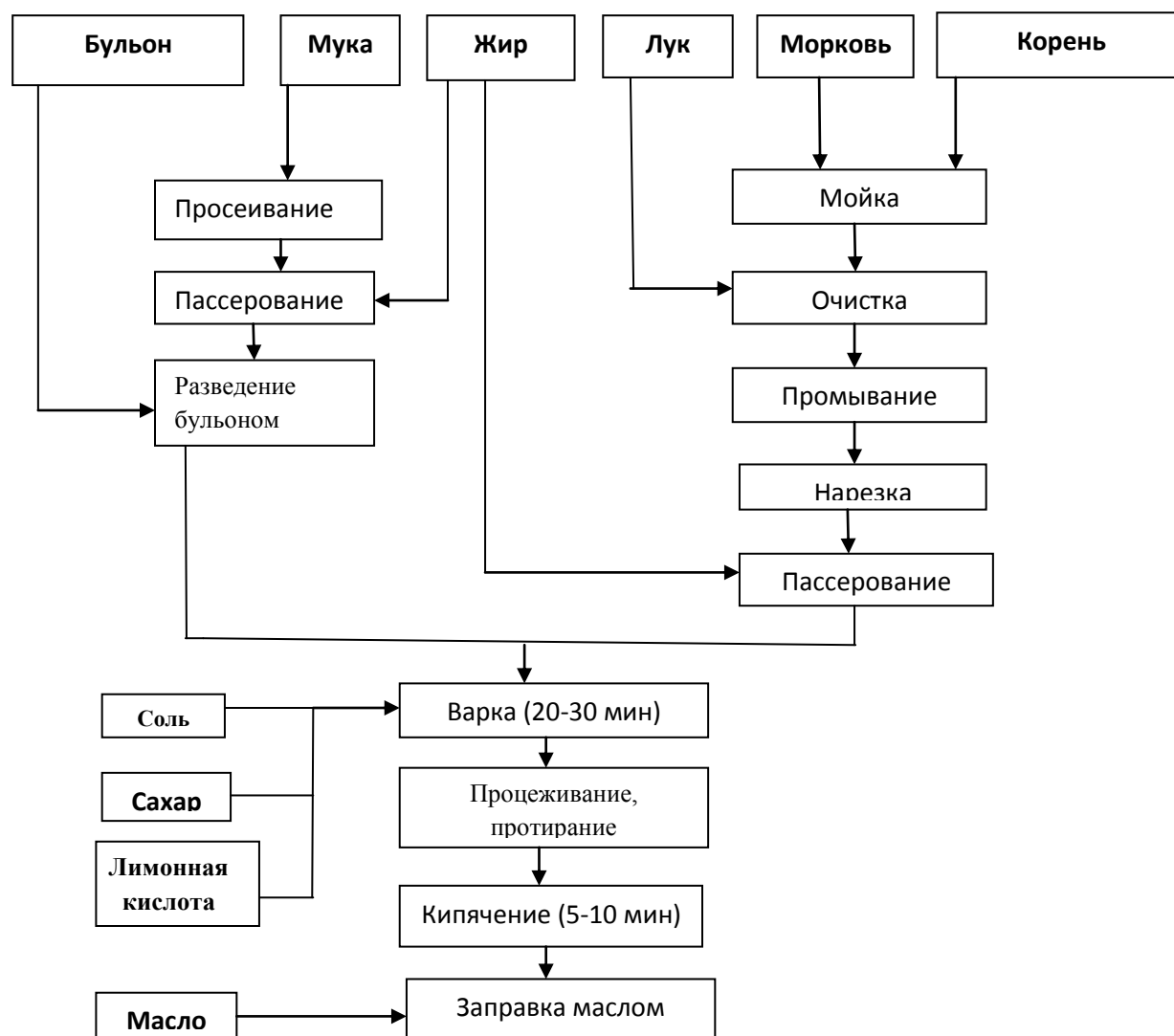


Рис. Ш. 8 Схема приготовления основного белого соуса

**Соус белый с овощами.** Корнеплоды (морковь, петрушку или сельдерей) и лук нарезают мелкими кубиками или соломкой и пассеруют в течение 3-5 мин. Затем подливают немного бульона и, закрыв посуду крышкой, припускают до

готовности. Отдельно варят зеленые лопатки фасоли, репу или брюкву. Репу и брюкву перед варкой следует обдать кипятком для удаления специфического запаха и горечи. Подготовленные овощи заливают соусом белым основным, дают прокипеть, добавляют лимонную кислоту, соль, заправляют сливочным маслом или маргарином. Подают к блюдам из отварной баранины, телятины, кролика, птицы, а также к паровым котлетам из мяса.

**Соус томатный.** Этот соус отличается от других белых более острым вкусом. Для его приготовления пассеруют измельченные морковь и лук, добавляют томатное пюре, белые корни и продолжают нагрев еще 15—20 мин. Затем пассерованные овощи соединяют с белым соусом основным и проваривают 30 мин. Перед окончанием варки кладут соль, молотый перец и лимонную кислоту. Можно добавить также белое сухое вино (в этой случае количество лимонной кислоты уменьшают). Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, а затем снова доводят до кипения. Подают к блюдам из жареного мяса, субпродуктов (мозгов) и овощей. Соус томатный имеет несколько разновидностей: с грибами, с грибами и овощами и др.

### ***Рыбные соусы***

На рыбном бульоне готовят белые соусы и их производные. Вкус их более нежный, чем мясных. Подают их к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

**Соусы рыбный белый основной, паровой и томатный.** Готовят их так же, как одноименные мясные, но с использованием рыбного бульона.

**Соус белое вино.** Готовят так же, как мясной белый с яйцом.

**Соус белый с рассолом.** В соус белый основной добавляют прокипяченный и процеженный огуречный рассол, варят 5—10 мин. В готовый соус кладут соль, лимонную кислоту, добавляют подготовленное вино, и заправляют маслом или маргарином.

**Соус томатный с овощами (бордосский).** Морковь, петрушку и лук репчатый нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Затем соединяют с соусом томатным, добавляют перец черный горошком, варят 10—15 мин. В конце приготовления добавляют лавровый лист, вливают подготовленное вино, кислоту лимонную и заправляют маргарином или сливочным маслом. Соус можно готовить и без вина. Подают соус к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы и рыбной котлетной массы.

**Соус русский.** Этот соус подают с рыбой, припущенной по-русски. В томатный соус добавляют белое сухое вино, русский гарнир, доводят до кипения и заправляют маргарином или сливочным маслом. В русский гарнир входят: соленые огурцы очищенные, нарезанные и припущенные; морковь и белые корни, нарезанные дольками или брусочками и припущенные; мелкие головки лука-сеянца целиком или репчатый лук, нарезанный дольками,

пассерованный; каперсы и маслины без косточек; шампиньоны, припущенные в масле; вареные хрящи осетровых рыб.

**Соус матросский.** В томатный соус добавляют припущенные шампиньоны или отварные белые грибы, мелкие головки лука-сеянца (шалота), пассерованные на масле, протертые анчоусы, белое сухое вино и доводят до кипения.

**Соус раковый.** В соус белый основной вводят кусочки ракового масла. Для приготовления ракового масла панцири вареных раков слегка подсушивают и толкут со сливочным маслом. Полученную массу прогревают, помешивая, при температуре 100—105°C. При этом красящие вещества из группы каротиноидов растворяются в жире и придают ему красивую окраску. Масло сливают в горячую воду и доводят до кипения. Затем, уменьшив нагрев, дают постоять 25—30 мин без кипения и охлаждают. Застывшее на поверхности раковое масло снимают и зачищают нижнюю сторону.

### **Грибные соусы**

Грибы содержат значительное количество экстрактивных, вкусовых и ароматических веществ. Поэтому их широко используют для приготовления соусов. В европейской кухне свежие и консервированные шампиньоны и другие искусственно выращенные грибы используют главным образом как вкусовые и ароматические добавки к различным соусам. В русской же кухне на основе грибного бульона готовят много грибных соусов, в которые добавляют вареные грибы, мелко нарезанные или нашинкованные соломкой. Эти соусы подают к крупяным, овощным, а также к некоторым блюдам из мяса и других продуктов. Более всего эти соусы подходят к картофельным биточкам, котлетам, рулетам, зразам, запеканкам и др.

**Соус грибной основной.** Белую жировую пассеровку разводят грибным отваром, варят 45—60 мин, солят, процеживают. Отварные грибы и репчатый лук нарезают соломкой или мелко рубят. Лук пассеруют, соединяют с грибами и обжаривают 5 мин, затем вводят в процеженный соус и варят 10—15 мин. Готовый соус заправляют маргарином или сливочным маслом.

**Соус грибной с томатом.** Томатное пюре пассеруют с жиром и соединяют с грибным соусом.

**Соус грибной кисло-сладкий.** В соус грибной с томатом добавляют перебранный и промытый изюм, чернослив (без косточек), перец черный горошком и варят 10—15 мин, в конце приготовления добавляют лавровый лист.

### **Молочные соусы**

Молочные соусы обладают нежным вкусом и содержат белки, углеводы и

жиры в легкоусвояемой форме. Готовят их на цельном молоке или молоке, разведенном бульоном, овощным отваром, водой. В зависимости от использования молочные соусы приготавливают различной густоты:

жидкие — для подачи к блюдам (50 г муки на 1 л соуса);

средней густоты — для запекания (в соус добавляют сырые яичные желтки) блюд из овощей, мяса и рыбы, а также заправки припущенных и отварных овощей (100—150 г муки на 1 кг соуса);

густые — для фарширования котлет из птицы и дичи, изделий из мясной рубки, для добавления в качестве связующей основы в морковные котлеты, сырники и другие блюда (130 г муки на 1 л соуса);

**Соус молочный (бешамель).** Белую жировую мучную пассеровку разводят горячим молоком, варят 7—10 мин, солят, процеживают, доводят до кипения. Подают к овощным (отварная капуста, фасоль, кукуруза, спаржа и др.) и крупяным (котлеты и биточки рисовые, пшеничные и др.) блюдам.

**Соус молочный сладкий.** В жидкий молочный соус добавляют сахар и ванилин, растворенный в горячей воде. Подают к сырникам, пудингам, запеканкам из круп и творога.

**Соус молочный с луком (субиз).** Репчатый лук мелко рубят, пассеруют на сливочном масле, помешивая, чтобы он не поджарился. Затем добавляют мясной бульон и припускают до мягкости. Подготовленный лук вводят в молочный соус, проваривают 7—10 мин, добавляют соль, красный молотый перец, процеживают, протирая при этом лук. Затем соус доводят до кипения, заправляют маргарином или сливочным маслом. Подают соус к жареной баранине, котлетам бараньим натуральным и отбивным.

### **Сметанные соусы**

Используют сметанные соусы главным образом в русской кухне. В старину их готовили без мучной пассеровки: упаривали сметану в два-три раза, а теперь вводят белую мучную пассеровку (с жиром или без него). Готовят сметанные соусы натуральные на одной сметане в качестве жидкой основы или с добавлением бульона, овощного отвара, т. е. на основе белого (более экономный вариант).

**Соус сметанный (натуральный).** Пшеничную муку прогревают при температуре 110—120°C без жира, охлаждают до 50—60°C и перемешивают со сливочным маслом. Сметану доводят до кипения и постепенно вливают в мучную пассеровку, заправляют солью, перцем, кипятят 3—5 мин, процеживают и вновь доводят до кипения.

**Соус сметанный (на основе белого).** Пшеничную муку подготавливают так же, как в предыдущем варианте, разводят бульоном и кипятят 10—15 мин. Затем соединяют с прокипяченной сметаной, солят и проваривают 3—5 мин.



Процеживают и доводят до кипения. Количество сметаны колеблется от 250 до 750 г на 1 кг соуса. В зависимости от этого меняется количество муки и бульона. Подают сметанный соус к мясным и рыбным блюдам, используют для запекания и приготовления горячих закусок.

**Соус сметанный с томатом.** Томатное пюре протирают через сито, упаривают до половины первоначального объема и кладут в заправленный сметанный соус. Подают к голубцам, жареным и фаршированным кабачкам, тефтелям.

**Соус сметанный с луком.** Лук мелко шинкуют или рубят, пассеруют со сливочным маслом или маргарином до полной, готовности, не допуская подрумянивания. Подготовленный лук кладут в заправленный сметанный соус, добавляют соус "Южный" и доводят до кипения. Подают к лангетам и блюдам из котлетной массы.

**Соус сметанный с томатом и луком.** Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатное пюре и пассеруют еще 5—7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и дают прокипеть. Подают к жареному мясу, тефтелям, голубцам.

**Соус сметанный с хреном (лефор).** Натертый хрен прогревают на масле для удаления резкого вкуса, добавляют уксус, перец черный горошком, лавровый лист и кипятят 3—5 мин. Затем удаляют перец и лавровый лист, смешивают с готовым сметанным соусом и дают прокипеть. Подают соус к отварному мясу, языку, ветчине, рулету, поросенку жареному.

### **Яично-масляные соусы**

Сливочное масло, являющееся основной составной частью этой группы соусов, не содержит органических кислот, экстрактивных и других веществ, возбуждающих аппетит. Поэтому для придания вкуса и возбуждения деятельности пищеварительных желез в яично-масляные соусы добавляют лимонную кислоту в количестве 1—2 г на 1 кг соуса или лимонный сок. Эти соусы хорошо обогащают состав блюд из нежирных | продуктов: цветной и белокочанной капусты, тощих рыб (судака, трески и др.), нежирного мяса птицы (филе кур, цыплят и т. п.). Яично-масляные соусы бывают двух типов: неэмульгированные (польский, сухарный) и эмульгированные (соусы на | основе голландского).

**Соус польский.** В растопленное сливочное масло добавляют нашинкованные сваренные вкрутую яйца, соль, нашинкованную зелень петрушки или укропа, лимонный сок или разведенную лимонную кислоту. Подают соус к отварной рыбе, капусте цветной, белокочанной.

**Соус польский ("экономный").** Для удешевления и уменьшения энергетической ценности соус польский готовят на основе белого. В готовый белый соус добавляют сливочное масло, нашинкованные яйца, зелень

петрушки, лимонную кислоту.

**Соус сухарный.** Сухари белого хлеба размалывают, просеивают и поджаривают при помешивании до золотистого цвета. Сливочное масло растапливают и нагревают до тех пор, пока оно не станет прозрачным и не образуется светло-коричневый осадок. Масло сливают с осадка, добавляют поджаренные сухари, соль, лимонную кислоту. Подают к отварным овощам — капусте брюссельской, белокочанной, цветной, брокколи, спарже, артишокам.

**Соус голландский.** Желтки сырых яиц соединяют с холодной кипяченой водой, размешивают в посуде с толстым дном, вводят 1/3 положенного по рецептуре сливочного масла кусочками, проваривают на водяной бане (при температуре 75—80°С), помешивая и слегка взбивая до образования однородной слегка загустевшей массы. После этого нагрев прекращают и, продолжая размешивать,вливают тонкой струйкой оставшееся растопленное масло. Готовый соус заправляют солью, лимонной кислотой или лимонным соком и процеживают. Получается густая однородная эмульсия типа "масло в воде", где эмульгатором являются желтки яиц. Поэтому, несмотря на высокое содержание масла, соус не дает ощущения жирного и обладает нежным вкусом. Для удешевления соуса, снижения его энергетической ценности, повышения устойчивости эмульсии иногда к нему добавляют белый соус. Подают голландский соус к блюдам из отварной спаржи, цветной капусты и рыб нежирных пород (сиг, стерлядь., судак и др.). Кроме основного голландского соуса, готовят ряд его разновидностей.

**Соус голландский с горчицей (мутар).** В голландский соус добавляют готовую горчицу (примерно 50 г на 1 кг соуса). Подают к жареной рыбе осетровых пород.

**Соус голландский с уксусом (беарнез).** Крупнодробленый перец, лавровый лист заливают уксусом (9%-ным) и кипятят. Затем уксус процеживают и заправляют им соус голландский (вместо лимонной кислоты). Подают к жареному мясу (лангетам, филе), почкам.

**Соус голландский со сливками (муслин).** В готовый соус перед подачей добавляют взбитые сливки. Подают к отварной и припущенной рыбе, блюдам из десертных овощей.

**Соус голландский с каперсами.** В готовый соус вводят прогретые каперсы без рассола. Подают к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы.

### ***Соусы на растительном масле***

Растительные масла являются важнейшим источником непредельных жирных кислот (олеиновой, линолевой, линоле-новой и др.), играющих важную роль в питании человека. При изготовлении холодных соусов и заправок на растительном масле биологическая ценность последнего не снижается; масло

эмульгирует и поэтому легко усваивается.

**Соус майонез (провансаль).** Майонезы готовят из рафинированного растительного масла, горчицы, сырых яичных желтков и уксуса. Яичные желтки растирают с солью и горчицей. Для эмульгирования масло вливают в растертые желтки постепенно, тонкой струйкой, при непрерывном размешивании. Уксус можно прибавлять во время эмульгирования, чередуя его с маслом, или в конце, когда все масло эмульгировано.

Дисперсионной средой для масла служит вода желтков и уксуса, а эмульгатором — фосфатиды желтка и белки горчицы. Они адсорбируются на поверхности жировых шариков и образуют вокруг них защитный слой из ориентированных молекул, что обеспечивает прочность эмульсии.

Для эмульгирования масла применяют механическую взбивалку, миксер, а иногда взбивают вручную. При механическом взбивании размер шариков колеблется от 1 до 4 мкм, при ручном — от 15 до 20 мкм. Чем мельче шарики, тем прочнее эмульсия.

Натуральный майонез, который готовят на предприятиях общественного питания, содержит жира (с учетом жира | желтков) 77%. Пищевая промышленность изготавливает майонезы с содержанием жира 25—67%. Для сохранения консистенции и устойчивости эмульсии в майонез вводят специальные загустители и стабилизаторы эмульсии (модифицированные крахмалы, продукты переработки сои, альгинаты и т. д.). В кулинарной практике майонез для уменьшения жирности иногда готовят с белым соусом. Для этого муку пассеруют без жира, не допуская изменения цвета, охлаждают, разводят смесью холодного бульона с уксусом, доводят до кипения, охлаждают, а затем соединяют с соусом майонез.

При изготовлении и хранении майонезов возможно разрушение эмульсии, сопровождающееся выделением масла. Для восстановления эмульсии растирают новую порцию желтков и горчицы и вводят в нее при постоянном перемешивании расслоившийся майонез.

На расслаивание майонеза влияет температура растительного масла. Если масло теплое, то расслоение может наступить уже в процессе взбивания. Если масло очень холодное, то на эмульгирование затрачивается много энергии. Оптимальная температура масла для эмульгирования 16—18°C

При хранении майонеза в открытой посуде поверхность его высыхает. Происходят дегидратация эмульгатора и разрушение эмульсии. Под действием яркого света жиры окисляются, что также приводит к расслоению эмульсии. Повышенная (20—30°C) и низкая (ниже -15°C) температура хранения вызывает расслоение эмульсии.

Соус майонез используют для заправки салатов, винегретов, его подают к холодным закускам из мяса, птицы и рыбы.

Из основного соуса майонез готовят ряд его разновидностей.

**Майонез со сметаной.** В готовый соус майонез добавляют сметану (от 350 до 775 г на 1 кг соуса). Подают к холодным блюдам из мяса, рыбы, а также используют для заправки салатов.

**Майонез с корнионами (тартар).** Огурцы маринованные (корнишоны) мелко режут, соединяют с майонезом, добавляют соус "Южный" и перемешивают. Подают к холодным рыбным блюдам и рыбе, жаренной во фритюре.

**Майонез с зеленью (равигот).** В майонез добавляют пюре шпината, мелко нарезанную зелень петрушки, укропа, эстрагона и соус "Южный". Зелень эстрагона предварительно ошпаривают. Подают к холодным и горячим блюдам из мяса и рыбы.

**Майонез с хреном.** В майонез добавляют тертый хрен. Подают к блюдам из рыбы, студню, отварным мясным продуктам.

**Майонез с томатом (шарон).** Лук мелко рубят, пассеруют с растительным маслом, добавляют томатное пюре, пассеруют все вместе, охлаждают и вводят в майонез. Отдельно рубят зелень петрушки и предварительно ошпаренного и охлажденного эстрагона, вводят в соус. Подают к блюдам из отварной холодной рыбы и рыбы жареной.

**Майонез с желе (банкетный).** В полузастывшее рыбное или мясное желе добавляют соус майонез и взбивают на холоде. Используют соус для оформления блюд из рыбы, мяса и птицы.

**Заправки на растительном масле.** Заправки получают взбиванием растительного масла с уксусом. В них добавляют сахар, соль, перец, иногда горчицу. Они представляют собой нестойкие эмульсии, в которых растительное масло эмульгировано в растворе уксуса. Эмульгаторами в них служат молотый перец (порошкообразный эмульгатор) и горчица. Стабилизирующее действие этих эмульгаторов объясняется двумя причинами: во-первых, мельчайшие частицы их, смачиваясь водой, не смачиваются жиром и поэтому, адсорбируясь на поверхности жировых шариков, образуют защитные пленки; во-вторых, содержащиеся в них вещества снижают поверхностное натяжение, облегчают эмульгирование и уменьшают возможность расслоения эмульсии.

**Заправка для салатное.** В 3%-м уксусе растворяют соль, сахар. Затем добавляют молотый перец, растительное масло и; хорошо перемешивают. Используют для салатов и винегретов.

**Заправка горчичная для салатов.** Горчицу, соль, сахар, молотый перец и желтки вареных яиц хорошо растирают. Затем при непрерывном помешивании постепенно вводят растительное масло. Перед окончанием взбивания добавляют уксус.

**Заправка горчичная для сельди.** Готовят ее так же, как и горчичную

заправку для салатов, но без желтков.

**Соус винегрет.** Желтки вареных яиц, соль, сахар, молотый перец растирают. Затем при непрерывном помешивании постепенно вводят растительное масло. В подготовленную массу добавляют мелко нарубленные каперсы, корнишоны, зеленый лук, зелень петрушки и эстрагона, соус "Южный" и все хорошо перемешивают. Подают к блюдам из субпродуктов.

**Столовая горчица.** В горячую воду добавляют сахар, соль, корицу, гвоздику, лавровый лист и варят до полного растворения сахара и соли. Отвар процеживают, охлаждают, вводят уксус. Горчичный порошок просеивают, смешивают с отваром (50 %) и тщательно растирают. Затем вводят остальной отвар и растительное масло. Допускается приготовление горчицы без корицы и гвоздики. Для созревания горчицу выдерживают в течение суток.

### ***Соусы на уксусе***

Соусы на уксусе обладают острым вкусом. Используют их для приготовления холодных закусок. Уксус лучше употреблять винный или плодово-ягодный. К этой группе относятся овощные маринады с томатом и без него и соус хрен.

**Маринад овощной с томатом.** Морковь, лук репчатый, белые коренья нарезают соломкой и пассеруют на растительном масле, добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7.—10 мин. После этого вводят рыбный бульон или воду, уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15—20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар. Горячим маринадом заливают жареную рыбу.

**Маринад овощной без томата.** Нарезанные соломкой морковь, лук, белые коренья пассеруют на растительном масле до полной мягкости. Затем добавляют уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15—20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар, крахмал (или муку), разведенный водой, и доводят до кипения. Можно готовить маринад овощной без томата иначе — без загустителя. В этом случае нашинкованные соломкой или фигурно нарезанные (карбованные) морковь и белые коренья припускают в рыбном бульоне. В уксус добавляют сахар, соль, гвоздику, перец горошком, лавровый лист, кипятят и процеживают. Затем кладут припущенные овощи, репчатый лук, нарезанный кольцами, кипятят и заправляют по вкусу. Горячим маринадом заливают жареную рыбу (например, корюшку) и выдерживают несколько часов.

**Соус хрен.** Натертый хрен заваривают кипятком, закрывают крышкой и дают остыть, затем заправляют солью, сахаром и уксусом. Соус выдерживают несколько часов на холоде. Для смягчения вкуса можно добавить натертую на терке вареную свеклу.

Для приготовления со сметаной хрен не заваривают кипятком, так как сметана маскирует его резкий вкус

### ***Масляные смеси***

Масляные смеси используют для подачи горячих мясных и рыбных блюд, а также для приготовления бутербродов. Готовят их путем растирания сливочного масла с разными продуктами.

***Масло зеленое.*** В размягченное сливочное масло добавляют рубленую зелень петрушки, сок лимонный или разведенную кислоту лимонную, тщательно перемешивают, придают форму батончика и охлаждают. Подают к бифштексам, антрекотам, рыбе жареной.

***Масло килечное.*** Филе килек протирают, тщательно перемешивают со сливочным маслом, формуют и охлаждают. Подают к отварному картофелю, блинам, используют для приготовления бутербродов.

***Масло селедочное.*** Филе сельди протирают и взбивают со сливочным маслом и горчицей. Подают так же, как килечное масло.

***Масло сырное.*** Размягченное масло взбивают с тертым сыром рокфор. Используют для приготовления бутербродов.

***Масло с горчицей.*** Сливочное масло взбивают с горчицей столовой. Используют для приготовления бутербродов.

### **Требования к качеству соусов. Сроки хранения**

Качество соуса определяют по консистенции, цвету, вкусу, аромату. При оценке качества соусов с наполнителями (луковый, луковый с корнишонами и др.) учитывают форму нарезки и количество наполнителя.

Горячие соусы с мукой должны иметь **консистенцию** жидкой сметаны (жидкие соусы), быть эластичными, однородными, без комков заварившейся муки и частиц непротертых овощей. Соусы средней густоты, используемые для запекания, имеют консистенцию густой сметаны. Густой молочный соус для фарширования должен быть похож на вязкую манную кашу.

Овощи, входящие в состав соуса в виде наполнителя, должны быть мелко и аккуратно нарезаны, равномерно распределены в соусе, мягкие. На поверхности соуса не должно быть пленки.

Голландский соус должен иметь однородную консистенцию, без крупинок или хлопьев свернувшегося белка. На поверхности соуса не должно быть блесков жира.

В польском и сухарном соусах масло должно быть прозрачным. Яйца для польского соуса крупно нашинкованы.

На поверхности майонезов не должно выступать масло; консистенция однородная.

Овощи в маринадах должны быть аккуратно нарезанными, мягкими; хрен для соуса — мелко натерт.

**Цвет соуса** должен быть характерным для каждой группы соусов: красного — от коричневого до коричневатого-красного; белых — от белого до слегка сероватого; томатных — красного. Молочный и сметанный соусы — от белого до светло-кремового цвета, сметанный с томатом — розового, грибной — коричневого, маринад с томатом — оранжево-красного, майонез — белого с желтым оттенком. Цвет зависит от используемых продуктов и соблюдения технологического процесса.

**Вкус и запах соуса** — основные показатели его качества. Для соусов на бульонах характерным является ярко выраженный вкус мяса, рыбы, грибов с запахом пассерованных овощей и приправ.

Красный соус основной и его производные должны иметь! мясной вкус с кисло-сладким привкусом и запахом лука, моркови, петрушки, перца, лаврового листа.

Белые соусы на мясное бульоне должны иметь вкус бульонов с легким запахом белых кореньев и лука, с чуть кисловатым привкусом. Вкус томатного соуса — ярко выраженный кисло-сладкий.

Рыбные соусы должны иметь резкий специфический запах рыбы, белых кореньев и специй.

Грибные соусы — выраженный аромат грибов.

Молочные и сметанные соусы должны иметь вкус молока и сметаны. Нельзя использовать для их приготовления пригорелое молоко или очень кислую сметану.

Недопустимыми дефектами соусов с мукой являются: запах сырой муки и клейкость, вкус и запах подгорелой муки, присутствие большого количества соли, вкус и запах сырого, томатного пюре.

Яично-масляные соусы и соус сухарный имеют слегка кисловатый вкус и аромат сливочного масла.

## ГЛАВА 4. ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

### Классификация, ассортимент, характеристика традиционных видов овощей и грибов



**Из овощей готовят широкий ассортимент блюд всеми способами тепловой кулинарной обработки.**

Блюда из картофеля и овощей обладают высокой пищевой ценностью, обусловленной значительным содержанием в них углеводов, минеральных веществ и витаминов.

Блюда из грибов по пищевой ценности уступают овощным. Имеют своеобразный вкус и аромат, но пользуются заслуженным спросом.

Калорийность блюд из овощей и грибов не велика, что позволяет использовать их в диетическом и лечебном питании.

Добавление к блюдам различных жиров, молока, творога, сметаны, соусов и других продуктов позволяет повысить их калорийность.

Овощные блюда можно готовить из одного вида овощей, их смеси, а также в сочетании с другими продуктами – грибами, крупами. По органолептическим свойствам овощи хорошо сочетаются с изделиями из мяса и рыбы, поэтому их широко используют в качестве гарниров к этим изделиям.

Отпускают блюда из овощей и грибов со сливочным маслом, сметаной или соусами. При отпуске рекомендуется насыпать их зеленью укропа, петрушки или зеленым луком. К блюдам из картофеля можно дополнительно подавать

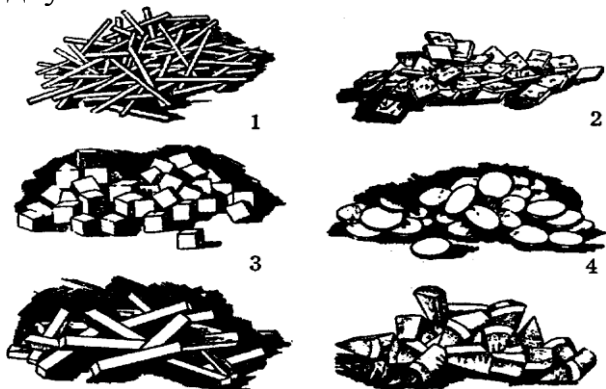


соленые, маринованные и свежие огурцы, квашенную капусту и др..

Согласно санитарным требованиям плоды и овощи гнилые, заплесневелые, пораженные вредителями и болезнями, поврежденные грызунами, насекомыми, личинками насекомых, а также с резким посторонним запахом, в том числе и ядохимикатов к реализации не допускаются.

В свежих и свежемороженых зелени столовой, овощах не допускается наличие яиц и личинок гельминтов и цист кишечных патогенных простейших.

Очищенный картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание потемнения и подсушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более двух часов



ФОРМЫ НАРЕЗКИ КАРТОФЕЛЯ И КОРНЕПЛОДОВ:

1 — соломка; 2 — ломтики; 3 — кубики; 4-кружочки; 5 — брусочки; б — дольки

**Технологическая схема обработки овощей** состоит из следующих процессов: приемки, сортировки, мойки, очистки, промывания и нарезки.

При **приемке** проверяют массу партии и соответствие овощей установленным стандартам. Приемка нестандартного сырья запрещена. От качества овощей зависят количество отходов при их обработке, качество и питательность готовых блюд.

**Сортируют** овощи по размеру, степени зрелости, форме и другим признакам, определяющим кулинарное использование. При сортировке удаляются испорченные овощи, механические примеси и т. д. Сортировку большинства овощей производят вручную. На крупных предприятиях картофель сортируют в машинах.

Во время **мойки** с овощей удаляются загрязнения. Моют овощи в ваннах, а на крупных предприятиях — в овощемоечных машинах. Эта операция необходима не только с санитарной точки зрения, но и позволяет удлинить срок службы овощечистительных машин, так как песок, попадающий в них, вызывает преждевременный износ рабочих органов.

**Очистка** имеет целью удалять несъедобные и малопитательные части

овощей: кожуру, плодоножки, грубые семена и др. Ручную очистку производят специальными коренчатыми или желобковыми ножами, а большие количества картофеля, корнеплодов очищают в овощечистительных машинах. После механической очистки овощи дочищают вручную и промывают. На предприятиях общественного питания применяют картофелеочистительные машины непрерывного и периодического действия.

Очищенные овощи ополаскивают и нарезают. Правильная нарезка придает блюдам красивый вид и обеспечивает одновременное доведение до готовности овощей разных видов при их совместной тепловой обработке. От формы нарезки зависит удельная поверхность, которая влияет на испарение влаги при жарке, диффузию растворимых веществ при варке, количество новых вкусовых и ароматических веществ, образующихся в поверхностном слое.

Для измельчения используют овощерезательные машины со сменными ножевыми дисками, которые обеспечивают нарезку картофеля и корнеплодов кружками, пластинками, кубиками и соломкой.

В овощных цехах выделяют линии или участки по обработке картофеля и корнеплодов, зелени и лука, капусты и прочих овощей.

#### **ФОРМА НАРЕЗКИ, РАЗМЕРЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ КУЛИНАРНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КАРТОФЕЛЯ И КОРНЕПЛОДОВ**

Форма нарезки	Примерные размеры, см	Способ тепловой обработки	Рекомендации кулинарного использования
Соломка (пай)	Длина 3,0-4,0 поперечное сечение 0,2x0,2	Жарка во фритюре	В качестве гарнира к блюдам из жареной птицы, филе, бифштексу
Брусочки (прентаньер)	Длина 3,5-4,0; поперечное сечение от 0,7x0,7 до 1,0x1,0	То же Варка	В качестве гарнира к филе, бифштексу, антрекоту, рыбе фри. Для рассольника домашнего, супа картофельного с макаронами
Кубики (бренуаз): крупные средние мелкие	С ребром: 0,5x2,5 2,0x2,5 1,0x1,5 0,5x0,7	То же	Для супов картофельных с крупами, крестьянского, борща флотского, овощной окрошки, картофеля в молоке; в качестве гарнира к горячим и холодным блюдам
Кружочки (пейзан)	Диаметр по размеру клубней, толщина 0,2-0,3	Запекание, жарка	Для запеченной рыбы под соусом; в качестве гарнира к жареным блюдам
Ломтики	Толщина 0,2-0,5	Жарка с небольшим количеством жира	Для запеченных блюд из мяса и рыбы; в качестве гарнира к жареным блюдам
Дольки	Длина по размеру клубней, но не более 4,0	Варка, тушение	Для рассольника, ухи рыбной, супов картофельных; в качестве гарнира к рагу мясному, рагу из овощей, духовому мясу
Бочонки, груши (дюшес)	Высота 4,0-5,0; Диаметр 3,5-4,0	Варка	В качестве гарнира к отварной и припущенной рыбе, жареным мясным и рыбным блюдам, холодным блюдам

Шарики: крупные (шато) средние (нуазет)	Диаметр 3,0-4,0	Варка и жарка	В качестве гарнира к отварной и припущенной рыбе, жареным мясным и рыбным блюдам, холодным блюдам
Стружка	Диаметр 1,5-2,5 Ширина 2,0-3,0; толщина 0,2-0,3	Жарка во фритюре	В качестве гарнира к жареным блюдам

### ФОРМА НАРЕЗКИ, РАЗМЕРЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ КУЛИНАРНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОРНЕПЛОДОВ

Форма нарезки	Наименование корнеплодов	Примерные размеры, см	Способ тепловой обработки	Рекомендации кулинарного использования
Соломка (жульен)	Морковь, петрушка, сельдерей, пастернак	Длина 3,5-5,0 поперечное сечение 0,2x0,2	Пассерование	Для заправочных супов (кроме борща флотского) и супов с крупами и бобовыми, супов с макаронами, маринадов. Для борщей (кроме флотского), свекольника Для салатов
	Свекла	То же		
	Редька			
Брусочки (прентаньер)	Морковь, петрушка, сельдерей	Длина 3,0-4,0 поперечное сечение 0,4x0,4	Варка	Для бульонов с овощами
Кубики (брёнуаз)	Морковь, петрушка, сельдерей	С ребром 0,3-0,7	Пассерование Припускание Варка, припускание, жарка	Для шей суточных, супов из круп и бобовых; фаршей Для вторых овощных блюд Для вторых овощных блюд
Кружочки (пейзан)	Брюква Морковь, петрушка, сельдерей	С ребром 1,2-1,5 Диаметр 2,0-2,5; толщина 0,1-0,3	Пассерование Припускание	Для супа крестьянского Для вторых блюд, для холодных закусок
Ломтики	Морковь, свекла	Толщина 0,2-0,3 То же	Пассерование	Для борща флотского
	Свекла Брюква Репа Редис	Толщина 0,8-1,0 Толщина 0,2-0,3 Толщина 0,1-0,3		
Дольки	Морковь, петрушка, сельдерей	Длина не более 3,5	Тушение Жарка	Для вторых овощных блюд Для вторых овощных блюд Для салатов
	Морковь	Длина не более 3,5	Припускание	Для шей из свежей капусты, рагу, почек по-русски и других тушеных блюд. Для вторых овощных блюд
	Брюква, репа	Длина не более 4,0	Пассерование, тушение	Для вторых овощных блюд
Гребешки, звездочки, шестеренки (кольбер)	Морковь, петрушка, сельдерей	Толщина 0,2-0,3	Пассерование	Для маринадов, для холодных закусок
Шарики, орешки	Морковь, репа, свекла	Специальные выемки различных размеров	Варка	Для холодных закусок

## **Технологическая обработка овощей при производстве полуфабрикатов имеет и свои особенности.**

При хранении на воздухе поверхность очищенных и нарезанных клубней картофеля темнеет из-за окисления полифенолов под действием кислорода воздуха при участии фермента полифенолоксидазы. Для хранения от потемнения картофель обычно хранят в воде, предотвращая тем самым соприкосновение клубней с кислородом воздуха. На заготовочных предприятиях общественного питания клубни очищенного картофеля предохраняют сульфитацией, которая заключается в обработке их 0,5-1% растворе бисульфита натрия в течении 5 мин. Эти соли легко разлагаются с образованием сернистого ангидрида, который инактивирует полифенолоксидазы. Это вещество вредное для организма, поэтому содержание сернистого ангидрида в сульфитированных клубнях не должно превышать 0,002%, для чего его тщательно промывают перед использованием. После механической очистки оставшиеся глазки и не зачищенные места дочищают вручную.

Количество отходов у картофеля зависит от сезона: до 1 сентября – 20%, далее до 1 марта количество отходов увеличивается ежемесячно на 5% и с 1 марта достигает 40%.

Корнеплоды – морковь, свеклу, брюкву очищают в картофелеочистительной машине. Отходы до 1 января составляют 20%, а с 1 января – 25%.

У капустных овощей (белокачанная, краснокочанная, савойская, брюссельская, цветная, брокколи, кольраби) зачищают верхние листья, промывают и погружают на 20-30 мин в холодную подсоленную воду для удаления гусениц, вновь промывают. Обычно нарезают соломкой или квадратиками (шашечками).

Очищенный репчатый лук моют только перед употреблением, т.к. он быстро портится после мытья. Режут кольцами, полукольцами. Отходы составляют 16%.

Плодовые овощи (огурцы, тыква, кабачки, томаты и овощные бобовые) также подвергают первичной обработке:

**Огурцы** сортируют, моют, срезают плодоножку и верхушку, а кожицу удаляют только с пожелтевших огурцов

**Кабачки** обрабатывают по-разному в зависимости от их размера, степени зрелости и кулинарного назначения:

у ранних мелких кабачков не удаляют кожицу и семена и нарезают их кружками (отходы — до 10%);

у зрелых кабачков, предназначенных для жарки, срезают кожицу и

нарезают их кружками (отходы — до 20%);

у кабачков, предназначенных для варки, кроме того, удаляют внутреннюю мякоть с семенами, нарезают кружками или кубиками (отходы — 33%);

для фарширования кабачки очищают от кожицы, разрезают жерек на части и удаляют внутреннюю часть с семенами.

**Помидоры** сортируют по степени зрелости: целые плотные экземпляры используют для приготовления салатов и жарки, а перезрелые и мятые — для приготовления соусов и заправки для супов. Затем удаляют плодоножки и моют. Для фарширования у помидор срезают плодоножки с частью мякоти и удаляют семена.

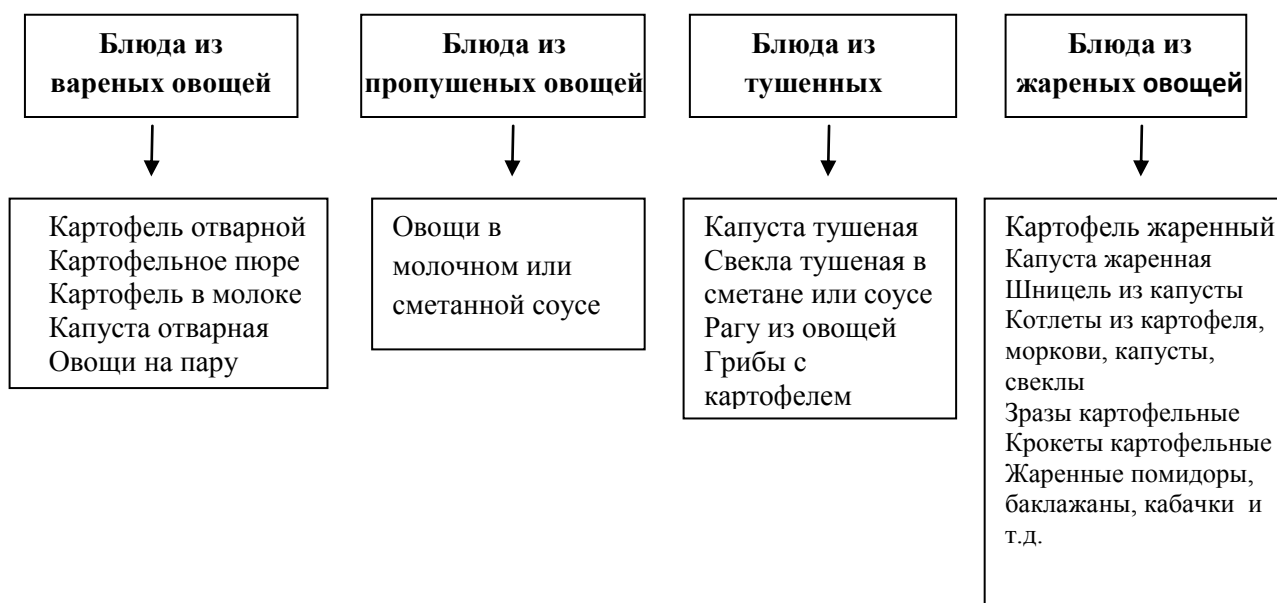
**Перец** сортируют, моют, срезают плодоножки с частью (донцем) стручка, удаляют сердцевину с семенами и моют. Для фарширования у сладкого перца делают кольцевой надрез вокруг плодоножки удаляют сердцевину с семенами и моют.

**Баклажаны** сортируют, удаляют плодоножки и моют. Крупные баклажаны очищают от кожицы и нарезают кружками (отходы 15%), а мелкие нарезают, не очищая (отходы — до 5%). Можно запекать баклажаны целиком, а затем снимать с них кожицу.

**Стручки гороха, фасоли и овощных бобов** сортируют, удаляют жилки, соединяющие половинки стручков и моют. Очень длинные стручки нарезают.

**Зелень** лука, петрушки и укропа перебирают, удаляя дефектные части, обрезают корешки, хорошо промывают и шинкуют.

## АССОРТИМЕНТ ГОРЯЧИХ БЛЮД И ГАРНИРОВ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ



***Блюда из отварных овощей:***

Овощи варят в воде и на пару. При варке в воде овощи закладывают в горячую или холодную подсоленную воду (10 г соли на 1 л воды). Без соли варят свеклу, морковь, и сушеный зеленый горошек. Так как свекла и морковь при варке в подсоленной воде приобретает неприятный вкус, а зеленый горошек плохо разваривается.

Воду берут в количестве 0,6-0,7 л на 1 кг овощей так чтобы она покрывала их не более чем на 1-1,5 см. При закипании жидкости нагрев уменьшают и варят овощи до готовности: картофель 30 минут, морковь 25 минут, свеклу 1,5 часа.

При таком режиме варки потери питательных веществ уменьшаются.

**Картофель отварной.** Картофель варят очищенным. После приготовления воду сливают, а картофель обсушивают: закрывают посуду крышкой и оставляют на, 5—7 мин на очень слабом нагреве. Если картофель сильно разваривается, то его варят примерно 15 мин, затем воду сливают и доводят картофель до готовности, накрыв посуду крышкой, за счет пара, образующегося в емкости

Варить картофель надо небольшими порциями по мере его реализации, так как при хранении вареного картофеля качество его снижается. Отпускают его целыми клубнями, полив маслом или сметаной и посыпав зеленью. Можно отпускать его с жареным луком, грибами, с луком и с грибами.

**Картофельное пюре.** Вареный и обсушенный картофель протирают горячим. Затем добавляют, непрерывно помешивая в 2-3 приема горячее молоко и растопленный маргарин. Пюре взбивают до получения однородной пышной массы.

Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80°C, иначе пюре получится клейким и тягучим, а вкус его ухудшится.

**Картофель в молоке.** Очищенный картофель нарезают крупными кубиками, погружают небольшими партиями в кипящую воду и варят около 10 мин. Воду сливают, картофель заливают горячим молоком, солят и варят до готовности. Затем кладут половину нормы масла и доводят до кипения. При отпуске кладут оставшееся масло, посыпают зеленью и отпускают

**Капуста отварная.**

**Подготовленную капусту** кладут в кипящую подсоленную воду и варят до готовности. Отвар сливают, капусту откидывают на дуршлаг и отпускают с маслом или соусами — молочным, сметанным, голландским или сухарным

Варить капусту следует по мере реализации. Если же ее надо хранить, то до отпуска ее держат в горячем отваре, но не более 1 ч.

Для приготовления блюд из припущенных овощей их укладывают в посуду слоем не более 50 мм. Дольки капусты в один ряд. На 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л жидкости. Овощи легко выделяющие влагу (тыква, кабачки, помидоры) припускают без добавления воды.

Припускают овощи в посуде с закрытой крышкой.

Продолжительность припускания различных видов овощей составляет: свекла 30 мин, морковь, тыква, кабачки – 15-20 мин, капуста – 30 мин.

Можно так же припускать в микроволновых печах.

Тушат обычно те овощи, которые имеют устойчивые клеточные стенки. Капусту тушат сырой, картофель, кабачки и тыкву нарезают и обжаривают. Морковь, лук, перед тушением пассируют. Свеклу, цветную капусту и зеленый горошек варят. Грибы обжаривают. Подготовленные овощи тушат в бульоне или соусе с добавлением специй.

Жарят овощи сырыми или предварительно отваренными. Кроме того жарят изделия из овощной, котлетной массы.

Способы жарки овощей и грибов:

а) На сковороде с небольшим количеством жира (5-8%): Нагревают его до 150-160°С. После чего обжаривают овощи;

б) Жарка во фритюре (1:4);

в) Жарка в жарочных шкафах.

Для приготовления щницеля из капусты зачищают, удаляют кочерыжку, варят целым кочаном в течение 10—12 мин в кипящей подсоленной воде, слегка охлаждают и разбирают на листья. Утолщенные части листьев, содержащие много грубой клетчатки, срезают или отбивают. Листья складывают по два, сворачивают их, придавая овальную форму, панируют в муке, смачивают в яйце и панируют в молотых сухарях. Затем щницели жарят с двух сторон и отпускают, полив маслом, маргарином, сметаной или соусами: сметанным, молочным

**Котлеты картофельные.** Очищенный картофель отваривают, обсушивают, протирают горячим, охлаждают до температуры 40—50°С, добавляют яйца и хорошо перемешивают. Из этой массы формируют котлеты по 2 шт на порцию, панируют в сухарях или в муке и обжаривают с двух сторон.

При отпуске поливают растопленным маслом, маргарином или сбоку подливают соусы: грибной, сметанный, сметанный с луком

**Крокеты картофельные.** Очищенный картофель варят, обсушивают, протирают, охлаждают до температуры 50 °С, добавляют 1 /3 положенной по норме муки, яичные желтки и перемешивают. Из этой массы формируют шарики (3—4 на порцию), панируют их в муке, смачивают в белке, панируют в сухарях и жарят во фритюре

В массу для крокетов можно добавлять мелко нарезанные жареные грибы (белые, шампиньоны) и пассированный лук. Подают варят в кожуре, очищают, протирают и прогревают с жиром.

В овощную массу тонкой стружкой всыпают манную крупу, тщательно перемешивают и варят в течение 10—15 мин. В охлажденную до температуры

40—50 °С массу для морковных и свекольных котлет кладут соль, яйца, иногда протертый творог и хорошо перемешивают. В массу для капустных котлет добавляют яйца. Можно в них класть очищенные, нарезанные соломкой и припущенные яблоки.

Из овощной массы формируют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в муке или сухарях и обжаривают с двух сторон. Подают с маслом, маргарином или соусами: сметанным или молочным, которые подливают сбоку.

Запекают овощи и грибы, как правило, прошедшие тепловую кулинарную обработку. Сырыми запекают яблоки и помидоры. Посуду для запекания смазывают не растопленным жиром и посыпают сухарями чтобы в процессе запекания овощи не прилипли к дну и стенкам.

Овощи запекают при температуре 250-280°С, которая способствует образованию на поверхности румяной корочки. Продолжительность запекания зависит от вида овощей и предварительной кулинарной обработки.

По органолептическим показателям готовая продукция должна соответствовать следующим требованиям:

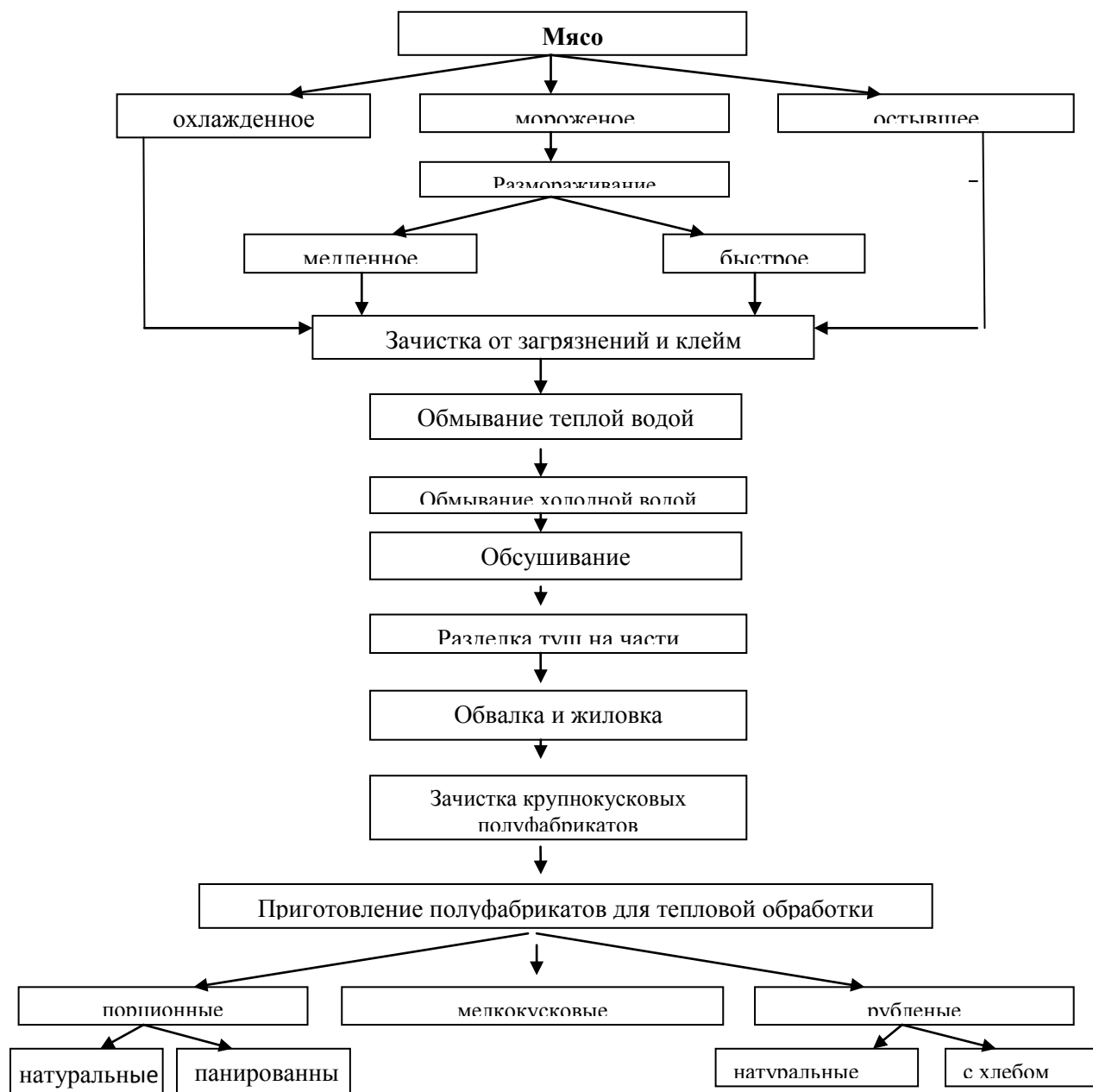
В блюдах из картофеля и овощей они должны быть хорошо зачищены в целом или нарезанном виде, форма нарезки однородная, сохранившаяся при тепловой обработке. Отварные и припущенные овощи должны быть мягкие, но не переваренные. Пюре из овощей однородное без темных или не протертых частиц. Тушеные овощи мягкие, но не запаренные. Поверхность жареных и запеченных овощей и грибов должна иметь золотистую окраску и хрустящую корочку без трещин и горелых участков. Вкус и запах должны соответствовать входящим компонентам.



## ГЛАВА 5. ТЕХНОЛОГИЯ ПРОИЗВОДСТВА КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ МЯСА

Под мясом понимается туша или часть туши, полученная от убоя скота и представляющая собой совокупность мышечной жировой, соединительной и костной (или без нее) тканей.

Сырьем для производства полуфабрикатов служат баранина, говядина, свинина, телятина, мясо диких животных, субпродукты. По термическому состоянию мясо подразделяют на остывшее, (температура в толще мышц не выше 12°C), охлажденное (от 0 до 4°C) и мороженое (не выше -8°C).



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ СХЕМА ОБРАБОТКИ МЯСА

Технологический процесс обработки мяса включает следующие операции: прием, проверка качества по органолептическим показателям и взвешивание; размораживание мороженого мяса; зачистка загрязненных мест; удаление клейма; обмывание теплой и охлаждение водой; обсушивание; разделка туш (деление на отруба, обвалка, отделение от костей, жиловка и зачистка от сухожилий, лишнего жира, грубых пленок); приготовление полуфабрикатов (мелкокусковых, порционных и полуфабрикатов из рубленого мяса).

Обработка мяса производится на предприятиях общественного питания, работающих на сырье, и централизованно: на предприятиях пищевой промышленности или специализированных предприятиях заготовочных.

**Размораживание (дефростация) мяса.** Мороженое мясо размораживают на воздухе. Размораживание в воде запрещается, так как это вызывает большие потери питательных веществ и недопустимо по санитарным правилам.

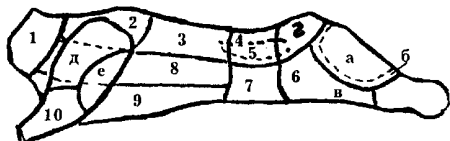
Размораживание применяют медленное и быстрое. При медленном режиме дефростации туши, полутуши или четвертины навешивают на крючья в специальных камерах таким образом, чтобы они не прикасались друг к другу, к стенам и полу. Влажность в камерах поддерживается в пределах 90—95%. Температура воздуха постепенно повышается от 0 до 6—8°C, пока температура в толще мяса не поднимется до —1°C. Процесс длится 3—5 суток. При таком режиме медленно тают кристаллы льда и образующаяся влага успевает впитаться в мышечные волокна, которые набухают и в значительной степени восстанавливают свои свойства. Однако этот способ очень длителен, требует наличия специальных камер и его можно применять только на крупных предприятиях.

При быстром способе дефростации мясо (туши, полутуши и четвертины) помещают в камеры, в которые подается воздух с температурой 20—25°C и влажностью 85—95%. При этих условиях размораживание длится всего 12—24 ч. Можно проводить быструю дефростацию непосредственно в мясном цехе. Образовавшийся при таянии кристаллов льда мясной сок не успевает впитаться в мышечные волокна и при нарезке полуфабрикатов будет вытекать, что приводит к большим потерям питательных веществ. Поэтому после быстрой дефростации мясо помещают в холодильные камеры с температурой от 0 до 6°C и выдерживают там около 24ч. При относительной влажности воздуха 80-85%.

Обмывание теплой водой (температура 20-30°C) снижает поверхностное микробное обсеменение на 95-99%. Использование одной и той же воды для повторного обмывания мяса недопустимо. Обмывать мясо можно в ваннах щетками. Температура воды должно быть не выше 20-30°C. Обмытые туши для охлаждения промывают холодной водой с температурой 12-15°C, а затем

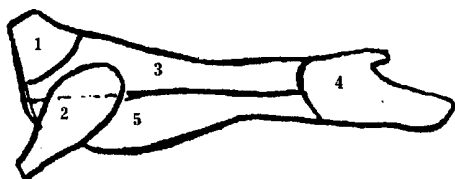
обсушивают, так как поверхность влажного мяса скользкая, что затрудняет разделку.

## КУЛИНАРНОЕ ДЕЛЕНИЕ ТУШ НА ОТРУБА



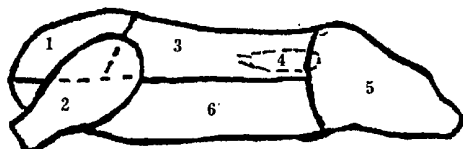
### Говяжья полутуша:

1 — шейная часть; 2 — подлопаточная часть; 3 — спинная часть длиннейшей мышцы спины, или толстый край; 4 — поясничная часть длиннейшей мышцы спины, или тонкий край; 5 — вырезка; 6 — тазобедренная часть (а — внутренний кусок; б — наружный кусок; в — боковой кусок; г — верхний кусок); 7 — пашина; 8 — покровка; 9 — грудинка; 10 — лопаточная часть (д — заплечная; е — плечевая)



### Туша баранины:

1 — шейная часть; 2 — лопаточная часть; 3 — корейка (реберная и почечная части); 4 — тазобедренная часть; 5 — грудинка



### Полутуша свинины:

1 — шейная часть; 2 — лопаточная часть; 3 — корейка (реберная и почечная части); 4 — вырезка; 5 — окорок; 6 — грудинка

**Разделка туш.** После обсушивания туши, полутуши и четвертины подвергают разделке, которая включает деление их на отруба, обвалку, жиловку, выделение крупнокусковых полуфабрикатов, их зачистку.

**Деление на отруба** производят по установленной схеме с учетом анатомического расположения мускулатуры и костей и по потребности использования мяса.

**Отруб** — мясокостная часть, отделяемая от туши в соответствии с принятой схемой разделки.

**Обвалка отрубов** (отделение мякоти от костей) выполняется вручную с большой тщательностью. При этом нельзя допускать Глубоких порезов (более 10 мм) мускулатуры и оставлять мякоть костях.

**Жиловка** — освобождение мякоти от грубых соединительно-тканых образований, хрящей, сухожилий и излишней жировой ткани.

**Выделение крупнокусковых полуфабрикатов** производят в процессе жиловки мякоти.

**Зачистка** — срезание закраин и грубой поверхностной пленки с крупнокусковых полуфабрикатов для придания им необходимой формы.

**Разделка говяжьих туш.** Кулинарную разделку говяжьих полу производят по схеме, изображенной на слайде.

Полутуши делят на отруба на разделочных столах (на небольших предприятиях) или на монорельсе в подвешенном состоянии (крупные предприятия).

В результате деления полутуши получают следующие отруба: шейную, лопаточную, спинно-реберную части, грудинку (передняя четвертина), поясничную и тазобедренную части (задняя четвертина).

От передней четвертины сначала отделяют лопаточную часть по ее контуру, а затем отрезают шейную, часть по линии, проходящей между последним шейным и первым спинным позвонками. После отделения лопаточной и шейной частей остается спинно- реберная часть с грудинкой).

Заднюю четвертину после, отделения вырезки разделяют на два отруба — поясничную и тазобедренную части. Линия разруба проходит непосредственно между последним поясничным и первым крестцовым позвонками и в направлении к коленному ставу. Выход передней четвертины составляет 53—58%, задней — 47—42% массы туши. Жесткость мяса обусловлена содержанием в нем соединительно-тканых белков – коллагена и эластина.

## КУЛИНАРНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КРУПНОКУСКОВЫХ ПОЛУФАБРИКАТОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Части мяса	Виды полуфабрикатов		
	крупнокусковые	порционные	мелкокусковые
Вырезка	Для жарки	Бифштекс, филе, лангет	Бефстроганов, шашлык
Толстый и тонкий края	Для жарки	Антрекот, ромштекс	Бефстроганов, поджарка

Верхняя и внутренняя части задней ноги	Для тушения	Ромштекс, зразы отбивные	Бефстроганов, поджарка
Боковая и наружная части задней ноги	Для тушения, мясо шпигованное	Говядина духовая, зразы отбивные	Азу
Лопаточная и подлопаточная части	Для варки	–	Гуляш
Грудинка	Для варки	–	Гуляш
Покромка	Для варки		Гуляш

На предприятиях общественного питания вырабатывается широкий ассортимент полуфабрикатов из мяса и мясопродуктов.

Различия между ними обусловлены видом мяса, анатомическими особенностями сырья, специфичностью технологической обработки.

Все полуфабрикаты разделяют по видам сырья: полуфабрикаты (мясные — из говядины, баранины, свинины, телятины, мяса диких животных; полуфабрикаты из субпродуктов).

Кроме того, каждый вид мясных полуфабрикатов подразделяют в зависимости от размеров, формы и технологической обработки на следующие группы: крупнокусковые, порционные, мелкокусковые и рубленые

Крупнокусковые полуфабрикаты — это куски мякоти, состоящие из одного или нескольких крупных мускулов которые представляют собой единое целое, и характеризующиеся неодинаковой технологической ценностью. Поверхность ровная, без глубоких надрезов мышечной ткани, сухожилия и грубые поверхностные пленки удалены. Тонкая поверхностная пленка и межмышечная соединительная ткань оставлены.

Порционные полуфабрикаты — куски мякоти определенных формы, размера и массы, нарезанные поперек мышечных волокон из определенных крупнокусковых полуфабрикатов и подвергнутые дополнительной технологической обработке. Порционные полуфабрикаты бывают натуральные и панированные.

Мелкокусковые полуфабрикаты — кусочки мякоти или мясокостные кусочки небольшой массы (5—40 г), определенных размера и формы, нарезанные поперек мышечных волокон или нарубленные из определенных

крупнокусковых полуфабрикатов, характеризующиеся определенным соотношением мышечной, жировой или костной тканей

Рубленые по л у ф а б р и к а т ы — кулинарные изделия определенных формы, размера и массы, изготовленные из измельченного котлетного мяса по определенной рецептуре. Рубленые полуфабрикаты подразделяют на натуральные и из котлетной массы. В котлетной массе в качестве наполнителя используют основном хлеб, а также овощи, крупы. Рубленые полуфабрикаты вырабатывают панированными и непанированными

### **Кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов.**

Крупнокусковые полуфабрикаты используют целиком для варки, жарки и тушения, а также для производства порционных и мелкокусковых полуфабрикатов

Различное кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов обусловлено неодинаковым содержанием и строением соединительной ткани, а также особенностями анатомического строения мускулатуры тех или иных крупнокусковых полуфабрикатов.

Кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов из баранины, телятины и свинины в меньшей степени, в отличие от крупнокусковых полуфабрикатов из говядины, зависит от содержания соединительной ткани, поскольку коллаген этих видов мяса характеризуется более низкой гидротермической устойчивостью, чем коллаген говядины. Мясо, содержащее небольшое количество простой по строению соединительной ткани или содержащее коллаген с пониженной гидротермической устойчивостью, можно жарить крупным куском

Таковыми крупнокусковыми полуфабрикатами из говядины являются вырезка, спинная и поясничная части длиннейшей мышцы спины, а из баранины, телятины и свинины можно жарить все крупнокусковые полуфабрикаты.

Полуфабрикаты тазобедренной (верхний, внутренний, боковой и наружный куски), лопаточной (плечевая и заплечная) и спинно-реберной (покромка, мякоть грудинки, подлопаточная часть) частей говяжьей туши», содержащие значительное количество разных по сложности соединительно-тканых образований, можно довести до состояния кулинарной готовности только после длительной тепловой обработки во влажной среде (варкой и тушением)

Нарезку порционных и мелкокусковых полуфабрикатов следует производить поперек волокон, что способствует меньшей деформации кусков при тепловой обработке и более легкому их разжевыванию.

При нарезке, полуфабрикатов необходимо соблюдать определенную последовательность из крупнокусковых полуфабрикатов. В начале нарезают

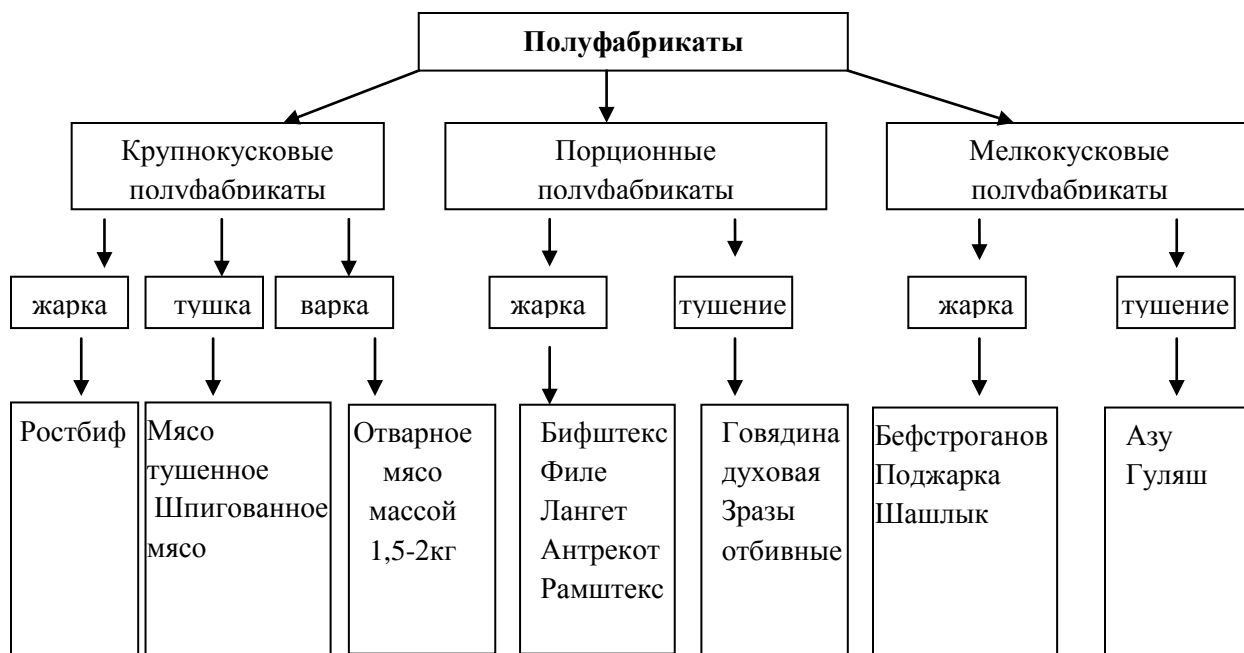
порционные, а затем мелкокусковые полуфабрикаты, что позволяет использовать в качестве последних обрезки, получаемые после нарезки порционных полуфабрикатов.

Порционные и мелкокусковые полуфабрикаты, содержащие значительное количество прочной соединительной ткани, подвергают механической обработке (отбивание, рыхление).

Целесообразно производить панирование некоторых порционных полуфабрикатов, что способствует улучшению качества и расширению ассортимента жареных мясных блюд. Отбитые или разрыхленные порционные полуфабрикаты смачивают в лезоне (смесь яиц, соли и воды) и панируют в просеянных сухарях из белого хлеба.

Рубленные полуфабрикаты готовят из котлетного мяса, которые представляют собой обрезки, получающиеся после выделения крупнокусковых, порционных и мелкокусковых полуфабрикатов.

### АССОРТИМЕНТ ПОЛУФАБРИКАТОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ



**Крупнокусковые полуфабрикаты.** Ростбиф изготавливают из вырезки, толстого и тонкого краев. Их зачищают от поверхностных пленок, а вырезку — от сухожилий. Для равномерного прогрева полуфабрикат формуют из двух вырезок, складывая головку с хвостиком и перевязывая шпагатом. Иногда полуфабрикат оборачивают тонким пластом шпика, чтобы придать блюду сочность. Используют для жарки.

**Тушеное мясо** готовят из верхнего, внутреннего, бокового, наружного кусков тазобедренной части массой 1,5—2кг.

**Шпигованное мясо** готовят из тех же частей, что и тушеное. Перед тепловой обработкой мясо шпигуют с помощью шпиговальной иглы или ножа вдоль волокон длинными брусочками моркови, белых кореньев, шпика.

**Отварное мясо** приготавливают из лопаточной, подлопаточной частей, грудинки, покромки (мясо 1-й категории). Говядину, предназначенную для варки, нарезают на куски массой 1,5—2 кг.

**Порционные полуфабрикаты. Бифштекс** нарезают под прямым углом из утолщенной части вырезки (головки) толщиной 2—3 см, слегка отбивают.

**Филе** нарезают из средней части вырезки, толщиной 4—5 см, иногда обвязывают шпагатом во избежание деформации при тепловой обработке.

**Лангет** нарезают под острым углом из тонкой части вырезки (хвостика), по два куса на порцию, толщиной 1—1,2 см. Полуфабрикат слегка отбивают.

**Антрекот** нарезают из толстого и тонкого краев под прямым углом, толщиной 1,5—2 см. Куски имеют овально-продолговатую форму.

**Ромштекс** нарезают из толстого и тонкого краев, верхнего и внутреннего кусков тазобедренной части, толщиной 0,8—1 см, отбивают, смачивают в льезоне, панируют в сухарях.

**Зразы отбивные** нарезают из бокового и наружного кусков тазобедренной части, толщиной 1—1,5 см, отбивают, на середину кладут фарш, свертывают в виде колбасок и перевязывают ниткой или шпагатом. Для фарша пассерованный репчатый лук соединяют с вареными измельченными яйцами или грибами, зеленью петрушки, молотыми сухарями; добавляют соль, перец и перемешивают.

**Говядину духовую** нарезают из бокового и наружного кусков тазобедренной части, толщиной 2—2,5 см. Порция — один или два примерно равных по массе куса мякоти неправильной четырехугольной или овальной формы.

**Мелкокусковые полуфабрикаты. Бефстроганов** нарезают из вырезки, толстого и тонкого краев, верхнего и внутреннего кусков тазобедренной части. От крупного куска отрезают пласти поперек волокон, отбивают их и режут брусочками длиной 3—4 см, массой от 5 до 7 г.

**Поджарку** нарезают из толстого и тонкого краев, из верхнего и внутреннего кусков тазобедренной части кусочками массой 10—15 г.

**Мясо для шашлыка** — из вырезки нарезают кусочки массой 30—40 г, посыпают солью, перцем и накалывают на шпажку вперемежку с кусочками шпика вдвое меньшей толщины.

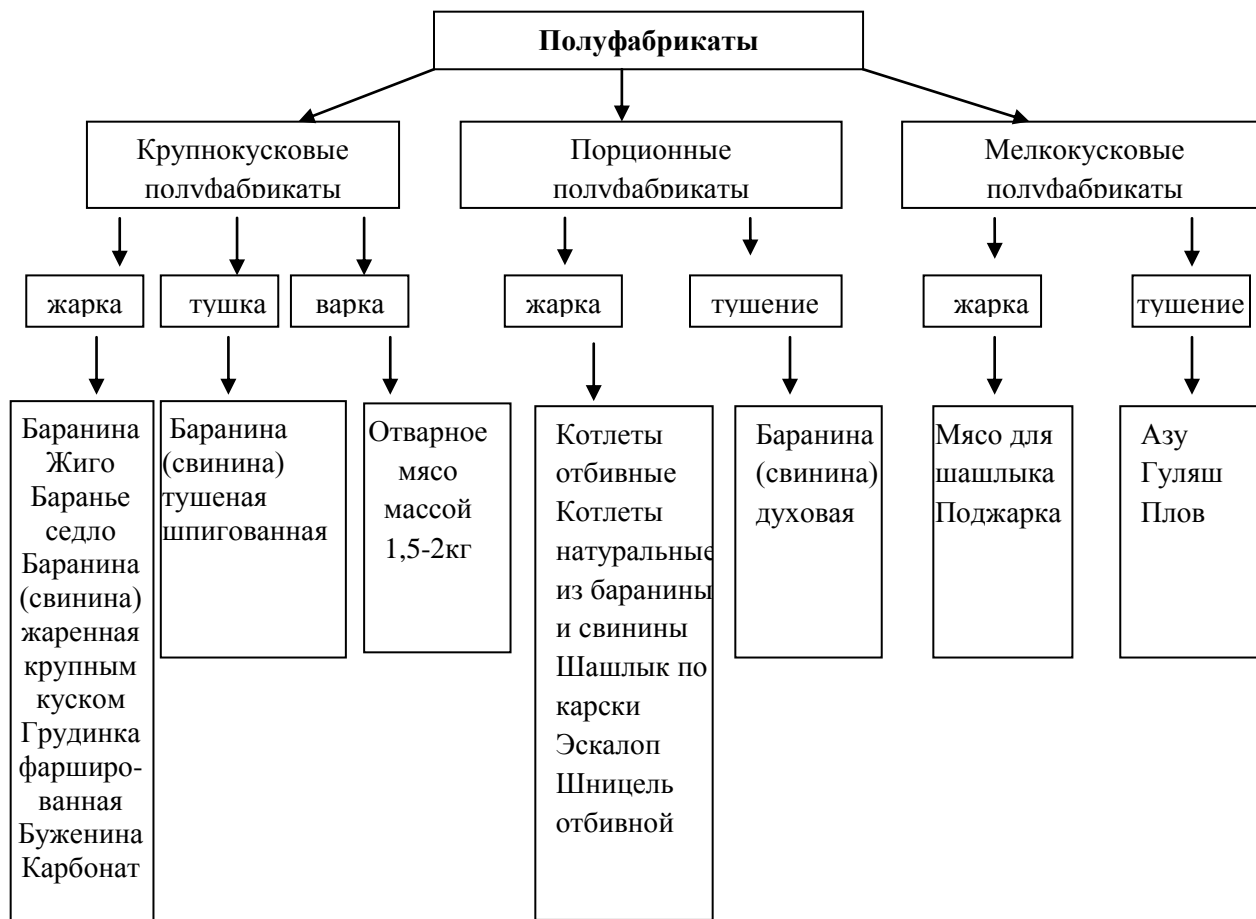
**Азу** нарезают из бокового и наружного кусков тазобедренной части брусочками длиной 3—4 см, массой 10—15 г.

**Гуляш** — из мякоти лопаточной и подлопаточной частей, грудинки, покромки кусочками массой 20—30 г. Содержание жира не должно превышать



10%. Перед нарезкой полуфабриката крупные куски от поверхностной пленки не зачищают

## АССОРТИМЕНТ ПОЛУФАБРИКАТОВ ИЗ БАРАНИНЫ И СВИНИНЫ



**Крупнокусковые полуфабрикаты.** *Баранину жареную (жиго)* готовят из тазобедренной части (окорока). Для этого окорок подвергают неполной обвалке, удаляя берцовую и тазовую кости. На расстоянии 10 см от нижней головки бедренной кости делают круговой надрез мякоти. Мякоть снимают с кости и отрубают наискосок головку. Края верхней части окорока заравнивают.

*Баранье седло* готовят из поясничной части корейки. От коробки, не вырубая позвоночника, отделяют поясничную часть. Тонкие края подгибают к позвоночнику и обвязывают шпагатом.

*Буженину* готовят из свиного окорока, с которого иногда не снимают кожу. Окорок полностью обваливают.

*Карбонат* готовят из свиной корейки, обваливая ее полностью.

Для блюда *баранина (свинина) жареная* используют мякоть лопатки, которую скручивают рулетом, подворачивая внутрь верхние и нижние края

лопатки. Сформованный полуфабрикат перевязывают шпагатом. Так же подготавливают лопатку для варки и тушения.

Для приготовления **баранины или свинины тушеной шпигованной** мякоть лопатки предварительно шпигуют морковью и петрушкой, нарезанными брусочками, а затем сворачивают рулетом.

**Грудинка фаршированная** — для ее приготовления у грудинки со стороны пашины прорезают пленки между наружным слоем мякоти и мякотью на реберных костях так, чтобы образовался "карман". Этот "карман" заполняют фаршем, разрез закрепляют шпажкой или зашивают. С внутренней стороны грудинки надрезают пленки вдоль реберных костей, чтобы удалить их после тепловой обработки.

Для фарша готовят рассыпчатую гречневую или рисовую кашу. Смешивают ее с пассерованным луком, вареным рубленым яйцом, жареной измельченной печенью, зеленью петрушки. Можно отварной рис соединить с сырым фаршем из баранины, пассерованным луком, солью, перцем.

**Порционные полуфабрикаты. Котлеты натуральные из баранины и свинины** нарезают из корейки с реберной косточкой. Порционный кусок отрезают наискось (под углом 45°) вдоль реберной косточки, подрезая мякоть на 2—3 см от ее нижнего конца. Косточку зачищают от пленок и остатков мякоти. Котлету отбивают и обравнивают, придавая овальную форму.

**Котлеты отбивные** готовят так же, как и натуральные, но полуфабрикаты смачивают в льезоне и панируют в сухарях.

**Шашлык по-карски** нарезают из почечной части корейки по одному куску на порцию. Полуфабрикат имеет прямоугольную форму. Его маринуют. Для маринования нарезанное мясо кладут в неокисляющую посуду, сбрызгивают лимонным соком, лимонной кислотой или уксусом, посыпают мелко измельченным репчатым луком, солью, молотым перцем, зеленью петрушки или укропа. Можно добавить растительное масло. Ставят в холодильник на 4—5 ч. Почку маринуют вместе с мясом. Перед жаркой на шпажку надевают половину почки, затем мясо и некрупный помидор.

**Эскалоп** нарезают из безреберной (почечной) части корейки по два куса на порцию, толщиной 1—1,5 см. Полуфабрикату придают овально-плоскую форму.

**Шницель отбивной** нарезают из окорока кусками толщиной 2—2,5 см, овально-продолговатой формы. Куски отбивают, надрезают пленки и сухожилия, смачивают в льезоне и панируют в сухарях.

**Баранину, свинину духовую** нарезают из лопаточной части (у свиной туши — из шейной части) по одному-два куса на порцию, толщиной 2—2,5 см, не зачищая поверхностную пленку.

**Мелкокусковые полуфабрикаты. Мясо для шашлыка** нарезают из

окорока или корейки без ребер, кусочками массой 30—40 г, с содержанием жира не более 15% массы полуфабриката. Перед тепловой обработкой мясо маринуют (см. Шашлык по-карски), затем надевают на шпажку по 5—6 кусочков.

**Поджарку** нарезают из корейки и окорока свинины в виде брусочков массой 10—15 г.

**Гуляш**, нарезают из мякоти лопаточной и шейной частей свинины кусочками массой 20—30 г, с содержанием жировой ткани не более 20% массы порции полуфабриката.

**Плов** нарезают из мякоти лопаточной части баранины кусочками массой 10—15 г.

**Рагу** нарубают из грудинки баранины или свинины кусочками с косточкой, массой 30—40 г. Разрешается использовать мясокостные кусочки баранины от корейки с 1-го по 4-е ребро.

## АССОРТИМЕНТ РУБЛЕННЫХ ПОЛУФАБРИКАТОВ ИЗ МЯСА



Основным сырьем для производства полуфабрикатов из рубленого мяса является котлетное мясо. Все рубленые полуфабрикаты подразделяются на 2 группы: натуральные и с наполнителем. Котлетное мясо с наполнителем называется котлетной массой. В качестве наполнителей используют хлеб и крупы (манная, рис).

Технологический процесс включает следующие операции: подготовку сырья, составление фарша, формирование полуфабрикатов, хранение полуфабрикатов при температуре 4-8°C не более 14 часов.

**Рубленые натуральные полуфабрикаты.** Мясо нарезают на куски, соединяют с салом-сырцом и измельчают на мясорубке или куттере. В

подготовленную массу вводят воду (8—12% массы мяса), соль, перец, тщательно перемешивают и формируют полуфабрикаты. Полуфабрикаты могут быть непанированными (бифштекс, котлеты натуральные, люля-кебаб, фрикадельки) и панированными (шницель натуральный рубленый, котлеты полтавские).

**Бифштекс рубленый** готовят из говядины. В рубленую массу добавляют шпик, нарезанный кубиками (5х5 мм), порционируют, придают изделиям приплюснуто-округлую форму, толщина изделий 2 см.

**Котлеты натуральные рубленые** готовят из баранины или свинины, придавая изделиям форму котлет — овально-приплюснутую с одним заостренным концом.

**Люля-кебаб** готовят из котлетного мяса баранины. Мякоть с бараньим салом (курдючным), сырым репчатым луком пропускают 2—3 раза через мясорубку. Лук не только ароматизирует мясо, но и размягчает его, так как содержит протеолитические ферменты. В рубку добавляют перец, соль, лимонную кислоту, хорошо перемешивают и ставят в холодильник на 2—3 ч для маринования. После этого порционируют, придают форму маленьких колбасок.

**Фрикадельки** — в рубленое мясо вводят мелко нарезанный репчатый лук, сырые яйца, молотый перец, соль, воду, хорошо вымешивают и разделяют на шарики по 7—10 г. Их кладут в супы при отпуске.

**Шницель натуральный рубленый** готовят из свинины, баранины, говядины. Полуфабрикату придают плоско-овальную форму, смачивают в лезоне и панируют в сухарях, толщина изделий 1 см.

**Рубленые полуфабрикаты с хлебом (изделия из котлетной массы).** Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке котлетное мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом (20—25% массы мяса) 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в воде или молоке (общее количество жидкости 30—35% массы мяса) и отжатым, вводят соль, перец и вторично пропускают через мясорубку, добавляют воду и тщательно вымешивают (взбивают).

При первоначальном измельчении мясо нагревается на 1,5—2°С, поэтому, чтобы снизить бактериальную обсемененность, надо или охладить воду, или добавлять в массу пищевой лед.

На качество полуфабрикатов и готовых изделий из рубленой массы влияют термическое состояние сырья, степень измельчения мяса, водосвязывающая способность его, количество добавляемых компонентов (хлеба, воды и др.).

При измельчении мяса увеличивается его поверхность и соответственно количество адсорбционно связанной влаги.

Для увеличения выхода готовых изделий, повышения их сочности, нежности большое значение имеет водосвязывающая способность рубленой массы. Так, водосвязывающая способность фарша из остывшего или охлажденного мяса выше, чем фарша из размороженного мяса. Поэтому изделия из охлажденного мяса сочнее изделий из размороженного мяса.

Добавление в измельченное мясо хлеба существенно влияет на структурно-механические свойства котлетной массы, так как хлеб является хорошим влагопоглощающим материалом.

Хлеб, добавляемый в котлетную массу, должен быть черствым, так как свежий после замачивания имеет тягучую консистенцию, при введении в массу образует комки и недостаточно равномерно в ней распределяется.

Из котлетной массы с содержанием хлеба 25% массы мяса формируют котлеты, Биточки, шницели. Из котлетной массы с несколько меньшим количеством хлеба (около 20% массы мяса) готовят тефтели, зразы рубленые, рулет, фрикадельки, котлеты московские, киевские, бараньи, домашние.

**1. Котлеты** — изделия овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, запанированные в сухарях (толщина их 1—2 см, ширина — 5, длина — 10—12 см).

**2. Биточки** — изделия приплюснуто-округлой формы, толщиной 2—2,5 см, диаметром 6 см, запанированные в сухарях.

**3. Шницели** — изделия овально-приплюснутой формы, толщиной 1 см, запанированные в сухарях.

**4. Тефтели** — изделия в виде шариков диаметром 3 см, запанированные в муке. В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный лук. Вместо хлеба в измельченное мясо можно ввести рассыпчатый рис (15% массы мяса).

**5. Зразы рубленые** — на середину лепешки из котлетной массы толщиной 1 см кладут фарш, края соединяют, панируют в сухарях, формируют в виде кирпичика с овальными краями. Для фарша берут пассерованный лук, рубленые яйца, зелень петрушки, соль, перец и все перемешивают. Фаршировать можно также омлетом, нарезанным мелкими ломтиками.

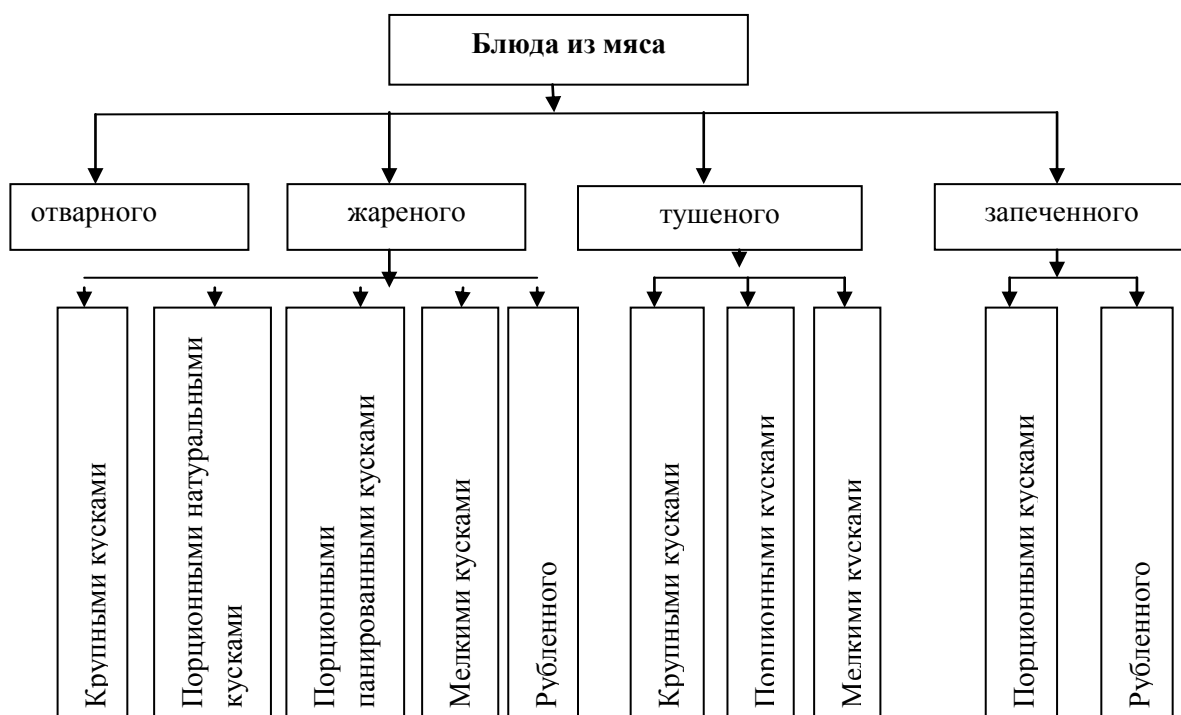
**6. Рулет** — на смоченную салфетку, марлю или полиэтиленовую пленку выкладывают котлетную массу в виде прямоугольника толщиной 1,5—2 см, на середину его по длине помещают фарш. Массу соединяют с помощью салфетки. Скатывают рулет с салфетки на смазанный жиром противень, швом вниз. Поверхность рулета смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают в нескольких местах.

**7. Котлеты московские** готовят из котлетного мяса говядины с добавлением жира-сырца и репчатого лука.

**8. Котлеты домашние** готовят из смеси котлетного мяса говядины и свинины (соответственно 64 и 36%), жира сырца и лука репчатого.

**9. Изделия из кнельной массы.** Для ее приготовления используют боковой и наружный куски тазобедренной части говядины. Предварительно нарезанное мясо пропускают через мясорубку с паштетной решеткой, добавляют замоченный в молоке или сливках мякиш черствого пшеничного хлеба (10% массы мяса), смешивают и вновь дважды пропускают через мясорубку с паштетной решеткой, перемешивают и протирают. Затем массу взбивают с яичным белком, постепенно добавляя оставшееся молоко или сливки; кусочек хорошо взбитой массы не тонет в воде. Солят массу в конце взбивания. Готовую кнельную массу помещают в специальные формы, смазанные маслом, и варят на пару или выпускают из кондитерского мешка и припускают.

### КЛАССИФИКАЦИЯ БЛЮД ИЗ МЯСА



#### **Продолжительность тепловой обработки мяса при варке :**

Говядина ..... 2ч. -2ч.45м.  
 Баранина ..... 1,5ч.-2ч.10м.  
 Свинина ..... 1ч.45м.-2ч.00м.  
 Телятина ..... 1ч.20м.-1ч.45м.

Рекомендуемые гарниры к мясу:

## Рекомендуемые гарниры к мясу:

Наименование мяса	Рекомендуемые гарниры
Говядина	Картофель отварной, картофель в молоке, жареный картофель, сложный гарнир (жареный картофель, зеленый горошек, жареные помидоры, кабачки, отварная цветная капуста и др.)
Телятина	Картофель в молоке, жареный картофель, зеленый горошек, стручки фасоли и гороха, овощи в молочном соусе, макароны с маслом, припущенный рис, сложные гарниры
Свинина	Тушеная капуста, жареный картофель, картофельное пюре, рассыпчатая гречневая каша, отварные фасоль и горох, сложный гарнир
Баранина	Припущенный рис, гречневая каша, отварной и жареный картофель, отварная фасоль в томатном соусе.

Для производства блюд из мяса подготовленные полуфабрикаты подвергают термообработке.

### **Общие правила варки мяса.**

Мясо нарезают на куски массой не более 2 кг, так как более крупные куски провариваются неравномерно. Воды для варки берут из расчета 1-1,5л на 1 кг мяса. Подготовленное мясо закладывают в кипящую воду и, когда вода вновь закипит, продолжают варить при очень слабом кипении или без кипения при температуре 85—90°C. За 30 мин до готовности кладут репчатый лук, петрушку сельдерей, морковь, а за 10—15 мин — специи. Овощей кладут примерно 15 г на 1 кг мяса, лаврового листа — 0,1 г. Одновременно со специями добавляют соль — 10 г на 1 кг мяса. Сваренное таким образом мясо получается сочным, с приятным ароматом и вкусом

Время варки зависит от плотности и количества соединительной ткани, толщины кусков, возраста животных

Готовность мяса определяется проколом поварской иглой в наиболее толстой части куска, при этом игла должна свободно входить в мясо, а из прокола должен выделяться прозрачный сок. Мясо старых животных требует более длительной варки.

Хранят мясо в закрытой посуде с небольшим количеством бульона при температуре 50—60°C. Если мясо необходимо хранить свыше 3 ч, то после варки его быстро охлаждают, и хранят при температуре 4—6°C. По мере спроса мясо нарезают поперек волокон на куски, укладывают в неглубокую посуду,

заливают бульоном и доводят до кипения.

Жарят мясо крупными кусками (массой 1-2 кг), порционными (массой 70-200г.) и мелкими (массой 10-40г.).

**Мясо, жаренное крупными кусками.** Мясо натирают солью, перцем и на сковородах или противнях обжаривают со всех сторон до образования румяной корочки. Затем посуду с мясом ставят в жарочный шкаф с температурой 160—175°C и доводят до готовности. Каждые 10—15 мин изделия поливают выделившимся при жарке соком и жиром.

Можно жарить мясо сразу в жарочном шкафу. Для этого полуфабрикаты, натертые солью и перцем, раскладывают на противни на расстоянии 1 см друг от друга и ставят в жарочный шкаф с температурой 260—275°C. После образования на поверхности румяной корочки нагрев уменьшают до температуры 160—175°C и мясо дожаривают до готовности, периодически поливая куски выделившимся соком и жиром.

Время дожаривания зависит от вида мяса, величины кусков. Изделия считаются готовыми, если температура в толще кусков достигнет 80—85°C, свинины — 70—72°C. Достижение более высоких температур в толще кусков приводит к увеличению потерь массы, уменьшению сочности мяса.

Хранят жареное мясо на противнях при температуре 50—60°C и по мере спроса нарезают поперек волокон на порционные куски.

Подают мясо с гарнирами, полив мясным соком и растопленным маслом.

**Порционное мясо жарят натуральными и порционными кусками.**

Мясо жарят порционными натуральными и панированными кусками. Натуральное мясо жарят на сковородах. На сковороды наливают расплавленный жир, разогревают его до температуры 160—175°C и кладут посоленные куски мяса. Обжаривают с двух сторон до образования поджаристой корочки и доводят до готовности, уменьшив нагрев. Панированные изделия также обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. Порционные мясные изделия жарят непосредственно перед подачей. Хранить их не рекомендуется.

При жарке мелкокусковых полуфабрикатов: куски мяса для шашлыка надевают на шпажку и жарят на гриле или открытом огне;

Бефстроганов жарят 3-4 мин., заливают сметанным соусом с пассированным луком; поджарки жарят 10-12 мин, затем добавляют пассированный лук и томат, жарят до готовности.

Мясо тушат крупным куском (массой до 2 кг); говядину- порционными и мелкими кусками. Тушат те части мяса, в которых коллаген соединительной ткани при жарке не успевает превратиться в глютин. Использование при тушении кислых соусов, сухого вина, пассированного томатного пюре способствует переходу коллагена в глютин.

Подготовленное мясо обжаривают со всех сторон до образования румяной корочки. Мясо порционными и более мелкими кусками тушат двумя способами.



В первом случае овощи, используемые для гарнира, обжаривают вместе с мясом. Обжаренное мясо и овощи складывают в сотейник, заливают водой или бульоном так, чтобы они были покрыты полностью. Во втором случае мясо и овощи тушат порознь. Крупные куски мяса кладут в сотейник, наливают столько бульона, чтобы они были покрыты до половины высоты, и тушат.

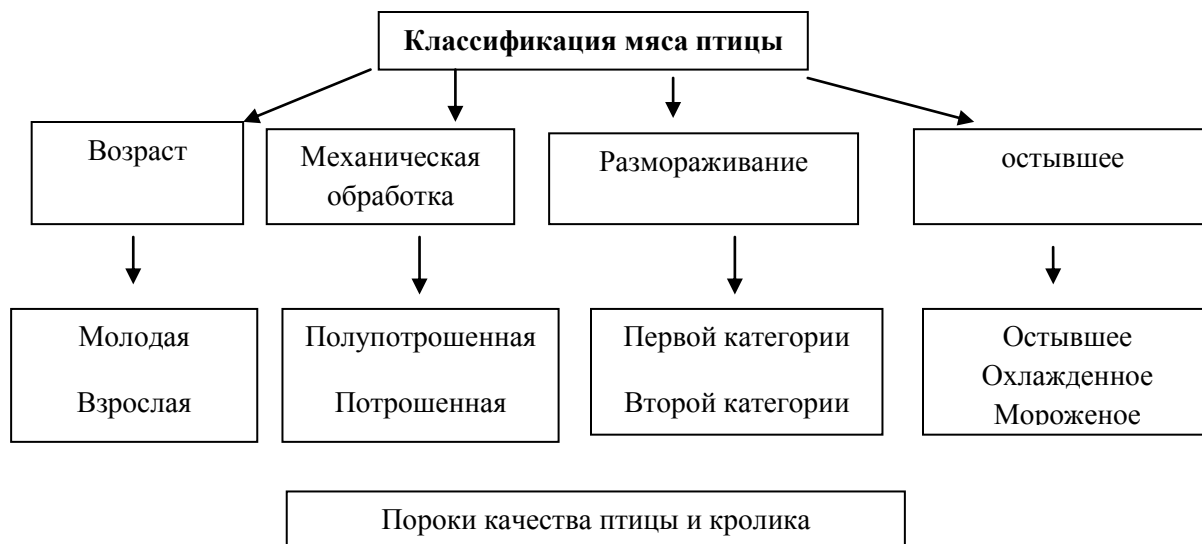
Во время тушения во многие блюда добавляют томатное пюре. Ароматизируют тушеные блюда специями (лавровый лист, перец черный и душистый, гвоздика, майоран и др.) и пряными овощами, которые кладут за 10—15 мин до окончания тушения. Вместе со специями вводят белое или красное вино, пиво и квас.

Тушат мясо при слабом кипении, закрыв посуду крышкой.

Наиболее распространенным способом тепловой обработки мясных рубленых изделий является жарка.

Жарят полуфабрикаты непосредственно перед отпуском. Для этого изделия укладывают на разогретые сковороду или противень с жиром (температура 150—160°C) и обжаривают 3—5 мин с обеих сторон до образования поджаристой корочки, а затем изделия доводят до готовности в жарочном шкафу при 250-280°C (5—7 мин). В готовых изделиях мясной сок должен быть бесцветным, а цвет их на разрезе - серым.

## ГЛАВА 6. ТЕХНОЛОГИЯ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ МЯСА ПТИЦА, ДИЧИ И КРОЛИКА



Загар  
Позеленение  
Гниение  
Плесневение окисление жира

### КЛАССИФИКАЦИЯ МЯСА ПТИЦЫ, ДИЧИ И КРОЛИКА

Мясо птицы особенно кур и индеек, отличается высокой пищевой ценностью и хорошей усвояемостью белков и липидов. Мясо птицы первой категории упитанности должно содержать белка и жира не менее грамм на 100 грамм: цыплята бройлеры соответственно 19 и 16, куры 18 и 18, гуси 15 и 39, индейки 20 и 22, утки 18 и 38. Белки мяса птицы биологически полноценные, жир обладает высокой биологической ценностью, так как в них содержатся жирорастворимые витамины такие как: А, Д, Е, К. В мышечной ткани птицы содержатся витамины В1, В2, В6, РР и другие.

Классификация:

1) По возрасту:

а) Молодая – тушки цыплят, цыплят-бройлеров, утят, гусят, индюшат, цесарят, отличающихся не окостеневшим (хрящевидным) килем грудной кости, нежной эластичной кожей на ногах тушек цыплят, цыплят-бройлеров, утят, гусят, индюшат, цесарят, плотно прилегающей чешуей, неразвитыми шпорами;

б) Взрослая – поступают на ПОП тушки кур, уток, гусей, индюков, цесарей

с окостеневшим килем грудной кости, ороговевшим клювом, на ногах грубая чешуя, шпоры у петухов и индюков твердые.

2) По характеру промышленной обработки:

а) Полупотрошенная - у них удалены кишечник с клоакой, наполненный зоб, и яйцевод у кур, все остальные органы остаются;

б) Потрошенная – удалены все внутренние органы.

3) По упитанности и качеству обработки:

а) Первой категории: имеют хорошо развитые мышцы, киль грудной кости не выделяется, отложения подкожного жира имеются на животе, на груди и в виде сплошной линии на спине;

б) Второй категории: Имеют удовлетворительно развитые мышцы, киль грудной кости выделяется, отложения подкожного жира незначительные;

в) тушки птицы, не соответствующие по упитанности второй категории, относятся к тощим и для использования на ПОП не допускаются.

4) По термической обработке:

- остывшее мясо – температура в толще мышц не выше 25°C;

- охлажденное мясо – температура в толще мышц от 0 до 4 °C;

- мороженое мясо – температура в толще мышц не выше -8°C.

Размораживание и повторное замораживание мяса птицы не допускается.

На птицефабрике каждую тушку битой птицы подвергают ветеринарной экспертизе и клеймению.

#### ***Тушки кроликов:***

Тушки кроликов выпускают обесшкуренные, без головы и нижних частей ног, потрошенные. Голова удалена на уровне первого шейного позвонка. Нижняя часть передних ног удалена по пястным суставам, задних ног – по скакательным суставам. Почки и околопочечный жир не удалены. Ветеринарное и товароведческое клеймение тушек кроликов проводят в том же порядке, что и мяса. Цвет мяса в тушках кроликов – от бледно-розового до белого, жир белый, мягкий. На разрезе мраморность отсутствует, жир сосредоточен в брюшной области.

#### **Пороки качества мяса птицы и кроликов:**

1) Загар – кожа окрашивается в зеленый цвет, мускульная ткань – в медно-красный, появляется неприятный запах сероводорода; причина загара – деятельность анаэробных бактерий или ферментов мускульной ткани при медленном охлаждении тушек после убоя;

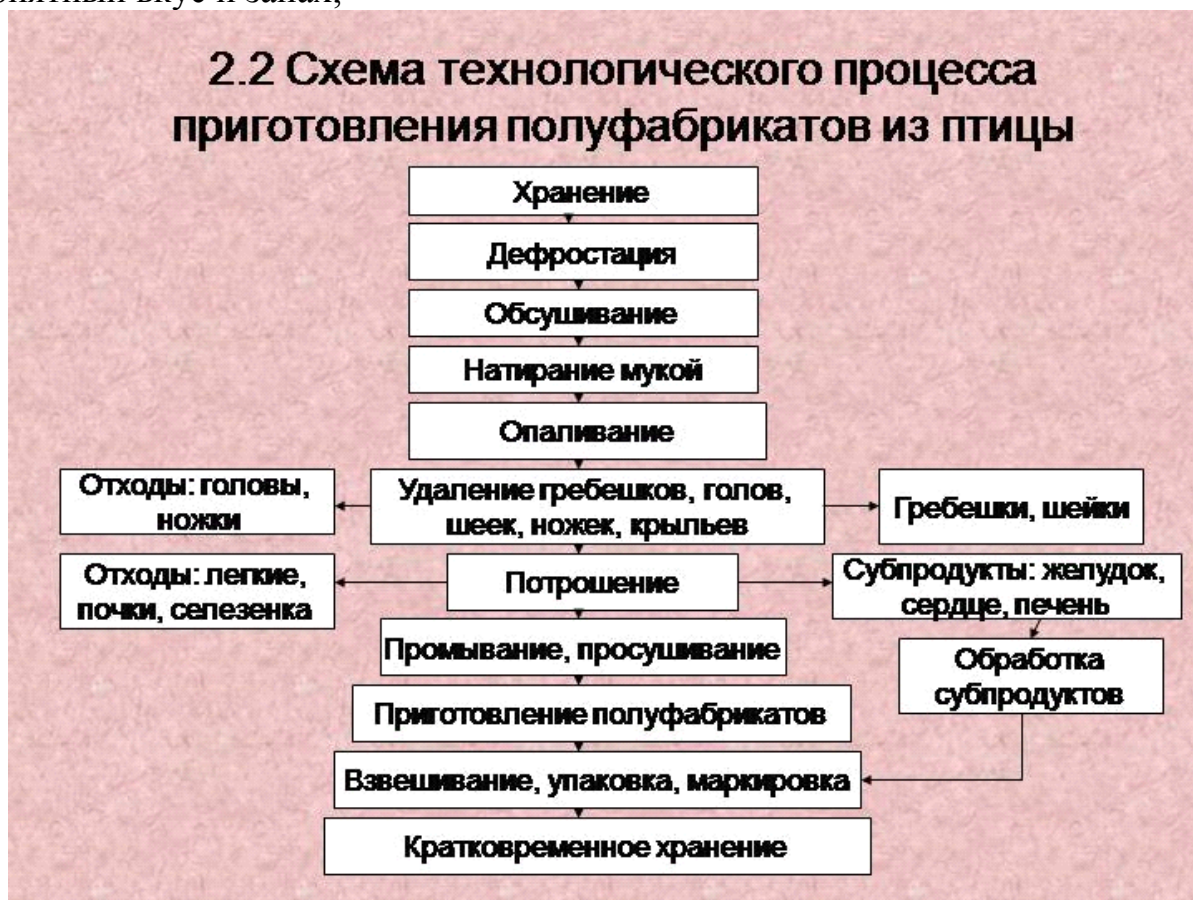
2) Позеленение поверхности является результатом взаимодействия сероводорода и миоглобина мышечной ткани при хранении охлажденных тушек при повышенных температурах;

3) Гнилостный запах в брюшной и ротовой полости возникает при

хранении мяса птицы охлажденной при повышенных температурах, особенно при неполном потрошении (оставление легких);

4) Плесневение - белая плесень появляется на поверхности охлажденных тушек при хранении их при температуре 10...12°C и плохой вентиляции; белая плесень поражает поверхностные слои тушек; черная плесень развивается при длительном хранении мороженой птицы и проникает в глубинные слои;

5) Окисление жира под действием кислорода воздуха обычно наблюдается при длительном хранении мороженой птицы, свет ускоряет процессы окисления; продукты окисления (перекиси, оксикислоты и др.) имеют неприятный вкус и запах;



### *Механическая кулинарная обработка сельскохозяйственной птицы и пернатой дичи*

Механическая кулинарная обработка сельскохозяйственной птицы состоит из следующих операций: оттаивания; опаливания; удаления головы, шейки, ножек; потрошения; промывания и приготовления полуфабрикатов.

**Оттаивание.** Мороженые тушки птицы по возможности расправляют, укладывают на столы или стеллажи в один ряд так, чтобы тушки не

соприкасались между собой. Оттаивают при температуре 8–15°C гусей и индеек 8 ч, кур и уток – 5–6 ч.

**Опаливание.** На поверхности тушки птицы имеются волоски, остатки перьев и пух, которые необходимо удалить. Вначале тушки обсушивают полотенцем или тканью, можно обсушить потоком теплого воздуха, затем натирают отрубями или мукой (по направлению от ножек к голове) для того, чтобы волоски приняли вертикальное положение и их легче было опаливать. Опаливают над некопящим пламенем осторожно, чтобы не повредить кожу и не растопить подкожный жир. Если у птицы имеются недоразвитые перья («пеньки»), то их удаляют с помощью пинцета или маленького ножа.

**Удаление головы, шеи и ножек.** Перед потрошением у полупотрошенной птицы отрубают голову между вторым и третьим шейными позвонками. Затем на шее со стороны спинки делают продольный разрез кожи, освобождают шею от кожи и отрубают шею по последнему шейному позвонку так, чтобы кожа осталась вместе с тушкой. У кур и цыплят кожу отрезают с половины шейки, у индеек, уток и гусей – с двух третей, с тем чтобы закрыть место отруба шейки и зобную часть.

Ножки отрубают по заплюсневый сустав. Крылья у птицы (кроме цыплят) отрубают по локтевой сустав.

**Потрошение.** Для потрошения делают продольный надрез в брюшной полости от конца грудной кости (киль) до анального отверстия. Через образовавшееся отверстие удаляют желудок, печень, сальник, легкие, почки, а зоб и пищевод удаляют через горловое отверстие. У птицы, поступающей в потрошеном виде, удаляют сальник, легкие, почки. После потрошения вырезают анальное отверстие и участки мякоти, пропитанные желчью.

**Промывание.** Выпотрошенную птицу промывают проточной холодной водой, имеющей температуру не выше 15 °С. При промывании удаляют загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей. Промывать продолжительное время не рекомендуется, так как это вызовет большие потери пищевых веществ. Промытую птицу для обсушивания укладывают на противни разрезом вниз, чтобы стекла вода.

**Обработка дичи.** Она состоит из следующих операций: ощипывания; опаливания; удаления крылышек, шейки и лапок; потрошения и промывания.

Оттаивают дичь так же, как и птицу.

Ощипывание начинают с шейки. При этом захватывают по несколько перьев и быстро выдергивают их в направлении, противоположном естественному росту. Для того чтобы кожа при ощипывании не порвалась, её натягивают пальцами левой руки в местах выдергивания перьев. Кожа предохраняет дичь от излишнего высыхания при жарке.

Опаливают только крупную дичь (глухарей, тетеревов, диких уток и гусей).

Их предварительно обсушивают полотенцем, натирают мукой и опаливают.

У дичи полностью удаляют крылышки, шейку, отрубают лапки у ножек. У болотной дичи (бекас, дупель и др.) снимают кожу с головки и шейки, головку оставляют вместе с клювом, но удаляют глаза.

Потрошение дичи производят так же, как и птицы. У мелкой дичи делают разрез на шее со стороны спинки, удаляют зоб и горло, а затем остальные внутренности. Выпотрошенные тушки дичи хорошо промывают в холодной воде.

Блюда из птицы и дичи легко усваиваются организмом. Они содержат большое количество полноценных белков, легкоплавкий жир и экстрактивные вещества, обуславливающие хорошие вкусовые качества блюд. Особенно ценятся блюда из филе птицы, так как они имеют более нежную консистенцию и содержат больше азотистых веществ. Мясо дичи отличается горьковатым привкусом, в нем содержится большое количество веществ, возбуждающих аппетит.

Для вторых блюд птицу и дичь варят, припускают, жарят, тушат и запекают. Соединительная ткань птицы легко размягчается. Способ тепловой обработки зависит от вида птицы, её упитанности, возраста и других факторов. Кур и индеек варят, жарят и тушат, уток и гусей жарят и тушат. Старую птицу варят или тушат, так как у неё жесткое мясо и при жарке оно плохо размягчается.

### ***Отварная птица***

Для вторых блюд варят кур, цыплят, индеек, реже – гусей и уток, для холодных блюд можно использовать дичь. Из бульона, полученного при варке кур, цыплят, индеек, приготавливают соус. Продолжительность варки зависит от вида птицы, возраста и колеблется от 20 мин до 1,5 ч. Потери при варке птицы составляют 25%.

***Куры, цыплята, индейки отварные.*** Заправленные тушки птицы закладывают в горячую воду (на 1 кг продукта 2–2,5 л воды), быстро доводят до кипения, снимают пену, добавляют репчатый лук, нарезанные белые корни, соль, нагрев уменьшают и варят при температуре 85–90 °С до готовности. Готовность птицы определяют проколом поварской иглой в толстую часть мякоти ножки (игла свободно проходит, вытекающий из прокола сок прозрачный).

Сваренную птицу вынимают, дают ей остыть и рубят на порции по два кусочка (от окорочка и филе). Вначале тушку разрубают вдоль пополам, затем каждую половину делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусочков, складывают в глубокую посуду, заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут припущенный рис,

картофельное пюре или отварной картофель, рядом – порцию птицы, поливают соусом белым, белым с яйцом, паровым, можно полить сливочным маслом.

*Курица 208, или цыпленок 184, или бройлер-цыпленок 175, или индейка 186, лук репчатый 4, петрушка (корень) 4, гарнир 150, соус 75. Выход 325.*

## **§ 2. Жареная птица и дичь**

Птицу и дичь жарят целыми тушками и порционными кусками. Их жарят основным способом, в жарочном шкафу и реже во фритюре. Из жидкости, оставшейся на противне, приготавливают мясной сок, который используют для поливки птицы при отпуске. Потери при жарке птицы составляют 25–40% в зависимости от её вида и содержания жира. При жарке жирных уток и гусей вытапливается до 15% жира.

**Куры, цыплята жареные.** Целые тушки птицы натирают солью с поверхности и изнутри. Заправленные тушки кур или цыплят кладут спинкой вниз на разогретый противень с жиром и жарят до образования на поверхности румяной корочки. При этом тушку поворачивают со спинки на один бок, затем на другой и на грудку. Дожаривают тушки в жарочном шкафу при температуре не выше 200 °С. Во время жарки в шкафу их периодически переворачивают и поливают выделившимся жиром и соком. Перед жаркой цыплят и нежирных кур смазывают сметаной, чтобы образовалась более румяная корочка. Готовность определяют проколом поварской иглой в толстой части мякоти, из готовой птицы, вытекает прозрачный сок. Старых кур перед жаркой варят или после жарки припускают до мягкости.

Жареные тушки птицы разрубают вдоль на две части, затем каждую половину делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусочков. Филе рубят в поперечном направлении, а ножки – наискось. На порцию используют по два кусочка (филе и окорочек). Если разрубают на порции крупную жареную птицу, то можно вырубить спинную кость. Цыплят отпускают целыми тушками или разрубают вдоль пополам посередине грудной кости, иногда разрубают на 3–5 частей. Нарубленные куски птицы кладут в сотейник, подливают мясной сок и прогревают 5–7 мин.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут жареный картофель, рядом – порцию жареной птицы, поливают мясным соусом и сливочным маслом. Дополнительно на гарнир можно подать в салатнике, вазочке или пирожковой тарелке салат зеленый, салат из красной или белокочанной капусты, маринованные ягоды и фрукты, моченые яблоки.

*Курица 216, или цыпленок 213, или бройлер-цыпленок 196, сметана 3, маргарин столовый 5, масло сливочное 7, гарнир 150. Выход 257.*

**Гусь, утка, индейка жареные.** Заправленные тушки гуся, утки или индейки натирают солью, укладывают спинкой вниз на противень, поверхность

индеек поливают растопленным маслом, а гусей и уток смачивают горячей водой и жарят в жарочном шкафу. Через каждые 10–15 мин птицу поливают выделившимся жиром и соком. Когда на поверхности грудки образуется румяная корочка, тушку переворачивают спинкой вверх и жарят до готовности, к концу жарки температуру в жарочном шкафу понижают. Старых гусей перед жаркой отваривают до полуготовности.

Готовую птицу разрубает на порции, складывают в посуду и хранят в холодильнике. Перед подачей нарубленную птицу кладут на противень или в сотейник, наливают немного мясного сока и прогревают в жарочном шкафу 5–7 мин при температуре 160–180 °С.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут жареный картофель, рядом – кусочки гуся, утки или индейки, поливают мясным соком. Гуся или утку рекомендуется отпускать с тушеной капустой или печеными яблоками.

**Приготовление печеных яблок.** Антоновские яблоки промывают, очищают от кожицы и семян, нарезают дольками, укладывают на противень, смазанный маслом, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу.

**Дичь жареная.** Заправленные тушки дичи (рябчики, куропатки, тетерева, глухари) натирают солью и жарят так же, как кур. Готовую дичь разрубает на порции в зависимости от величины тушки: тетеревов и фазанов – на 4–5 частей, глухарей – на 6–8, рябчиков и куропаток – вдоль пополам, а мелкую дичь используют целиком.

Мелкую дичь (вальдшнепов, дупелей, бекасов, перепелок) перед жаркой обертывают тонким слоем шпика и перевязывают шпагатом. Жарят их не на сковородах, а в сотейниках, для того чтобы масло не перегревалось. После образования поджаристой корочки сотейник закрывают крышкой и доводят дичь до готовности.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут картофель фри или жареный, рядом – порционный кусок дичи или целую тушку, поливают сливочным маслом или подливают мясной сок. Отдельно можно подать салат из красной или белокочанной капусты, маринованные фрукты или ягоды.

**Дичь жареная в сметанном соусе.** Дичь жарят и разрубает на порционные куски, кладут в посуду, в которой она жарилась, заливают сметанным соусом, закрывают крышкой и прогревают 5–7 мин.

При отпуске на порционное блюдо кладут дичь, поливают сметанным соусом, гарнир – жареный картофель или картофель фри подают отдельно, посыпают измельченной зеленью петрушки.

**Цыплята табака.** У обработанного цыпленка разрубает грудку вдоль, распластывают, придавая плоскую форму; если используют половинку, то разрубает вдоль пополам. Затем посыпают солью, смазывают сметаной, можно предварительно натереть чесноком. Подготовленного цыпленка кладут на



сковороду, разогретую с маслом, и жарят с двух сторон под прессом.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут цыпленка, вокруг укладывают гарнир: помидоры, зеленый лук, разрезанный на части длиной 3–4 см, или репчатый, нарезанный кольцами, дольку лимона. Украшают листиками салата или зеленью петрушки, отдельно подают соус ткемали или толченый чеснок, разведенный бульоном или винным уксусом.

*Цыплята 414, масло сливочное 18, сметана 5, соус ткемали 50 или чеснок 26, вода кипяченая 30. Выход 250/50.*

**Котлеты натуральные из филе кур или дичи.** Подготовленный полуфабрикат куриного филе с косточкой кладут на разогретую с маслом сковороду или в сотейник и жарят с двух сторон.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут крутон из пшеничного хлеба или слоеного теста, рядом букетами укладывают сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей: картофель жареный или фри, зеленый горошек, цветную капусту, морковь, стручки фасоли. На крутон укладывают котлету, поливают её сливочным маслом, на косточку надевают папильотку, гарнир можно положить в корзиночки (тарталетки).

**Котлеты из филе птицы или дичи панированные жареные.** Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретую с маслом сковороду, обжаривают до образования золотистой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают сложный гарнир из 3–4 видов овощей, рядом кладут крутон из пшеничного хлеба, на него – котлету, поливают сливочным маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир можно положить в корзиночки (тарталетки).

**Котлеты по-киевски.** Подготовленный и выдержанный в холодильнике полуфабрикат жарят во фритюре 5–7 мин до образования золотистой корочки, затем кладут на сковороду и ставят в жарочный шкаф на 2–3 мин.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку кладут сложный гарнир, состоящий из 3–4 видов овощей: картофель, жаренный во фритюре соломкой, зеленый горошек, стручки фасоли, цветную капусту, рядом – крутон из пшеничного хлеба, на него укладывают готовую котлету, поливают её маслом, на косточку надевают папильотку. Гарнир можно положить в корзиночки.

**Птица, дичь по-столичному (шницель).** Подготовленный полуфабрикат жарят непосредственно перед подачей. Для этого его кладут на разогретую с маслом сковороду, жарят до образования поджаристой корочки, затем дожаривают 3–5 мин в жарочном шкафу.

При отпуске на порционное блюдо или тарелку укладывают сложный гарнир из 3–4 видов овощей: картофель, жаренный во фритюре соломкой, зеленый горошек, рядом – крутон, на него – шницель. На шницель кладут

консервированные фрукты, прогретые в сиропе, и в момент подачи – охлажденное сливочное масло в виде цветочка.

*Курица 272, или бройлер-цыпленок 316, или фазан 1/4 шт., хлеб пшеничный 37, яйца 1/2 шт., масло сливочное 20, гарнир 150, масло сливочное 10. Выход 290.*

**Котлеты рубленые из птицы или дичи.** Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков) и формируют котлеты. Укладывают их на разогретый с маслом противень, обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске на тарелку или порционное блюдо кладут гарнир: картофель отварной или жареный, картофельное пюре, рисовую или гречневую кашу, зеленый горошек, сложный гарнир, рядом укладывают котлеты (2–3 шт. на порцию), поливают сливочным маслом.

**Тушеные блюда из птицы**

Птицу и дичь тушат порционными и мелкими кусками, иногда целыми тушками (цыплят). Их вначале жарят целиком или нарубленными кусками, затем тушат в соусе или бульоне с добавлением корней, лука, специй, можно добавить томат, грибы.

**Птица, тушенная в соусе.** Жареные тушки птицы разрубают на порционные куски, кладут в сотейник, заливают соусом красным или луковым и тушат 15–20 мин.

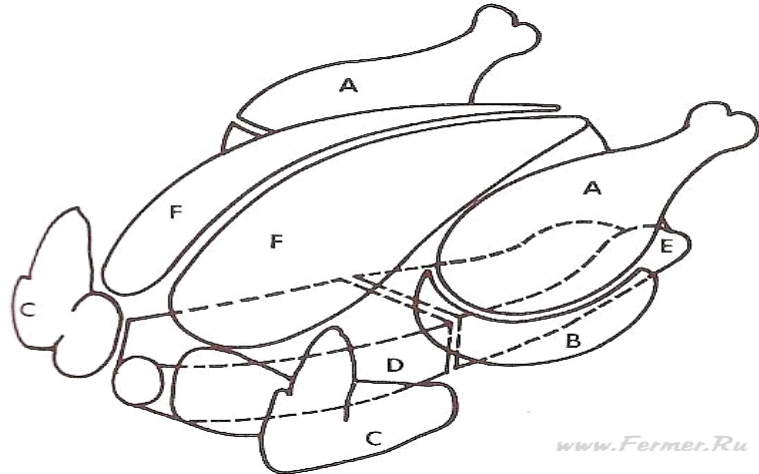
При отпуске в баранчик или на тарелку кладут припущенный рис или жареный картофель, рядом – куски тушеной птицы, поливают соусом, в котором они тушились, посыпают зеленью.

**Гусь, утка по-домашнему.** Обработанные тушки птицы рубят на куски по 2–3 шт. на порцию, кладут на разогретый с жиром противень, посыпают солью и обжаривают. Складывают каждую порцию в горшочек, добавляют картофель, нарезанный дольками и обжаренный, слегка пассерованный нашинкованный лук, лавровый лист, соль, перец. Заливают бульоном, закрывая все продукты, и тушат в жарочном шкафу до готовности. Отпускают в горшочках, в которых приготавливали, посыпают измельченной зеленью.

**Чахохбили.** Нарубленную на куски птицу кладут на разогретую с жиром сковороду, посыпают солью, перцем, обжаривают при сильном нагреве. Складывают в глубокую посуду, добавляют пассерованный репчатый лук, мелко нарезанные помидоры, сухую мучную пассеровку, бульон или воду, уксус, зелень кинзы и базилика, толченый чеснок, перец, лавровый лист и тушат до готовности.

При отпуске кладут в баранчик или на порционную сковороду, посыпают зеленью, кладут дольку лимона. Можно отпустить с рисом.

## СХЕМА РАЗДЕЛКИ ТУШЕК ПТИЦЫ



На приведенной выше схеме показан самый простой способ разделки цельной тушки курицы. Начать удобнее всего с ножек: отрезать нижнюю часть ног («барабанные палочки») (А) и бедра (В). Затем отрезают крылышки (С). Следующая (4-я) операция — разрезают грудную клетку и отделяют спинку и грудку. Спинку, разрезав поперек, делят на две части (D и E). Наконец, последняя операция — грудку тоже разрезают вдоль на две половинки (F).



Техника разделки представлена курица, но, поскольку анатомия всех птиц в основном одинакова, вы сможете пользоваться теми же приемами для обработки утки, индейки, цесарки и других видов птиц

**Отделение ножек.** Положите куриную тушку на разделочный стол грудкой кверху. Слегка оттяните ножку и разрежьте кожу между тушкой и

бедрышком. Теперь выверните ножку наружу так, чтобы кость бедра вышла из сустава. Разрежьте между бедром и суставом, и ножка легко отделится. То же самое проделайте и с другой ножкой.

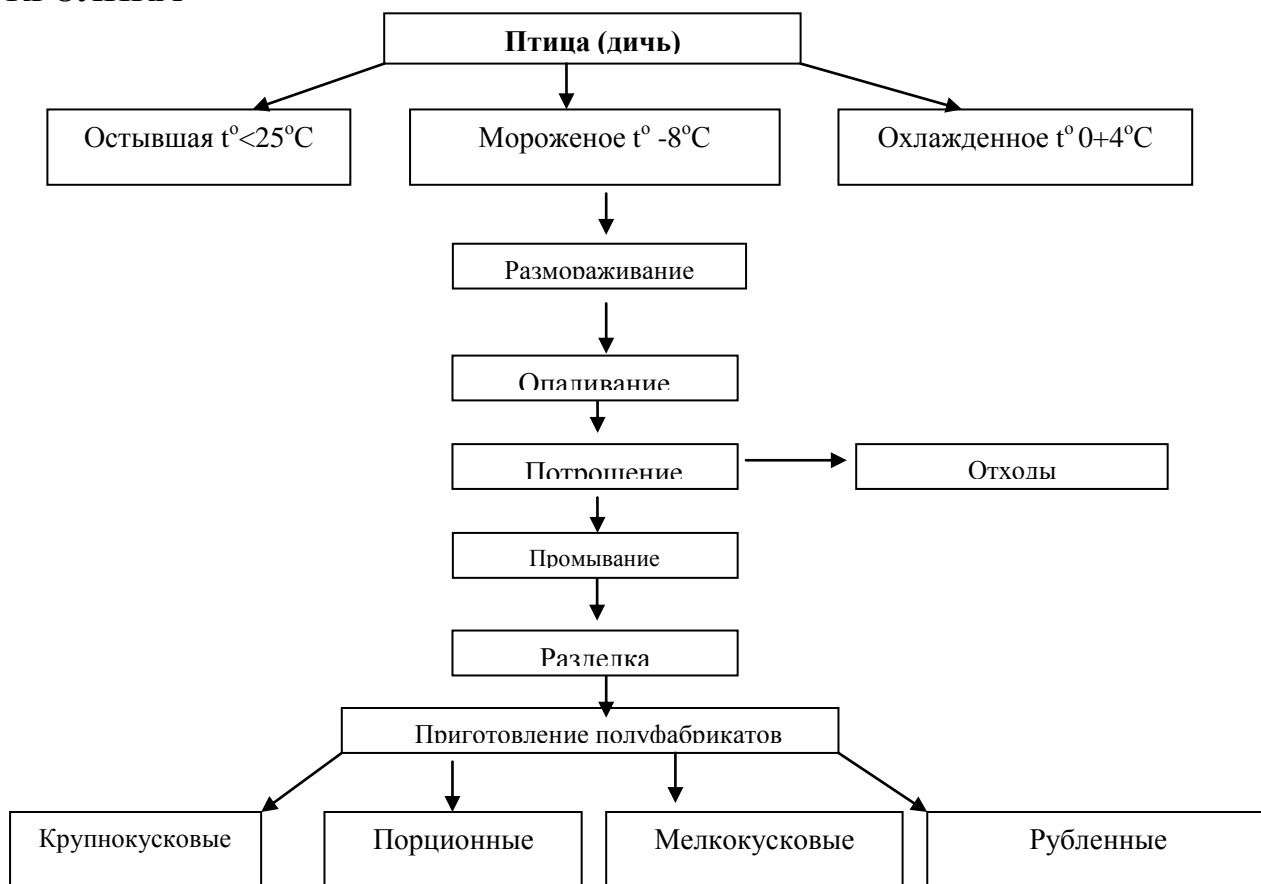
**Деление ножки.** Положите каждую ножку по очереди на стол кожей вниз, и, сильно нажав лезвием ножа в месте сочленения, отделите нижнюю часть ножки от бедра. Если птица слишком маленькая, то можно обойтись без этой операции.

**Отделение крылышек.** Прижмите одно из крылышек к тушке. Теперь вы видите под кожей оба окончания плечевого сустава. Сделайте надрез между окончаниями костей сустава, затем потяните крыло и разрежьте у основания крыла. Отделите таким же образом и второе крылышко.

**Разрезание тушки.** Просуньте лезвие ножа внутрь тушки и проткните ее с одной стороны между плечевым суставом и грудной клеткой. Разрежьте параллельно позвоночнику на себя и осторожно отделите костяк грудной клетки. Повторите то же самое с другого бока курицы.

**Отделение грудки.** Оттяните мясо грудки от спины, чтобы обнажились плечевые кости. Разрежьте между этими костями и отделите грудную часть. Затем, разрезав спинку поперек в том месте, где кончается грудная клетка, разделите спинку на две части.

#### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ СХЕМА ОБРАБОТКИ МЯСА ПТИЦЫ, ДИЧИ И КРОЛИКА



## Приготовление полуфабрикатов

Из птицы готовят полуфабрикаты: целые тушки, подготовленные к тепловой обработке: порционные, мелкокусковые и рубленые.

**Тушка, подготовленная к тепловой обработке.** Чтобы тушки равномерно прогревались при варке и легче порционировались при жарке, их формуют (заправляют). Существуют несколько традиционных способов формовки тушек ("в кармашек", "в одну нитку" и "в две нитки").

Для заправки "в кармашек" на брюшке тушки с двух сторон делают разрезы кожи ("кармашки") и вставляют в эти прорезы концы ножек. Кожей от шеи закрывают шейное отверстие, крылья подвертывают к спинке так, чтобы они придерживали кожу шеи.

**Заправка "в одну нитку"** — тушку кладут на спинку, придерживают левой рукой, а правой прокалывают окорочка поварской иглой с ниткой, затем иглу с ниткой переносят под тушкой в первоначальное положение и делают второй прокол, пропуская иглу под конец выступа филейной части, прижимают ножки к тушке и завязывают концы нитки узлом на спине. В одну нитку заправляют птицу и дичь для жарки.

**Заправка "в две нитки"** — тушку кладут на спинку, через ножку в месте сгиба пропускают нитку, продевают ее дальше через тушку и вторую ножку, затем тушку повертывают набок, иглу с этой же ниткой пропускают через крылья и кожу от шеи, завернутую на спину; концы первой нитки (один, оставшийся у окорока, и второй у крыла) связывают. Тушку кладут на спинку, берут вторую нитку, пропускают ее через тушку под спинку у таза, прижимают этой ниткой (петлей), пропустив ее обратно через тушку, связывают концы нитки. Так заправляют кур, цыплят, индеек, крупную дичь.

**Порционные полуфабрикаты.** Из птицы, дичи и кролика готовят полуфабрикаты: котлеты натуральные; котлеты панированные; птица, дичь, кролик по-столичному; котлеты натуральные фаршированные.

Для приготовления этих полуфабрикатов используют филе кур, индеек, реже фазанов, рябчиков, тетеревов и куропаток. У кролика используют мякоть задних ножек или спинной части.

Для отделения филе птицу кладут на разделочную доску спинкой вниз, подрезают кожу в пашинках и отгибают ножки, выворачивая их в суставах; снимают кожу с филейной части; по выступу грудной кости подрезают мякоть; разрубают косточку-вилку (ключицу) и срезают сначала одно филе с плечевой (крыльной) косточкой, а затем — другое. Снятое филе состоит из двух слоев мышц: наружного (большое филе) и внутреннего (малое филе).

Из малого филе вытягивают продольное сухожилие, а из большого — остаток ключицы. Плечевую косточку зачищают от мякоти и сухожилий и

укорачивают до 3—4 см, отрубая утолщенную часть. Далее с большого филе срезают поверхностную пленку, а с внутренней его стороны делают вдоль один или два небольших косых надреза, разворачивают филе так, чтобы открылось проходящее внутри него сухожилие, которое перерезают в двух-трех местах, после чего филе формируют.

**Котлеты натуральные.** В разрез большого филе вкладывают малое, края большого филе подворачивают к середине, закрывая малое филе, и придают овальную форму.

**Котлеты панированные.** В отличие от натуральных эти полуфабрикаты смачивают в льезоне и панируют в белой панировке.

**Птица, дичь, кролик по-столичному.** У большого филе отрезают плечевую косточку. Подготовленное филе слегка отбивают, смачивают в льезоне, панируют в белом хлебе, нарезанном соломкой. У кролика используют мякоть задних ножек или спинной части.

**Котлеты по-киевски (фаршированные).** Подготовленное большое филе (с косточкой) курицы надрезают вдоль с внутренней стороны, разворачивают мякоть и слегка отбивают до толщины 2,5—3 мм; сухожилия слегка надрезают и, если образуются разрывы, на них накладывают тонко отбитые кусочки филе; на середину отбитого филе кладут сформованный в виде груши кусочек сливочного масла. На фарш укладывают малое филе и заворачивают края большого филе так, чтобы полностью покрыть фарш. Котлеты смачивают в льезоне, панируют в белой панировке, еще раз смачивают в льезоне и снова панируют в белой панировке. До жарки хранят в холодильнике, чтобы масло застыло. Масло для фарширования можно смешать с рубленой зеленью или сырыми желтками яиц.

**Котлеты, фаршированные соусом молочным с грибами.** Используют филе кур, фазана, рябчика, куропатки серой, глухаря или мякоть, снятую с окорочков кролика. Для фарша в густой молочный соус кладут рубленые вареные грибы (белые или шампиньоны). У большого зачищенного филе отрезают косточку. На середину филе кладут фарш, накрывают малым филе, под малое филе вставляют зачищенную косточку с тонкой стороны большого филе (для филе из дичи вставляют косточку из ножки). Затем завертывают края большого филе, придают грушевидную форму, панируют дважды в белой панировке. Котлеты можно фаршировать паштетом из печени.

**Мелкокусковые полуфабрикаты.** Полуфабрикаты для рагу нарубают из птицы, дичи, кролика или обработанных субпродуктов кусками массой по 40—50 г.

Куски такой же массы нарубают из спинной части кролика для

приготовления полуфабриката — кролик на вертеле.

**Рубленые полуфабрикаты.** Для полуфабрикатов из рубленой птицы готовят котлетную и кнельную массы.

Котлетная масса. Для котлетной массы используют кур, бройлеров-цыплят, индеек, рядчиков, тетеревов, куропаток, глухарей, фазанов, кроликов. У птицы используют всю мякоть тушек, а у дичи (кроме фазанов и куропаток) — только филе. Мякоть отделяют от костей и кожи (можно использовать мякоть и вместе с кожей), пропускают через мясорубку вместе с внутренним жиром. Измельченное мясо соединяют с замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом без корок, кладут соль, перец, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают.

Внутренний жир можно заменить сливочным маслом или маргарином сливочным. Из котлетной массы готовят котлеты, биточки, зразы, фрикадельки и др.

**Котлеты** панируют в сухарях, белой панировке или в белом хлебе, нарезанном кубиками (котлеты пожарские).

**Биточки** обычно не панируют, так как их часто припускают.

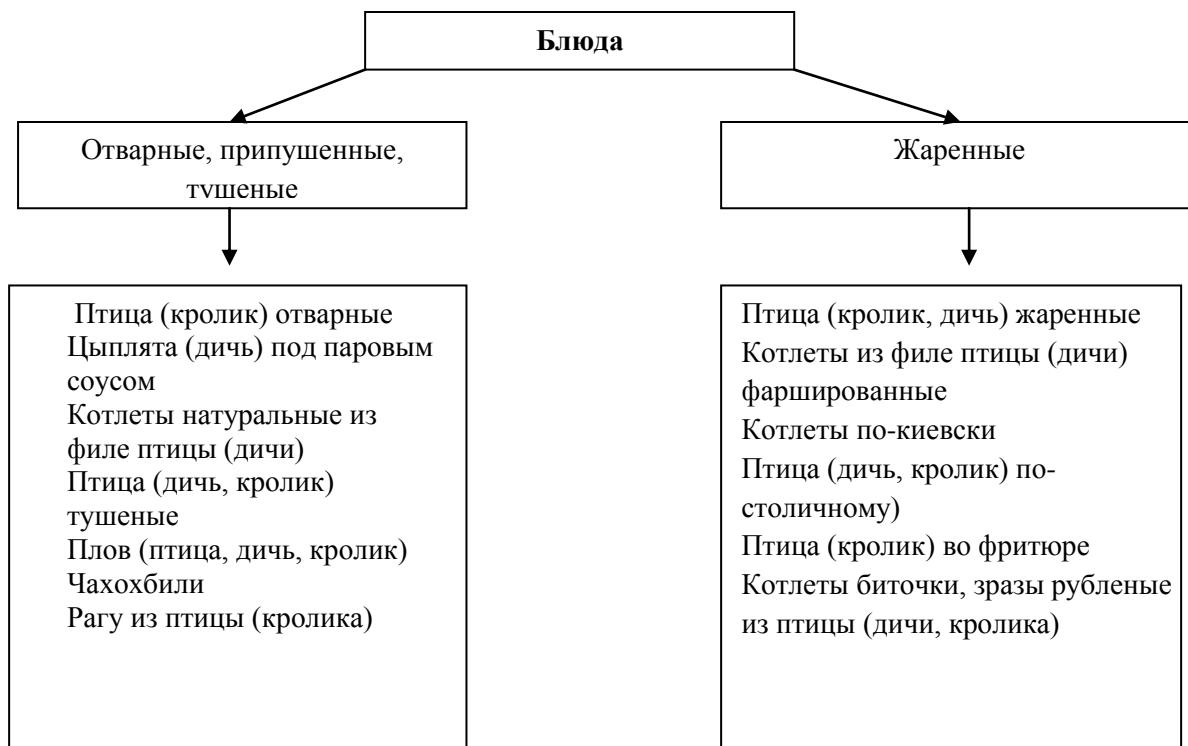
**Биточки фаршированные** фаршируют мелкорублеными вареными шампиньонами. Полуфабрикату придают круглую форму и панируют в сухарях.

**Зразы** готовят из мякоти (без кожи) кур и бройлеров-цыплят. Для фарша очищенные морковь и кабачки мелко шинкуют, припускают с маслом, заливают яйцами, смешанными с молоком, доводят до готовности. Омлетную массу нарезают ломтиками. Полуфабрикат формуют как зразы рубленые из говядины, но не панируют, так как варят на пару или припускают.

Кнельная масса. Мякоть птицы или филе дичи два-три раза пропускают через мясорубку с отверстиями решетки диаметром 2,5—3 мм, добавляют замоченный в молоке или сливках белый хлеб и вновь пропускают через мясорубку. Затем добавляют яичные белки и тщательно взбивают, постепенно добавляя молоко или сливки. Масса должна быть пышной, легкой. Перед окончанием приготовления добавляют соль.

Массу используют для фарширования котлет из филе дичи\*, приготовления клецек для гарнира к прозрачным супам, а также для приготовления паровых котлет.

## БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ, ДИЧИ И КРОЛИКА



#### Продолжительность варки

Цыплята .....	20-30 мин
Молодые куры.....	50-60мин
Старые куры.....	2-3ч.
Гуси, индейки .....	1-2 часа
Дичь.....	20-40мин

#### Продолжительность жарки

Цыплята, дичь.....	20-30мин
Куры, утки .....	40-60мин
Гуси, индейки.....	1-1,5часа

#### ***Блюда из птицы, дичи и кролика***

Блюда из сельскохозяйственной птицы, так же как и мясные, является важным источником белков. В мясе птицы меньше соединительной ткани и поэтому неполноценных белков в 2—3 раза меньше, чем в говядине

Содержание белка в мясе вареной курицы, индейки достигает 30% общей массы. Жиры птицы легкоплавки, содержат много высоконепределельных кислот и легко усваиваются. Мясо дичи содержит белков еще больше, чем мясо сельскохозяйственной птицы, а жира значительно меньше.

Особенно ценятся блюда из филе птицы, так как они содержат больше азотистых веществ и отличаются нежной консистенцией. Блюда из дичи



характеризуются специфическим (иногда горьковатым) привкусом. Кулинарные изделия из нежирной сельскохозяйственной птицы широко используются в лечебном питании. Гарниры круп и картофеля дополняют блюда из птицы, дичи и кролика углеводами, а овощные обогащают их витаминный и минеральный состав.

### ***Блюда из отварной и припущенной птицы, дичи и кролика***

#### ***Общие приемы варки, припускания и тушения.***

Заправленные целые туши птицы кладут в горячую воду (2—2,5 л. на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, уменьшают нагрев удаляют пену, добавляют коренья, репчатый лук, соль и варят. Готовность определяют проколом поварской иглой в толстую часть ножки, при этом игла должна свободно входить, а из прокола — вытекать прозрачный сок.

По мере спроса птицу нарубают по два кусочка на порцию (кусочек ножки и кусочек филе) и прогревают в бульоне. При порционировании птицу вначале разрубают пополам в продольном направлении, а затем каждую половинку делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусочков. Кроликов рубят на 4—6 частей в зависимости от величины тушек и норм выхода. Вареную птицу и кролика заливают бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде.

Припускают изделия из котлетной и кнельной массы, филе кур или дичи, молодых кур и цыплят. Изделия из котлетной массы, филе кур или дичи укладывают в один ряд на дно сотейника, смазанное маслом, заливают бульоном на 1/3—1/4 их высоты, закрывают сотейник крышкой и припускают на слабом огне. Филе кур сбрызгивают лимонным соком, чтобы цвет мяса был более белым. Цыплят и порционные куски молодых кур укладывают наклонно и припускают с белыми кореньями и луком, которые кладут на дно сотейника.

Отварную и припущенную птицу и кролика отпускают с белыми и соусами и гарнирами из отварного риса, припущенных и вареных овощей.

### ***Блюда из тушеной птицы, дичи и кролика***

Тушат чаще всего старую птицу, которую нельзя жарить. Кром того тушение придает блюдам особый вкус и сочность. Перед тушением птицу нарубают на куски и обжаривают или обжаривают ее тушками, а затем нарубают. Жарят целыми тушками и порционными кусками на плите и в жарочных шкафах с жиром или во фритюре.

Целые тушки натирают солью и смазывают сметаной. Для жарки гусей и уток I категории используют сало-сырец, снятое с птицы. Заправленные тушки укладывают спинкой вниз на противни или сковороды с разогретым до температуры 150—160°C жиром и обжаривают до образования ровной румяной корочки по всей поверхности туши. Обжаренные тушки ставят на 15—20 мин в жарочный шкаф для доведения до готовности. Готовность определяют

проколом поварской иглой ножки, при этом она должна свободно входить в толщу мякоти, а из прокола вытекает прозрачный сок. Для жарки в жарочном шкафу подготовленные тушки укладывают на противень спинкой вниз. Первоначальная температура в жарочном шкафу должна быть 200-250°C, через 10 мин температуру снижают до 160°C и доводят птицу до готовности. Перед жаркой тощую птицу смазывают сметаной или поливают растопленным жиром, а жирных гусей и уток поливают горячей водой. Во время жарки птицы в жарочном шкафу тушки периодически переворачивают и поливают жиром и соком, выделившимися при жарке.

Старых уток, гусей и индеек перед жаркой рекомендуется отваривать до полуготовности.

На порции птицу и кролика рубят непосредственно перед подачей. Индеек, гусей, уток и кур рекомендуется подавать по два кусочка на порцию (кусочек ножки и кусочек филе). При порционировании крупной птицы можно вырубать спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль так, чтобы одна половина получилась со спинной костью, которую вырубают.

Кроликов рубят на 4—6 и более частей в зависимости от величины тушек и массы порций.

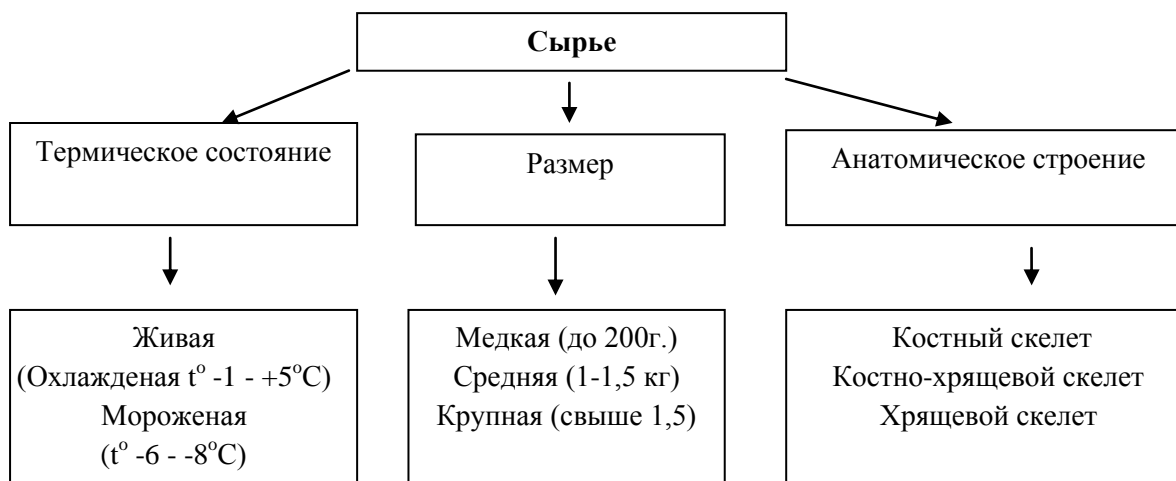
Рябчиков, тетеревов, куропаток, глухарей и фазанов жарят, как домашнюю птицу. Рябчиков и куропаток подают целыми тушками или разрубленными на две части в продольном направлении. Крупную дичь порционируют, как домашнюю птицу. Мелкую дичь (вальдшнепов, перепелов, дупелей и бекасов) подают целыми тушками.

Перед подачей нарубленные порции кладут на противни или в сотейники, подливают немного «сочка» и ставят в жарочный шкаф с температурой 160—180°C на 5—7 мин.

Основным гарниром к жареной птице и дичи является картофель жареный. Дополнительно можно подавать зеленые салаты, салаты из белокочанной и краснокочанной капусты, соленые и маринованные огурцы, фрукты, моченые яблоки.

## ГЛАВА 7. ТЕХНОЛОГИЯ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ РЫБЫ

### Характеристика рыбного сырья



Признаки доброкачественности охлажденной рыбы:

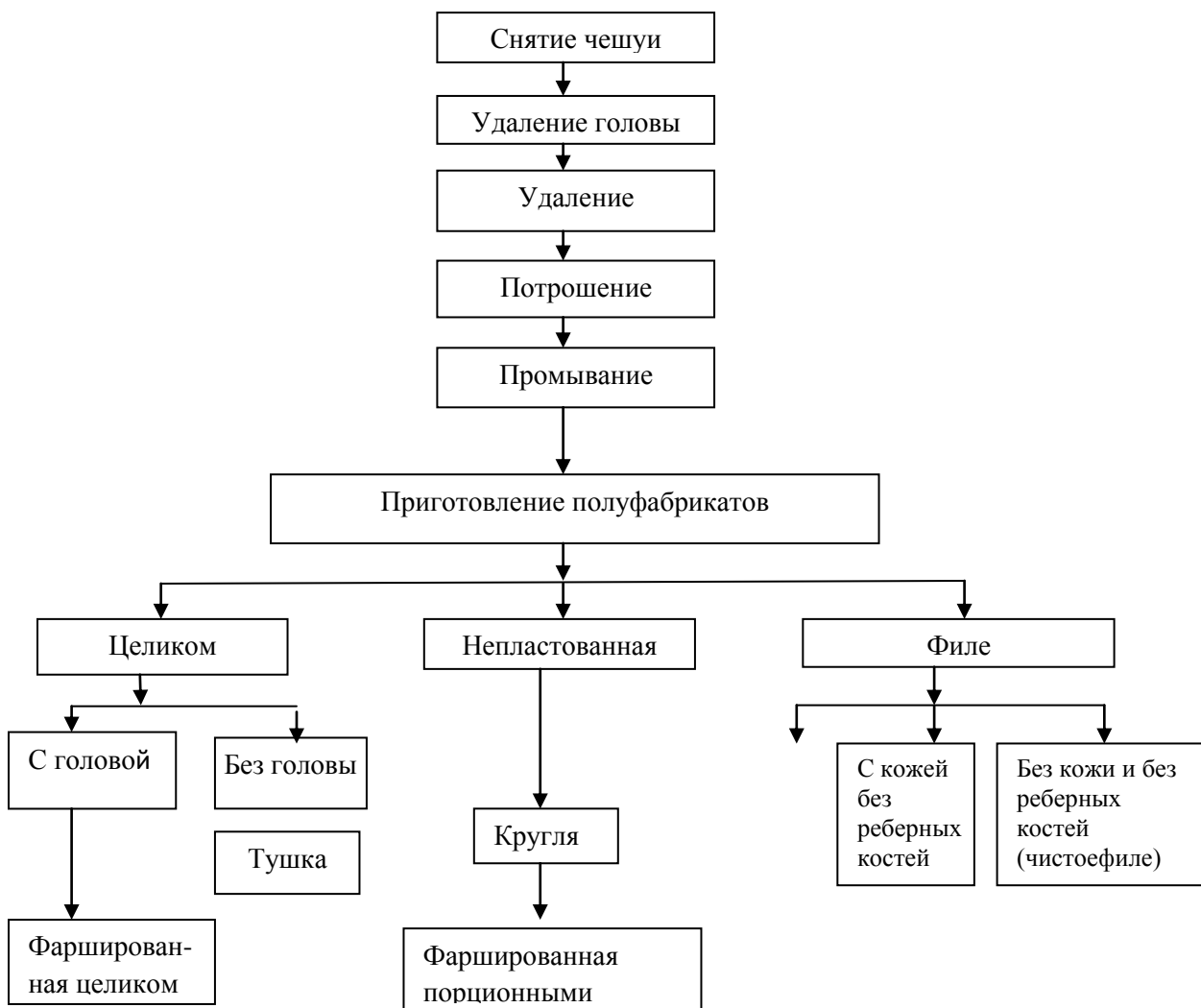
1. Яркий цвет поверхности рыбы;
2. Наличие на поверхности умеренного количества слизи;
3. Упругая консистенция мышечной ткани;
4. Глаза светлые, выпуклые;
5. Жабры ярко красные или розовые без слизи и кислого или гнилостного запаха.

Рыбу широко используют для приготовления закусок, супов, вторых блюд. Кроме того, используют рыбные гастрономические продукты: малосольную рыбу, созревающую при посоле (лососевые, сельдевые рыбы), рыбу горячего и холодного копчения, балычные товары. В русской кухне рыбные блюда готовят с глубокой древности.

Когда-то на Руси использовали только пресноводную рыбу. Затем, когда русские заселили берега северных морей, стали употреблять морскую рыбу (треска, палтус, зубатка). Широкое распространение морская рыба получила лишь в XIX в. Наконец, в последние десятилетия в питании возросла роль океанических рыб (минтая, скумбрии, ставриды и др.).

Рыба поступает на предприятия общественного питания свежей (живой, свежеуловленной, охлажденной, мороженой), а также соленой.

### РАЗДЕЛКА РЫБЫ С КОСТНЫМ СКЕЛЕТОМ



Размораживание: Применяют два способа размораживания:

- а) в воде;
- б) на воздухе.

Наиболее быстрый способ размораживания в воде. Температуру воды поддерживают в ваннах, на уровне 20-25°C. Продолжительность размораживания зависит от размеров рыбы и составляет 2-3 часа. Процесс размораживания считается законченным, если температура мышечной ткани составляет -1°C.

Размораживание рыбы на воздухе сопровождается уменьшением ее массы на 8-11 % за счет вытекания сока и испарения влаги. Рекомендуется накрывание рыбы полиэтиленовой пленкой для снижения потерь массы.

2. Удаление чешуи: Чешую с кожного покрова рыб удаляют на чешуеочистительных машинах или вручную. При очистке рыбы от чешуи с ее поверхности удаляют слизь количество которой составляет 3% и более массы тела.

3. Удаление плавников: Удаляют вручную или на специальных машинах – плавникорезки разных конструкций. Плавники срезают на уровне кожного покрова. Хвостовой плавник отрезают на 10-20мм выше окончания кожного покрова.

4. Удаление голов: Отделяют с помощью специальных головоотсекающих машин, рабочим органом которых служит нож, выполненный в виде полного цилиндра с заостренными краями.

5. Удаление внутренностей: Специальным ножом вскрывают брюшную полость от калтычка до анального отверстия, удаляют внутренности и зачищают внутреннюю брюшную поверхность от сгустков крови, а также от черной пленки. У отдельных видов рыб внутренности удаляют через отверстие, образовавшееся после удаления головы.

6. Промывание: Обработанные тушки тщательно промывают в проточной воде и укладывают на 10-15 минут на решетки для стекания воды.

#### 7. Приготовление полуфабрикатов

Обработанные тушки рыбы и филе являются основными рыбными полуфабрикатами. Без какой-либо дополнительной подготовки их можно направлять на тепловую обработку для приготовления блюд. Вместе с тем тушки и филе рыбы являются основой для приготовления порционных и мелкокусковых полуфабрикатов, а также изделий из котлетной и кнельной масс.

В зависимости от использования различают полуфабрикаты для варки, припускания, жарки основным способом, жарки во фритюре, запекания.

Для варки используют: рыбу в целом виде; подготовленные звенья рыб осетровых пород; порционные куски из тушки (кругляши); порционные куски из пластованной рыбы с кожей и костями, с кожей и без костей. Куски нарезают поперек волокон, держа нож под прямым углом к рыбе. На каждом куске для предотвращения деформации при тепловой обработке кожу надрезают в двух-трех местах.

Для припускания используют: рыбу в целом виде (в основном для банкетов), звенья (рыб осетровых пород), порционные куски из пластованной рыбы с кожей без костей, без кожи и костей. Допускается нарезка порционных кусков из тушек рыбы с хорошо отделяющейся от костей мякотью (камбала, палтус, хек и др.). Порционные куски нарезают под острым углом (45°) широкими тонкими пластами. Такие куски равномерно прогреваются в малом количестве жидкости. На коже делают надрезы.

Для нарезки порционных кусков из рыб осетровых пород подготовленные звенья (зачищенные от хрящей и жучков) кладут на доски кожей вниз и нарезают на куски под острым углом, срезая мякоть с кожи. Полученные куски ошпаривают и промывают.

Стерлядь для припускания используют целиком с головой, придавая ей

форму кольца. Для этого в хвостовой части делают разрез, затем рыбу кладут спинкой вверх на стол и свертывают в виде кольца, при этом нос вставляют в разрез, сделанный в хвостовой части.

Порционные куски из пластованной стерляди нарезают с кожей под острым углом. Мелкую стерлядь нарезают на порционные куски, не пластуя.

Для **жарки основным способом** рекомендуются: рыба в целом виде, звенья (рыб осетровых пород), порционные куски из непластованной рыбы (кругляши), порционные куски из пластованной рыбы с кожей и костями, с кожей без костей, без кожи и костей. Из филе порционные куски нарезают под острым углом, из непластованной рыбы — под прямым. Кожу в нескольких местах надрезают.

Порционные куски из рыб осетровых пород подготавливают так же, как для припускания.

Подготовленные полуфабрикаты (кроме звеньев рыб осетровых пород) перед жаркой панируют, т.е. покрывают их поверхность слоем панировки, для уменьшения потерь сока и растворенных в нем пищевых веществ и для образования румяной корочки.

В зависимости от способа жарки применяют различные панировки и различные способы панирования. Наиболее распространенные панировки: мучная — пшеничная мука 1-го сорта, предварительно просеянная; красная панировка — размолотые сухари пшеничного хлеба; белая панировка — черствый пшеничный хлеб, без корок, измельченный протирающим через сито (грохот). Иногда в качестве панировки используют пшеничный черствый хлеб без корок, нарезанный в виде соломки. Для приготовления фирменных блюд применяют также кокосовую стружку, измельченный миндаль, кукурузные хлопья и др.

Чтобы панировка лучше прикрепилась, продукт смачивают в яично-молочной смеси — лезоне (слово заимствовано из французского и означает "связь"). Для приготовления лье-зона яйца или меланж (670 г) смешивают с водой или молоком (340 г), солью (10 г) и хорошо перемешивают.

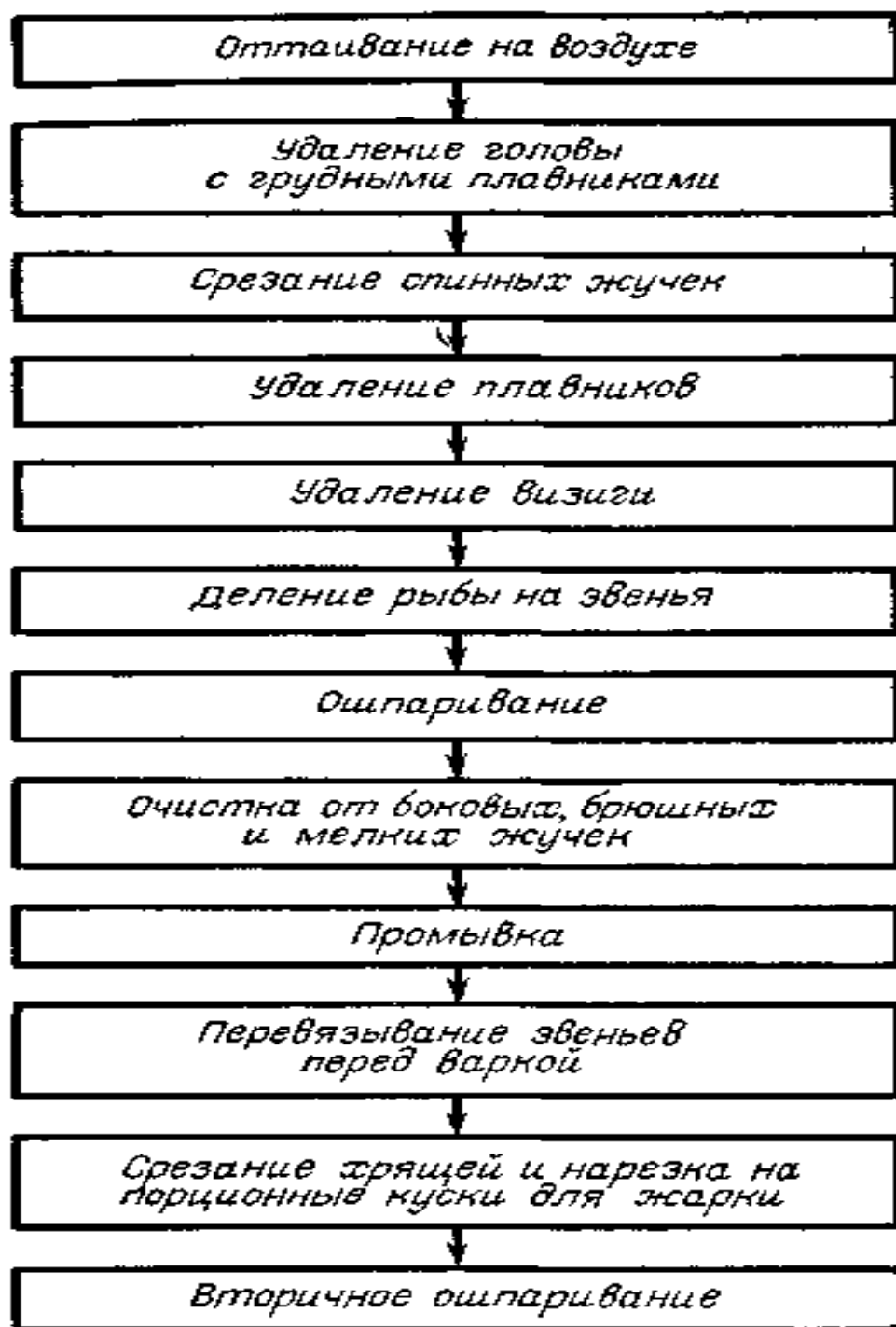
Наиболее распространенные способы: панирование простое, или простая панировка, и двойное, или двойная панировка.

Простая панировка используется для рыбы, жаренной основным способом. Целую рыбу (навагу, скумбрию, карасей, корюшку и др.), а также порционные куски перед жаркой посыпают солью, молотым перцем и панируют (обваливают) в муке или молотых сухарях либо в смеси муки и сухарей. Чтобы соль и перец распределялись равномерно, их при массовом приготовлении блюд смешивают с мукой или сухарями. Куски рыбы, нарезанные из филе без кожи и костей, панируют в муке, так как она хорошо удерживает выделяющийся сок.

Двойная панировка используется для полуфабрикатов, жаренных во

фритюре. Подготовленные полуфабрикаты сначала панируют в муке, затем смачивают в льезоне и обваливают в красной или белой панировке.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ СХЕМА РАЗДЕЛКИ РЫБЫ С КОСТНО-ХРЯЩЕВЫМ СКЕЛЕТОМ



Обработка рыбы с костно-хрящевым скелетом. Рыба осетровых пород, за исключением стерляди, поступает мороженой и полностью потрошеной. Обработка ее включает размораживание, удаление голов, спинных жучков, плавников, визиги, пластование, ошпаривание и зачистку.

У размороженных тушек отрубают голову вместе с грудными плавниками и костями плечевого пояса двумя косыми срезами вдоль жаберных крышек. После этого у рыбы срезают спинные жучки со спинным плавником, удаляют анальный, брюшной плавники по линии их основания, отделяют хвостовой плавник по прямой линии перпендикулярно позвоночнику на уровне начала лучей и удаляют визигу. Иногда хвостовой плавник не отрезают до удаления визиги — плотного хряща, заменяющего осетровым рыбам позвоночник. При этом у хвоста надрезают мякоть вокруг визиги и вытягивают ее вместе с хвостом, осторожно, чтобы не порвать. Извлечь визигу можно и другим способом — после пластования рыбы, но при этом она может быть повреждена. В некоторых случаях рыба поступает без визиги, которую удаляют одновременно с внутренностями при промышленной обработке.

Рыбу пластуют, разрезая вдоль по середине жировой прослойки на спине на две половинки — звенья. Крупные звенья разрезают в продольном и поперечном направлениях так, чтобы длина куска не превышала 60 см, а масса — 4—5 кг.

Для облегчения дальнейшей очистки рыбы от костных жучков звенья ошпаривают, погружая их кожей вниз в рыбный котел или специальную ванну с горячей водой на 2—3 мин. При этом воды берут такое количество, чтобы в нее была погружена лишь нижняя часть звена с кожей, а мякоть находилась над водой. Затем звено быстро очищают от боковых, брюшных жучков и мелких костных образований, удаляют брюшную пленку. Дальнейшая обработка звеньев зависит от их кулинарного использования.

Для варки целиком звенья после ошпаривания и зачистки жучков промывают, подвертывают тонкую брюшную часть, перевязывают шпагатом для лучшего сохранения формы, а затем кладут на решетку рыбного котла. В результате ошпаривания масса звеньев уменьшается на 5—10%.

При использовании звеньев осетровой рыбы для припускания или жарки в целом виде либо порционными кусками с кожей или без кожи у них сначала срезают хрящи, затем ошпаривают и зачищают от жучков.

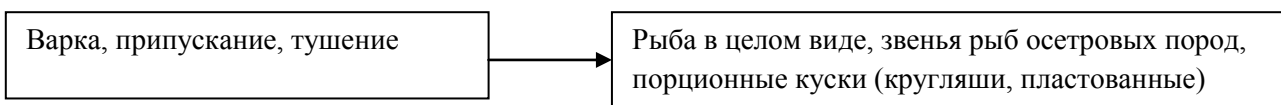
Порционные куски перед тепловой обработкой ошпаривают еще раз. Для этого их опускают на 1—2 мин в воду температурой 95—97 °С (3—4 л на 1 кг рыбы). После ошпаривания куски промывают в воде, чтобы смыть выступившие сгустки белка. В процессе ошпаривания рыба уменьшается в объеме и уплотняется, поэтому при тепловой обработке ее форма сохраняется и при жарке от нее не отстает панировка. Воду, которой вторично ошпаривают



рыбу, можно использовать для приготовления бульонов.

Стерлядь после размораживания, не ошпаривая, очищают от жучков, разрезают брюшко, удаляют внутренности, жабры и визигу. У стерляди, предназначенной для припускания в целом виде, спинные жучки отделяют после тепловой обработки, а у стерляди, предназначенной для варки, припускания, жарки порционными кусками, — до нее. Для приготовления порционных кусков потрошеную стерлядь пластуют после удаления спинных жучков, а затем нарезают поперек кусками. Количество отходов при обработке стерляди составляет 42%.

### КУЛИНАРНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОЛУФАБРИКАТОВ ИЗ РЫБЫ



#### Ассортимент блюд:

1. Рыба паровая
2. Рыба в соусе белое вино
3. Рыба в рассоле
4. Рыба фаршированная целая
5. Рыба тушеная с луком и сладким перцем
6. Рыба тушеная в томатном соусе с овощами
7. И т.д.

#### Жаркаосновным способом:

- рыба в целом виде, звенья рыб осетровых пород, порционные куски (кругляши, пластованные)

#### Ассортимент блюд:

1. Рыба жареная целиком
2. Рыба жареная по-ленинградски (порционных сковородах)
3. Рыба жареная с лимонов

#### Жарка во фритюре:

- порционные куски пластованной рыбы без кожи и костей, мелкая рыба в целом виде

#### Ассортимент блюд:

1. Рыба жареная во фритюре
2. Рыба жареная в тесте

#### Жарка на решетке (рыба гриль):

- порционные пластованные куски рыбы без кожи и костей или осетровых пород без кожи и хрящей

Ассортимент блюд:

Рыба гриль

Жарка на вертеле:  
- звенья осетровых пород без кожи и хрящей

Ассортимент блюд:

1. Рыба на вертеле

Запекание:  
- рыба в целом виде, порционные куски пластованной рыбы и зевья осетровых пород

Ассортимент блюд:

1. Рыба по-русски (с белым соусом)
2. Рыба по-московски (в сметанном соусе с грибами)
3. Рыба, запеченная с помидорами
4. И т.д.

Полуфабрикаты из рубленой рыбы. Для приготовления котлетной и кнельной масс лучше всего использовать рыбу, имеющую небольшое количество костей, без резкого специфического запаха, нежирную свежую или хорошо вымоченную соленую. Можно использовать фарш промышленного производства.

Котлетную массу готовят из филе рыбы, нарезаая ее кусками, добавляют замоченный в молоке или воде черствый пшеничный хлеб из муки не ниже 1-го сорта (без корок), соль, перец, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку, после чего снова перемешивают и выбивают.

Если котлетная масса не вязкая (из трески, хека, пикши и др.), то в нее можно добавить сырые яйца. Если котлетная масса слишком вязкая, то для увеличения рыхлости кладут пропущенную через мясорубку охлажденную вареную рыбу в количестве 25—30% массы мякоти сырой рыбы

Котлетам придают овально-приплюснутую форму с одним заостренным концом; биточкам — кругло-приплюснутую форму. Панируют и те и другие изделия в сухарной панировке. Тефтели формируют в виде шариков массой по 12-15 г (на порцию подают 3—5 шт.) и панируют в муке. Для приготовления рулета котлетную массу раскладывают на мокрую ткань или целлофан в виде прямоугольника слоем 1,5—2 см. На середину прямоугольника в продольном направлении помещают фарш и, приподнимая концы, соединяют края котлетной массы.

К отварной припущенной рыбе в качестве гарнира подают отварной картофель в сочетании с отварными и припущенными овощами, грибами,

лимоны, зелень петрушки, сельдерея и соусы: белый, томатный и др.. в качестве дополнительного гарнира используют свежие, соленые овощи, а при банкетном оформлении морепродукты (вареные раки, мидии, криветки и др..)

Жареную рыбу гарнируют жареным картофелем в сочетании со свежими, солеными овощами, лимоном, зеленью.

На гарнир к рубленным изделиям подают жареный или отварной картофель, картофельное пюре, а также сложные гарниры: зеленый горошек, отварная цветная капуста и др.. при подаче поливают маслом или соусом. Соусы для рыбных блюд готовят на рыбном бульоне.

## ГЛАВА 8. ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

### Значение холодных блюд и закусок в питании

Холодные блюда и закуски обычно подают в начале приема пищи. В меню завтраков и ужинов они могут быть и основным блюдом. Холодные блюда отличаются от закусок тем, что обычно их подают с гарниром, они более сытные (холодный жареный ростбиф, курица галантин, рыба фаршированная и т. д.). Холодные закуски имеют меньший выход, подают их либо без гарнира (икра, семга, кета, шпроты и т. д.), либо с очень малым количеством его (килька и сельдь с луком).

Закуски можно подать и в горячем виде (горячие закуски). Горячие закуски по технологии приготовления сходны с горячими основными блюдами (из мяса, птицы, рыбы, субпродуктов и т. д.), но отличаются от них, как правило, более острым вкусом и тем, что подаются без гарнира в порционных сковородах, кроншелях, небольших кастрюльках (емкость 50—100 г) — кокотницах. Горячие закуски включают в меню после холодных.

Для приготовления закусок используют самые разнообразные продукты: зеленые салаты и мясо, картофель и рыбу, птицу, сыры и др. Поэтому и пищевая ценность закусок различна: некоторые из них малокалорийны (зеленые салаты, закуски из огурцов и др.) и служат лишь источником вкусовых веществ, витаминов и минеральных соединений, другие богаты белками, жирами и энергетическая ценность их велика (поросенок отварной с гарниром, ростбиф, паштет из печени и др.). При изготовлении холодных закусок заключительной операцией часто является механическая обработка (нарезка готовых продуктов, оформление и др.).

При этом возможно вторичное микробное обсеменение. Поэтому, готовя холодные закуски, следует особо строго соблюдать санитарные правила и выдерживать сроки и режимы хранения и реализации сырья, полуфабрикатов готовой продукции.

Для приготовления холодных закусок выделяют особые помещения (холодные цехи), специальный инвентарь и разделочные доски, которые запрещается использовать для обработки других продуктов.

В летнее время даже при наличии холодильного оборудования запрещается готовить особоскорпортящиеся холодные закуски — заливное мясо и рыбу, студни и некоторые другие.

Основное назначение закусок — возбуждение аппетита. Важную роль при этом играет внешний вид блюда. Для придания закускам привлекательного вида используют различные декоративные элементы из свежих и вареных овощей и зелени.

Овощи нарезают в виде звездочек, спиралей, ромбиков, вырезают из них цветы (хризантемы из лука, георгины из свеклы, розы из брюквы, редиса, тюльпаны из моркови и т. д.). Для оформления блюд используют в основном съедобные элементы. Оформление блюд не должно быть чрезмерно сложным и трудоемким. Облегчает работу по оформлению блюд использование специальных приспособлений: формочек, выемок, корбовочных ножей и др. При этом следует строго соблюдать санитарные правила.

Особенно велика роль холодных закусок в меню праздничных банкетов, поскольку они придают столу торжественность. Поэтому при оформлении закусок для банкетов используют особые приемы.

1. Укладывают на одно блюдо, вазу или салатник до 10 порций закуски.

2. Подают закуски в волованах (стаканчиках из слоеного теста), тарталетках (корзиночках из пресного сдобного теста), на крутонах из обжаренных ломтиков хлеба, на флюронах (выпечке из слоеного теста), в тимбалях (вазах, вырезанных из хлеба) и т. д.

3. Оформляют закуски в виде целых рыб (рыба заливная, фаршированная), тушек птицы (курица фаршированная галантин), целых поросят (поросенок отварной заливной) и т. д.

4. Используют красивую специальную хрустальную и мельхиоровую посуду (вазы, салатники и т. д.), многопорционные фарфоровые блюда, фигурные металлические шпажки (атле) и т. д.

5. Приготавливают специальные соусы с желатином (майонез с желатином, красный и белый соус шофруа с желатином).

6. Широко используют сложные гарниры и желе.

В группу холодных блюд и закусок входят: бутерброды, салаты и винегреты; закуски из овощей и грибов; закуски из рыбы; закуски из нерыбного водного сырья; закуски из мяса и птицы; закуски из яиц; горячие закуски.

Ассортимент холодных блюд и закусок зависит от сезона, типа предприятия, наличия сырья и других условий.

### ***Приготовление гарниров и желе***

***Сложный овощной гарнир.*** Многие холодные закуски отпускают со сложным гарниром. Для его приготовления варят очищенную морковь, картофель, брюкву, репу и охлаждают их. Каждый вид овощей нарезают мелкими кубиками (примерно ребро 0,5 см) вручную или на машинах для измельчения вареных овощей.

Картофель, чтобы он не разваривался, варят в подсоленной воде до полуготовности, сливают воду и доваривают на пару.

Морковь, репу, брюкву можно нарезать сырыми, добавить немного воды,

растительного масла и припустить до готовности. При таком способе приготовления возможность микробиологического загрязнения исключается, а отвар пригоден для приготовления соусов, супов и других блюд.

Отварные овощи заправляют растительным маслом или заправками. При отпуске их раскладывают горками. Для банкетных блюд овощи можно нарезать не кубиками, а мелкими звездочками, кружочками и т. д. (с помощью специальных выемок). Кроме перечисленных овощей, можно использовать свеклу, зеленый горошек. Свеклу варят в подкисленной воде, охлаждают и шинкуют, чтобы она не окрашивала другие продукты, ее заправляют растительным маслом.

**Капуста маринованная.** Белокочанную капусту шинкуют, кладут в неокисляющуюся посуду, добавляют уксус, соль и, помешивая, нагревают, пока не исчезнет вкус сырой капусты. Готовая капуста должна немного хрустеть при разжевывании. Ее быстро охлаждают, заправляют растительным маслом и используют как гарнир к блюдам из мяса и рыбы или как самостоятельное блюдо. Вместо уксуса можно использовать при припуске жидкость, оставшуюся после варки свеклы с уксусом.

**Лук маринованный.** Репчатый лук нарезают колечками, кладут в неокисляющуюся посуду, добавляют уксус, сахар, соль, прогревают и быстро охлаждают. Лук должен быть плотным и слегка хрустящим при разжевывании.

Бордюры из овощей. Целую отварную морковь или корнишоны разрезают вдоль, каждую половину шинкуют и при помощи ножа сдвигают нашинкованные пластинки так, чтобы получился "заборчик", который укладывают по краям блюда.

**Отварные овощи.** Для оформления банкетных блюд картофель, морковь, брюкву или репу вырезают шаровыми выемками. Эти шарики припускают, сливают отвар, охлаждают.

Можно охлажденные овощи с помощью поварской иглы окунуть в желе. Такой гарнир используют при изготовлении сложных банкетных закусок.

**Желе мясное.** Из костей мяса или птицы варят концентрированный бульон (1 л из 1 кг костей). Бульон процеживают, снимают остатки жира, добавляют замоченный желатин, растворяют его в бульоне, охлаждают до 60°C. Затем добавляют соль, лавровый лист, перец горошком, вводят яичные белки, размешанные с частью бульона, доводят до кипения и осветляют в течение 15—20 мин почти без кипения, после чего процеживают и охлаждают. Готовят два вида мясного желе: коричневое из обжаренных костей — для приготовления заливного мяса и дичи и светлое — для заливания поросят и птицы. Застывшее желе используют и для гарниров к холодным блюдам (ростбифу, ветчине и т. п.), для чего вырезают из него фигурки (квадратики, ромбики и т. д.).

**Желе рыбное.** Кости, кожу, плавники и чешую рыб хорошо промывают,

заливают холодной водой и варят при медленном кипении около 1—1,5 ч, снимая пену и жир. Бульон процеживают, растворяют замоченный желатин, охлаждают, добавляют специи, корни и стебли петрушки, сельдерея, лук и осветляют яичными белками так же, как мясное желе. Плотное рыбное желе называют "л а н с п и г". Если при варке рыбного бульона положить много чешуи, то желатин добавлять не надо.

### ***Бутерброды и закуски из хлеба***

Приготавливают бутерброды открытые, закрытые (сандвичи), комбинированные, закусочные (канапе), горячие. Отпускают их на тарелке, блюде или в вазе с бумажной салфеткой.

***Открытые бутерброды.*** Пшеничный хлеб нарезают на ломтики длиной 10—12 см, толщиной 1—1,5 см, массой 40—50 г. Нарезанные тонкими ломтиками мясные или рыбные продукты укладывают так, чтобы хлеб был целиком покрыт.

Приготавливают открытые бутерброды с ветчиной, колбасой вареной (1—2 куска), копченой и полукопченой (2—3 тонких куска), жареной говядиной, телятиной жареной или отварной, свиной, бужениной, вареным языком, копченой грудинкой, корейкой, шпиком, твердым или плавлеными сырами, вареной осетриной, севрюгой, белугой, семгой, лососиной, балыком, кетой и т. п.

Для открытых бутербродов с продуктами очень жирными (шпик, корейка, грудинка, плавленый сыр) или острого вкуса (сельдь, килька) чаще всего берут черный ржаной хлеб.

Для бутербродов из нежирных продуктов желательно хлеб предварительно смазать сливочным маслом или сделать из масла лепесток (розочку) и положить его сверху.

При нарезке ветчины, копченой грудинки, осетровой рыбы и других жирных продуктов жировой слой между отдельными кусками необходимо распределить равномерно.

Икру паюсную нарезают ломтиками, если она твердая; мягкую икру разминают на деревянной или мраморной доске, кладут на нее кусочки хлеба, обрезают их по краям и снимают с доски икру с хлебом, перевертывая бутерброд с помощью ножа. Сверху можно положить розочки из масла и шинкованный зеленый лук.

Икру зернистую и кетовую кладут аккуратно ложкой, а в углублении, которое делают в икре, или по краям ее раскладывают зеленый лук и розочки из масла.

Сельдь нарезают по 2—3 кусочка на бутерброд, вокруг кладут зеленый лук.

Кильки (без головы, хвоста и внутренностей), сардины и шпроты

укладывают на хлеб по диагонали, а по бокам располагают дольки отварного яйца.

**Закрытые бутерброды (сэндвичи).** С пшеничного хлеба (батона) срезают корки и нарезают его в длину узкими тонкими полосками (2—2,5 мм). Хлеб смазывают размягченным сливочным маслом (для мяса и сыра — с горчицей и солью); сверху кладут тонко нарезанные мясо или рыбу, икру, сыр и т. п., накрывают другой полоской хлеба, смазанного маслом, слегка прижимают полоски хлеба и разрезают на кусочки длиной 7—8 см. Эти бутерброды можно приготовить двух- и трехслойными. Они очень удобны в дороге.

**Комбинированные бутерброды.** На кусок батона укладывают несколько видов продуктов и соответствующим образом их оформляют. Очень часто эти бутерброды готовят с салатами, зеленью, овощами. Так, для бутерброда с ветчиной, яйцом и огурцом на кусок хлеба (40 г) кладут 2—3 кусочка ветчины, свернутой трубочкой, и оформляют кусочками яйца, огурца, масла и зеленью. Салат кладут посередине куска хлеба, а по бокам размещают фигурно свернутые кусочки мяса; оформляют бутерброд сливочным маслом с горчицей и овощами, входящими в состав салата.

**Закусочные бутерброды (канане).** Эти бутерброды напоминают по форме мелкие пирожные: их длина или диаметр 3,5—4,5 см. Используют их чаще всего для украшения стола на торжественных вечерах. Приготавливают закусочные бутерброды на маленьких гренках из пшеничного хлеба, с несколькими

Продукты подбирают так, чтобы они наиболее удачно сочетались по вкусу и цвету.

Пшеничный хлеб нарезают на полоски шириной 3—4 см, длиной 12—15 см и толщиной 6—8 мм. Хлеб обжаривают на масле, охлаждают, смазывают сливочным маслом или майонезом и красиво укладывают на него продукты, например сыр, ветчину, рубленое яйцо с маслом или паюсную икру, семгу и осетрину или кетовую икру, лук зеленый и севрюгу копченую и т. п. Красиво оформленные крутоны можно залить желе, после чего охладить и нарезать мелкими кусочками в виде прямоугольников, квадратов, ромбиков, треугольников или кружков.

**Горячие бутерброды (тартинки).** Для приготовления горячих бутербродов используют белый или черный хлеб (вчерашний или позавчерашний), желательно небольшие буханки.

Готовят бутерброды двумя способами:

**Первый способ.** С хлеба срезают корку, нарезают ломтиками толщиной 0,5—1 см, смазывают маслом, укладывают основные продукты (овощи, колбасу, ветчину, консервы, рыбу и т. д.), сверху аккуратно посыпают тертым сыром (или кладут кусочек сыра) и ставят на 5 мин в горячий жарочный



шкаф (при 275—300°С) до образования золотистой корочки и сразу же подают.

**В т о р о й с п о с о б.** Ломтики хлеба обжаривают с двух сторон до светло-коричневого цвета, укладывают на пирожковую или десертную тарелку, затем покрывают отдельно подогретыми продуктами; подают в горячем виде.

Если горячие бутерброды используют как самостоятельное блюдо, то к ним сервируют свежие или соленые огурцы, помидоры, салаты из фруктов, свеклы, грибов (в холодном виде). Салаты можно подавать на одном блюде с бутербродами.

Разновидностью горячих бутербродов являются гамбургеры, их готовят с различными продуктами.

**Крутоны.** Подготавливают крутоны из ржаного хлеба в виде ромбиков размером 3х4 см, толщиной 1 см, удаляют середину так, чтобы получилось углубление. В это углубление кладут разные продукты, часто заливают их соусом, посыпают тертым сыром и запекают.

**Крутоны-муаль.** Из ржаного хлеба вырезают ломтик в виде ромбика, по краям делают надрезы, обжаривают с маслом, удаляют середину так, чтобы получилась лодочка. В углубление кладут кусочек отварного костного мозга (муаль), заливают соусом мадера, посыпают тертым сыром и запекают.

## **Салаты и винегреты**

Салаты готовят из сырых овощей, овощей с фруктами, фруктов, из квашеных и маринованных овощей. Салаты можно готовить из одного вида овощей (из капусты, редиса, зеленого салата) и из разных овощей в различных сочетаниях. В некоторые салаты добавляют мясо, птицу, рыбу, раков, крабов, креветок и яйца.

Заправляют салаты и винегреты острыми заправками, майонезом, сметаной.

Салаты из овощей и зелени подают как самостоятельное блюдо и как гарнир к мясным, рыбным холодным блюдам, а также к горячей и холодной жареной птице.

Вареные или жареные продукты до приготовления из них салатов должны быть хорошо охлаждены.

Продукты должны быть нарезаны аккуратно, равномерно и красиво. Нарезают, смешивают и заправляют их перед самой подачей. При оформлении стремятся показать наиболее полно основные составные части салата, для чего кладут их сверху, например, на мясной салат — кусочки мяса, на рыбный — кусочки рыбы.

Наиболее распространены два способа приготовления и оформления салатов.

**Первый способ.** Нарезанные тонкими ломтиками продукты смешивают, заправляют соусом или заправкой, солят, укладывают в вазу, в салатник или на мелкую тарелку в виде горки, после чего оформляют поверхность продуктами, сочетающимися по вкусу.

**Второй способ.** При нарезке лучшие куски оставляют для оформления. Часть продуктов (примерно 1/3 всего количества) заправляют соусом, кладут горкой в салатник или вазу. На горку укладывают тонкие ломтики мяса или птицы, рыбы, крабов, ломтики или дольки яиц, а в центре горки — чашечки из мелких помидоров или яиц, наполненные икрой, либо букет из мелких листьев зеленого салата, либо веточки петрушки. Остальные продукты аккуратно помещают вокруг горки небольшими кучками (букетами). Непосредственно перед отпуском салат поливают майонезом или сметаной, но так, чтобы продукты, которые служат украшением, были видны.

**Салат из капусты.** Белокочанную или краснокочанную капусту шинкуют соломкой, кладут в сотейник, добавляют соль, уксус и, помешивая лопаткой, нагревают. Слегка размягченную капусту охлаждают, добавляют сахар, растительное масло и нашинкованный зеленый лук. В капусту можно положить клюкву или нарезанные дольками моченые или шинкованные соломкой яблоки и маринованную вишню и сливы (без косточек). При отпуске капусту посыпают зеленым луком.

Подают салат как самостоятельное блюдо и как гарнир к мясным холодным блюдам.

Салат из капусты можно приготовить и иначе: шинкованную капусту ошпаривают или перетирают с солью, а появившийся сок отжимают, после чего заправляют капусту, как и в первом случае. Но при этом способе теряется до 30% сока капусты, содержащего витамин С, минеральные соли, сахар и другие полезные вещества.

**Салат из помидоров.** Помидоры и лук репчатый нарезают кружочками, укладывают вперемежку в виде спирали, посыпают солью, перцем, поливают салатной заправкой или сметаной, сверху посыпают зеленью петрушки или укропом. Так же можно приготовить салат с добавлением свежих огурцов, нарезанных кружочками.

Салат витаминный. Сырую морковь, салатный сельдерей или корневую петрушку, свежие огурцы и яблоки (без кожицы и семян) шинкуют соломкой. Помидоры нарезают дольками. Все овощи смешивают, добавляют сметану, сахарную пудру, соль, лимонный сок, укладывают в салатник горкой и украшают продуктами, входящими в салат.

**Салат из редиса с огурцами и яйцом.** Редис и свежие огурцы нарезают тонкими кружочками. Желток вареного яйца растирают со сметаной, соединяют с рубленым белком, нарезанными огурцами и редисом, перемешивая,

заправляют солью и укладывают горкой. Украшают редисом и огурцом и посыпают укропом.

**Летний салат.** Отварной молодой картофель, свежие огурцы и свежие помидоры нарезают кружочками (помидоры можно и дольками), лук зеленый — брусочками, стручки отварной фасоли — ромбиками. Часть всех овощей (1/5) заправляют сметаной и соусом "Южный", укладывают горкой, посыпают мелкорубленным яйцом, а вокруг красиво размещают один против другого по два букетика помидоров, картофеля, огурцов, зеленого лука и стручков фасоли.

**Зеленый салат с помидорами и огурцами.** Очищенные листья зеленого салата нарезают на 2, 3, 4 части, огурцы — кружочками, свежие помидоры — дольками. Перед самой подачей все овощи перемешивают со сметаной, заправляют по вкусу солью. Поливают салатной заправкой, укладывают горкой, а у основания ее аккуратно располагают кружочки огурцов и дольки помидоров. Вместо сметаны салат можно заправить соусом майонез или заправкой для салатов.

**Картофельный салат.** Сваренный в кожуре картофель очищают и охлаждают, небольшую часть картофеля нарезают кружочками (для украшения), а остальную — мелкими тонкими ломтиками. Огурцы нарезают ломтиками, зеленый лук шинкуют. Большую часть огурцов, ломтики картофеля и нашинкованную белую часть лука перемешивают со сметаной или поливают растительным маслом, заправляют по вкусу солью и укладывают высокой горкой в салатник. Вокруг располагают кружочки огурцов и картофеля, сверху посыпают зеленым луком. Вместо сметаны этот салат можно заправить майонезом или салатной заправкой.

**Салат из фруктов.** Яблоки без кожуры и семян нарезают тонкими ломтиками, а абрикосы, персики, сливы, предварительно удалив косточки, дольками. Заправляют салат майонезом со сметаной, солью, сахарной пудрой и соком лимона, украшают фруктами, входящими в салат.

**Винегрет овощной.** Это блюдо можно приготовить из картофеля, моркови и свеклы, сваренных в кожуре или очищенными. Сваренные овощи охлаждают и нарезают ломтиками или кубиками. В свеклу перед варкой добавляют уксус. Перебирают и шинкуют квашеную капусту, зеленый лук. Морковь можно не класть в винегрет, а вместо нее увеличить закладку других овощей. Всю капусту или часть ее можно заменить солеными огурцами. Овощи, за исключением зеленого лука, поливают заправкой из растительного масла, уксуса, соли, перца, сахара, хорошо перемешивают, укладывают в виде горки и посыпают зеленым луком. При подаче на многопорционном блюде винегрет можно украсить овощами с яркой окраской. Винегрет можно готовить с сельдью, подавать с рыбой горячего копчения, кальмарами, грибами.

На крупных предприятиях для приготовления винегретов и овощных

салатов имеются поточные линии. Для каждого вида овощей на линии устанавливают машины непрерывного действия для очистки овощей, нарезки и варки паром.

Тепловой обработке подвергаются уже нарезанные овощи, что исключает вторичное микрообсеменение. Кроме того, варка паром уменьшает потери питательных веществ.

**Рыбный салат.** Звено осетрины варят, хорошо охлаждают и нарезают тонкими (2—2,5 мм) ломтиками, а отваренный в кожуре картофель охлаждают, очищают и часть нарезают кружочками, остальной — мелкими тонкими ломтиками. Очищенные огурцы нарезают кружочками, а свежие помидоры — дольками. Консервную банку с зеленым горошком обмывают, обсушивают и вскрывают.

Картофель, огурцы и мелкие кусочки рыбы заправляют соусом майонез, "Южный" и солью. На горку салата кладут ломтики осетрины, а вокруг горки — небольшие букетики нарезанных помидоров, огурцов, картофеля и зеленый горошек, после чего салат поливают соусом майонез или салатной заправкой. Рыбный салат готовят с различными видами рыб.

**Мясной салат.** Отварное мясо, картофель и огурцы нарезают ломтиками. Часть мяса, картофеля и огурцов заправляют майонезом, смешанным с соусом "Южный". Салат укладывают горкой и всю ее обкладывают ломтиками вареного мяса. Вокруг букетиками располагают картофель и помидоры, огурцы и зеленый салат (или зеленый горошек). Оформляют дольками или ломтиками отварного яйца. При отпуске салат поливают соусом майонез с добавлением соуса "Южный"; по желанию сверху можно уложить раковые шейки или крабы.

**Салат столичный.** В отличие от мясного этот салат готовят из филе жареной или вареной птицы. Украшают его кусочками птицы, ломтиками или дольками яйца, зеленым салатом, кружочками картофеля и огурца.

**Салаты-коктейли.** Это смеси различных готовых к употреблению продуктов в сочетании с соусами, заправками, зеленью, пряностями. Салаты-коктейли подразделяют на закусочные и десертные.

При приготовлении этих салатов продукты нарезают или мелкими кубиками или тонкими ломтиками, или соломкой, укладывают слоями. Компоненты в салатах-коктейлях обычно не перемешивают. Заправляют соусами и заправками непосредственно перед отпуском. Для оформления используют различную зелень (салат зеленый, зелень петрушки, укроп), ягоды в целом виде, дольки или кружочки апельсина, лимона, которые надевают на край бокала, фужера.

Подают салаты-коктейли в стеклянной посуде (фужеры, широкие бокалы, неглубокие конические стаканы, креманки, вазочки).

**Салат-коктейль овощной.** Очищенные от кожицы огурцы нарезают

соломкой, помидоры — ломтиками, цветную капусту отваривают в подсоленной воде и разбирают на мелкие соцветия. В фужер кладут нарезанные огурцы, затем слой помидоров, сверху цветную капусту. Салат поливают заправкой. При отпуске оформляют консервированным перцем и зеленью петрушки.

**Салат-коктейль рыбный.** Филе судака припускают, охлаждают, нарезают ломтиками. Белые свежие грибы отваривают. Грибы и огурцы (маринованные в банках) нарезают соломкой. Подготовленные продукты слоями кладут в фужер, поливают майонезом. При отпуске оформляют перцем сладким маринованным в банках, лимоном, зеленью петрушки.

**Салат-коктейль с ветчиной и сыром.** Вымытые свежие огурцы очищают от кожицы и нарезают соломкой. Так же нарезают сыр и ветчину в форме. Нарезанные продукты укладывают в фужер (креманку) слоями, поливают смесью майонеза и сметаны. При отпуске оформляют сладким маринованным перцем, яйцом, зеленью петрушки.

**Салат-коктейль с курицей и фруктами.** Мякоть вареной курицы нарезают мелкими кубиками, очищенные от кожицы яблоки — соломкой, апельсины — ломтиками, орехи измельчают. Продукты кладут в фужер слоями, поливают лимонным соком.

## **Закуски из овощей и грибов**

**Редька тертая с маслом или сметаной.** Подготовленную редьку трут на терке или шинкуют соломкой либо нарезают очень тонкими ломтиками. Перед отпуском заправляют солью, сахаром, растительным маслом или сметаной и посыпают зеленью.

**Свекла маринованная.** Вареную или печеную свеклу режут ломтиками, укладывают в керамическую, стеклянную или фарфоровую посуду и заливают чуть теплым маринадом, можно добавить тертый хрен.

Для маринада в кипящую воду добавляют корицу и гвоздику, лавровый лист, перец, сахар, соль, вливают уксус, кипятят 2—3 мин и охлаждают.

В течение 3—4 ч свекла в маринаде должна находиться в холодном помещении. При отпуске маринованную свеклу поливают растительным маслом.

**Тыква в маринаде.** Подготовленную тыкву режут ломтиками толщиной 1—1,5 см и массой по 30—40 г, панируют в муке, жарят на растительном масле, заливают частью готового соуса (маринад овощной с томатом), тушат 8—12 мин и охлаждают. Перед отпуском тыкву перекладывают на тарелки или в салатники, заливают окончательно маринадом, посыпают зеленью.

**Кабачки, баклажаны, перец, фаршированные овощами.** Подготовленные

для фарширования овощи наполняют фаршем. Для фарша нашинкованные соломкой лук, морковь, петрушку и сельдерей пассеруют на растительном масле, добавляют томатное пюре и вновь пассеруют, соединяют с полуготовой тушеной капустой (для кабачков), тушат 3—5 мин, заправляют солью, перцем и охлаждают.

Фаршированные овощи укладывают на противень или в глубокий сотейник, заливают томатным (сметанным, сметанно-томатным) соусом и тушат 20 мин. При отпуске охлажденные овощи поливают соусом и посыпают зеленью.

**Грибы маринованные, соленые или отварные с луком.** Белые, грузди, рыжики и другие маринованные или соленые грибы отделяют от маринада или рассола, нарезают дольками или мелкими ломтиками, заправляют растительным маслом или сметаной, укладывают в салатник и посыпают зеленым луком.

**Помидоры, фаршированные мясным салатом.** Верхнюю часть (1/3) помидора срезают, удаляют семена, сок, делают углубление, посыпают внутри солью, перцем, наполняют приготовленным мясным или рыбным салатом либо яйцом и луком, посыпают зеленью и укладывают в вазочку или тарелку с бумажной салфеткой.

**Икра из кабачков или баклажанов.** Подготовленные овощи запекают в жарочном шкафу, кабачки можно припустить. После охлаждения овощи рубят или пропускают через мясорубку. Репчатый лук мелко рубят и пассеруют на растительном масле, добавляют томатное пюре, вновь пассеруют, кладут баклажаны или кабачки и уваривают. Загустевшую и охлажденную массу заправляют перцем, уксусом, растительным маслом, иногда добавляют рубленный чеснок, растертый с зеленью. Отпускают икру, посыпая зеленью.

**Грибная икра.** Сушеные грибы варят и мелко рубят вместе с солеными грибами, затем соединяют с мелкорубленным репчатым луком и жарят 15—20 мин на растительном масле. Охлажденную икру заправляют уксусом, солью, перцем и посыпают зеленым луком.

## **Блюда и закуски из рыбы**

Осетрину, севрюгу варят звеньями, белугу — крупными кусками длиной 40—60 см, шириной 10—12 см, стерлядь — чаще всего порционными кусками. Частиковую рыбу варят порционными кусками, за исключением судака и щуки, предназначенных для фарширования целиком, или судака, форели, корюшки, используемых целиком для заливных блюд.

Рыбу, подаваемую под майонезом, или для салатов, маскируемых майонезом, иногда припускают. Рыбу, залитую маринадом, слегка обжаривают, не сильно колеруя. Филе очищенной сельди вымачивают и хранят в чайном

отваре или молоке.

Малосольную рыбу (семга, лососина, кета и др.) промывают и пластуют вдоль по позвоночнику, удаляют реберные кости, подрезают кожу и, начиная с хвоста, нарезают порционные куски, держа нож под углом 30—45°. Порционные куски укладывают на закусочные тарелки и гарнируют долькой лимона и зеленью.

При многопорционной подаче малосольную рыбу укладывают на овальном блюде или селечнице, порциям придают красивую форму (свертывают розочкой или укладывают лесенкой). В торцах блюда ставят дольки лимона (для устойчивости у долек подгибают кожу), а с боков укладывают веточки зелени.

У балычных изделий подрезают кожу, удаляют хрящи и срезают мякоть с кожи тонкими широкими кусками, держа нож под углом 30—45°. Чтобы мякоть, оставшаяся ненарезанной, не заветривалась, ее прикрывают кожей или заворачивают в пергамент. Отпускают балычные изделия так же, как малосольную рыбу, гарнируя лимоном и зеленью.

Рыбу горячего копчения (севрюгу, осетрину, морского окуня, треску, омуля и др.) зачищают от кожи и костей, а осетровых — от хрящей и порционируют. Осетровых нарезают | на порции установленной массы, держа нож под прямым углом. |

Порции укладывают на закусочные тарелки или в многопорционную посуду (овальное блюдо, селечницу), гарнируют листьями салата, свежими огурцами и помидорами, можно подать и сложный гарнир из вареных овощей, зеленого горошка, картофеля с соусом майонез.

К рыбе отдельно подают соус хрен с уксусом или соус майонез

Для ассорти используют несколько, но не менее трех видов рыбной гастрономии: семгу, лососину, рыбу холодного и горячего копчения, включают также холодную отварную рыбу, икру (кетовую, паюсную, зернистую), консервированных крабов, шпроты, кильку. Красиво нарезанные куски различных видов рыбной гастрономии укладывают на овальное блюдо или селечницу, чередуя по цвету. В состав ассорти часто включают икру, которую можно оформить в корзиночках или волованах из слоеного теста.

Крабов укладывают в таралетки и покрывают сеточкой из желе с майонезом или желе.

Кильки, очищенные и освобожденные от костей, сворачивают колечком и укладывают на кружочки вареного яйца.

Ассорти гарнируют свежими или маринованными огурцами, помидорами, фигурками из желе (флюоронами), дольками лимона и украшают веточками зелени и салатом. Отдельно в соуснике подают соус майонез или соус хрен с уксусом.

Рыбные консервы очень питательный продукт. На предприятиях общественного питания их используют как холодную закуску, а также для приготовления закусок, бутербродов и холодных блюд. Закусочные консервы — рыба в масле, рыба в томате, печень трески, паштеты.

Шпроты и сардины в масле подают на закусочных тарелках или селедочницах, гарнируют лимоном и зеленью. Тушки укладывают лесенкой или веером так, чтобы все хвостики были обращены в одну сторону, а спинки тушек прикрывали брюшко соседних, сверху поливают маслом, в котором они были приготовлены.

Рыбу в томате или собственном соку вынимают из банок и отпускают порциями установленной массы вместе с соусом или соком в салатниках либо на закусочных тарелках, сверху посыпают нарезанным зеленым луком или рубленой зеленью

Печень трески в масле вынимают из банок, измельчают, соединяют с шинкованными вареными яйцами, мелко нарезанным репчатым луком, заправляют маслом, в котором находилась печень. Приготовленную печень отпускают а салатниках, сверху посыпают зеленым луком.

Кильки, хамсу и салакупряного посола зачищают, удаляя голову и внутренности, промывают, аккуратно укладывают на закусочную тарелку или селедочницу спинками в одну сторону и гарнируют кружочками или дольками вареного яйца мелко нарезанным луком.

Можно отпускать консервы с репчатым луком, нарезанным кольцами. При отпуске поливают горчичной заправкой.

**Икра.** Зернистую или кетовую икру кладут горкой на розетку икорницы, а в икорницу укладывают мелкоколотый лед, украшают сливочным маслом. Паюсную икру разминают на доске, нарезают в виде ромба, треугольника, квадрата и укладывают на мелкую десертную тарелку, по бокам украшают веточками зелени петрушки. Отдельно подают нашинкованный зеленый лук, дольку лимона, кусочек сливочного масла.

**Сельдь натуральная с картофелем и маслом.** Подготовленное филе соленой сельди иногда подают целым, неразрезанным, но чаще нарезают поперек или по диагонали на кусочки шириной 2,5—3 см. Укладывают их на селедочном лотке в виде целой рыбы, прикладывают голову (без жабер) и хвост; по бокам украшают веточками зелени. Отдельно подают отварной горячий картофель и кусочек сливочного масла.

**Сельдь с гарниром.** На нарезанные ломтиками заправленные овощи кладут нарезанные поперек или наискось кусочки филе сельди, а по бокам красиво размещают гарнир из картофеля, огурца, моркови или свеклы, лука и яйца. Сельдь поливают горчичной или уксусной заправкой.

**Сельдь рубленая с гарниром.** Филе подготовленной сельди, очищенные



яблоки, размоченный в воде (или молоке) пшеничный хлеб и слегка спассерованный на растительном масле репчатый лук пропускают через мясорубку. Измельченную массу заправляют уксусом, солью, перцем, растительным маслом и укладывают в виде целой рыбы. Посыпают сельдью рубленым яйцом и зеленым луком, а по бокам гарнируют цветочками из масла, карбованной вареной морковью, кружочками свежего огурца и помидора.

**Рыба отварная с гарниром и хреном.** От охлажденного зачищенного звена отварной осетровой рыбы отрезают ломтики толщиной 1—1,5 см. Гарнируют рыбу отварным картофелем, морковью, брюквой, огурцами, нарезанными мелкими кубиками, зеленым горошком и т. п. Гарнир кладут букетами и поливают салатной заправкой.

Отдельно подают соус хрен с уксусом. В качестве дополнительного гарнира можно предложить рыбное желе, нарезанное кубиками.

Так же готовят и оформляют частиковую рыбу, но варят ее порционными кусками, охлаждают и перед отпуском слегка обсушивают.

**Рыба под майонезом.** На одну треть овощного гарнира, заправленного небольшим количеством майонеза, укладывают порционный кусок отварной рыбы и заливают его из бумажного конверта с зубчатым вырезом соусом майонез. Сверху блюдо можно украсить крабами и веточками зелени, кусочками свежих помидоров, а вокруг разместить букетами овощной гарнир.

Для заказных блюд соус майонез готовят с рыбным желе в соотношении 1:1, заливают рыбу, украшают и сверху заливают прозрачным желе.

**Рыба заливная.** Это блюдо можно приготовить двумя способами.

**Первый способ.** Порционные куски филе судака или другой рыбы варят и охлаждают на сите. Бульон, оставшийся после варки рыбы, соединяют с бульоном из рыбных пищевых отходов и процеживают. В горячий бульон кладут замоченный и отжатый желатин, растворяют его, охлаждают бульон до 50—60°C, вводят оттяжку, проваривают 20—30 мин, заправляют солью и процеживают. На противень наливают слой желе 4—6 мм и, когда оно застынет, укладывают на него с интервалами 2 см обсушенные куски рыбы. Украшают их отварной морковью, лимоном, зеленью петрушки, раковыми шейками, прикрепляя украшения с помощью желе. После этого украшенные куски рыбы охлаждают снова, заливают желе (слоем не менее 0,5—1 см) и вновь охлаждают. Куски рыбы вырезают на противне так, чтобы края были гофрированными, а слой желе вокруг кусков рыбы был не менее 5—8 мм. Отдельно подают соус хрен с уксусом.

**Второй способ.** Рыбу приготавливают в форме. Сначала делают "рубашку" из желе: форму устанавливают в холодильник, охлаждают и наливают до самого края формы теплый (45—55°C) ланспиг. Когда на стенках

формы образуется слой застывшего желе толщиной 3—5 мм, форму быстро вынимают из холодильника, обтирают тканью, незастывшую часть желе выливают, а форму опять ставят в холодильник, дают окончательно застыть желе. На желе внутри формы укладывают украшения из ярко окрашенных овощей и зелени, закрепляют их желе, затем кладут в форму лицевой стороной к желе кусочки отварной рыбы, оставляя между ними интервалы. Заполненные рыбой формы ставят в холодильник, заливают их до самого края полузастывшим, но еще жидким желе и дают ему окончательно застыть.

Перед отпуском формы с заливным опускают на 3—5 с в горячую воду, вынимают из воды, перевертывают, держа немного наклонно, встряхивают и укладывают заливное на круглое или овальное блюдо. Отдельно подают соус хрен с уксусом или майонез.

**Судак заливной (целый).** Подготовленного судака варят, охлаждают в отваре, вынимают на решетке из котла, хорошо обсушивают, перекладывают на блюдо и украшают по бокам и спинку различными овощами с яркой окраской, зеленью, лимоном, раковыми шейками. Все украшения приклеивают с помощью желе. После этого рыбу заливают полузастывшим желе сплошь или в виде сетки, пользуясь для этого кондитерским мешочком с трубочкой диаметром 1—2 мм. Вокруг судака букетами укладывают овощной гарнир, желе, нарезанное кубиками, и овощи; поливают салатной заправкой. Бортики блюда украшают звездочками, полумесяцами, треугольниками из желе. Отдельно подают соус хрен с уксусом и майонез.

**Рыба фаршированная (судак, щука).** Подготовленную к фаршированию рыбу наполняют фаршем из мякоти рыбы, хлеба, молока, пассерованного лука, жира, чеснока. Рыбе придают вид целой тушки, завертывают ее в марлю, у головы и хвоста перевязывают шпагатом, укладывают на решетку рыбного котла и припускают со специями и приправами до готовности (30—40 мин). Сварившуюся рыбу охлаждают, нарезают поперек на куски и подают.

Рыбу можно уложить на блюде в виде целой тушки, вокруг нее букетиками располагают овощной гарнир. Отдельно подают соус хрен с уксусом или майонез.

**Рыба в белом маринаде.** Очищенную целую корюшку, мелкую навагу или кусочки филе судака, окуная панируют в муке, жарят на растительном масле, укладывают в неокисляющую посуду и заливают маринадом. Через 3—4 ч рыбу перекладывают в салатник, маринад окончательно заправляют солью, сахаром, уксусом и заливают рыбу, равномерно распределяя коренья на поверхности рыбы. Посыпают рыбу зеленью.

**Рыба в томатном(красном) маринаде.** Кусочки филе рыбы жарят на растительном масле, несильно колеруя и не подсушивая, раскладывают в глубокую посуду, заливают теплым маринадом с томатом и охлаждают. Перед

подачей рыбу посыпают зеленью.

### **Закуски из нерыбного водного сырья**

**Раки по-русски.** Живых раков промывают, кладут в кипящую сильно посоленную воду с кореньями, луком, стеблями | укропа и петрушки, лавровым листом и душистым перцем. Варят их, изредка помешивая, до тех пор, пока они не станут красными и между каркасом туловища и шейкой не появится трещина (8—12 мин). Сварившихся раков охлаждают в отваре. Укладывают их горкой, сверху располагают овощи, специи, веточки зелени петрушки или укроп. Раков можно варить в квасе или пиве.

**Салат из крабов, креветок и раковых шеек.** Отварные, охлажденные и очищенные картофель, морковь, брюкву, а также свежие помидоры, соленые или свежие огурцы нарезают кубиками (6 мм) и добавляют зеленый горошек. Одну четверть всех овощей заправляют майонезом и укладывают в вазочку или салатник горкой. Сверху вокруг кладут кусочки отварных крабов или шейки креветок, раков красной стороной вверх, а вокруг аккуратными букетиками остальные овощи. Перед отпуском овощной гарнир поливают салатной заправкой.

**Креветки заливные.** В формочку или противень наливают рыбное желе (ланспиг) слоем 3—5 мм и дают ему застыть. После этого на желе красиво располагают яркие овощи (морковь, помидоры, зелень петрушки) и их закрепляют ланспигом.

Отварных креветок очищают от панциря, нарезают ломтиками, укладывают в формочки, не касаясь стенок, или на противень (с интервалами), заливают рыбным желе и охлаждают.

Перед отпуском заливное на противне разрезают на порции, а формочки опускают на 3—5 с в горячую воду и содержимое перекалывают на тарелку, блюдо или в вазочку. При подаче на блюде заливное гарнируют букетами отварных и сырых овощей (морковь, брюква, картофель, огурцы, помидоры, зеленый салат и т. д.). Отдельно подают соус майонез.

**Устрицы.** Раковины с малюсками промывают в холодной воде, специальным ножом разделяют створки, снимают верхнюю створку, вторично промывают в подсоленной воде, подрезают мякоть моллюска в месте прикрепления его к раковине и подают в ней на салфетке с кусочками пищевого льда.

**Кальмары.** Филе кальмаров варят так же, как для приготовления горячих блюд. Отварных кальмаров шинкуют соломкой. После этого их можно подавать с горчичной заправкой, под красным маринадом, добавлять в винегреты и салаты или делать из них заливное.

**Омары и лангусты.** Этих крупных морских ракообразных варят, вынимают мякоть шеек, клешней (у омаров). Можно подавать их под майонезом. При банкетной подаче панцирь отварного омара кладут на блюдо, укладывают на него шейку, нарезанную ломтиками, а расколотые клешни с мякотью кладут рядом. Майонез подают отдельно. Лангустов обрабатывают, готовят и подают так же, как и омаров.

**Морская капуста.** Сушеную морскую капусту перебирают и замачивают в холодной воде в течение 10—12 ч (на 1 кг капусты 7—8 л воды), после чего тщательно промывают. Мороженую капусту оттаивают в холодной воде и промывают.

Готовят капусту так: заливают холодной водой, быстро доводят до кипения и варят 15—20 мин; после этого отвар сливают, капусту вновь заливают теплой водой и варят еще 15—20 мин; можно повторить эту операцию и третий раз. Консервированную капусту предварительно не обрабатывают.

**Салат из морской капусты.** Сырую морковь натирают на крупной терке, яблоки и огурцы (соленые или свежие) шинкуют и все смешивают с морской капустой. Салат заправляют солью и поливают сметаной или майонезом.

С маринованной морской капустой можно готовить винегреты, рыбные салаты, подавать ее под майонезом, добавлять в икру грибную или овощную, в рубленую сельдь.

## **Блюда и закуски из мяса и птицы**

Для холодных закусок используют преимущественно вырезку, тонкий или толстый край, корейку, свиные, бараньи, телячьи окорока и молодую упитанную птицу. Жир баранины имеет высокую температуру плавления и поэтому из нее редко готовят холодные закуски. Вареное и жареное мясо охлаждают и хранят при 2—6°C, зачищают и нарезают его перед подачей. Ко всем мясным холодным блюдам подают соус хрен или майонез и овощной гарнир.

**Ветчина с гарниром.** Зачищенный окорок ветчины нарезают по 2—3 тонких широких ломтика на порцию, сбоку кладут нарезанные кружочками свежие огурцы, свежие помидоры и зеленый салат. Отдельно подают соус хрен с уксусом, майонез или майонез с корнишонами.

Так же подают любое холодное жареное или вареное мясо. На гарнир можно добавлять мясное желе, нарезанное кубиками.

**Ассорти мясное.** Обычно в состав этого блюда входят 4—5 видов различных мясных продуктов (ростбиф, телятина, ветчина, филе дичи и т. д.). Подают его так же, как ветчину с гарниром.

**Птица жареная.** Мелких цыплят, рябчиков или куропаток подают целиком или разрубаят около килевой кости вдоль тушки пополам, а от

крупной птицы отделяют ножки и нарезают часть филе широкими тонкими ломтиками. Ножки разрубают на несколько кусков, укладывают на блюдо, на ножках веерообразно располагают тонко нарезанное филе, а вокруг — букетами гарнир (огурцы, корнишоны, фрукты, салат и мясное желе). Отдельно подают соус майонез с корнишонами.

**Телятина и язык заливные.** Приготавливают так же, как рыбу заливную, но используют мясное желе (оттянутый мясной оттяжкой прозрачный бульон с добавлением желатина). Кусочки мяса вырезают так, чтобы по окружности слой желе был не менее 3—5 мм, укладывают на блюдо, а вокруг букетами раскладывают гарнир: салат из краснокочанной капусты, зеленый салат, отварной зеленый горошек и нарезанные кружочками свежие огурцы и помидоры. Зимой подают неженские огурцы, корнишоны или пикули. Отдельно — соус хрен с уксусом.

**Поросенок заливной.** Молодого поросенка ошпаривают, удаляют шерсть, обсушивают, натирают мукой и опаливают (особенно у носа, глаз, ушей и между ног). Затем разрезают брюшко и грудку и удаляют внутренности. Очищенного поросенка промывают в холодной воде, укладывают на спинку и большим ножом надрубают вдоль межлопаточную часть позвоночника и тазовую кость на половину их высоты. После этого поросенка в рыбном котле заливают холодной водой на 6—8 ч, меняя ее через 2 ч и предварительно каждый раз обмывая поросенка.

Перед варкой кожу подготовленного поросенка натирают лимоном (или разведенной лимонной кислотой), укладывают спинкой на салфетку и концы ее завязывают у передних и задних ног, кладут в рыбный котел, заливают холодной водой и ставят варить. Как только вода закипит, уменьшают нагрев и при температуре воды 90—95°С варят поросенка 1—2 ч. У готового поросенка при проколе иглой до кости позвоночника между передними ногами должен появиться бесцветный прозрачный сок.

Сварившегося поросенка охлаждают в отваре (но чтобы сохранить белой кожу, лучше переложить его в подсоленную холодную кипяченую воду с пищевым льдом), затем разрубают вдоль по позвоночнику пополам и поперек на порции. На большое овальное блюдо укладывают горкой заправленный картофельный салат. Затем укладывают на салат нарубленные куски, так, чтобы получился вид целого поросенка. Каждый кусок украшают ломтиками яиц, кусочками овощей, зеленью. После этого поросенка заливают сплошь или в виде сеточки прозрачным желе и охлаждают. По бокам красиво укладывают букеты овощного гарнира и желе, нарубленного кубиками. Отдельно подают хрен со сметаной.

Поросенка можно залить и отдельными порционными кусками или подать незаливным так же, как ветчину с гарниром.

**Куры и дичь под майонезом.** Снятое с костей и зачищенное филе курицы или дичи припускают и охлаждают. Нарезанные мелкими кубиками (5—6 мм) отварные морковь, картофель, соленые огурцы и отварной зеленый горошек заправляют майонезом, укладывают на блюдо. Сверху раскладывают филе птицы, покрывают его из конверта с зубчатым вырезом майонезом, украшают ярко окрашенными овощами, а вокруг укладывают букетами остальной овощной гарнир.

**Сыр из дичи (фромаж).** Жарят или варят птицу (рябчиков, куропаток, глухарей, тетеревов, фазанов), охлаждают ее, снимают с костей мясо, мелко нарезают его, пропускают 2—3 раза через мясорубку с частой решеткой, добавляют сильно размягченное или слегка растопленное сливочное масло, тертый сыр, хорошо взбивают миксером. В массу добавляют соль, красный перец, мадеру, мускатный орех, хорошо перемешивают.

В форме делают "рубашку" из мясного желе, на которой раскладывают в виде рисунка продукты яркой окраски и закрепляют их полужастывшим желе, затем заполняют форму с помощью кондитерского мешка сыром так, чтобы он на 4—5 мм не доходил до краев "рубашки". Поверхность заливают полужастывшим желе и охлаждают.

Перед подачей форму опускают в горячую волю, держат 3—7 с, быстро вынимают, переворачивают дном вверх, но пол углом 45°, встряхивают и выкладывают сыр (фромаж) на блюдо. Вокруг сыра укладывают кусочки желе, нарезанные или вырезанные красивыми формами, и веточки петрушки. Отдельно в соуснике подают соус майонез.

**Курица фаршированная (галантин).** Подготовленную, но незаправленную курицу укладывают на грудку, разрезают кожу и мякоть вдоль над позвоночником и аккуратно срезают кожу с мякотью одним пластом. С кожи, каркаса и ножек тщательно снимают мякоть. Филе очищают от сухожилий и пленок, отбивают и укладывают на середину снятой кожи. Из мяса курицы и телятины или нежирной свинины готовят кнельную массу, заправляют ее солью-, перцем и по желанию тертым мускатным орехом. Затем добавляют ошпаренные и очищенные целые фисташки, нарезанные мелкими кубиками (5—6 мм) шпик и вареный язык.

Кожу и филе курицы перекладывают на мокрую салфетку. На кожу и филе в длину укладывают фарш, полностью завертывают его кожей в виде рулета или тушки, закатывают рулет или тушку плотно в салфетку, концы салфетки перевязывают шпагатом. Затем курицу опускают в охлажденный до 60—70°C бульон (сваренный из костей, пленок и сухожилий курицы и телятины) и варят в течение 60—90 мин при слабом кипении. Сварившуюся фаршированную курицу вынимают на лист, слегка охлаждают, развертывают, очищают салфетку тупой стороной ножа от сгустков белка, вновь укладывают курицу на салфетку,

плотно завертывают, концы перевязывают, охлаждают и кладут под легкий пресс. Если курицу подают целиком (на заказ), ее нарезают и складывают в виде тушки, украшают овощами, зеленью, заливают прозрачным желе и подают.

Перед подачей порционно курицу нарезают поперек на куски толщиной 0,5 см и раскладывают их на овальном блюде, рядом или отдельно в большой салатник кладут букетами овощной гарнир. Отдельно подают соус майонез с корнионами.

**Студень мясной.** Подготовленные головы, ноги и губы разрубают, заливают холодной водой (2 л воды на 1 кг субпродуктов), доводят до кипения, снимают пену и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, 5—6 ч до готовности. За 1,5 ч до окончания варки добавляют лук и коренья, а за 30 - 40 мин — лавровый лист, перец, соль. Мясо отделяют от костей, охлаждают и нарезают кубиками (примерно 1x1x1 см). Готовый бульон процеживают, снимают жир, опускают в бульон нарезанное мясо, кипятят 10—15 мин, солят по вкусу, охлаждают до чуть заметного загустевания и осторожно перемешивают. Чеснок рубленный можно добавить в студень перед розливом или в конце вторичного кипячения. После этого бульон с мясом переливают на противень или в формы и охлаждают. Перед отпуском студень выкладывают из формы, нарезают на порции и гарнируют зеленым салатом, огурцами и помидорами. Отдельно в соуснике подают хрен с уксусом.

**Паштет из дичи.** С подготовленных фазанов, тетеревов, рябчиков или куропаток срезают мякоть. Зачищенное филе нарезают брусочками (1—1,5 см в поперечнике), которые завертывают в тонкие ломтики шпика и маринуют 4—6 ч в мадере; на такие же брусочки режут вареный язык и шпик. Остальной шпик нарезают мелкими кубиками, слегка обжаривают, добавляют тонко нашинкованный лук и коренья, тимьян, майоран, лавровый лист и перец и вновь слегка обжаривают. Затем кладут нарезанную кубиками печень, хорошо обжаривают, охлаждают и пропускают 2—3 раза через мясорубку вместе с мякотью сырой птицы. Измельченную массу взбивают миксером, разводят мадерой (в которой мариновали филе), хорошо перемешивая, заправляют красным перцем, мускатным орехом и солью.

Если паштет готовят более простым способом, кусочки филе не завертывают в шпик и не маринуют, а просто добавляют в протертую массу. Можно приготовить паштет без кусочков филе.

Сдобное пресное тесто раскатывают толщиной 3—8 мм и выкладывают им дно и стенки паштетной формы. На тесто укладывают тонкие ломтики шпика, затем слой фарша, а на него — брусочки дичи, языка, шпика (так, чтобы потом на разрезе они располагались в шахматном порядке) и так до верха формы. Фарш покрывают тонкими ломтиками шпика, закрывают тестом, края теста защипывают, сверху делают украшение из теста, смазывают яйцом, оставляют

отверстия для выхода пара и выпекают паштет при температуре 180—200°С в жарочном шкафу в течение 40—90 мин.

Выпеченный паштет охлаждают, промежутки между фаршем и тестом заливают полузастывшим желе и вновь охлаждают. Перед подачей паштет режут поперек, а круглый — по радиусу, укладывают на блюдо или тарелку. Отдельно подают соус майонез с корнионами.

**Паштет из печени.** Мелко нарезанный шпик обжаривают, добавляют нашинкованные овощи (лук, морковь), вновь обжаривают, кладут нарезанную кубиками печень, обжаривают до готовности, слегка охлаждают и пропускают 2—3 раза через мясорубку с мелкой решеткой. Измельченную массу соединяют со сливочным маслом, бульоном, заправляют по вкусу солью, формируют в виде рыбы, квадрата, битка и гарнируют рубленым яйцом, зеленью и сливочным маслом.

**Филе из кур или дичи фаршированное (шофруа).** Зачищенное филе дичи отбивают тыжкой, укладывают на него фарш, приготовленный, как для паштета, из печени и шпика с овощами и специями, формируют в виде котлеты с обоими заостренными концами и припускают. Готовое филе охлаждают и заливают красным обезжиренным соусом с вином (мандера) и желатином, украшают вареным яичным белком и вновь заливают мясным темным желе слоем 1—2 мм, приготовленным из обжаренных костей птицы (за исключением позвоночника от дичи) с добавлением желатина. Подают по 1—2 шт. на порцию.

### **Закуски из яиц**

**Яйца под майонезом с гарниром.** Яйца варят "вкрутую", охлаждают и очищают. Огурцы, свежие помидоры, вареный картофель и морковь нарезают тонкими ломтиками. Половину овощей по норме заправляют соусами майонез и "Южный". Соуса майонез берут для этого также половину указанного в рецептуре количества. Заправленные овощи укладывают на тарелку, сверху помещают половинки вареных обсушенных яиц и заливают их оставшимся соусом майонез. Блюдо оформляют вокруг листьями салата, желе и овощами. Отпускать блюдо можно и без гарнира из овощей и желе. В этом случае норму овощей уменьшают наполовину.

**Яйца, фаршированные сельдью.** Яйца варят "вкрутую" и очищают от скорлупы. Затем у яиц немного срезают с боков белок и разрезают их вдоль пополам. Можно срезать немного концы и разрезать яйца поперек на две части или срезать немного тупой конец, поставить яйцо на срезанную часть и вверху с обеих сторон вырезать под прямым углом две дольки, не трогая полоску белка шириной 7—8 мм. Яйцо в этом случае будет напоминать корзиночку с ручкой.



Из всех яиц осторожно вынимают желток.

Очищенное и мелко нарубленное филе сельди смешивают с желтком, протирают через сито (большое количество пропускают через мясорубку), перекладывают в кастрюлю с размягченным и хорошо выбитым сливочным маслом (или майонезом) и все тщательно перемешивают до получения однородной пюреобразной массы, которую по вкусу заправляют солью. Подготовленные яйца наполняют фаршем с помощью бумажной трубочки, сверху делают сеточку из майонеза, а в центре тарелки или блюда укладывают букетик зелени петрушки.

Фарш для яиц можно приготовить из филе килек и анчоусов. Кроме того, яйцо фаршируют зернистой или кетовой икрой (при этом вынимают только часть желтка), а также мясным или рыбным салатом. Для приготовления салата соленые или свежие огурцы, помидоры, отварной картофель нарезают мелкими кубиками (3—4 мм), добавляют зеленый горошек, отварное или жареное мясо, птицу, колбасу, рыбу, также мелко нарезанные, и заправляют майонезом или соусом "Южный".

### **Горячие закуски**

Горячие закуски отличаются от вторых блюд меньшим объемом порций, подают их обычно без гарнира. В меню их включают после холодных закусок.

**Грибы в сметане (жульен).** Белые грибы или шампиньоны очищают, нарезают соломкой, поджаривают на сковороде с маслом, добавляют сметанный соус, доводят до кипения и посыпают зеленью. Можно подавать их в небольших кастрюльках с ручкой (кокотницах).

**Устрицы запеченные.** Раковины промывают, снимают верхнюю крышку, посыпают солью, тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают; подают на тарелке, покрытой салфеткой.

**Рыба, запеченная под соусом паровым (кокиль).** Мелкие кусочки припущенного филе судака, сваренные клецки из рыбной кнельной массы, крабы или раковые шейки и припущенные на масле ломтики шампиньонов смешивают, заправляют соусом паровым, кладут горкой на крупную раковину, покрывают молочным соусом средней консистенции, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

**Ветчина жареная (по-сарептски).** Ветчину отваривают, нарезают по одному куску на порцию, смазывают с двух сторон горчицей, панируют в муке и обжаривают на сковороде. Сверху кладут лук фри.

**Сосиски в соусе.** Сосиски очищают, разрезают наискось на 3—4 кусочка и обжаривают на масле. Затем их кладут на порционную сковороду, заливают соусом томатным или луковым, доводят до кипения, посыпают зеленью и

подают.

**Почки с лимоном.** Телячьи почки зачищают, нарезают ломтиками, обжаривают на масле, укладывают в кроншель, сверху кладут ломтик лимона без цедры и семян и посыпают зеленью.

## **Требования к качеству холодных блюд и закусок**

Все холодные закуски должны быть аккуратно и красиво оформлены, иметь температуру 10—12°C. Вкус и цвет должны соответствовать данному виду изделий. Не допускаются никакие признаки порчи: изменение цвета, признаки закисания, посторонние запахи и привкусы. Выход должен точно соответствовать установленной норме.

**Бутерброды.** Хлеб нечерствый, толщина куска в открытых бутербродах — 1—1,5 см, в закрытых — 0,5 см; продукты аккуратно нарезаны, зачищены, без признаков подсыхания и изменения цвета.

**Салаты овощные.** Зеленые салаты — листья нарезаны поперек широкими лентами, не допускаются пожелтевшие листья, грубые черешки, цвет зеленый, консистенция плотная, эластичная. В салате из свежей капусты не допускаются зеленые листья, из квашеной — ослизлые и крупные частицы кочерыги. Цвет салатов из краснокочанной капусты ярко-красный, не допускаются увядшие листья и синий оттенок готовой капусты.

Зеленый лук должен быть эластичным, хрустящим, не допускаются пожелтевшие кусочки.

Огурцы грядовые — очищены, свежие, крепкие, хрустящие; не допускаются перезрелые с грубыми семенами.

Помидоры — плотные, сохранившие форму; плотные части плодоножек удалены.

Вареные овощи в салатах — мягкие, но непереваренные, хорошо зачищены, без потемнений и остатков кожицы.

**Рыбные гастрономические продукты.** Они должны быть хорошо зачищены, аккуратно нарезаны; осетровые без хрящей и кожи; на поверхности семги, кеты не должно быть следов пальцев. Сельдь — в меру соленая, хорошо очищена, без темной пленки на внутренней стороне. Готовая рубленая сельдь должна содержать сухих веществ не менее 40%, жира — не менее 9, поваренной соли — не более 4—6% и иметь кислотность не выше 0,4% (в пересчете на уксусную кислоту). В рецептуру рубленой сельди входит основного продукта 45—50% (нетто) массы готового изделия.

**У заливной рыбы** желе упругое, прозрачное, со вкусом и ароматом концентрированного бульона, без помутнений (особенно вокруг ломтиков лимона), слой его не менее 0,5—0,7 см.

*У отварной рыбы* поверхность плотная, сохраняет форму.

Поверхность *мясных продуктов* должна быть без изменений окраски (позеленения, темных пятен и. т. д.); *в студне* желе должно быть плотным, хорошо застывшим, а продукты мелко нарезаны и равномерно распределены по всей массе.

В блюдах, заправленных майонезом, не должно быть признаков его расслаивания (пожелтения).

Холодные блюда и закуски, а также полуфабрикаты для них хранят в холодильных шкафах при температуре 0—6°C в фарфоровой или эмалированной посуде (без трещин и отбитой эмали), закрытой крышкой или сухой марлей. Ростбиф, окорок, птицу, дичь хранят на блюдах или противнях, а семгу, балык, осетрину и подобные продукты — на маркированных сухих досках под сухой марлей. Нарезают продукты перед подачей.

Мясные и рыбные холодные блюда с гарниром, а также заправленные соусами хранят не более 30 мин. Из бутербродов можно хранить только закусочные, покрытые желе, но не более 12 ч.

Подготовленные продукты для оформления салатов разрешается хранить на холоде не более 1—2 ч. Максимальный срок хранения заправленных салатов из вареных овощей — 30 мин, из сырых — 15 мин.

Продукты во вскрытых консервных банках хранят не более 3 ч, а в фарфоровой, стеклянной или эмалированной посуде — не более суток. Заливное, студни, рыбу под майонезом, под маринадом, фаршированные перец, кабачки, баклажаны, а также икру из них и грибов хранят в течение суток.

## ГЛАВА 9. СЛАДКИЕ БЛЮДА

### Значение сладких блюд в питании

Сладкие блюда являются источником легкоусвояемых углеводов — Сахаров. Однако за счет сахаров должна покрываться примерно 1/4 всей потребности в углеводах, а остальная часть — за счет крахмала. Если в рационе содержится большое количество очищенных (рафинированных) углеводов, в организме образуются жиры. Поэтому блюда этой группы не могут быть основными в рационе и подают их обычно на десерт.

По словам И. П. Павлова, "...еда, начатая с удовольствием вследствие потребности в еде, должна и закончиться им же, несмотря на удовлетворение потребности, причем объектом этого удовольствия является вещество, почти не требующее на себя пищеварительной работы... — сахар".

Не следует забывать, что сахар тормозит выделение желудочного и усиливает выделение поджелудочного сока. Поэтому желательнее подавать сладкие блюда через некоторое время после основных блюд обеда.

В состав многих сладких блюд входят жиры, яйца, молоко, сливки, которые обуславливают их высокую калорийность. Однако роль сладких (десертных) блюд определяется не их калорийностью, а высокими вкусовыми свойствами. Особую ценность представляют те блюда, в состав которых входят свежие плоды и ягоды, так как они являются источником витаминов С, Р, минеральных элементов, органических кислот, ряда биологически активных веществ.

Яблоки, абрикосы, апельсины, мандарины богаты пектиновыми веществами, которые подавляют гнилостные процессы в кишечнике, уменьшают газообразование и всасывание многих вредных веществ.

Многие сладкие блюда богаты липотропными веществами, препятствующими ожирению печени и нормализующими жировой обмен, — метионином, холином, инозитом и др. Особенно важны эти вещества в питании людей пожилого и среднего возраста.

Метионина много в твороге. Холином богаты желтки, которые входят в состав сливочных и сметанных кремов. Инозитом богаты апельсины. Важным источником Р-активных веществ являются такие блюда, в состав которых входят виноград, черная смородина, черноплодная рябина, сливы.

Все сладкие блюда по температуре подачи делятся на холодные и горячие. Однако деление это условно, так как многие блюда подают и в горячем, и в холодном (печеные яблоки, блинчики с вареньем и др.) виде.

К х о л о д н ы м сладким блюдам относятся свежие фрукты и ягоды, компоты и фрукты в сиропе, железированные блюда (кисели, желе, муссы,

самбуки, кремы), взбитые сливки, мороженое. К горячим — пудинги, суфле, каши сладкие, блюда из яблок, гренки и др. (рис. III. 11).

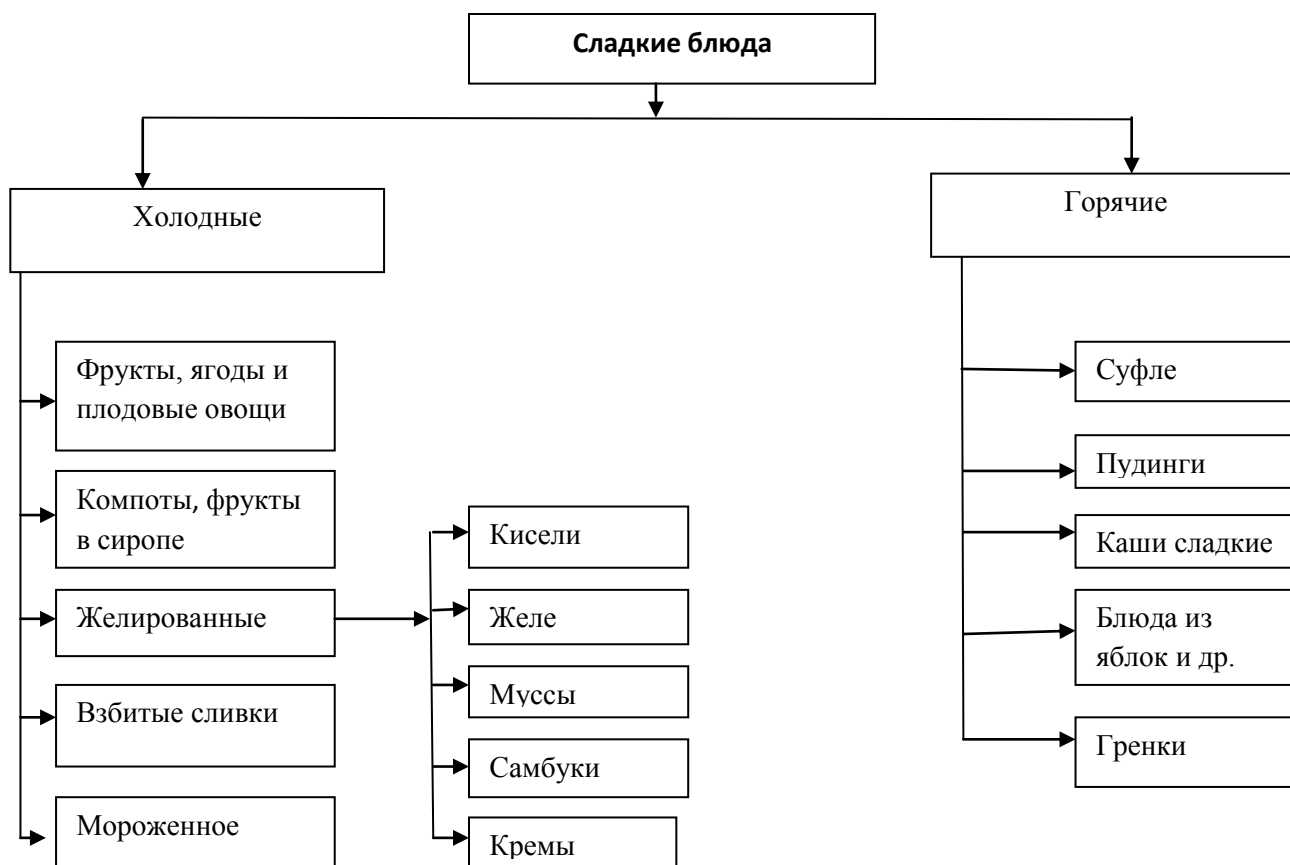


Рис. 111.11. Классификация сладких блюд

### ***Предварительная подготовка продуктов***

Продукты, входящие в состав сладких блюд, подвергают предварительной обработке.

**Сахар.** Для получения различных сиропов сахар растворяют при нагревании в воде, фруктово-ягодных отварах и соках. Образующуюся на поверхности пену удаляют.

**Плоды и ягоды.** На предприятиях общественного питания плоды и ягоды поступают в свежем и консервированном виде (сушеные, замороженные, стерилизованные).

Свежие плоды и ягоды перебирают, зачищают и промывают (малину не промывают). При очистке у груш и яблок, кроме кожуры, удаляют сердцевину и семена. Очищенные и измельченные яблоки, грушу и айву до тепловой обработки хранят в подкисленной воде, чтобы они не потемнели в результате

окисления дубильных веществ. Косточковые плоды освобождают от косточек, у ягод удаляют плодоножки.

Сухофрукты перебирают для удаления примесей, сортируют по видам и промывают в теплой воде.

Быстрозамороженные натуральные (без сахара) фрукты освобождают от картонной тары, оттаивают в течение 10—15 мин, затем промывают и перекладывают в соответствующую посуду для дальнейшего оттаивания при комнатной температуре. Если оттаявшие фрукты немедленно не реализуют, то их заливают сиропом и хранят в прохладном месте.

Для приготовления некоторых блюд плоды и ягоды протирают. Для этого свежие яблоки предварительно запекают или варят, груши варят, косточковые, за исключением вишни, припускают в сиропе, сухофрукты варят, ягоды протирают сырыми.

Пищевые отходы при механической обработке плодов используют для приготовления отваров.

**Сливки и сметана.** При производстве некоторых сладких блюд эти продукты взбивают. Во взбитом состоянии они имеют структуру пены — ячеисто-пленочной дисперсной системы. Пенообразователем являются белковые вещества сметаны и сливок.

Для кулинарной практики важно, чтобы полученная пена имела достаточную прочность и чтобы не отделялась жидкость. Лучше всего взбивать сливки 35%-й жирности, сметану 36%-й при температуре 4—ТС.

Прочность пены зависит от размеров жировых шариков: чем они крупнее (до определенных размеров), тем прочнее пена. Гомогенизированные сливки с мелкими жировыми шариками не взбиваются.

Кроме того, чем меньше жира содержат сливки, тем при более низкой температуре следует их взбивать. Понижение температура не только способствует увеличению прочности консистенции взбитых сливок, но и предотвращает образование крупинок масла.

Пастеризация сливок, имеющих 30—35%-ю жирность, а также их последующее охлаждение до температуры 15°C и выдерживание при этих условиях не оказывают отрицательного влияния на прочность пены.

Взбивать сливки следует в неокисляющейся посуде, заполнив ее на 1/3 объема, так как к концу взбивания объем сливок увеличивается в 2—2,5 раза. К моменту достижения максимального объема прочность консистенции взбиваемых сливок еще недостаточна, поэтому взбивание продолжают еще 2—3 мин. К концу взбивания сливки должны хорошо удерживаться на венчике. Взбитые сливки и сметана хранению не подлежат, так как при этом их объем уменьшается.

**Яйца.** При приготовлении яично-молочной смеси яйца растирают с

сахаром, разводят кипяченым горячим молоком и, помешивая, прогревают до загустения (80°C). При раздельном использовании белков и желтков последние растирают с сахаром, а белки взбивают. Взбитые белки придают готовым блюдам легкую пышную консистенцию и нежный вкус. Недостаточно взбитые белки плохо сохраняют форму и при соединении с другими продуктами объем их быстро уменьшается; готовые изделия из них имеют излишне плотную консистенцию. Хорошо взбитые белки увеличиваются в объеме в 5—8 раз, сохраняют форму и держатся на венчике.

Перед взбиванием белки тщательно отделяют от желтков. При этом надо следить за тем, чтобы плотная часть белка, расположенная у самого желтка, полностью отделилась, так как именно она способствует образованию наиболее пышной и устойчивой пены. Посуду, инвентарь и части механизмов, используемые для взбивания белков, следует тщательно промывать, так как даже ничтожные следы жира затрудняют взбивание. Образованию устойчивой пены способствует добавление небольшого количества лимонной кислоты (2—3 капли концентрированного раствора на 10 белков). Белки охлаждают, после чего взбивают (во взбивальных машинах или вручную) вначале медленно, а затем быстрее.

**Желирующие вещества.** При приготовлении сладких блюд используют различные полимерные желирующие вещества: крахмал картофельный и кукурузный (маисовый), модифицированные крахмалы, желатин, агар, агароид, фуцеллан, альгинат натрия, пектиновые вещества.

На процесс студнеобразования большое влияние оказывают природа желирующего вещества, его концентрация и температура студнеобразования. Как правило, чем выше концентрация желирующего вещества, тем больше прочность студней и выше температура их плавления.

Важным свойством студней является тиксотропия, т. е. потеря структурной вязкости при механических воздействиях. При этом они способны разжижаться, а затем при хранении частично восстанавливать свои свойства.

При хранении студней может произойти их синерезис, т. е. старение, сопровождающееся отделением части водной фазы. Особенно подвержены синерезису крахмальные студни. Поэтому при хранении густых киселей может произойти отделение жидкости.

Крахмалы используют для приготовления киселей. При нагревании в результате клейстеризации они образуют студни, плотность и температура застудневания которых зависят от концентрации крахмала. Для получения студней, сохраняющих форму при комнатной температуре (густые кисели), концентрация картофельного крахмала должна быть около 8%, а для студней, не застывающих при комнатной температуре (кисели полужидкие и средней густоты) — 3,5—5%. Поскольку студни картофельного крахмала прозрачны,

его используют для приготовления фруктово-ягодных киселей.

Кукурузный крахмал дает очень нежные, но непрозрачные студни. Поэтому его применяют только для приготовления молочных киселей.

Преимуществами крахмалов как желирующих веществ являются дешевизна, способность образовывать вязкие или застывающие растворы при заваривании. Температура начала клейстеризации картофельного крахмала 62°C, кукурузного — 64 °C. Сахар повышает температуру клейстеризации крахмала.

Недостатком крахмалов является способность их клейстеров разжижаться при длительном нагревании в результате разрушения набухших крахмальных зерен. Это приводит к разжижению киселей при кипячении или медленном охлаждении. Кроме того, крахмальный клейстер в значительной степени подвержен синерезису, что при хранении иногда приводит к помутнению его и отделению влаги. Высокая вязкость крахмальных клейстеров затрудняет изготовление киселей, особенно густых.

Для растворения крахмала не требуется предварительное набухание; для получения гомогенного клейстера его предварительно заливают 4—5-кратным количеством холодной кипяченой воды или отвара и хорошо размешивают.

М о д и ф и р о в а н н ы е к р а х м а л ы (крахмалы с заданными свойствами,) получают из природных путем их обработки (химической, физической, биологической). В большинстве случаев модифицированные крахмалы по внешнему виду совершенно не отличаются от исходных, но свойства их значительно изменены. Можно получить крахмалы как с повышенной, так и с пониженной вязкостью, без желирующих свойств или с усиленной способностью к студнеобразованию и т.д. В кулинарной практике в основном используют крахмалы кислотной и комбинированной обработки.

Студни картофельного крахмала кислотной модификации близки по свойствам к гелям желатина. Кукурузные модифицированные крахмалы отличаются по свойствам от картофельного: их студни менее вязкие вследствие большого количества белка, во время варки киселей они пенятся и пригорают, что затрудняет их использование. Прочность студней модифицированных крахмалов зависит от их концентрации. Поэтому можно получить изделия разной консистенции, изменяя количество крахмала.

Желатин — белковый продукт, представляющий собой смесь полипептидов с различной молекулярной массой (50—70 тыс.), не имеет вкуса и запаха. Желатин получают из костей, хрящей, сухожилий животных. Он растворяется в горячей воде, при охлаждении водные растворы образуют студень. Достаточно прочные студни получаются при концентрации желатина в системе 2,7—3,0%. Не рекомендуется длительно кипятить растворы желатина, так как студнеобразующая способность системы уменьшается.



Растворению желатина предшествует процесс набухания. Для этого желатин заливают восьмикратным количеством охлажденной кипяченой (из-за санитарных соображений) воды и оставляют для набухания на 1—7,5 ч. За это время масса продукта увеличивается в 6—8 раз. Если процесс набухания протекает в избыточном количестве воды, то в нее переходит часть растворимых низкомолекулярных фракций желатина с неприятными клейкими привкусом и запахом. Последующее удаление избыточной влаги с перешедшими в нее веществами положительно сказывается на качестве желе, в том числе и на прочности.

Для увеличения прочности студни рекомендуется выдерживать после образования в течение 30—60 мин при температуре застудневания, после чего переносить в охлаждаемые камеры.

При взбивании растворов желатина образуется пена (приготовление муссов, самбуков). Для получения устойчивой, не отделяющей жидкость пены с механическими свойствами, позволяющими наливать ее в формы, взбивание следует проводить при температуре, близкой к застудневанию.

Агар используют при изготовлении желе. Получают его из морской водоросли анфельции, произрастающей в Белом море и Тихом океане. Агар незначительно растворяется в холодной воде, но хорошо набухает в ней. В горячей воде образует коллоидный раствор, который при остывании дает хороший прочный студень со стекловидным изломом. Преимуществами агара являются его высокая желирующая способность и высокая температура застывания. Так, 1,5%-й раствор образует студни после охлаждения до 32—39°C. Однако последнее может быть в некоторых случаях и недостатком. Например, агар нельзя использовать при приготовлении муссов и самбуков, так как в процессе взбивания он очень быстро застывает.

Подготавливают агар к использованию так же, как желатин. При набухании масса увеличивается в 6—8 раз. Это нужно учитывать при дозировке воды.

**Агароид** (черноморский агар) получают из водорослей филлофоры, произрастающих в Черном море. По желирующей способности он в 2 раза превосходит желатин. Агароид перед использованием замачивают на 30—50 мин в 20-кратном количестве воды. Избыточную влагу с перешедшими в нее низкомолекулярными фракциями полисахаридов и другими балластными веществами удаляют фильтрованием через ткань и не используют. Масса агароида при набухании увеличивается в 8—10 раз.

Набухший агароид при 75°C и выше хорошо растворяется и образует способные к застудневанию растворы. Растворы с концентрацией агароида 1,5% образуют студень при 15—17°C и плавятся при 40—44°C. Высокая температура плавления студней позволяет хранить их при комнатной температуре без нарушения формы и обуславливает оформление блюд при отпуске — в

креманках или на противнях (из формочки их невозможно выложить).

Студни агароида бесцветны, не имеют постороннего запаха и более прозрачны, чем студни желатина. Кипячение в течение 30—60 мин незначительно отражается на свойствах растворов агароида. При нагревании подкисленных растворов до 60°C и выше студнеобразующие свойства агароида ухудшаются. Поэтому при изготовлении блюд желирующая смесь после подкисления должна иметь температуру не выше 60°C.

Для ослабления термолиза агароида и улучшения органолептических свойств готовых изделий рекомендуется вводить в растворы лимоннокислый натрий (до 0,3% массы желе). Лимоннокислый натрий снижает температуру плавления до 35—40°C, улучшает консистенцию желе, придает ему эластичность, смягчает избыточную кислотность.

**Фурцелларан** (датский агар) представляет собой экстракт морских водорослей фуриеллярии, произрастающих в водах северных морей. По химической природе он близок к агару и агароиду.

При концентрации 0,5—1% фуриемаран образует студни без посторонних вкуса и запаха, с температурой застудневания 25,2°C, температурой плавления 38,1 °C. Растворы фуриелларана выдерживают автоклавирование без потерь прочности студня. Однако нагревание в кислых растворах (рН ниже 5) приводит к гидролизу фуриелларана, что необходимо учитывать при его использовании.

Для ослабления термолиза и улучшения органолептических свойств готовых изделий в желирующие растворы (так же, как и при использовании агароида) рекомендуется вводить лимоннокислый натрий (0,3% массы желе).

Подготавливают фуриелларан так же, как агароид.

Альгинаг натрия как желирующее вещество применяют редко. Он служит исходным продуктом для получения студней альгината кальция. Его вырабатывают из бурых водорослей. Основой альгината натрия является растворимая натриевая соль альгиновой кислоты. При добавлении солей кальция образуются нерастворимые кальциевые соли альгиновой кислоты, студнеобразующая способность которых в 4 раза больше, чем желатина. Альгинат натрия устойчив при нагревании, студни его бесцветны, прозрачны, без посторонних запахов и привкуса.

Изделия из альгината натрия не охлаждают в холодильнике, так как студнеобразование протекает одинаково при любой температуре. Это позволяет готовить желированные сладкие блюда по мере спроса.

Пектин в отличие от перечисленных выше веществ способен образовывать студни только в присутствии сахара и кислот. При приготовлении сладких блюд обычно используют не препараты пектина, а пюре из продуктов, богатых им: яблок, абрикосов, черной и красной смородины, малины. Однако в последнее время стали применять и выделенные пектины (яблочный, свекловичный).

Пектины разной природы значительно различаются по студнеобразующей способности. Она зависит от его молекулярной массы (степени полимеризации) пектина, количества метильных групп, входящих в состав его молекулы (степень метоксилирования), содержания свободных карбоксильных групп и замещения их металлами. Чем выше степень метоксилирования (этерификации), тем лучше желирующие свойства пектина.

Применение пектинов в качестве желирующих веществ для приготовления сладких блюд целесообразно при организации профилактического питания, так как они способны связывать в кишечнике такие вредные вещества, как соединения свинца, олова, стронция, молибдена, ртути.

### ***Натуральные фрукты, ягоды и плодовые овощи***

Свежие фрукты и ягоды сохраняют после сбора витаминную активность, вкус и аромат. Поэтому они относятся к наиболее ценным десертным блюдам. Их используют в свежем и замороженном виде.

***Плоды и ягоды свежие.*** Промытые проточной питьевой водой, обсушенные фрукты и ягоды укладывают перед отпуском в вазу, на десертную тарелку, в креманку. Ягоды можно посыпать сахарным песком или рафинадной пудрой. Виноград укладывают целой гроздью и отпускают без сахара.

***Апельсины с сахаром или вином.*** Плоды обмывают, обсушивают, надрезают в нескольких местах кожицу и снимают ее, удаляют семена и нарезают на кружочки; мандарины можно разделить на дольки. Красиво уложенные плоды посыпают сахарным песком или рафинадной пудрой. Их можно залить десертным виноградным вином и через 15—20 мин подать.

***Ананасы с сахаром и вином.*** С ананасов срезают кожуру. Мелкие ананасы нарезают поперек кружочками, удаляют сердцевину цилиндрической выемкой, а крупные ананасы разрезают сверху вниз пополам, удаляют сердцевину и нарезают каждую половинку на несколько частей. Ананасы подают так же, как апельсины.

***Арбуз, дыня свежие.*** Арбуз, дыню промывают, обсушивают, разрезают вдоль на две части, а затем на дольки. У арбузов и дынь можно срезать корку и отделить легко отделяющиеся семена. Подают в охлажденном виде на десертной тарелке, отдельно в розетке можно подать рафинадную пудру или сахарный песок.

***Малина или земляника с молоком, сметаной или сливками.*** Подготовленную малину или землянику кладут в вазочки или креманки. Сливки взбитые, или сахар, или рафинадную пудру подают в розетке, а кипяченое молоко, или сметану, или сливки — в молочнике. Взбитые сливки с сахарной пудрой можно выпустить на ягоды из кондитерского мешка.

**Чернослив со сливками или сметаной взбитыми.** Перебранный и промытый чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания и остывания. Затем из чернослива удаляют косточки и кладут его в креманки или вазочки, а сверху перед отпуском выпускают из кондитерского мешка взбитые сливки или сметану.

**Бананы со сливками или молоком.** Очищенные бананы нарезают кружочками толщиной 5—6 мм, кладут в вазочки и посыпают сахаром или рафинадной пудрой. Отдельно подают холодное кипяченое молоко или сливки.

**Плоды и ягоды быстрозамороженные с сиропом.** Плоды и ягоды, замороженные без сахара, полностью не размораживают, спустя 10—15 мин их промывают, раскладывают в вазочки или креманки, заливают теплым сиропом и дают настояться 25—30 мин.

При использовании ягод, замороженных с сахаром, банки ставят на 10—15 мин в теплую воду, после чего вскрывают. Сироп из ягод смешивают с кипяченой охлажденной водой и прокипяченным виноградным вином. Этой смесью заливают ягоды, уложенные в креманки.

**Фруктовые салаты.** Апельсины и киви очищают от кожицы; груши и яблоки — от кожицы и семенных гнезд; ананасы моют, срезают кожицу и удаляют волокнистую сердцевину; виноград без косточек промывают. Подготовленные фрукты (кроме винограда) нарезают кубиками или ломтиками, укладывают в вазочки или фужеры, можно в корзиночки из апельсина и поливают соусом из смеси сметаны или сливок, сиропа малинового, сока апельсинового. В соус можно добавить ликер или коньяк.

## **Компоты и фрукты в сиропе**

Компоты готовят из свежих, сушеных, консервированных и замороженных плодов и ягод как в различных сочетаниях, так и из одного какого-либо вида. При варке из фруктов и ягод в отвары или сиропы переходит значительное количество сахаров и других растворимых веществ (витаминов, минеральных элементов). Так, при варке компотов из сухофруктов в отвар переходит около 50% Сахаров, содержащихся в них.

При варке компотов из кислых плодов и ягод часть сахарозы гидролизуется под действием кислот (лимонной, яблочной и др.), содержащихся в них. Так, при варке компота из яблок может гидролизироваться 14—19% сахарозы. Добавление лимонной кислоты повышает степень ее гидролиза. В результате гидролиза (инверсии) накапливаются глюкоза и фруктоза. Степень сладости последней выше, чем сахарозы. Это является причиной изменения вкуса таких фруктов, как яблоки и айва, при варке из них компотов. Гидролиз сахарозы при варке компотов из сухофруктов практически не происходит, так как активная

кислотность отваров из сухофруктов гораздо меньше, чем отваров из свежих плодов и ягод. Поэтому в компоты из сухофруктов рекомендуется добавлять лимонную кислоту из расчета 1 г на 1 кг компота.

Подают компоты в вазочках или стаканах. Температура их при подаче должна быть 12—15°C.

**Компоты из свежих плодов.** Подготовленные яблоки, груши, айву (без кожуры и сердцевин) нарезают дольками перед самым использованием. Кожуру в зависимости от сорта плодов можно и не счищать. У абрикосов, персиков, слив удаляют косточки, нарезают дольками. У промытых ягод удаляют плодоножки. Мандарины и апельсины после снятия кожуры разделяют на дольки. Арбузы и дыни после удаления корки и семян, а бананы — кожуры нарезают небольшими ломтиками.

Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту (при варке компотов из сладких фруктов и ягод), доводят до кипения, проваривают 10—12 мин. В подготовленный сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении 6—8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Апельсины, мандарины, малину, землянику, арбузы, дыни, бананы, ананасы, черную смородину не варят, а раскладывают в креманки или стаканы, заливают теплым сиропом, охлаждают.

При варке компота из яблок, груш, айвы сироп можно приготовить из отвара, полученного после проваривания кожицы и семенных гнезд, содержащих значительное количество питательных веществ. Сиропы можно подкрашивать экстрактом вишни или черной смородины.

Для ароматизации компотов можно добавить мелко нарезанную цедру цитрусовых. Улучшить вкус готового компота можно виноградным вином или ромом.

При приготовлении компота из ревеня счищают с черешков кожицу (грубые волокна), нарезают на куски длиной 2,5—3 см и опускают их в кипящую воду на 3—5 мин. Затем ревеня перекалывают в кипящий сироп, накрывают крышкой и охлаждают. В сироп можно добавить цедру цитрусовых и изюм.

**Комплоты из сухофруктов.** Обычно варят компоты из смеси сухофруктов. Их подбирают в таких пропорциях, чтобы отвар имел приятные вкус и аромат. Однако разные сухофрукты при варке в сиропе развариваются по-разному. Поэтому их необходимо закладывать в такой последовательности, чтобы они были готовы одновременно.

Сушеные фрукты и ягоды перебирают, тщательно промывают в теплой воде, сортируют, при необходимости нарезают на кусочки длиной не более 3—4

см (яблоки, грушу, айву), заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Груши в зависимости от величины и сорта варят 1—2 ч, яблоки — 20—30 мин, чернослив, урюк, курагу — 10—20, изюм — 5—10 мин.

Готовый компот охлаждают до 10°C и выдерживают 10—12 ч для настаивания. При этом из фруктов в сироп более полно переходят вкусовые вещества, при остывании продолжается процесс инверсии сахарозы, что улучшает качество компота.

**Компоты из консервированных плодов.** Готовят их как из одного вида плодов, так и из нескольких. Банки с консервированным компотом промывают теплой водой, протирают полотенцем, вскрывают и сливают сироп.

Затем из сахара и воды варят сироп, процеживают его, добавляют сироп из фруктов, доводят до кипения и охлаждают. Фрукты и ягоды вынимают из банок. У персиков и абрикосов удаляют косточки. Крупные фрукты нарезают на дольки или половинки. Ягоды оставляют целыми. Подготовленные фрукты и ягоды раскладывают в креманки или стаканы, чередуя по цвету, и заливают охлажденным сиропом.

**Компоты из быстрозамороженных фруктов и ягод.** Частично оттаявшие (в течение 10—15 мин) фрукты и ягоды после промывания раскладывают в креманки или стаканы, заливают заранее приготовленным сиропом и дают 25—30 мин настояться.

**Яблоки или груши в сиропе.** Очищенные от кожуры и семенных гнезд яблоки и груши варят 6—8 мин в сахарном сиропе, подкисленном лимонной кислотой. Быстрорастворяющиеся плоды только доводят в сиропе до кипения и в нем охлаждают. Затем плоды вынимают, сироп процеживают, добавляют в него прокипяченное виноградное вино. В креманку кладут яблоко или грушу и заливают охлажденным сиропом.

Так же готовят яблоки или груши в красном вине или хересе, но в готовый сироп добавляют большее количество красного вина или хереса.

**Яблоки и груши с миндалем.** Сваренные (как для подачи в сиропе) яблоки или груши шпигуют очищенным миндалем, нарезанным по длине кусочками толщиной 2—2,5 мм и обжаренным. При подаче плоды поливают густым малиновым сиропом. Перед очисткой миндаль ошпаривают 1—1,5 мин и, когда кожица, будет свободно отделяться от ядра при надавливании пальцами, миндаль откидывают на дуршлаг или сито. Затем его перетирают в полотенце, отсеивают кожицу, слегка подсушивают и хранят в сухом месте.

### ***Желированные сладкие блюда***

К желированным блюдам относят кисели, желе, муссы, самбуки и кремы. В

остывшем виде они имеют желеобразную консистенцию, так как в них добавляют желирующие вещества. Желированные блюда бывают невзбитые (кисели, желе) и взбитые (муссы, самбуки, кремы).

**Кисели.** Это старинные русские национальные блюда. Процесс их приготовления состоит из двух операций: приготовления сиропа и заваривания крахмала. Сироп готовят в зависимости от вида продуктов по-разному, а заваривают одинаково: крахмал разводят небольшим количеством воды или охлажденного сиропа, хорошо размешивают, вливают в кипящий сироп и, быстро помешивая, доводят до кипения (заваривают).

В зависимости от количества крахмала кисели бывают: густые (80 г картофельного крахмала на 1 кг киселя), средней густоты (45—50 г картофельного крахмала на 1 кг киселя), полужидкие или жидкие (30 г картофельного крахмала на 1 кг киселя). Густые и средней густоты кисели отпускают в качестве самостоятельных блюд. Полужидкие (жидкие) кисели используют как соусы при отпуске сладких блюд, крупяных запеканок, пудингов и др.

Ассортимент киселей очень велик. Их готовят из свежих плодов, ягод, ревеня, отваров шиповника, сушеных фруктов, черники, плодово-ягодных соков и сиропов, джема, варенья, повидла, ягодных экстрактов, молока, сливок, чая с вином и лимонной кислотой, кваса и т. д.

Технологическая схема приготовления киселей из сочных плодов (клюквы, смородины, вишни, черники, голубики и др.) включает следующие операции: отжимание сока из перебранных промытых плодов; - приготовление отвара из отжимков (мезги); приготовление сиропа на отваре; заваривание крахмала; соединение готового киселя с отжатым соком; охлаждение.

Операции технологической схемы приготовления киселей из клубники, земляники, малины, ежевики следующие: протирание ягод и получение пюре; приготовление отвара из мезги; получение сиропа из отвара; заваривание крахмала; соединение горячего киселя с пюре; охлаждение.

Технологическая схема приготовления киселей из кизила, алычи, сливы, абрикосов, яблок и других фруктов включает следующие операции: проваривание (или запекание) подготовленных ягод или плодов; процеживание и протирание; соединение отвара) с пюре и сахаром; заваривание крахмала; охлаждение киселя.

Ягодный сок и пюре вводят в кисель в сыром виде, чтобы сохранить содержащиеся в них витамин С, а также красящие вещества, которые частично разрушаются при тепловой обработке. С этой же целью при приготовлении киселей и хранении соков и пюре используют неокисляющуюся посуду.

Густые кисели после введения подготовленного крахмала проваривают 6—8 мин и разливают в формочки, посыпанные сахаром, охлаждают, а затем

выкладывают в вазочки или креманки. При отпуске поливают фруктово-ягодным сиропом, отдельно можно подать сливки или холодное молоко.

Кисель средней густоты после варки слегка охлаждают, разливают в стаканы или креманки. Поверхность киселя посыпают сахарным песком (5—8% нормы, предусмотренной рецептурой), которые благодаря гигроскопичности поглощают влагу с поверхности, не давая ей испаряться, что препятствует образованию поверхностной пленки.

**Желе.** Его готовят из фруктово-ягодных отваров, соков, экстрактов, сиропов, молока, варенья. В застывшем виде желе представляет собой прозрачную (кроме молочного желе) студнеобразную массу.

Форма желе соответствует той посуде, в которой оно приготовлено. Плотность его зависит от температуры и количества желирующего вещества (желатина, агара, агароида, фулцелларана, альгината натрия).

Желе готовят разных видов: одноцветное в формочках; многослойное — наливают слой желе одного цвета, а после застывания его — второй слой другого цвета и т. д.; мозаичное — застывшее желе разных цветов мелко нарезают, смешивают, кладут в формочки и заливают светлым желе (лимонным и др.); желе с наполнителями — ягоды смородины, малины, клубники и другие или дольки цитрусовых заливают желе. Кроме того, можно залить желе в корзиночки из кожицы апельсинов, грейпфрутов, лимонов, арбузов.

Сироп из клюквы, смородины и других сочных ягод готовят как для киселей.

**Желе лимонное.** Готовят сахарный сироп, настаивают его с цедрой, процеживают, вводят подготовленный желатин, доводят до кипения и вливают сок лимона. Если сироп получился мутным, его осветляют. Для этого сырой яичной белок смешивают с равным количеством холодной воды, вливают в охлажденный до 77—75°C сироп, доводят до кипения и затем кипятят 8—10 мин при слабом нагреве. Осветленный сироп процеживают и разливают в формы.

**Желе молочное.** Очищенный горький и сладкий миндаль измельчают в ступке, постепенно прибавляя воду (чтобы не вылилось масло). Когда масса станет однородной, ее отжимают через ткань. Отжимки вновь измельчают в ступке с добавлением воды и отжимают. Приготовленное миндальное молоко соединяют с горячим коровьим молоком и сахаром. Вводят в подготовленный желатин, разливают по формочкам и охлаждают. Молочное желе можно готовить и без миндаля, добавив ванилин. В миндале содержится гликозид амигдалин. Особенно много его в горьком миндале. При гидролизе амигдалина выделяется ядовитый агликон. Поэтому большое количество горького миндаля употреблять не следует.

Все виды желе отпускают со сладкими соусами, взбитыми сливками, с



натуральными сиропами.

**Муссы.** Мусс отличается от желе тем, что сироп с желатином охлаждают до 25—30°C и взбивают в миксере или вручную до увеличения в объеме в 4—5 раз. Еще не застывшую массу быстро разливают в формы и охлаждают. Перед отпуском форму с муссом опускают на 2/3 высоты на несколько секунд в горячую воду и выкладывают в вазочку или в креманку. При отпуске поливают сладким соусом или натуральным плодово-ягодным сиропом.

Можно готовить муссы и без желатина — с манной крупой. Для этого в кипящий сироп всыпают манную крупу, непрерывно размешивая, заваривают ее, массу охлаждают и взбивают.

**Мусс клюквенный.** В отвар, приготовленный из мякоти клюквы, добавляют сахар, нагревают до кипения, вводят подготовленный желатин, клюквенный сок и процеживают. Смесь охлаждают до 25—30°C, взбивают в неокисляющейся посуде до образования пышной массы, быстро перекалывают в формы и ставят в холодильник на 1—1,5 ч. При массовом изготовлении мусс разливают на противни слоем около 4—5 см, дают застыть и нарезают на порции. Подают мусс с клюквенным соусом или клюквенным (либо другим плодово-ягодным) сиропом.

Мусс плодово-ягодный на манной крупе. Яблоки без семенных гнезд нарезают на несколько частей и варят до мягкости. Отвар процеживают, яблоки протирают, смешивают с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную и доводят до кипения. Затем тонкой струйкой вводят просеянную манную крупу и варят, помешивая, 15—20 мин. Смесь охлаждают до 30—40°C и взбивают до образования густой пенообразной массы, которую разливают в формы и охлаждают. Отпускают так же, как и мусс с желатином. При приготовлении клюквенного мусса на манной крупе в клюквенный сироп всыпают манную крупу и проваривают. В остальном способ приготовления такой же, как и для яблочного мусса.

**Самбуки.** Самбук является разновидностью мусса. При изготовлении его фруктовое пюре из яблок (яблочный самбук), абрикосов (абрикосовый самбук) или слив (сливовый самбук) смешивают с сахаром и яичными белками и взбивают при охлаждении до увеличения в объеме в 2—3 раза и образования однородной пышной пены. Подготовленный желатин растворяют, охлаждают до 40—50°C и тонкой струйкой при быстром непрерывном перемешивании вливают во взбитую массу, разливают в формы для желирования и охлаждают. Отпускают со сладкими соусами или плодово-ягодными сиропами.

Для приготовления фруктового пюре яблоки (без семенного гнезда) или сливы без косточек кладут на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу до мягкости. Затем их охлаждают и протирают.

Желирующими веществами в этих блюдах являются пектин фруктов и желатин, поэтому закладку желатина уменьшают до концентрации 1,5%. Взбитые белки придают готовым изделиям дополнительную пышность.

**Кремы.** Приготавливают их из густых (содержащих не менее 35% жира) сливок или сметаны 36%-й жирности с добавлением яиц, молока, сахара, плодово-ягодного пюре и желатина, а также различных вкусовых и ароматических продуктов.

В зависимости от используемого сырья кремы подразделяют на сливочные, сметанные, и ягодные.

**Крем ванильный, шоколадный или кофейный.** Его готовят двумя способами.

**Первый способ.** Для яично-молочной смеси яйца растирают с сахаром, добавляют тонкой струйкой кипяченое горячее молоко и проваривают при 70—80°C (на водяной бане) до загустения. После этого при помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин. Для ванильного крема в процеженную яично-молочную смесь добавляют ванилин. Для кофейного крема смесь готовят с добавлением кофейного настоя (50 г кофе на 150 г кипятка). Для шоколадного крема в горячую яично-молочную смесь добавляют растертый с сахаром или рафинадной пудрой какао-порошок.

Сливки или сметану, охлажденные до 4—7°C, взбивают на холоде до образования густой пышной пены. Во взбитую массу непрерывно помешивая, вливают охлажденную до комнатной температуры яично-молочную смесь.

**Второй способ.** Ванилин или какао-порошок, растертый с рафинадной пудрой, вводят во взбитые сливки. Затем при непрерывном помешивании добавляют тонкой струйкой слегка остывший растворенный желатин. Для кофейного крема желатин растворяют в крепком кофейном настое.

Готовый крем быстро разливают в формочки и охлаждают. Перед отпуском форму с кремом опускают на несколько секунд в теплую воду, затем, вынув из воды, встряхивают и выкладывают крем в вазочку или на десертную тарелку. При отпуске его поливают сиропом кофейным или шоколадным либо соусом земляничным, малиновым, вишневым.

Для приготовления кофейного сиропа молотый кофе заливают кипятком, настаивают 10—15 мин, процеживают, соединяют с сахаром и доводят до кипения, затем сироп охлаждают.

Для приготовления шоколадного сиропа какао-порошок растирают с сахаром, добавляют горячую воду, тщательно размешивают и доводят до кипения, вводят ванилин и охлаждают.

**Крем ягодный.** Ягоды (клубнику, малину, чернику, вишню, смородину) протирают. Готовое пюре соединяют с охлажденной до 18—20°C яично-

молочной смесью. Затем массу соединяют со взбитыми сливками или сметаной. Можно готовить ягодный крем без яично-молочной смеси. В этом случае ягодное пюре соединяют с рафинадной пудрой, растворенным желатином и перемешивают со взбитыми сливками. Приготовленную смесь разливают в формы и охлаждают. При отпуске крем поливают сладким соусом, фруктово-ягодным сиропом.

### ***Взбитые сливки***

Их не только используют для приготовления кремов, но и отпускают как самостоятельное десертное блюдо. Для этого к сливкам добавляют сахарную пудру, различные наполнители и ароматизаторы. Охлажденные сливки (35%-й жирности) взбивают до пышной устойчивой пены и вводят при помешивании рафинадную пудру. При отпуске взбитые сливки кладут в креманку. Подают их с вареньем, апельсинами, мандаринами, шоколадом или жареным миндалем.

### ***Мороженое***

На предприятиях общественного питания реализуют мороженое промышленного производства (пломбир и сливочное), а на месте непосредственно перед отпуском готовят мягкое мороженое.

Мягкое мороженое вырабатывают из сухих смесей. Оно представляет собой продукт кремообразной консистенции с нежной структурой, невысокой взбитостью (40—60%) и температурой от -5 до -7°C. Мягкое мороженое не подвергают закаливанию до низких температур и отпускают потребителю тотчас же по выходе его из фризера. В зависимости от используемой смеси выпускают мягкое мороженое следующих видов: сливочное, сливочно-шоколадное, сливочно-кофейное, сливочно-белковое, молочное с повышенным содержанием жира, молочное.

Отпускают мороженое (и мягкое, и промышленного производства) с различными сладкими соусами (шоколадным, ореховым, шоколадно-ореховым, черносмородиновым, земляничным, малиновым, вишневым, абрикосовым), свежими, консервированными, быстрозамороженными плодами и ягодами, вареньем, сливками взбитыми, печеньем (сдобным, сахарным), коньяком, ликером.

Мороженое отпускают в креманках, фужерах или специальных вазочках; его можно подать с соками плодовыми или ягодными натуральными или с напитками безалкогольными газированными в бокалах с соломинками.

***Мороженое "Сюрприз"***, Его готовят для банкетов, новогодних ужинов. На металлическое блюдо кладут ломтики бисквита, на них — нарезанные тонкими

пластинками консервированные яблоки или груши, затем шарики мороженого. Мороженое сверху и с боков быстро покрывают слоем плодов консервированных, бисквита и взбитых с сахаром белков, выпуская их из кондитерского мешка. Подготовленное блюдо быстро (1—2 мин) запекают в жарочном шкафу при высокой температуре (не ниже 260°C), так чтобы яичные белки сразу подрумянились. При отпуске блюдо посыпают сахарной пудрой. При подаче можно налить вокруг мороженого коньяк или спирт и зажечь его.

**Парфе** представляет собой особую разновидность мороженого. На предприятиях общественного питания его готовят из густых (не менее 35%-й жирности) взбитых с сахаром сливок, яично-молочной смеси, ароматизаторов и вкусовых продуктов: ванилин (парфе ванильное), кофейного настоя (парфе кофейное), какао-порошка (парфе шоколадное), поджаренных измельченных орехов (парфе ореховое), земляничного пюре (парфе земляничное). Технология приготовления парфе аналогична приготовлению кремов сливочных, ягодных, за некоторым исключением: для яично-молочной смеси используют в основном желтки; желирующее вещество не вводят; подготовленную массу раскладывают в специальные гофрированные формы, плотно закрывают крышками и замораживают в низкотемпературных шкафах, камерах при -18°C в течение 1,5—2 ч.

Перед подачей формы на несколько секунд опускают в теплую воду (50—60°C) и выкладывают парфе в вазы. При подаче на парфе можно положить консервированные фрукты. Рядом или вокруг парфе иногда кладут мелкое печенье.

### ***Горячие сладкие блюда***

К горячим сладким блюдам относятся суфле (воздушные пироги), пудинги, сладкие каши, блюда из яблок, блинчики и др. Эти блюда, особенно крупяные и мучные, высокопитательны и используются не только в качестве десерта, но и включаются в меню ужинов и завтраков.

**Суфле.** Для приготовления суфле яичные желтки растирают с сахаром, добавляют муку, ванилин (для суфле ванильного), растертый шоколад или какао-порошок (для суфле шоколадного), измельченный и поджаренный с сахаром миндаль (для суфле орехового), разводят горячим молоком и, непрерывно помешивая, проваривают смесь до загустения. Горячую смесь соединяют со взбитыми белками и выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом. Сверху украшают этой же массой, выпуская ее из кондитерского мешка. Выпекают в жарочном шкафу при температуре 180—220°C в течение 12—15 мин.

Выпеченное, хорошо подрумяненное суфле посыпают сахарной пудрой и

немедленно подают, пока оно не опало. Отдельно предлагают холодное молоко или сливки.

**Суфле яблочное, ягодное.** Фруктовое или ягодное проваривают с сахаром до загустения, горячим смешивают со взбитыми белками и выпекают так же, как суфле ванильное.

**Пудинги.** Готовят их из вязких каш (рисовой, манной) или ванильных сухарей, разломанных на мелкие кусочки.

**Пудинг сахарный или бисквитный.** Яичные желтки растирают с сахаром, разводят холодным молоком и этой смесью заливают разломанные на мелкие кусочки ванильные сухари или сухой бисквит. Когда они набухнут, добавляют перебранный и промытый изюм, цукаты, нарезанные кубиками (5-7 мм), перемешивают и осторожно соединяют со взбитыми белками. Равномерно перемешанную массу раскладывают в формы, смазанные маслом и обсыпанные сухарями (если пудинг будут запекать в жарочном шкафу) или сахарным песком (если пудинг будут варить на пару в пароварочном шкафу). Готовый, слегка остывший пудинг перекалывают из формы на блюдо, нарезают на порции, поливают абрикосовым соусом или подают его отдельно в соуснике.

Бисквитный пудинг подают с яичным сладким соусом.

**Пудинг яблочный с орехами.** Очищенные и поджаренные орехи измельчают, заливают молоком и варят 2—3 мин. Затем в молоко всыпают тонкой струйкой манную крупу, доводят до кипения. В слегка остывшую массу (60—70°С) вводят растертые с сахаром яичные желтки, очищенные от кожицы и нарезанные мелкими кубиками яблоки, соль, размешивают, затем вводят взбитые белки и полученную смесь вторично осторожно перемешивают. Пудинг в формах варят на пару и подают с абрикосовым соусом.

**Каша гурьевская.** Молоко (3,2%-й жирности) наливают в широкую неглубокую посуду (сотейник, сковороду) и ставят в горячий жарочный шкаф. Как только на молоке образуется румяная пенка, ее тотчас снимают вилкой, затем дают снова образоваться пенке и снимают ее. Так делают несколько раз. Затем сотейник с молоком ставят на плиту, в кипящее молоко всыпают манную кашу и варят до готовности. В охлажденную до 60—70°С кашу добавляют желтки, растертые с сахаром, ванилин и часть нарезанных пенек, а затем в два-три приема добавляют взбитые белки.

Кашу укладывают слоями: на порционную сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, укладывают слой каши; посыпают рублеными орехами, покрывают пенками, снятыми с молока; сверху кладут второй слой каши; поверхность выравнивают, посыпают сахарным песком и прижигают в виде сетки раскаленной поварской иглой. Запекают в жарочном шкафу при температуре 240—250°С в течение 12—15 мин. Готовый пудинг украшают цукатами и консервированными фруктами, прогретыми в сиропе, вперемешку с

пенками и поджаренным миндалем. Отдельно в соуснике подают соус абрикосовый.

**Блюда из яблок.** При тепловой обработке яблоки становятся мягче и ароматнее и, кроме того, в них увеличивается количество пектина (за счет перехода протопектина в пектин), повышается сладость в результате инверсии сахарозы. Так, при запекании яблок в зависимости от содержания в них органических кислот гидролизуется до 30% сахарозы. Аромат блюд из яблок улучшается при добавлении молотой корицы или эссенции (ромовой, коньячной).

**Яблоки печеные.** Яблоки (лучше антоновские) моют, не очищают от кожицы, но удаляют круглой выемкой сердцевину. Подготовленные яблоки укладывают на противень, заполняют углубления в них сахаром (яблоки печеные), тонко нашинкованной морковью с сахаром и сметаной (яблоки, фаршированные морковью), молочной рисовой кашей с изюмом и жареными орехами (яблоки, фаршированные рисом и орехами), протертым творогом с изюмом и сахаром (яблоки, запеченные с творогом), массой из рубленых орехов, кураги или чернослива (яблоки, запеченные с курагой или черносливом) и др. На противень подливают небольшое количество воды и запекают яблоки 15—20 мин (в зависимости от их сорта). Отпускают яблоки горячими или холодными, поливают сиропом или посыпают сахарной пудрой. Яблоки можно подать со сладкими соусами, взбитыми сливками, вареньем.

**Шарлотка с яблоками.** Приготовление блюда включает: подготовку фарша; подготовку хлеба; формование; запекание.

Яблоки промывают, очищают от кожицы и сердцевины, нарезают ломтиками толщиной 2—3 мм или мелкими кубиками, посыпают сахаром с корицей. Если у яблок мякоть плотная, то их можно проварить.

С черствого белого хлеба срезают корки. Мякиш режут прямоугольными ломтиками толщиной 0,5 см. Оставшиеся от хлеба обрезки измельчают в виде кубиков, подсушивают их, перемешивают с яблоками. Ломтики хлеба смачивают с одной стороны в смеси яиц, молока и сахара, затем обкладывают ими (смоченной стороной вниз) дно и стенки смазанной жиром формы (противня) для выпекания шарлотки. Форму заполняют фаршем, сверху покрывают такими же ломтиками хлеба, но смоченной стороной кверху. Поверхность пропитывают оставшимся льезоном и запекают в жарочном шкафу при температуре 180—200С до образования румяной корочки (15—20 мин). Готовую шарлотку выдерживают в форме 10 мин, а затем выкладывают на блюдо или тарелку. При отпуске поливают абрикосовым соусом. Соус можно подать отдельно.

**Яблоки в тесте (в кларе) жареные.** Яблоки (лучше некрупные антоновские) без семенных гнезд и без кожицы нарезают кружочками толщиной

0,5 см и посыпают сахаром. Приготавливают тесто: в желтки, отделенные от белков, кладут соль, сахар, сметану, муку, тщательно перемешивают и разводят] молоком. Белки взбивают в густую пену и осторожно вводят в тесто непосредственно перед использованием его.

Кружочки яблок с помощью поварской иглы погружают в тесто, а затем быстро перекалывают в разогретый жир и обжаривают до образования золотистой корочки, готовые яблоки кладут на тарелку, сверху посыпают сахарной пудрой, отдельно подают соус абрикосовый.

**Яблоки с рисом.** В горячую вязкую рисовую кашу, сваренную на молоке с сахаром, добавляют яйца (температура каши не более 60—70°), изюм, ванилин, сливочное масло, хорошо перемешав, укладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, и запекают в жарочном шкафу — 15—20 мин при температуре 240—250°C.

Яблоки без кожицы и семенного гнезда варят целиком или половинками в подкисленной воде до мягкости. При подаче на кашу кладут горячие яблоки и поливают соусом яблочным или абрикосовым.

**Яблоки по-киевски.** Очищенные от кожицы и семенного гнезда яблоки бланшируют до полуготовности в подкисленной воде. Затем яблоки кладут на порционную сковороду, отверстие заполняют вареньем. Подготовленные яблоки заливают яично-сметанной смесью и запекают до готовности. Для приготовления смеси желтки растирают с сахаром, добавляют муку. Отдельно взбивают сметану, белки и соединяют их с желтками. Отпускают блюдо в порционной сковороде, сверху посыпают рафинадной пудрой.

**Гренки с плодами и ягодами,** С пшеничного батона срезают корки, нарезают ломтиками толщиной 5 мм, пропитывают их смесью из яиц, молока и сахара (яично-молочная смесь), обжаривают с обеих сторон на маргарине до образования румяной корочки. При отпуске на обжаренные гренки кладут прогретые в сиропе плоды и ягоды и поливают соусом абрикосовым.

**Корзиночки с плодами и ягодами.** Корзиночки, выпеченные из песочного теста, наполняют сваренными дольками яблоками без кожицы и семенного гнезда. Непосредственно перед отпуском поливают соусом абрикосовым. В корзиночки вместо яблок можно положить клубнику или малину и полить соусом земляничным или малиновым.

### **Сладкие соусы**

Их готовят из свежих, сушеных плодов и ягод, а также из варенья, джема и т. д. Подают сладкие соусы к желе, муссам, самбукам, кремам, к пудингам, запеканкам, мороженому.

**Соус шоколадный.** Какао смешивают с сахаром. Сгущеное молоко разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном

помешивании вливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус добавляют ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).

**Соус абрикосовый.** Свежие абрикосы погружают на 30—40 с в кипяток, снимают с них кожицу, нарезают на четыре части, удаляют косточку, засыпают сахаром, выдерживают; 2—3 ч и кипятят 5—8 мин.

Курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой на 2—3 ч. Затем ее варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают; до загустения.

**Соус клюквенный.** Соус готовят так же, как кисель жидкий из клюквы.

**Соус яблочный.** Нарезанные ломтиками яблоки с кожицей, но без семенного гнезда заливают горячей водой и варят; 6—8 мин (в зависимости от сорта). Затем протирают, соединяют с отваром, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал, дают еще раз вскипеть. В готовый соус кладут корицу.

**Соус земляничный, или малиновый, или вишневый.** Ягоды перебирают, удаляют плодоножку, промывают, у вишен удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2—3 ч для выделения сока, затем варят 15—20 мин. Готовый соус охлаждают.

**Соус черносмородиновый.** П е р в ы й в а р и а н т. Подготовленные ягоды протирают, добавляют сахар. Массу тщательно перемешивают до растворения сахара, раскладывают в чисто: вымытые банки и хранят в охлажденном состоянии.

В т о р о й в а р и а н т. Ягоды протирают, вводят в горячий раствор сахара, доводят до кипения и охлаждают.

Соус яичный сладкий. Желтки растирают с сахаром, добавляют белое сухое вино, лимонную цедру и прогревают на водяной бане, непрерывно взбивая, до образования густой пенистой массы. Готовый соус заправляют соком лимона.

**Соус коньячный.** Яйца растирают с сахаром, добавляют молоко или молоко сгущенное с сахаром и воду кипяченую. Смесь прогревают при 85—90°C до загустения в течение 10 мин, затем охлаждают и добавляют коньяк.

#### **Требования к качеству сладких блюд**

Температура подачи холодных сладких блюд должна быть 12—15°C, горячих — 55, мороженого — 4—6°C.

Наиболее часто встречающиеся дефекты: вкус и запах слабо выражены (слабый аромат ванилина в молочном киселе; недостаточно выражены вкус и запах ягод, фруктов, вина в сиропах и т. д.); незначительные дефекты консистенций (жидкий кисель, плотное желе; слабо взбиты муссы, самбуки,



сливки; недостаточная пористость пудингов и выпечных изделий; частично переварены фрукты в компотах; непривлекательный внешний вид (мутные компоты, сиропы); пленка на киселях; неаккуратно разложены фрукты, желе); незначительные дефекты цвета (недостаточно выражен цвет киселей, желе, слабозаколерованы выпечные изделия и т. д.).

**Свежие плоды.** Они должны быть зрелыми, доброкачественными и тщательно вымытыми.

**Компоты.** Сироп в компотах должен быть прозрачным, с концентрированным вкусом и запахом фруктов, в меру сладким, с приятной кислинкой (если использованы кислые ягоды — смородина, вишня и др.). Фрукты и ягоды должны быть мягкими, но неразваренными и немятыми. Не допускаются загнившие и червивые плоды. Основные дефекты: сироп сладкий, но без аромата и вкуса плодов (жидкость слили и долили сироп; вкус слабо выражен (нарушили рецептуру или мало настояли после варки); часть фруктов переварена, а форма других сохранилась, на дне мутный осадок (все фрукты заложили в сироп одновременно, а не последовательно в соответствии со сроком варки); попадают плодоножки, семена яблок и груш, косточки свежих слив и абрикосов (плохо перебрали и зачистили плоды).

**Фрукты в сиропе.** Яблоки и груши должны сохранять форму. Сироп должен быть слабокислым, с ароматом вина, прозрачным и густым от сахара.

Основные дефекты: поверхность яблок и груш потемнела (очищенные плоды хранили на воздухе, а не в подкисленной воде); плоды деформированы (переварены), жесткие (недоваренные); сироп имеет недостаточно концентрированный вкус (нарушена рецептура) или мутный оттенок (переварены очистки фруктов, из которых варили сироп).

Густые кисели должны иметь плотную консистенцию, сохранять форму, не растекаться; полужидкие — консистенцию густой сметаны. Фруктово-ягодные кисели, приготовленные из отжатого сока (клюквы, черники, смородины и т. д.), должны быть прозрачными, сохранять окраску, вкус и аромат ягодных соков, а кисели из протертых плодов могут быть мутными и цвет их может несколько измениться.

Основные дефекты: кисель жидкий (переварили или положили мало крахмала); наличие комков (неправильно заварили крахмал); на поверхности пленка (не посыпали сахаром перед охлаждением); кисель из отжатых соков не имеет аромата, цвета и вкуса свежих ягод сок кипятили, а не ввели сырым в конце приготовления); кисель из соков и сиропов мутный (долго хранили, использовали маисовый крахмал); в киселях из протертых фруктов попадают крупные частицы (плохо протерли); молочные кисели имеют запах подгорелого молока, отсутствует аромат ванилина; на поверхности густого киселя выделилась вода (долго хранили); клюквенный кисель имеет фиолетовую

окраску (варили в алюминиевой посуде).

**Желе.** Консистенция желе должна быть студнеобразной, но не грубой и не резинистой, на изломе должна сохраняться форма. Ягодное желе должно быть прозрачным, со вкусом и запахом использованных ягод. Использование искусственных красителей при изготовлении желе запрещается.

Основные дефекты: ягодное желе непрозрачное (плохо процедили или не осветлили); желе не застыло или очень густое (положили желатин не по норме); лимонное желе горчит (плохо зачистили цедру); попадаются кусочки желатина (плохо замочили желатин и не растворили полностью); мало сладкое (недостаточное количество сахара).

**Муссы.** Мусс представляет собой застывшую, нежную, мелкопористую, пышную и слегка упругую массу бледной окраски (клюквенный — розовый, яблочный и лимонный — белые или слабо-желтые). Перед отпуском нарезают на куски прямоугольной или треугольной формы с ровными или гофрированными краями. Вкус сладкий, с небольшой кислинкой.

Основные дефекты: в нижней части мусса образовался плотный слой желе (плохо взбивали, разлили в формы не полностью остывшим); масса тяжелая (мало взбили); куски бесформенные (переохладили при взбивании).

**Самбуки.** Консистенция упругая, масса однородная, более тяжелая, чем у мусса, мелкопористая, вкус сладкий, с небольшой кислотностью, запах яблок или абрикосов.

**Кремы.** Пористая, упругая масса, нарезанная на куски прямоугольной формы и отлитая в формах. Запах и цвет соответствующие наполнителям или ароматизаторам.

**Пудинги.** Они должны иметь мягкую и нежную консистенцию внутри, поджаренную корочку, сладкий вкус; на разрезе видны цукаты или изюм, равномерно распределенные по всей массе. Закал не допускается. Масса должна быть хорошо пропечена. Если пудинг не пропечен, то внутри он липкий, сырой, на воткнутый нож или лужинку прилипает непропеченная масса.

**Каши гурьевская.** Поверхность должна быть золотистой (иногда ее прижигают в виде сетки), консистенция пышной, нежной. Дефекты - оседание каши после выпечки, заварившиеся комочки крупы внутри, подгорелая поверхность и др.

**Яблоки с рисом.** Рис должен быть аккуратно сформован в виде низкого цилиндра. Поверхность яблок светлая, полностью покрыта соусом.

**Яблоки в тесте.** Они должны иметь вид румяного пончика с золотистой корочкой, с запеченным внутри яблоком. Тесто должно быть пышное, желтое на изломе; яблоко хорошо пропеченное, зеленовато-желтое или белое мягкое.

**Шарлотка яблочная.** На поверхности должна быть хрустящая румяная корочка; начинка густая, не вытекает, хорошо прогрета.

## ГЛАВА 10. НАПИТКИ

### Значение напитков в питании

За счет напитков человек покрывает около 30—50% потребности в воде. Потеря организмом более 10% жидкости угрожает его жизнедеятельности. Поэтому человек должен ежедневно восполнять расход воды. Однако при излишнем потреблении воды создается дополнительная нагрузка на сердце и почки, увеличивается выделение минеральных солей и витаминов. Субъективным показателем недостатка воды в рационе является ощущение жажды (хотя существует и ложная жажда). Напитки удовлетворяют жажду лучше, чем вода, и поэтому предотвращают излишнее потребление жидкости.

Многие напитки обладают тонизирующим действием благодаря содержанию алкалоидов — кофеина (в кофе, чае), теобромину (в какао, шоколаде) и т. д.

Содержание кофеина в стакане кофе при обычной норме заварки (15—17 г порошка на стакан) составляет 0,07—0,15 г, в раствор переходит 0,05—0,1 г кофеина.

Чай содержит кофеина значительно больше, чем кофе: черный байховый — 2—3,3%, зеленый — 1,5—2,3%. Однако на стакан берут 50 мл заварки, что составляет 0,4 г сухого чая, содержащего 0,012 г кофеина (примерно в 5—8 раз меньше, чем в стакане кофе).

По данным фармакологии, 0,05 г кофеина воздействуют на мозг и сосуды, 0,2 г его сильно возбуждают сердечную деятельность, 0,3 г отравляют организм. Таким образом, в стакане; кофе (0,05—0,1 г) содержится как бы "пограничная" доза кофеина, возбуждающая деятельность мозга и сосудов сердца. Под действием кофеина сокращение сердечных мышц не столько, усиливается, сколько учащается. Поэтому ощущение сердцебиения — показатель того, что превышена нормальная доза кофеина. Действие кофеина на организм очень индивидуально. Людям нервным, раздражительным употребление кофе следует ограничивать или вообще исключить его из рациона.

Чай, квас, фруктовые напитки являются существенным источником витаминов и минеральных веществ.

### *Чай*

На Руси чай появился еще в XVII в. и вскоре стал национальным напитком. В России употребляют главным образом черный байховый чай, получаемый после ферментации и высушивания молодых побегов чайного растения (китайские, индийские виды чая и их гибрид — цейлонский чай). Наша страна

единственная в Европе, имеет свои чайные плантации (в Краснодарском крае). Однако значительная часть чая экспортируется из Грузии, Азербайджана, а также Китая, Индии и других стран.

При заварке чая около 30% его массы переходит в раствор, который приобретает вкус, цвет, аромат и тонизирующие свойства. Часть этих экстрактивных веществ растворима только в горячей воде, при охлаждении заварки выпадает в осадок, придавая ей мутность. В состав экстрактивных веществ входят дубильные вещества (танины и др.), алкалоиды (кофеин), эфирные масла, витамины, минеральные соли и др. Дубильных веществ содержится в сухом чае от 5—7% (в чае 3-го сорта) до 14—15% (в чае высшего сорта). Они обуславливают терпкий, вяжущий вкус чайного напитка. С солями железа они образуют темноокрашенные соединения, поэтому нельзя заваривать чай в такой посуде. Некоторые дубильные вещества (катехины) окрашены и придают напитку золотисто-красный цвет. В кислой среде окраска их становится менее интенсивной, поэтому при добавлении лимона чай светлеет. Тонизирующими свойствами чай обязан комплексному действию кофеина, танинов, витаминов С, РР и других биологически активных веществ.

Аромат чаю придают летучие эфирные масла. Они не растворимы в холодной воде и при охлаждении заварки образуют на ее поверхности масляные пятна, что является признаком достаточной концентрации чая. Чтобы сохранить эфирные масла, заварку чая нельзя кипятить, не следует разогревать и долго хранить.

На порцию чая нормальной крепости берут около 2 г сухого чая. Наиболее полное извлечение экстрактивных веществ достигается при соотношении сухого чая и кипятка 1:25. Следовательно, объем заварки на один стакан чая должен быть  $2 \times 25 = 50$  мл. Значит, в чайнике объемом 250 мл получится хорошая заварка на 5 стаканов, в чайнике 500 мл — на 10 стаканов. Такой заварки в стакан или чашку вместимостью 200 мл наливают примерно 50 мл (1/4 емкости) и доливают кипятком. Крепость чая — дело вкуса. Поэтому каждый сам подбирает количество сухого чая на один чайник.

Заварной чайник нагревают, ополаскивая кипятком, или на конфорке самовара, или на чайнике с кипятком. Затем в него всыпают чай, наливают на 1/3 объема кипятком, прикрывают чайник салфеткой или грелкой и настаивают 5—10 мин. После этого доливают кипятком, через 1—2 мин часть заварки наливают в чашку или стакан и вновь выливают в чайник. В старину пользовались специальными грелками из теплой ткани для чайников.

Чай разливают на столе в стаканы или в чашки с блюдцами. Отдельно подают сахар в вазочке, варенье, мед или конфеты. Кроме этого, к чаю подают печенье, булочки, баранки, сушки, пирожки, торты, хворост. Сахар-рафинад или сахарный песок подают в сахарнице и кладут рядом щипчики для кускового

сахара или ложечку для сахара-песка. Для любителей подают в молочнике подогретое кипяченое молоко или в сливочнике — сливки. Дело в том, что молоко изменяет вкус чая. Его белки связывают дубильные вещества, и чай теряет терпкость. Напиток приобретает совершенно другой вкус, становится более питательным. Англичане предпочитают пить чай с молоком, китайцам и японцам это кажется дикостью, а вот калмыки и буряты варят чай с молоком и заправляют солью и салом.

**Чай парами.** Чай заваривают в чайнике вместимостью 250 мл и ставят на большой чайник (1 л). Сахар подают отдельно.

**Чай одним чайником.** Заварку подают в чайнике вместимостью 1 или 0,5 л. Кипяток доливают сами на столе из самовара или чайника.

**Чай с сахаром.** К чаю лучше подавать сахар-рафинад колотый, литой или прессованный. Можно предложить и сахарный песок. Сахар подают отдельно на розетке или в вазочке. При подаче колотого сахара обязательно кладут рядом щипчики, а для сахарного песка — ложечку.

**Чай с лимоном.** Перед подачей лимон ошпаривают, а затем нарезают кружочками вместе с цедрой. Его подают к чаю на розетке или в вазочке, посыпав сахарным песком.

**Чай с молоком или сливками.** Горячее молоко или сливки подают в сливочнике или молочнике.

**Чай с вареньем, медом, джемом.** Варенье, мед, джем подают на стол в вазочках с десертной ложкой. К каждому прибору ставят отдельную розетку.

**Чай с красным вином.** В эмалированной кастрюле или чайнике кипятят воду, добавляют гвоздику, корицу, доводят до кипения, дают настояться 5—10 мин, добавляют сахар, вино и вновь доводят до кипения. Этим отваром заваривают чай.

**Холодный чай.** Холодный чай подают с лимоном, сахаром и кусочками пищевого льда.

## **Кофе**

В страны Европы кофе привозят из Центральной и Южной Америки, Африки, Индонезии и других тропических стран. В России кофе появился лишь при Петре I, а распространение получил в первой половине XIX в.

Получают кофе из зерен кофейного дерева. Собранные ягоды кофе прежде всего освобождают от мякоти. Для этого их складывают в бурты и выдерживают до полного размягчения сочной мякоти, остатки которой затем смывают струей воды. Зерна высушивают и отделяют от плотной роговой оболочки, сортируют по размеру, полируют, затем упаковывают в мешки и отправляют в страны потребителей. Там их либо реализуют сырыми, либо

обжаривают, размалывают и составляют торговые сорта.

Обжаренный кофе быстро теряет свойства. Поэтому или его зерна хранят и перевозят сырыми, или обжаренный и размолотый кофе транспортируют герметически упакованным.

На промышленных предприятиях обжарка зерен сырого кофе осуществляется следующим способом. Зерна очищают от примесей, затем обжаривают в особых аппаратах при 160—220°C в течение 14—16 мин до получения легко размалывающихся зерен коричневого цвета, с выраженным кофейным ароматом. После этого их охлаждают в чанах и колонках до 40—50°C, размалывают на вальцевых машинах, просеивают и фасуют.

При обжарке масса зерна уменьшается на 13—14% вследствие испарения влаги и разложения некоторых веществ. Объем же зерен увеличивается на 30—40%. Чем меньше был первоначальный объем зерен, тем больше он увеличивается при обжарке.

В процессе обжарки общее количество растворимых веществ в зёрнах значительно снижается (в среднем с 29,6 до 23,6%), в основном за счет уменьшения содержания сахаров. Снижается и содержание клетчатки в результате ее разложения. Суммарное количество азотистых веществ, кофеина, минеральных веществ изменяется мало. Резко (почти вдвое) снижается содержание дубильных веществ, обуславливающих вяжущий, терпкий вкус кофе. Хлорогенная кислота, придающая кофе горечь, разлагается с образованием ряда других кислот, от которых зависят легкий кисловатый вкус и благородная горечь напитка. Главное же — в зернах накапливаются продукты пирогенетического (пиро — огонь) разложения многих соединений и образуется целый комплекс ароматических веществ, называемых кофеолом.

Цвет зерен изменяется вследствие карамелизации сахаров и образования других окрашенных веществ (меланинов и др.). Часть кофеина при высокой температуре возгоняется (улетучивается), но относительное содержание его снижается мало, а иногда даже может возрасти за счет уменьшения влажности.

Количество витаминов группы В (В1( В2, В6, В12 и В3 — пантотеновой кислоты) почти не снижается при обжарке, и потом эти биологически активные вещества переходят в напиток.

Аромат жареного кофе обусловлен целым комплексом летучих веществ. Всего их обнаружено в парах кофе более 400. Большинство из них образуются в процессе обжарки. Во время обжарки в зернах накапливается углекислый газ, но после размола он быстро улетучивается, увлекая часть ароматических веществ. Поэтому размалывать жареные зерна кофе следует непосредственно перед приготовлением напитка.

Для размола зерен кофе используют различные кофемолки. Крупность размола оказывает большое влияние на качество напитка. Чем частицы крупнее,

тем они быстрее оседают. Крупно размалывают зерна для приготовления напитка в кофейниках или другой посуде; напиток обязательно процеживают. Для приготовления черного кофе в турках надо размалывать зерна как можно мельче. Наилучшие органолептические показатели имеет кофе, приготовленный из мелко размолотых зерен (менее 500 мкм). При размоле в кофемолках получаются частицы кофе разного размера. Поэтому для приготовления кофе с гущей (по-восточному) рекомендуется перед варкой порошок кофе просеивать, отделяя более крупные частицы. Чтобы выровнять размер частиц, можно размолоть зерна еще раз.

Режим варки должен обеспечивать максимальное извлечение из молотого кофе экстрактивных и ароматических веществ.

Чем больше порция кофе или заварки, тем концентрированнее получается напиток, но при увеличении количества сухого порошка в 2 раза содержание экстрактивных веществ в напитке возрастает лишь в 1,25—1,5 раза. Поэтому готовить концентрированный отвар кофе (как для чая), а потом разводить его нецелесообразно. Обычная заварка — 6—8 г на 100 г кипятка. При длительном кипячении теряется значительная часть ароматических веществ. Поэтому кофе только доводят до кипения.

Для варки кофе используют специальные кастрюльки — турки, кофейники или специальные кофеварки.

Турки имеют цилиндрическую форму, суживающуюся кверху. В верхней части ее имеется раструб. Цилиндрическая форма обеспечивает быстрый нагрев и оседание частиц гущи в готовом напитке.

Кофейник был изобретен известным английским физиологом Ремфордом. Молотый кофе помещается в сетчатую емкость и оmyвается кипящей водой, поступающей из нагретой части сосуда по трубке. Этот принцип "гейзера" положен в основу конструкций многих современных кофеварок для дома и предприятий общественного питания.

Кофейник или кастрюлю ополаскивают кипятком, всыпают по норме порошок кофе, наливают кипяток, доводят до кипения, но не кипятят. После этого кофе отстаивают, процеживают, сливают в кофейник или наливают непосредственно в чашки, стаканы и подают. Потери влаги с гущей составляют 5—10%. Отпускают его по 100, 150, 200 мл.

**Кофе черный варят в эспресс-кофеварках.** Напиток получается экстрагированием отдельных порций горячим паром при избыточном давлении. В аппарат кофе закладывают порциями на каждую чашку (100 мл). Приготавливают напиток в соответствии с инструкцией по эксплуатации эспресс-кофеварки.

Существует много способов приготовления и подачи кофе. Кофе черный по-восточному (по-турецки). Кофе берут самого мелкого размола. В турку

насыпают кофе, весь сахар по норме, наливают холодную воду, нагревают до кипения (до образования пены), но не дают закипеть. Можно снять турку с огня, а затем нагреть и вновь дать подняться пене. Кофе разливают в маленькие кофейные чашечки не процеживая, с гущей. Отдельно в графине подают холодную воду. В чашку можно добавить несколько капель воды, чтобы гуща быстрее осела.

**Кофе с молоком.** Молоко смягчает терпкий вкус напитка, повышает его питательность, хотя и совершенно изменяет вкус.

Кофе варят очень концентрированный, процеживают, вливают кипящее молоко и доводят до кипения. Подают в кофейниках, отдельно в вазочке — сахар (лучше кусковой).

**Кофе по-венски.** Сливки (жирность не менее 35%) охлаждают, добавляют сахарную пудру и взбивают (можно добавить ванилин). В кофейнике или кастрюле варят черный кофе, добавляют в него сахар и вновь доводят до кипения. В чашки или стаканы вместимостью 250 мл кофе наливают не до самого верха и кладут взбитые сливки (их можно посыпать тертым шоколадом).

**Кофе по-варшавски.** Молоко наливают в чистую сковороду, ставят в духовку, несколько раз снимают пенку, которую режут на куски. Варят черный кофе с половинным количеством воды, процеживают его, добавляют сахар, топленое молоко, оставшееся от приготовления пенек, кофе доводят до кипения, затем разливают в чашки или стаканы и сверху кладут пенки.

**Кофе черный с мороженым (гляссе).** В готовый черный кофе добавляют сахар, охлаждают до 8—10°C, наливают в бокалы и сверху кладут шарик мороженого.

### ***Какао и шоколад***

Какао и шоколад получают из бобов тропического шоколадного дерева. Внутри плода (боба) какао содержатся семена, обладающие горьким, вяжущим вкусом и характерным ароматом.

Собранные семена освобождают от мякоти и подвергают ферментации в течение 2—7 сут. За этот период в результате сложного биохимического процесса они приобретают коричневую окраску, приятные аромат и вкус. Высушенное зерно какао содержит воды 4—6%, жира (масло какао) — 51—54, крахмала — 7—10, алкалоидов (теобромин и кофеин) — 1—1,5%, а также дубильные вещества, кислоты, минеральные соединения.

Семена какао очищают, сортируют и подвергают термической обработке. После этого их дробят и получают крупку. Для получения какао-порошка крупку надо тонко измельчить. Тонкому размолу препятствует высокое содержание жира. Поэтому из крупки вначале отпрессовывают большую часть



масла, а жмых размалывают. Для получения какао-порошка тончайшего размола используют специальные машины. Частицы такого порошка не оседают при изготовлении напитка. Кроме того, чтобы еще больше уменьшить оседание порошка, его обрабатывают щелочами, углекислым аммонием или пищевой содой. Такой какао-порошок называют иногда "растворимым", но правильнее называть его "препарированным", так как он не растворяется при заварке, а только меньше оседает.

Непрепарированный какао-порошок имеет цвет от светло-коричневого до темно-коричневого, а обработанный щелочами приобретает красноватый оттенок. В какао-порошке содержится 14—20% жира, около 20% белков, 40% углеводов и другие питательные вещества. Возбуждающее действие напитка обусловлено алкалоидом теобромином.

**Какао с молоком.** Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют немного кипятка (100—150 мл на 1 л-напитка), хорошо размешивают и при помешивании вливают горячее молоко. Соотношение воды и молока можно изменять.

**Какао со сливками.** Готовят так же, как и с молоком.

**Какао с желтками.** Яичные желтки растирают с сахаром и при непрерывном помешивании постепенно разводят какао, приготовленным с молоком или сливками, охлажденным до 35—40°C. Затем напиток нагревают, не доводя до кипения (65—70°C), слегка взбивают и разливают в чашки.

**Какао с мороженым.** Готовят какао с молоком и сахаром, охлаждают, разливают в стаканы или бокалы и сверху кладут мороженое.

Для приготовления напитка используют порошок шоколада, который отличается от какао-порошка большим содержанием жира, или готовый плиточный шоколад, который крошат либо измельчают на терке.

**Шоколад с молоком.** Порошковый шоколад смешивают с сахаром, разводят небольшим количеством кипятка и доливают горячее молоко. При использовании плиточного шоколада сахара берут меньше.

Шоколад со взбитыми сливками. Приготовленный шоколад охлаждают, разливают в стаканы или фужеры, сверху кладут взбитые с сахаром и пудрой сливки (35%-й жирности).

**Шоколад гляссе с ликером.** Готовый шоколад охлаждают до 10—14°C, доливают ликер, сверху кладут взбитые сливки.

### **Холодные безалкогольные напитки**

В эту группу напитков входят натуральное молоко, кефир и другие кисломолочные продукты, молочные коктейли, Фруктовые напитки, квас.

**Молоко и кисломолочные продукты.** Подают их в стаканах, фляжное молоко предварительно обязательно кипятят. К кисломолочным продуктам

(кефиру, ацидофилину, ряженке, простокваше) на розетке подают сахарную пудру или сахарный песок. Можно также подать сухари из ржаного заварного хлеба.

Молочные коктейли реализуют в кафе, барах, буфетах. Взбивают их в миксерах. В посуду для взбивания кладут мороженое, наливают молоко и взбивают. Можно взбивать и другие смеси: мороженое с фруктовыми соками или кофе или сливки с сиропами. Взбитую смесь переливают в бокалы и подают с соломинкой.

**Фруктовые прохладительные напитки.** Их готовят из лимонов, апельсинов, клюквы, брусники, фруктовых и ягодных соков, сиропов и т. д. Подают холодными (8—10°C). К ним относятся морс клюквенный, лимонный или апельсиновый напиток и др.

Для приготовления клюквенного морса клюкву перебирают, моют, разминают деревянным пестиком и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5—8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар и отжатый сок.

Для напитков из citrusовых с лимонов или апельсинов снимают цедру, мелко шинкуют ее, заливают горячей водой, доводят до кипения и настаивают 3—4 ч. В процеженный отвар добавляют сахар, отжатый сок лимонов или апельсинов.

### **Горячие напитки с вином**

Подают их в керамических чашках. Температура при подаче 60—70°C.

**Пуши и зрог.** В горячий чай с сахаром вливают вино, подогревают и подают.

**Глинтвейн.** Готовят смесь из вина (красного сухого и др.), сиропов, вводят пряности (корицу, гвоздику, мускатный орех) и доводят до кипения. Затем добавляют цедру лимонов, апельсинов, настаивают и процеживают. Отпускают горячими в кофейных чашках.

### **Национальные русские напитки**

**Сбитень.** Для приготовления сбитня в кипящей воде растворяют мед (150 г на 1 л воды) и сахар (150 г), кипятят, снимают пену. Затем кладут пряности (лавровый лист, гвоздику, корицу, мускатный орех, имбирь, кардамон), кипятят и процеживают. Кроме пряностей можно добавлять в сбитень хмель, мяту. Подают горячим в чашках.

**Вода брусничная.** В неокисляющуюся посуду (стеклянные бутылки, пропаренные бочки и др.) кладут перебранную и промытую бруснику, заливают холодной кипяченой водой, добавляют гвоздику и оставляют на несколько дней. Затем настой процеживают и растворяют в нем сахар, а бруснику используют

для гарниров к блюдам из дичи или для приготовления сладких блюд (киселей и др.).

**Квас.** На предприятиях общественного питания используют обычно хлебный квас промышленной выработки, но иногда его заправляют, добавляя хрен, мед (квас Петровский), настаивая с мятой.

Готовят также сухарный квас. Ржаные сухари слегка поджаривают, не допуская подгорания, ломают на мелкие кусочки и всыпают в кипяченую и охлажденную до 80°C воду, непрерывно помешивая. На 4—5 кг сухарей берут 70 л воды. Сухари настаивают 1—1,5 ч в теплом месте, помешивая. Настой процеживают, а сухари заливают вновь теплой водой (50 л) и еще раз настаивают. Затем оба настоя соединяют, добавляют сахар (5,5 кг), дрожжи (150 г), мятный настой или эссенцию. Температура при этом должна быть 23—25°C. При этой же температуре оставляют квас для брожения на 8—12 закладке 10 г — 2%.ч. Затем его охлаждают, разливают в бутылки или бочки, укупоривают и хранят при температуре не выше 10°C.