

**О.М. Соловьева, Г.К. Миронова,
А.П. Елепин**

Кулинария

**Теоретические основы
профессиональной
деятельности**

В двух частях

Часть 1

Учебное пособие



Москва
АКАДЕМКНИГА/УЧЕБНИК
2007

Рецензенты

*директор предприятия общественного питания
ОАО «Мыза» г. Нижнего Новгорода*

Ю.В. Белова,

директор кафе «Алые паруса» г. Нижнего Новгорода

А.А. Крохина

К90

Кулинария : теоретические основы профессиональной деятельности [Текст] : Учебное пособие : В 2 ч./О.М. Соловьева, Г.К. Миронова, А.П. Елепин. — М. : Академкнига/Учебник, 2007. — Ч. 1 : 173 с. : ил.

ISBN 978-5-94908-235-4

Учебное пособие «Кулинария» разработано в соответствии с Государственным образовательным стандартом на основе модульно-компетентного подхода и является составной частью учебно-методического комплекта по профессии «повар».

Пособие включает в себя учебный материал, задания разного уровня сложности и формы представления, практические работы, позволяющие учащимся самостоятельно изучать, закреплять материал и осуществлять самопроверку.

Учебное пособие предназначено для обучения поваров, кондитеров в учебных заведениях профессионального образования, может быть использовано при всех формах подготовки работников общественного питания, включая дистанционное обучение, а также для переподготовки кадров службой занятости.

Оглавление

Введение		5
Словарь терминов		6
Модуль 1.	Характеристика технологических процессов приготовления пищи	17
Результат 1.	Характеризовать технологический процесс приготовления пищи, первичной обработки овощей и грибов в соответствии с действующими нормативными документами (НД)	17
Результат 2.	Описать приемы кулинарной обработки рыбы с учетом ее вида, требований к качеству и сроков хранения	37
Результат 3.	Характеризовать приемы кулинарной обработки мяса, сельскохозяйственной птицы и дичи с учетом их вида, требований к качеству и сроков хранения	49
Результат 4.	Объяснить значение тепловой кулинарной обработки продуктов	65
Модуль 2.	Технология приготовления первых блюд	77
Результат 1.	Определять значение, группы, виды первых блюд и заправочных супов согласно признакам классификации, НД и правилам техники безопасности (ТБ)	77
Результат 2.	Описать технологию приготовления супов-пюре согласно НД и правилам ТБ	101
Результат 3.	Характеризовать технологию приготовления молочных, сладких, прозрачных и холодных супов согласно НД и правилам ТБ	109

Модуль 3.	Технология приготовления соусов	121
Результат 1.	Характеризовать набор сырья, способы кулинарной обработки продуктов для приготовления соусов с учетом их значения согласно признакам классификации	121
Результат 2.	Описать последовательность приготовления соусов с мукой и их кулинарное использование в соответствии со «Сборником рецептур блюд» (СРБ)	129
Результат 3.	Описать технологический процесс приготовления соусов без муки и их кулинарное использование согласно СРБ и соответственно видам соусов	143
Практические работы		153
Материалы оценки компетентности		161
Список нормативно-правовых документов		172

Введение

Значительное расширение сети общественного питания в нашей стране вызывает необходимость подготовки все возрастающего числа квалифицированных поваров.

Большая роль в пополнении предприятий общественного питания квалифицированными специалистами отводится профессиональным училищам и лицеям.

Предприятия общественного питания предназначены не только для производства кулинарной продукции, кондитерских и других изделий, но также для реализации и организации потребления этой продукции, что требует от специалиста разнообразных профессиональных навыков и компетентности.

Современный рынок труда стимулирует поиск новых подходов к подготовке высококвалифицированных специалистов, использование в учебном процессе современных образовательных технологий.

Учебное пособие «Кулинария» в двух частях является составной частью модульной программы подготовки по профессии «повар», которая позволяет учащимся не только овладеть основами поварского искусства, но и развить навыки самообучения, самопроверки и контроля достигнутых результатов, формировать профессиональную компетенцию в вопросах качественного приготовления различных видов блюд. Книга соответствует требованиям государственного образовательного стандарта по профессии «повар» и содержит учебный материал по всем темам данного курса.

Первая часть пособия содержит модули: «Характеристика технологических процессов приготовления пищи», «Технология приготовления первых блюд», «Технология приготовления соусов». Вторая часть вклю-

чает в себя модули: «Технология приготовления вторых горячих блюд» и «Технология приготовления холодных, сладких, лечебных блюд и напитков, изделий из дрожжевого теста».

Модульное обучение, как альтернатива традиционному обучению, использует все прогрессивное, накопленное педагогической практикой. При работе с модулем обучающийся (с направляющей помощью преподавателя или мастера производственного обучения) достигает определенной компетентности самостоятельно. Методическая особенность модульного обучения заключается в том, что оно ориентировано на учащихся с различной мотивацией и разным уровнем допрофессионального обучения.

Другой важной особенностью является построение модуля по принципу структурирования деятельности обучаемых в виде достижения результатов деятельности и формирования профессиональной компетентности.

Модульная программа — это также система средств и приемов, с помощью которых достигается дидактическая компетентность педагога по конкретной дисциплине. Модульная программа включает в себя методические рекомендации для преподавателя, учебное пособие по теоретическому обучению и практикум (рабочую тетрадь), методические рекомендации для мастера производственного обучения.

Учебное пособие «Кулинария» разработано педагогами образовательных учреждений Нижнего Новгорода и Иркутска. Авторы благодарны руководителям образовательных учреждений за создание творческой атмосферы.

Словарь терминов

А

Азу — мелкокусковое тушеное блюдо из говядины (боковой и наружный куски) в остром соусе.

Антрекот — жареный кусок мяса из тонкого или толстого края, толщиной 1–1,5 см, овально-продолговатой формы.

Анчоусы — мелкая морская рыба семейства сельдевых (часто хамса, салака), консервируемая неразделанной в пряном рассоле с уксусом.

Б

Бефстроганов — мясное блюдо, приготавливаемое из говяжьей вырезки или из толстого и тонкого краев; мясо нарезается поперек волокон тонкими брусочками, обжаривается и прогревается в сметанном соусе.

Бисквит — кондитерское тесто и полуфабрикат, приготовленный из муки, сахара и яиц (причем яиц по объему намного больше, чем муки).

Биточки — рубленые котлеты приплюснуто-округленной формы в красной панировке.

Бифштекс — жареный кусок говядины (вырезки).

Бифштекс рубленый — рубленое изделие приплюснуто-округлой формы.

Бланманже — желе из сливок или миндального молока.

Бланшировка — кратковременная обработка продуктов горячей водой (ошпари-

вание) или паром с целью облегчения их дальнейшей механической обработки (рыба осетровых пород, томаты) или для удаления горечи (капуста).

Блюдо — сочетание пищевых продуктов (сырья), прошедших кулинарную обработку и подготовленных к употреблению в качестве пищи, с учетом порционирования и оформления.

Брак — испорченные блюда, продукты, не соответствующие стандартам.

Бракераж — снятие пробы и оценка качества блюда по органолептическим показателям: внешний вид, консистенция, запах, вкус.

Бриошь — сдобная булочка особой формы (состоящая из нескольких как бы сросшихся шариков).

Брутто — вес товара вместе с упаковкой (а также продуктов, не прошедших первичной обработки).

Брынза — рассольный сыр из овечьего молока (национальный продукт молдавской, румынской и болгарской кухни).

Буженина — свинина (тазобедренная часть), запеченная, обжаренная или отваренная особым способом.

Бульон — отвар, полученный при варке в воде мяса, костей, птицы, рыбы.

Буше — маленькие круглые пирожные из особого бисквита (смесь пшеничной и картофельной муки), начиненные мармеладом, желе или кремом.

В

Ванилин — искусственный заменитель ванили.

Ваниль — натуральная пряность с тонким, нежным ароматом, используемая в кондитерском производстве в качестве ароматизатора сладких блюд.

Варенец — квашеное топленое молоко (вытапливается до красноватого оттенка, сквашивается сметаной).

Варка — способ тепловой обработки, при котором продукты нагреваются в жидкости (воде, молоке, бульоне, отваре) при температуре 100°C или в среде насыщенного водяного пара.

Взбивание — механическая обработка продуктов с помощью легких ударов для получения пышной, рыхлой, пенистой консистенции.

Винегрет — холодное овощное блюдо, подаваемое на закуску; салат из отварных овощей, сдобренный уксусом.

Вкус — один из четырех органолептических параметров оценки качества пищевых продуктов (вкус, цвет, запах, консистенция); главное свойство любого продукта, определяющее его качество.

Всмятку — стадия готовности яиц при варке, когда наступает частичное свертывание белка (лишь его внешней части) и слабое загустение желтка.

Вяление — вид кулинарной обработки и одновременно консервации продукта, за-

ключающийся в медленном обезвоживании его путем сушки на открытом воздухе; готовый продукт характеризуется мягкой консистенцией и эластичностью.

Г

Галантин — птица в желе.

Гарнир — в русской кухне дополнение к основному блюду.

Гарнировать — придать блюду окончательную отделку, красивый внешний вид.

Гастрономия — совокупность пищевых продуктов, преимущественно закусочных (копчености, икра, сыр, колбасы).

Глинтвейн — горячий напиток, приготавливаемый из смеси виноградного вина, фруктового сока, чая с добавлением изюма, фруктов, пряностей.

Гренки — мелкие поджаренные или сильно высушенные ломтики пшеничного хлеба.

Гурьевская каша — густая манная каша с пенками, вареньем, цукатами, орехами, медом и пряностями.

Д

Деглассировать — добавить к тому, что жарилось на жире, для снятия пригорелости или ощущения жирности немного (чайную или десертную ложку) сухого красного вина в самом конце приготовления (можно сливки, сметану или несколько капель уксуса).

Дегустация — опробование, оценка качества пищи или пищевого продукта на вкус.

Десерт — легкое освежающее блюдо (фрукты, фруктово-ягодные желе, муссы, чай, кофе).

Диета — специально установленный режим питания.

Диетическое питание — питание, организуемое в целях лечения или предупреждения возникновения различных заболеваний.

Дрожжи — дрожжевые одноклеточные грибы (сахаромицеты), вызывающие спиртовое брожение; используются в кулинарии главным образом как разрыхлитель теста.

Ж

Жаренье — способ тепловой обработки, при котором продукт нагревают с жиром (или без него) при температуре 130–180°C до образования на поверхности поджаристой корочки за счет изменения органических веществ, содержащихся в продукте.

Жаркое — блюдо из какой-либо части животного без разделки на куски, запеченное в духовом шкафу или в русской печи.

Желатин — животный клей, представляющий собой экстракт клейких веществ в виде прозрачных пластинок, получаемый при вываривании хрящей и костей говядины. Употребляется в кулинарии для приготовления студней, заливных, желе.

Желе — десертное блюдо из фруктовых или ягодных соков и сахара, приготавливаемое при помощи желирующего вещества.

Жженка — жженный сахар; при разбавлении водой получается темно-коричневый раствор, используемый в качестве пищевого красителя.

Жиловка (мяса) — удаление сухожилий, пленок, хрящей.

Жир — кулинарное название всех видов натурального сала животных или птиц.

Жюльен — ранее так называлась холодная обработка овощей для супов или соусов, ускоряющая готовность блюда, — нарезка соломкой или тонкими колечками; позднее — грибы (нарезанные соломкой), запеченные в сметане.

З

Закуска (холодное блюдо) — блюдо, подаваемое в начале приема пищи.

Заливное — отварные рыба, мясо или птица, залитые для сохранности, красоты и обогащения вкуса прозрачным бульоном с добавлением желирующих веществ (желатина) и прочно застывшие.

Запекание — комбинированный способ тепловой обработки, заключающийся в нагревании продукта в жарочном шкафу для доведения его до готовности с образованием поджаристой корочки.

Заправить — 1) довести до нужного вкуса, добавляя сахар, соль, специи, масло; 2) придать требуемую форму (тушке птицы).

Заправка — 1) любое внесение в готовую пищу такого компонента, который не обязателен по рецепту, но дает существенное улучшение вкуса данного блюда (масло, сало, сметана, молоко, соусы и т. д.); 2) определенные составы, сдабривающие пищу, улучшающие ее вкус и подходящие только к соответствующим продуктам или блюдам, имеющие точную рецептуру.

Защипать — добавить в готовый соус, суп-пюре кусочки масла, чтобы не образовалась пленка на поверхности.

Зефир — вид пастилы, а также заварные кремы из манной крупы.

Зира (ажгон) — пряность, индийский тмин; используется как одна из основных пряностей для плова.

Зразы — овощное, мясное или рыбное блюдо с начинкой из овощей, яиц, грибов.

И

Имбирь — пряность, приготавливаемая из корневища тропического травянистого растения. В молотом виде — мучнистый, серовато-желтоватый порошок, жгучий на вкус. Применяется как ароматическая добавка в пряники, куличи, сдобы, пудинги, компоты и т. д.

К

Калибровка — проверка или уточнение определенного размера, формы, качества какого-нибудь изделия (например, калибровка картофеля).

Каперсы — 1) род деревьев, кустарников, многолетних трав семейства каперсовых; 2) почки нераспустившихся цветов каперсника, соленые или маринованные. Используются как приправа для первых, вторых блюд и соусов.

Качество кулинарной продукции (по ГОСТу) — совокупность свойств, обуславливающих ее пригодность к дальнейшей обработке и употреблению в пищу, безопасность для здоровья потребителей, стабильность состава и потребительских свойств.

Кляр — жидкое тесто, в которое опускают кусочки продукта перед жаркой во фритюре.

Кнельная масса — измельченная, протертая и взбитая мякоть мяса, птицы или рыбы с добавлением сливок и яичных белков.

Коагуляция — свертывание белков при тепловой обработке продуктов.

Кокотница — маленькая кастрюлька с ручкой для подачи горячих закусок.

Котлетная масса — измельченная мякоть мяса, птицы или рыбы с добавлением хлеба.

Крутон — выпеченный полуфабрикат в виде фигурной лепешки из несладкого теста для подачи банкетных закусок и блюд.

Кулинария — искусство приготовления пищи.

Кулинарная продукция — совокупность блюд, кулинарных изделий и кулинарных полуфабрикатов.

Кулинарное изделие — пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенные до кулинарной готовности.

Кулинарный полуфабрикат — пищевой продукт или сочетание продуктов, прошедшие одну или несколько стадий кулинарной обработки без доведения до кулинарной готовности.

Л

Лангет — тонкий языкообразный жареный кусок мяса, который нарезается из хвостовой части вырезки.

Ланспиг — выпаренный до состояния желе бульон, а также бульон с овощами, пряностями и желатином для приготовления заливных блюд.

Лиировать — загустить (чаще всего при приготовлении супов, соусов, муссов и проч.) при помощи муки, яиц, крахмала и т. д.

Льезон — смесь из яиц и молока (сливок, воды) для смачивания полуфабрикатов перед панированием; смесь из яиц и молока (сливок) или масла для заправок соусов, супов-кремов.

Люля-кебаб — дословно: шашлык из молодого мяса (баранины).

М

Майонез — холодный соус, состоящий из взбитых яичных желтков, лимонного сока и растительного масла.

Майоран — душистое, травянистое растение. Используют засушенные листочки

молодых растений как пряность к мясным блюдам.

Маринад — крепкий рассол, позднее: 1) жидкий соус с уксусом, пряностями; 2) густой холодный соус из овощей с добавлением пряностей, паст, масла и уксуса.

Маринование — способ подготовки при приготовлении блюда, в котором используется маринад; прием химической кулинарной обработки, заключающийся в выдержке продуктов в растворах пищевых органических кислот с целью размягчения соединительных тканей рыбы и мяса, а также для придания готовым изделиям специфического вкуса и аромата.

Марципан — эластичная смесь сахарной пудры с растертыми орехами, обычно миндалем.

Маскировать — покрывать готовое блюдо еще каким-нибудь продуктом.

Масла пищевые — жиры, жировые вещества, используемые в кулинарии либо в сыром, натуральном виде, либо как среда для приготовления других основных пищевых продуктов (мяса, рыбы, грибов, овощей, теста, фруктов).

Маслины — соленые плоды оливкового дерева, различают два вида: 1) собственно маслины — соленые зрелые плоды, слегка заквашенные; 2) зеленые маслины, или оливки, которые приготавливаются крепким засаливанием с уксусом. Используются как острая закуска или как приправа для

усиления остроты таких блюд, как калья, солянка.

Меланж — механическая смесь яичных белков и желтков без соблюдения их точного соотношения, иногда замороженная и хранимая в брикетах.

Меню — программа застолья: 1) перечень блюд каждого конкретного завтрака, обеда и ужина, меняющийся ежедневно и составляемый на день; 2) общий список блюд,готавливаемых стабильно в данном ресторане или кафе, остающийся длительное время неизменным для данного заведения, а также отличающийся от меню других заведений.

Минеральные вещества — природные неорганические химические вещества.

Мускатный орех — пряность, получаемая путем специальной обработки орехов мускатного дерева (Индонезия). Используется в кондитерском производстве, а также в кулинарном при изготовлении соусов, сладких блюд.

Мусс — сладкое холодное блюдо пористой консистенции, приготавливаемое из ягод или фруктов с добавлением желирующих веществ.

Мучное кулинарное изделие — кулинарное изделие заданной формы из теста, в большинстве случаев с фаршем.

Н

Нарезка — разделка пищевых продуктов; разделение подготовленного к еде продук-

та на порционные куски и на тонкие ломтики; искусство нарезать равные части (порции) из пищевого сырья, имеющего различную конфигурацию.

Начинки — специально приготовленные смеси продуктов для наполнения пирогов, пирожков и т. д.

Нетто — вес продукта после его первичной холодной обработки, т. е. фактический вес полуфабриката, который подлежит разделке на порции.

Норма — установленная мера, средняя величина чего-либо.

Нормы отхода — нормы остатков производства, пригодных для какой-нибудь иной цели.

О

Обвалка — отделение мяса от костей.

Обезжиривание — уменьшение (снятие) жирности готовых мясных, куриных бульонов или соусов путем охлаждения блюда и снятия застывшего жира с поверхности.

Обработка — подготовка для чего-нибудь; воздействие на что-либо.

Опара — жидкое тесто, которое замешивают из расчета большей части нормы жидкости, половинной нормы муки и полной нормы дрожжей.

Осветлить — придать прозрачность пищевой жидкости при помощи процеживания и других приемов (оттяжка).

Обсушить — выложить на промокательную бумагу то или иное готовое изделие, обжаренное во фритюре, чтобы удалить

излишки жира с поверхности и сделать его более эффективным при подаче.

Отбивание — механическая обработка мяса (птицы, рыбы) для размягчения соединительной ткани и выравнивания толщины куска.

Откинуть — процедить через сито или дуршлаг.

Отколоровать — выпарить влагу из жирного бульона, маргарина, сливочного масла, чтобы получить чистый жир.

Оттяжка — прием, применяемый для осветления жидкостей (бульонов, соков, спиртов и т. д.).

Отходы при кулинарной обработке — пищевые и технические остатки, образующиеся в процессе механической кулинарной обработки.

Ошпарить — залить на короткое время крутым кипятком (см. бланшировать).

П

Панирование — нанесение панировки на поверхность полуфабриката.

Панировка — мука, молотые сухари, которыми посыпают изделие перед жареньем.

Папильоты — бумажная обертка с вырезами, с помощью которой скрывают кость, выступающую из птицы или мяса.

Паровая рубашка — замкнутое пространство между варочным сосудом и наружным котлом.

Пассерование — вспомогательный способ тепловой обработки, заключающийся в обжаривании продуктов при температу-

ре 110–120°C с жиром (овощи, томат, мука) или без жира (мука) без образования поджаристой корочки.

Пассеровка — мука, прогретая до светлокремового (белая пассеровка) или светлокоричневого (красная пассеровка) цвета; мука, смешанная со сливочным маслом без нагрева (холодная пассеровка).

Полуфабрикат — продукт, прошедший частичную кулинарную обработку, но нуждающийся в дальнейшей, окончательной обработке.

Порция — 1) определенная доля, количество чего-нибудь; 2) кушанье на одного едока в ресторане или столовой.

Потрошение — очищение от потрохов.

Приправы — 1) продукты, обладающие острым приятным вкусом, хорошо сочетающиеся с разнообразными блюдами; 2) сложные соусы национальных кухонь.

Припускание — способ тепловой обработки, заключающийся в варке продуктов в небольшом (не полностью покрывающем продукт) количестве жидкости или в собственном соку в закрытой посуде.

Протирать — растирая, пропустить через что-нибудь.

Профитроли — выпеченный полуфабрикат в виде мелких шариков из заварного теста.

Пюре — однородная густая гладкая масса, приготавливаемая из толченых, преимущественно растительных продуктов (картофеля, моркови, гороха, фасоли и др.).

Р

Рагу — блюдо из мелких кусочков баранины или телячьей грудинки, обжаренное, а затем тушенное с луком и морковью в соусе.

Рацион питания — набор рекомендуемых потребителю блюд и изделий, скомплектованных по видам приема пищи в соответствии с требованиями рационального питания.

Рациональное питание — питание потребителей, организуемое с учетом физиологических потребностей в пищевых веществах и установленного режима питания.

Рецептура — сведения о приготовлении блюд и нормах вложения продуктов.

Ромштекс — панированный полуфабрикат из тонкого или толстого края говядины и блюдо из него.

Ростбиф — крупнокусковой полуфабрикат из говядины или вырезка, жаренная целым куском.

С

Сандвичи (сэндвичи) — закрытые бутерброды с различными начинками; могут быть многослойными.

Сельдерей — пряное огородное растение, добавляемое в мясные и овощные блюда.

Сладкое блюдо — блюдо, приготавливаемое из плодово-ягодного сырья, молока и продуктов их переработки с добавлением сахара, яиц, желирующих, вкусовых и ароматических веществ.

Соусы — группа вспомогательных блюд-приправ, при помощи которых придается вкус, запах, иногда цвет и всегда особая нежная консистенция различным пищевым продуктам, прошедшим тепловую обработку.

Специи — острые приправы для кушаний, маринадов (горчица, хрен, лавровый лист и др.).

Субпродукты — название потрохов (ливера), крови, кишок, голов, хвостов, ног и др., а также отходов первичной обработки забитой домашней птицы.

Суп — жидкое блюдо, приготавливаемое на бульонах, отварах, квасе, молоке и др., которое состоит из двух частей: жидкой (основы) и плотной (гарнира).

Суточный рацион — рацион питания, включающий скомплектованные обед, завтрак, полдник, ужин.

Сырье — пищевые продукты, предназначенные для приготовления кулинарной продукции.

Т

Тарталетка — выпеченный полуфабрикат в виде корзиночки из несладкого теста для подачи закусок.

ТБ (техника безопасности) — совокупность средств труда, знаний и деятельности, служащих для предотвращения опасности.

Тельное — зразы из рыбной котлетной массы, имеющие форму полумесяца и панированные в сухарях.

Тепловая кулинарная обработка — обработка продуктов путем нагревания.

Тефтели — шарообразные котлеты из мясного или рыбного фарша, панированные в муке, обжаренные и тушеные в соусе.

Технологический процесс — ряд последовательных научно обоснованных операций механической и тепловой обработки сырья, в результате которых получают полуфабрикат, кулинарное изделие или кулинарную продукцию.

Томление — приготовление блюд из мяса, рыбы и овощей путем длительного прогревания в русской печи при медленно падающей температуре или при длительном сохранении одной и той же температуры.

Тушение — комбинированный способ, при котором предварительно обжаренные продукты припускают в бульоне или соусе с добавлением специй и пряностей в закрытой посуде.

Ф

Фарш — 1) сырое мясо (в том числе птицы, рыбы), измельченное для приготовления пищи; 2) любая измельченная начинка.

Фарширование — приготовление начинок и использование их в блюдах и изделиях.

Филе — 1) часть мяса (вырезки); 2) мякоть рыбы без позвоночной кости; или с кожей и реберными костями; или без кожи и реберных костей; или с кожей без реберных костей; 3) блюдо из филейной вырезки

одним куском или то же блюдо из двух кусков (филе миньон).

Фламбирование — завершающая стадия поварского приготовления, когда для придания окончательного вкуса и соответствующего кулинарно-декоративного эффекта блюда, поданные на стол, обливают небольшим количеством спирта или коньяка и поджигают.

Формирование — придание определенной формы, законченности.

Формы — вспомогательные кухонные и кондитерские приспособления, облегчающие стандартизацию внешнего вида кулинарных изделий.

Фри — блюдо, жаренное во фритюре.

Фрикадельки — изделия из мясного или рыбного фарша небольших размеров, которые используются в супах в отварном, припущенном и тушеном виде.

Фритюр — смесь животного жира и растительного масла, сильно разогретая для жаренья изделий.

Х

Холодные блюда — блюда, подаваемые в холодном виде, как правило, в качестве закуски: бутерброды, салаты, винегреты.

Ц

Цедра — тонкая внешняя цветная кожица плодов цитрусовых растений; применяется как ароматическая добавка в тесто, в сладкие блюда.

Цикорий — двулетнее растение, корни которого используются в сушеном виде как суррогат или как добавка к натуральному кофе.

Ш

Шафран — рыльца цветков семейства крокусовых, используются как пряность и для окраски (оранжевой) пищевых продуктов.

Шинковка — резание на мелкие узкие кусочки.

Шницель — блюдо австрийской кухни, готовилось только из телятины. В общепите шницель — полуфабрикат из свинины, отбитый до толщины 1 см, смоченный в льезоне и панированный в сухарях, и, соответственно, блюдо из рубленой массы овальной формы, панированное в сухарях.

Шпигование — внедрение инородного жира в мясную основу, бедную или совершенно лишенную жира.

Щ

Щи — русское национальное горячее первое блюдо, отличительной особенностью которого является его абсолютная непри-

едаемость. Основной компонент щей — капуста.

Э

Эмульгация — распадение (деление) жира на мельчайшие шарики при варке продуктов.

Эскалоп — ровные, круглые пласты мяса, нарезанные из вырезки или других частей мякоти. В современной кулинарии это порционный полуфабрикат, нарезанный из корейки без реберных костей толщиной 1,5–2 см, отбитый до 1 см, и соответствующее блюдо после обжаривания.

Я

Ядрица — название всякой обдирной целой крупы, с которой снята внешняя оболочка. Чаще так называют только гречневую крупу.

Ястык — тонкая прочная пленка, образующая мешок-оболочку, в котором находится икра лососевых и осетровых рыб, а также сама икра в пленке.

Ячневая крупа — крупа, изготовленная из ячменя, очищенная от оболочки и измельченная.

Результат 1

Характеризовать технологический процесс приготовления пищи, первичной обработки овощей и грибов в соответствии с действующими нормативными документами (НД)

Темы:

1. Общие сведения о кулинарии и общественном питании
2. Первичная обработка овощей и грибов
3. Формы нарезки овощей, их кулинарное использование
4. Отходы овощей и их использование

Результат 1

Характеризовать технологический процесс приготовления пищи, первичной обработки овощей и грибов в соответствии с действующими нормативными документами (НД)

Тема

1

**Общие сведения
о кулинарии
и общественном питании**

Учебный материал 1

Общественное питание является одной из основных отраслей народного хозяйства, важная функция которой заключается в организации потребления населением пищи вне дома. Оно играет существенную роль в обороте продовольственных товаров. Организация общественного питания — это весьма значимая составляющая индустрии туризма, одной из наиболее доходных отраслей народного хозяйства. Вместе с тем функции предприятий общественного питания за последние годы значительно расширились, главным образом за счет выпуска полуфабрикатов и кулинарных изделий, реализуемых через розничную торговлю.

Предприятия общественного питания

Существующие сейчас в России предприятия общественного питания относятся, как правило, к одному из трех типов: рестораны высшей категории обслуживания; предприятия уличной торговли, реализую-

щие очень узкий ассортимент продуктов; предприятия, обеспечивающие горячим питанием организованные коллективы (учебные и медицинские учреждения, промышленные предприятия и др.).

В настоящее время в России практически отсутствует отечественная концепция предприятий общественного питания быстрого обслуживания.

Основной задачей государственной политики в области здорового питания является создание экономической, законодательной и материальной базы, обеспечивающей:

- производство в необходимых объемах продовольственного сырья и пищевых продуктов;
- доступность пищевых продуктов для всех слоев населения;
- высокое качество и безопасность пищевых продуктов;
- обучение населения принципам рационального, здорового питания;

- постоянный контроль за состоянием питания населения.

Услуги предприятий общественного питания

В соответствии с Общероссийским классификатором экономической деятельности, продукции и услуг (ОКДП) деятельность предприятий общественного питания определяется как оказание услуг населению. Работа предприятий общественного питания складывается из двух основных направлений. Первое — это производственная деятельность, направленная на выработку продукции. Второе — организация потребления этой продукции, в рамках которой осуществляется потребление продукции на данном предприятии или реализации продукции — либо другим предприятиям общественного питания, либо через систему розничной торговли. Деятельность значительного числа предприятий общественного питания включает организацию досуга населения.

Услуги, предоставляемые потребителям предприятиями общественного питания различных типов и классов, а также частными предпринимателями, подразделяются на следующие виды:

- услуги питания;
- услуги по изготовлению кулинарной продукции и кондитерских изделий;
- услуги по организации потребления и обслуживания;
- услуги по реализации кулинарной продукции;
- услуги по организации досуга;
- информационно-консультативные услуги.

Кулинария — искусство приготовления пищи

Питание — один из важнейших факторов, определяющих здоровье человека. Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, продлению жизни, повышению работоспособности и создает условия для адаптации (приспособления) организма к окружающей среде. Исходя из значимости здоровья нации для развития и безопасности страны, а также из важности рационального питания подрастающего поколения, сформулированы основные положения государственной политики России в области здорового питания. Эти положения отражены в Федеральном законе о качестве и безопасности пищевых продуктов (от 2 января 2000 г.). Основной задачей здесь ставится сохранение и укрепление здоровья населения, профилактика заболеваний, обусловленных неправильным питанием детей и взрослых.

Тип предприятия определяется ассортиментом выпускаемой продукции, технической оснащённостью, качеством обслуживания и квалификацией персонала.

Центральное место на предприятии общественного питания принадлежит повару. От его квалификации, профессиональных навыков и образования зависит многое, и прежде всего качество приготавливаемых блюд. Это достигается не только правильно проведенным технологическим процессом, но и умением использовать природные особенности сырья, наличием тонкого, развитого вкуса, даже художественных способностей.

Таким образом, качественное блюдо, т. е. вкусное, полезное и красиво оформленное, создается в результате сочетания исходных качеств продуктов, из которых оно приготовлено, с мастерством повара-профессионала, отвечающего современным требованиям.

«Повар должен иметь начальное или среднее профессиональное образование, осуществлять технологический процесс приготовления блюд, кулинарных изделий, мучных кондитерских изделий заданного качества на предприятиях различных форм собственности» (назначение профессии, ОСТ 9 ПО 02.34.2–2002).

Технологический процесс — это ряд последовательных научно обоснованных операций механической и тепловой обработки сырья, в результате которых получают полуфабрикат, кулинарное изделие или кулинарную продукцию.

Технологический процесс производства кулинарной продукции на предприятиях общественного питания включает:

- механическую обработку сырья;
- тепловую обработку сырья;
- приготовление готовой пищи;
- хранение готовой пищи и организацию ее потребления.

Кулинарией называется искусство приготовления пищи. Это древнейшая отрасль деятельности человека, имеющая богатую многовековую историю, вобравшая в себя весь опыт и навыки приготовления пищи разными народами и сохранившая их до настоящего времени.

Кулинария изучает технологические процессы приготовления качественной кулинарной продукции.

Качество кулинарной продукции — это комплекс свойств, обуславливающих ее пригодность к дальнейшей обработке или употреблению в пищу, безопасность для здоровья потребителей, стабильность состава и потребительских свойств.

Кулинарная продукция должна соответствовать требованиям государственных стандартов, стандартов отрасли, стандартов предприятий, сборников рецептур блюд и кулинарных изделий, техническим условиям и вырабатываться по технологическим инструкциям и картам при соблюдении санитарных правил, установленных для предприятий общественного питания.

Кулинарная обработка пищевых продуктов

Кулинарная обработка — это воздействие на пищевые продукты с целью придания им свойств, делающих их пригодными для дальнейшей обработки или употребления в пищу. Различают механическую и тепловую обработку.

Механическая обработка. На этой стадии сырье сортируют, моют, очищают (отделяют несъедобные части), измельчают. Для этих целей применяют различные машины и механизмы: картофелечистки, овощерезки, протирочные машины, машины для тонкого измельчения, мясорубки, взбивальные машины и др.

В ходе механической обработки решаются две задачи: получение полуфабрикатов и максимальное сокращение отходов — пищевых и технических остатков.

К приемам механической обработки пищевого сырья относятся:

- *нарезка* — деление пищевых продуктов на части определенного размера и фор-

мы при помощи режущего инструмента или механизма;

- *шинкование* — нарезка овощей на мелкие узкие кусочки или тонкие узкие полоски;
- *панирование* — нанесение на поверхность полуфабриката панировки (мука, сухарная крошка, нарезанный пшеничный хлеб и т. п.);
- *взбивание* — интенсивное перемешивание одного или нескольких продуктов с целью получения рыхлой, пышной или пенистой массы;
- *фарширование* — наполнение фаршем специально подготовленных продуктов;
- *протираание* — измельчение продукта путем продавливания через сито для получения однородной консистенции;
- *шпигование* — введение овощей или других продуктов, предусмотренных рецептурой, в специальные надрезы в кусках мяса, тушках птицы, дичи или рыбы для сочности, аромата;
- *рыхление* — частичное разрушение структуры соединительной ткани для ускорения процесса тепловой обработки.

Тепловая обработка. Это один из важнейших этапов приготовления пищи, целью которого является доведение продукта до состояния кулинарной готовности.

Кулинарная готовность — это совокупность заданных физико-химических, структурно-механических, органолептических показателей качества блюда и кулинарного изделия, определяющих пригодность к употреблению в пищу. Кулинарная готовность характеризуется улучшением органолептических показателей: внешнего вида, вкуса, запаха, консистенции, а также уничтожением большей части микроорганиз-

мов, в том числе потенциально опасных. К приемам тепловой обработки относятся: *варка, припускание, жаренье, пассерование, бланширование, тушение, запекание.*

Согласно ГОСТу, кулинарная продукция — это совокупность блюд, кулинарных изделий и кулинарных полуфабрикатов.

Блюдом называют сочетание пищевых продуктов (сырья), прошедших кулинарную обработку и подготовленных к употреблению в качестве пищи, с учетом порционирования и оформления.

Кулинарным изделием называют пищевой продукт или сочетание пищевых продуктов, прошедших кулинарную обработку, но готовых к употреблению лишь после дополнительной обработки: подогрева, порционирования, оформления.

Полуфабрикаты — продукты прошедшие частичную кулинарную обработку, но не готовые к употреблению без дополнительной, обычно тепловой обработки.

Выпускаемая предприятиями общественного питания кулинарная продукция должна отвечать требованиям ГОСТа, т. е. обладать совокупностью свойств, обуславливающих ее пригодность к дальнейшей обработке и употреблению в пищу, безопасность для здоровья потребителей, стабильность состава и потребительских свойств.

Блюда, кулинарные изделия и полуфабрикаты классифицируют по следующим признакам: вид используемого сырья (овощи, рыба, мясо и т. д.); способ кулинарной обработки (отварные, припущенные, жареные, тушеные, запеченные, выпеченные); характер потребления (закуски, супы, напитки и т. д.); назначение (для детского, школьного, диетического питания и др.);

термическое состояние (холодные, горячие, охлажденные); консистенция (жидкие,

полужидкие, густые, пюреобразные, вязкие, рассыпчатые).

Задание 1.1

Закрепляющий материал

Ответьте на вопросы.

1. Что такое кулинария?
2. Что такое технологический процесс?
3. Что называется кулинарным изделием и кулинарной продукцией?

Составьте схемы.

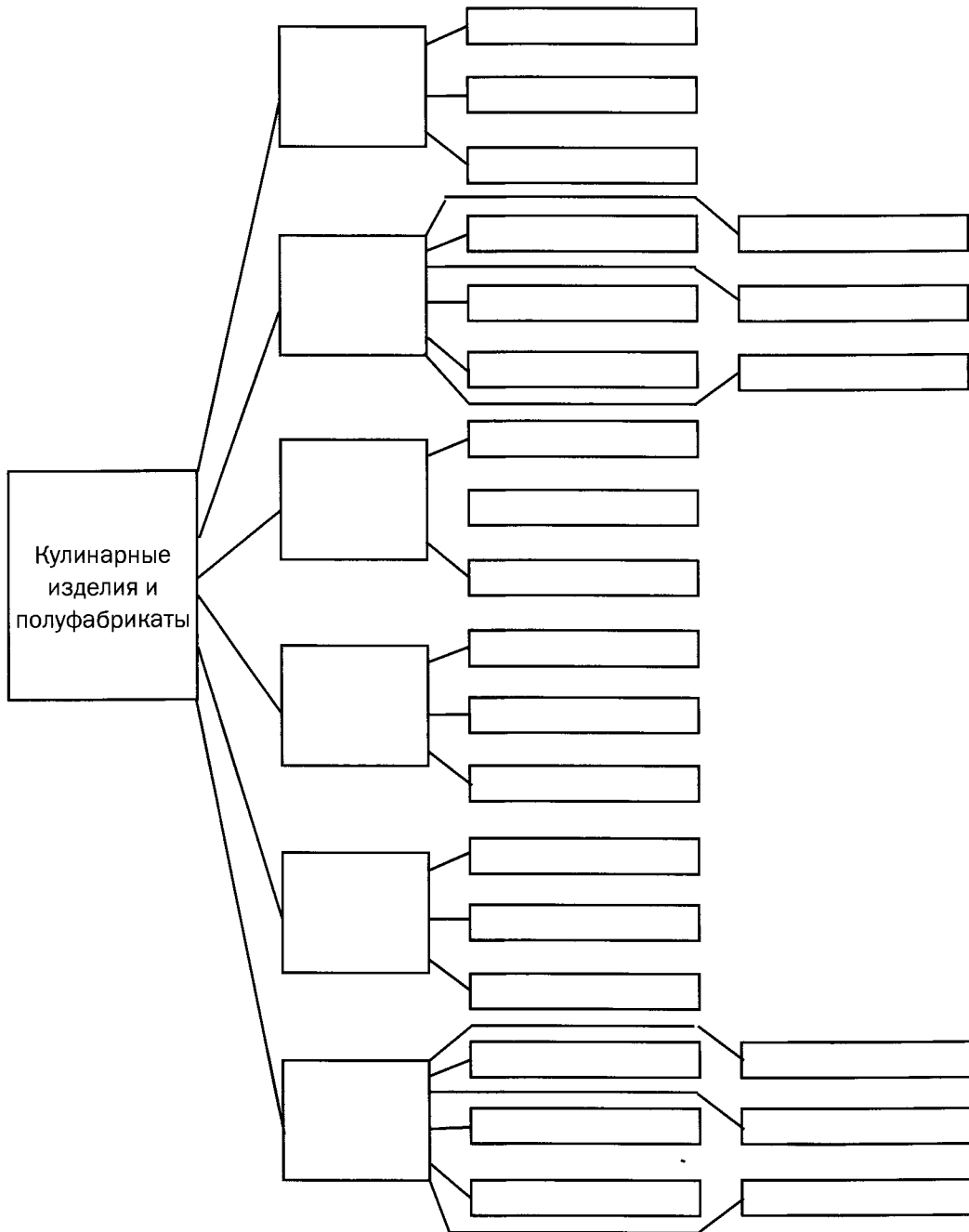
1. Содержание технологического процесса приготовления пищи.



2. Услуги предприятий общественного питания.



3. Классификация кулинарных изделий и полуфабрикатов.



Составьте таблицу по указанной форме.

Вид кулинарной обработки пищевых продуктов	Приемы обработки	Характеристика приемов обработки

Задание 1.2

Проверка степени усвоения материала

Закончите предложения.

1. Повар должен...
2. Общественное питание — это...
3. Технологический процесс — это...
4. Кулинария изучает...
5. Блюдом называют...
6. По способу кулинарной обработки изделия и полуфабрикаты подразделяются на:
 - а) ... б) ... в) ...
 - г) ... д) ... е) ...
7. Основной задачей государственной политики в области здорового питания является...
8. Питание — это...
9. Механическая кулинарная обработка пищевых продуктов включает в себя:
 - а) ... б) ... в) ... г) ... д) ...

Тема

2

Первичная обработка овощей и грибов

Учебный материал 2

Технологический процесс приготовления начинается с первичной обработки продуктов.

Обработка картофеля

Процесс первичной обработки картофе-

ля состоит из следующих операций: сортировка, калибровка, мытье, очистка и доочистка.

Сортируют картофель в механических сортировочных машинах или вручную. При сортировке удаляют загнивший, побитый

картофель, посторонние примеси (камни, щепки, комочки земли) и «глазки».

Калибруют картофель по размерам, для того чтобы снизить отходы при машинной очистке, так как крупные клубни картофеля очищаются быстрее и к тому времени, когда очистится весь картофель, с крупных снимется ценный слой мякоти, в котором содержится большое количество питательных веществ.

Моют картофель в моечно-очистительных машинах или вручную в ваннах. При этом с клубней удаляется загрязнение, благодаря чему песок не попадает на движущиеся части картофелечистки.

Очищают картофель в картофелечистках. При очистке с картофеля снимается кожица и часть поверхностных клеток. Продолжительность очистки — 2–2,5 мин. Очищенный картофель выгружают из картофелечистки, не выключая электродвигателя.

Дочистка картофеля производится вручную коренчатым или желобковым ножом. При дочистке с очищенных клубней удаляют «глазки», впадины, темные пятна, оставшуюся кожицу.

Обработанный картофель промывают в холодной воде.

Обработка корнеплодов

Корнеплоды обрабатывают механическим способом или вручную. Морковь, репу, свеклу, редьку сортируют по размерам, удаляя загнившие экземпляры. У молодой моркови и свеклы отрезают ботву, после чего промывают вручную или в моечных машинах, очищают и снова промывают. Свеклу, репу, редьку и короткую морковь очищают в картофелечистке.

Обработка капустных и луковых овощей

У *капусты* (белокочанной, краснокочанной и савойской) снимают загнившие и загрязненные листья, отрезают наружную часть кочерыжки и промывают. Кочан разрезают на 2 или 4 части и вырезают кочерыжку. Если при обработке обнаружены улитки или гусеницы, капусту кладут в холодную подсоленную воду (50–60 г соли на 1 л воды) на 15–20 минут, при этом гусеницы или улитки всплывают на поверхность, и их легко удаляют. Затем капусту вновь промывают. Обработанную капусту нарезают вручную или на овощерезательной машине соломкой (рис. 1).

У *цветной капусты* обрезают нижнюю часть стебля, удаляют листья, промывают. Кочешки *брюссельской капусты* защищают от испорченных листьев, промывают, срезают со стебля перед тепловой обработкой.



Рис. 1 Нарезка капусты соломкой

Репчатый лук сортируют, обрезают донце и шейку, затем снимают сухие чешуйки и промывают в холодной воде.

У *зеленого лука, лука-порея* обрезают корешки, зачищают белую часть, удаляют сухие и пожелтевшие побеги, промывают в большом количестве воды.

Обработка салатных, шпинатных и десертных овощей

Шпинат, крапиву перебирают, удаляя увядшие, испорченные и грубые листья, отрезают корешки. Обработанную зелень кладут в холодную воду, промывают несколько раз в большом количестве воды, а затем — под струей воды, чтобы смыть песчинки. Шпинат промывают непосредственно перед тепловой обработкой, так как во влажном состоянии он быстро портится.

Щавель перебирают, удаляя пожелтевшие, испорченные листья, отрезают стебель, кладут в холодную воду и промывают, как салат.

Спаржу промывают, очищают кожицу, отступая от головки на 2–3 см, и снова промывают. Очищенную спаржу сортируют по размерам, связывают в пучки, чтобы не ломалась при тепловой обработке.

У *артишоков* обрезают верхнюю колючую часть листьев, отрезают стебель и зачищают донышко от сухих листьев. Затем ложкой или выемкой удаляют мягкую волокнистую часть, места среза смачивают лимонной кислотой, чтобы не потемнели. Обработанные артишоки промывают и перевязывают шпагатом, чтобы во время варки сохранилась форма. Затем сразу подвергают тепловой обработке; хранить можно не более 1 часа в подкисленной воде.

Обработка плодовых овощей и зернобобовых

Помидоры сортируют по размерам и степени зрелости, удаляют испорченные или помятые экземпляры. Затем промывают и вырезают место крепления плодоножки. Крепкие зрелые помидоры среднего и мелкого размера используют для салатов, фарширования и как гарнир. Перезрелые помидоры идут для приготовления супов, соусов и тушеных блюд.

Баклажаны сортируют, обрезают плодоножку, разрезают на несколько частей, удаляют семена, очищают кожицу и промывают.

Тыкву моют, обрезают плодоножку, разрезают на несколько частей, удаляют семена, очищают кожицу и вновь промывают.

Кабачки и патиссоны рекомендуется использовать в недозрелом виде, когда мякоть у них нежная, вкусная, а семена не жесткие. Кабачки промывают, обрезают плодоножку, очищают кожицу и промывают. Крупные экземпляры разрезают на части и удаляют семена.

Огурцы сортируют по размеру и моют. У грядковых огурцов очищают кожицу, а у парниковых и ранних грядковых кожицу снимают только с обоих концов.

Стручки фасоли и горошка надламывают, удаляют жилки, соединяющие половинки стручков и нарезают квадратиками или ромбиками.

Початки кукурузы молочно-восковой спелости очищают непосредственно перед варкой, чтобы не изменился цвет.

Обработка соленых, сушеных, консервированных и замороженных овощей

Квашеную капусту отжимают от рассола, перебирают, удаляют посторонние примеси, отделяют крупно резанные кочерыжки и морковь, измельчают их и соединяют с капустой. Полученную массу вновь измельчают. Излишне кислую капусту промывают в холодной воде.

Соленые огурцы промывают холодной водой. У мелких соленых и маринованных огурцов отрезают место крепления плодоножки. Используют целиком или нарезают.

У крупных огурцов очищают кожуру и удаляют семена. Нарезают огурцы ломтиками или ромбиками для приготовления солянок, салатов, почек «по-русски»; соломкой — для рассольника, мелкими кубиками — для холодных блюд и крошкой — для соусов.

Сушеные овощи. В сушеном виде поступают зелень, картофель, свекла, морковь, лук. Зелень добавляют в блюда без предварительной обработки.

Овощи, сушеные огнем способом, сначала замачивают в холодной воде (или сбрызгивают водой) на 1–3 ч для восстановления объема, а затем используют.

Овощи, консервированные сублимационной сушкой (замораживание с последующей сушкой в вакууме), можно использовать без предварительной подготовки.

Свежезамороженные овощи (зеленый горошек, фасоль стручковая, кабачки, перец, томаты, цветная капуста, морковь и т. д.) сохраняют свойства свежих продуктов. Их используют для варки и жаренья, не размораживая.

Обработка грибов

Свежие грибы сразу подвергают обработке, так как они быстро портятся. Первичная обработка грибов состоит из: очистки, промывания, сортировки и нарезки.

Белые грибы, подосиновики, подберезовики, лисички, сыроежки очищают от листьев, хвои и травинок, обрезают нижнюю часть ножки и поврежденные места, соскабливают загрязненную кожицу и тщательно промывают 3–4 раза. При обработке *сыроежек* со шляпки снимают кожицу. Для этого их предварительно ошпаривают кипятком. У *маслят* зачищают ножки и отрезают шляпки, вырезают испорченные и червивые места, со шляпки снимают слизистую кожицу и шляпку промывают. У *шампиньонов* удаляют пленку, закрывающую пластинки, зачищают корень, снимают кожицу со шляпки и промывают в воде с добавлением лимонной кислоты или уксуса для того, чтобы они не потемнели. *Сморчки* и *строчки* перебирают, отрезают корешки, кладут в холодную воду на 30–40 мин, чтобы удалить песок и соринки, затем промывают несколько раз, варят 10–15 мин в большом количестве воды для разрушения и удаления ядовитого вещества — гельвеловой кислоты. После отваривания грибы промывают горячей водой, а отвар обязательно выливают.

Грибы сортируют по размерам на мелкие, средние и крупные. Мелкие грибы и шляпки средних грибов используют целиком, крупные нарезают или рубят. Белые грибы обдают кипятком 2–3 раза, остальные отваривают 4–5 мин, чтобы они стали мягкими и не крошились при нарезке.

Сушеные грибы. Сушеные грибы перебирают, промывают несколько раз, зама-

чивают в холодной воде на 3–4 ч, затем воду сливают, процеживают и используют для варки грибов. Грибы после замачивания промывают.

Соленые и маринованные грибы отделяют от рассола, сортируют по размеру и качеству, удаляют специи, крупные экземпляры нарезают. Очень соленые или острые грибы промывают холодной кипяченой водой, иногда вымачивают. Для того чтобы сохранить ценные качества соленых и маринованных грибов, нужно следить за тем, чтобы до обработки грибы полностью были покрыты рассолом или маринадом.

Сроки хранения, требования к качеству.

Очищенные корнеплоды хранят при температуре от 0 до +4°C не более 12 ч. Чтобы овощи не потемнели, их накрывают влажной тканью.

Зелень петрушки, укроп, салат укладывают слоем в 5–10 см, накрывают влажной тканью и хранят при температуре от +2 до +12°C не более 3 ч.

Обработанные овощи по своим качествам должны отвечать определенным требованиям. Клубни очищенного картофеля должны быть чистыми, упругими, без темных пятен, остатков глазков и кожицы; иметь запах, свойственный свежему картофелю, цвет — от белого до кремового; гладкую поверхность, допустимо — несколько подсохшую, но не сухую и не рыхлую.

Морковь, свекла должны быть чистыми, упругими, цельными, однородными по окраске, без остатков корешков и ботвы, гнили, темных пятен и кожицы.

Лук должен быть упругим, чистым, цельным, с окраской, свойственной сорту, без темных пятен и гнили.

Задание 2.1

Закрепляющий материал

Ответьте на вопросы.

1. Из каких этапов состоит первичная обработка картофеля?
2. В чем состоит обработка салатных овощей?
3. Как обрабатывают плодовые овощи?
4. Как обрабатывают консервированные овощи?

Задание 2.2

Проверка степени усвоения материала

Схематично изобразите последовательность операций механической кулинарной обработки:

- а) картофеля;
- б) капустных овощей;
- в) грибов.

Формы нарезки овощей, их кулинарное использование

Тема
3

Учебный материал 3

Форма нарезки овощей может различаться в зависимости от вида блюда. При обработке клубневых и корнеплодных овощей используют простые и сложные формы нарезки (рис. 2а). Для получения слож-

ных форм можно применять специальные инструменты.

При нарезании сырого и вареного картофеля используют как простые формы (рис. 2б) — кубики, дольки, ломтики, со-

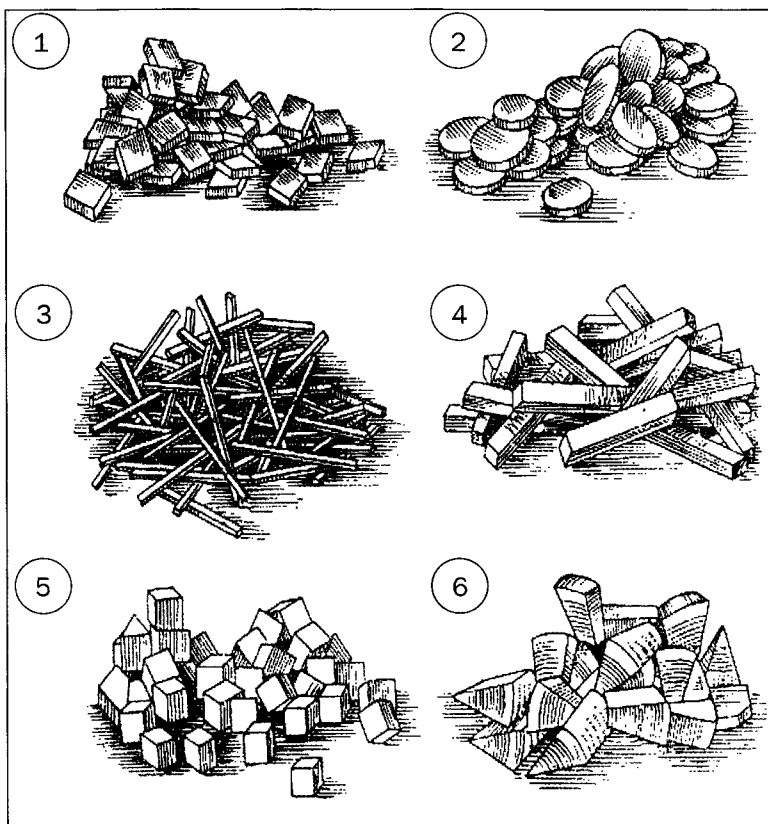


Рис. 2а Формы нарезки картофеля и корнеплодов:
1 — ломтики; 2 — кружочки; 3 — соломка; 4 — брусочки;
5 — кубики; 6 — дольки

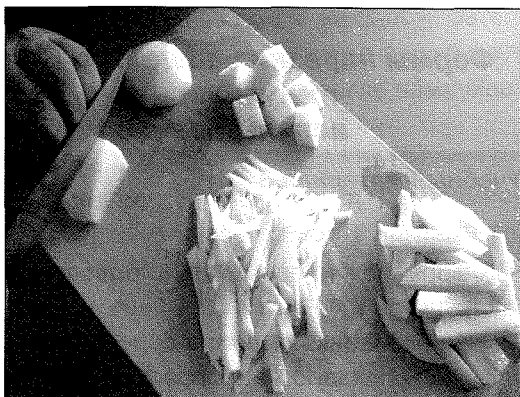


Рис. 26 Нарезка картофеля простыми формами

ломка, брусочки, кружочки, так и сложные — бочоночки, шарики, стружка, спираль.

Соломка. Сырой крупный картофель нарезают на тонкие пластинки, накладывают одну на другую и шинкуют поперек на соломки длиной 4–5 см, сечением 0,2–0,2 см и используют для жаренья во фритюре (в большом количестве жира).

Брусочки. Сырой картофель нарезают на пластинки толщиной 0,7–1,0 см, а затем — на брусочки длиной 3–4 см. Используют для жаренья, приготовления борщей (кроме флотского и сибирского), рассольника, супов с макаронными изделиями и других блюд.

Кубики. Картофель сначала нарезают на пластинки, разрезают их на брусочки, а затем — на кубики. В зависимости от назначения нарезаются кубики сечением (в см): крупные — 2–2,5, средние — 1–1,5, мелкие — 0,3–0,5. Крупными кубиками нарезают сырой картофель для тушения и приготовления супов, средними — для тушения, мелкими кубиками нарезают ва-

ренный картофель для гарнира к холодным блюдам и для салатов.

Дольки. Сырой картофель (некрупный) разрезают пополам и по радиусу режут на дольки, которые используют для приготовления рассольника, рагу, духовой говядины, для жаренья во фритюре.

Кружочки. Вареный или сырой картофель обтачивают, придавая ему форму цилиндра, затем нарезают поперек на тонкие кружочки толщиной 1,5–2 мм. Кружочки сырого картофеля используют для жаренья, а вареного — для запекания с рыбой или мясом.

Ломтики. Вареный картофель разрезают на брусочки, а затем шинкуют поперек на ломтики толщиной 1–2 мм.

Бочоночки. Картофель среднего размера обрезают с двух противоположных сторон, затем обтачивают, придавая форму бочоночка. Используют в отварном виде для гарнира.

Чесночки. Сырой картофель сначала обтачивают бочонками, затем разрезают вдоль на несколько частей. У каждой части по грани делают небольшую выемку. Используют для приготовления супов.

Шарики. Из сырого картофеля с помощью специальных выемок вырезают шарики разного размера или применяют прием обтачивания. Крупные шарики используют для жаренья во фритюре, средние — для жаренья во фритюре и в отварном виде как гарнир к холодным блюдам.

Стружка. У сырого картофеля делают срезы с двух противоположных сторон так, чтобы получился цилиндр высотой 2–3 см, выравнивают его по окружности, срезают ленту толщиной 2–2,5 мм и длиной 25–30 см.

Затем этой ленте придают форму банта и перевязывают ниткой. Используют для жарки во фритюре.

Спираль. Пользуясь специальным инструментом, картофель нарезают спиралью для жаренья во фритюре.

Топинамбур и **батат** обрабатывают и нарезают, как картофель.

Нарезка моркови

Соломка. Нарезают вручную или овощерезкой. При ручной нарезке морковь режут на тонкие пластинки и шинкуют их соломкой. Используют для приготовления маринада, борщей (кроме флотского и сибирского), супов с лапшой, рассольников, морковных котлет.

Брусочки. Сырую морковь вначале режут поперек на цилиндры длиной 3,5–4 см, а затем разрезают их на пластинки толщиной 0,5 см и нарезают на брусочки. Используют для приготовления супа с макаронами, бульона с овощами и для припускания.

Кубики. Морковь разрезают вдоль на длинные брусочки, затем режут их поперек на кубики. По размерам кубики подразделяются на средние, мелкие и крошку. Средними кубиками нарезают сырую морковь для припускания, тушения. Мелкие кубики из сырой моркови используют для приготовления супов, из вареной — для холодных блюд; крошку из сырой моркови — для щей суточных, супа рисового.

Дольки. Морковь режут поперек на цилиндры высотой 4 см, разрезают их вдоль пополам и каждую половину по радиусу режут на дольки. Используют для припускания, для приготовления рагу, щей из свежей капусты, говядины духовой.

Кружочки. Морковь одинакового диаметра (до 3 см) нарезают на кружочки толщиной 1 мм. Используют сырые кружочки для приготовления крестьянского супа, вареные — для холодных блюд.

Ломтики. Морковь разрезают вдоль на две или четыре части, которые затем нарезают поперек на ломтики толщиной 1–2 мм. Сырые ломтики используют для приготовления флотского и сибирского борщей, ломтики из вареной моркови — для салатов и винегретов.

Для нарезки моркови более сложными формами применяют прием карбования. Морковь одинакового диаметра обравнивают по окружности, затем карбуют с помощью коренчатого или специального ножа.

Звездочки. Карбованную морковь нарезают поперек на части толщиной 1 мм и используют для украшения холодных блюд.

Гребешки. Карбованную морковь разрезают вдоль пополам, затем нарезают наискось пластинками толщиной 1 мм и используют для украшения холодных блюд.

Шарики и орешки. Морковь нарезают в виде шариков разного размера с помощью специальных выемок или обтачивая вручную. Используют в отварном виде как гарнир к холодным блюдам.

Нарезка свеклы

Соломка. Нарезают так же, как картофель. Используют для приготовления борщей (кроме флотского и сибирского), маринада, свекольника, свекольных котлет.

Ломтики. Сырую или вареную свеклу разрезают на пластины толщиной 1–1,5 см, их режут на брусочки такой же толщины, затем нарезают поперек на ломтики толщиной 1–1,5 мм. Ломтики из сырой свеклы

используют для приготовления флотского и сибирского борщей, из вареной — для винегрета.

Кубики. Нарезают вареную свеклу средними и мелкими кубиками так же, как картофель. Средние кубики используют для тушения, мелкие — для приготовления холодных блюд.

Свеклу можно нарезать и шариками, звездочками, гребешками — для украшения холодных блюд.

Нарезка капусты

Соломка. Половинки кочана нарезают на несколько частей и шинкуют соломкой. Используют для тушения, приготовления борщей (кроме флотского и сибирского), салата, капустных котлет.

Квадратики (шашки). Капусту сначала нарезают на полоски шириной 2–2,5 см, а затем поперек на квадратики. Используют для приготовления щей, борщей флотского и сибирского, рагу, супа овощного, для припускания.

Дольки. Мелкие кочаны капусты нарезают вдоль пополам, а затем режут по радиусу на несколько частей. Используют для варки, припускания и жаренья после предварительной варки.

Рубка. Капусту сначала шинкуют соломкой, затем рубят вручную. Используют для приготовления фаршей.

Нарезка лука

Кольца. Луковица нарезается поперек толщиной 1–2 мм и разделяется на кольца.

Используют для приготовления шашлыков и жаренья во фритюре.

Полукольца. Луковица разрезается вдоль на две половинки, которые кладутся разрезом вниз и шинкуются толщиной 1–2 мм. Используют для супов, соусов, винегрета.

Дольки. Используют мелкие луковицы, у которых оставляют часть донца. Луковица разрезается вдоль, а затем по радиусу на 3–4 части. Используют для приготовления щей, рагу, говядины духовой, почек «по-русски».

Кубики мелкие (крошка). Лук разрезается вдоль пополам, затем на пластины толщиной 1–3 мм и наконец поперек на кубики. Используют для крупяных супов, супа-харчо, щей суточных и фарша.

Нарезка плодовых овощей

Помидоры нарезают *кружочками* для салатов и жаренья, *дольками* для салатов и супов, *кубиками* для супов.

Баклажаны — *кружочками* или *ломтиками* для жаренья, *кубиками* для супов.

Перец стручковый — *соломкой* для салатов и супов, *мелкими кубиками* для супов.

Тыкву режут *кубиками*, *ломтиками*, режут *дольками* и используют для варки, тушения, жаренья.

Кабачки — *кружками* или *ломтиками* для жаренья, *кубиками* для рагу, супов, припускания.

Огурцы свежие нарезаются *кружочками* или *ломтиками* для салатов, *мелкими кубиками* и *соломкой* для салатов и холодных супов.

Задание 3.1

Закрепляющий материал

Составьте таблицу по указанной форме.

Вид овощей	Форма нарезки	Размер (см)	Кулинарное использование

Задание 3.2

Проверка степени усвоения материала

Дополните предложения.

1. Для приготовления блюд используют следующие формы нарезки картофеля...
2. Для приготовления щей используется картофель, нарезанный...
3. Дольки капусты используются для приготовления...
4. Толщина ломтиков нарезки свеклы...
5. Средние кубики свеклы используют для приготовления... мелкие — ...
6. Карбование моркови — это...
7. Чтобы нарезать морковь в форме гребешков, нужно...
8. Сырые кружки моркови используют для... вареные — для...

**Отходы овощей
и их использование**

тема
4

Учебный материал 4

При обработке овощей получают отходы, количество которых зависит от качества поступивших овощей, способа обработки и времени года. Нормы отходов приведены в табл. 1.

Большое значение имеет рациональное использование отходов. Отходы бы-

стро портятся, поэтому их нужно перерабатывать сразу.

Из отходов картофеля получают крахмал. На небольших предприятиях для этого используют крахмалоотстойник, на крупных предприятиях — агрегат АПЧО-1-5. Крахмалоотстойник состоит из двух ящиков,

Таблица 1

Вид овощей	Норма отходов, %	Вид овощей	Норма отходов,
Картофель молодой, до 1 сентября	20	Капуста кольраби	35
Картофель с 1 сентября по 31 октября	25	Лук репчатый	16
Картофель с 1 ноября по 31 декабря	30	Лук зеленый	20
Картофель с 1 января по 28–29 февраля	35	Лук зеленый парниковый	40
Картофель с 1 марта	40	Тыква	30
Морковь с ботвой молодая	50	Кабачки без кожицы	20
Морковь с 1 сентября по 31 декабря	20	Баклажаны сырые очищенные	15
Морковь с 1 января	25	Перец для фарширования	25
Свекла с 1 сентября по 31 декабря	20	Огурцы свежие неочищенные	5
Свекла с 1 января	25	Салат-латук, ромен, кресс	28
Редис красный с ботвой	37	Шпинат	26
Капуста белокочанная	20	Щавель	24
Капуста краснокочанная	15	Ревень	25
Брюссельская капуста на стебле	75	Стручковая фасоль свежая	10
Цветная капуста	48	Капуста квашеная	30
Савойская капуста	22	Огурцы соленые очищенные	20

поставленных друг на друга. Верхний ящик имеет сетчатое дно, а нижний — сливную трубу, расположенную выше дна. Отходы, полученные при очистке и дочистке картофеля, измельчают, кладут на сетку верхне-

го ящика и промывают. Полученное крахмальное молочко стекает в нижний ящик, где зерна крахмала оседают на дно, а вода удаляется по сливной трубе. Крахмал, осевший на дно, промывают несколько

раз. Сырой крахмал сушат при температуре не выше 50°C, так как при более высокой температуре крахмальные зерна клейстеризуются.

Из *очисток свеклы* приготавливают свекольный настой: очистки хорошо промывают, измельчают, заливают водой, добавляют уксус, доводят до кипения и дают настояться 15–20 мин, затем процеживают. Используют свекольный настой для подкрашивания борщей. Ботву ранней

свеклы можно применять для приготовления свекольника.

Стебли *петрушки, сельдерея, укропа* промывают, связывают в пучки и используют при варке бульонов, соусов. Очищенные *кочерыжки белокочанной капусты* можно использовать для приготовления салата, борщей, щей. Очистки от *спаржи* промывают и добавляют при варке в бульоны для ароматизации.

Задание 4.1

Закрепляющий материал

Составьте таблицу по указанной форме.

Вид овощей	Отходы овощей	Кулинарное использование

Задание 4.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Что такое отходы?
2. От чего зависит количество отходов?
3. Как используются отходы:
 - а) картофеля,
 - б) свеклы,
 - в) петрушки, укропа,
 - г) капусты?



Результат 2

Описать приемы кулинарной обработки рыбы с учетом ее вида, требований к качеству и срокам хранения

Темы:

5. Механическая кулинарная обработка рыбы. Размораживание, вымачивание
6. Обработка (разделка) чешуйчатой рыбы
7. Обработка осетровой рыбы
8. Использование рыбных пищевых отходов. Требования к качеству и сроки хранения рыбных полуфабрикатов

Описать приемы кулинарной обработки рыбы с учетом ее вида, требований к качеству и срокам хранения

Механическая кулинарная обработка рыбы. Размораживание, вымачивание

Тема
5

Учебный материал 5

Механическая кулинарная обработка рыбы включает следующие операции: размораживание, вымачивание, разделку, приготовление полуфабрикатов.

В зависимости от размера рыбу делят на мелкую (до 200 г), среднюю (1–1,5 кг) и крупную (свыше 1,5 кг). Мелкую рыбу готовят в целом виде, среднюю нарезают на куски круглой формы или разделяют на филе, крупную пластуют.

Размораживают рыбу на воздухе, в воде или комбинированным способом. Чем быстрее оттаивает рыба, тем лучше сохраняются ее вкусовые качества и способность удерживать влагу.

На воздухе при комнатной температуре размораживают все виды филе, выпускаемые промышленностью, крупную рыбу — осетров, сомов, рыбу-саблю, нототению; потрошеную рыбу, имеющую рыхлую ткань, и тушки специальной разделки (терпуг, минтай, ледяная, макрурус). Рыбу укладывают в ряд на столы или стеллажи в заготовочном цехе и выдерживают 4–10 ч.

Время оттаивания зависит от величины рыбы.

Крупные блоки рыбного филе промышленного производства оттаивают, не разворачивая бумаги, в холодном помещении в течение 24 ч до температуры в толще слоя -2°C , чтобы не было большой потери сока. Так как наружные филе оттаивают быстрее, чем внутренние, их периодически отделяют от блока.

При оттаивании на воздухе потери в массе рыбы составляют 2% за счет выделившегося сока и испарения влаги с поверхности.

В воде оттаивают чешуйчатую и бесчешуйчатую рыбу. В ванну наливают холодную воду с температурой $10-15^{\circ}\text{C}$ и закладывают мороженую рыбу. На 1 кг рыбы берут 2 л воды. Мелкую рыбу оттаивают в течение 2–2,5 ч, крупную — в течение 4–5 ч.

За счет поглощения воды и набухания тканей масса рыбы увеличивается на 5–10%. Но при этом уменьшается количе-

ство минеральных веществ. Чтобы сократить эти потери, в воду добавляют соль — 7–13 г на 1 л воды.

Комбинированным способом оттаивают некоторые виды неразделанной океанической рыбы (сквама, бычок, сардинопс и др.). Ее помещают в холодную воду на 30 мин, вынимают, дают стечь воде и продолжают оттаивать на воздухе до температуры в толще мышц 0°C.

Размороженную рыбу не хранят, а сразу используют для приготовления блюд.

Навагу, скумбрию, ставриду, серебряного хека можно не оттаивать перед тепловой обработкой, так как в мороженом виде их легче обрабатывать, они дают меньшее количество отходов, сохраняют питательные вещества и не деформируются.

Новым методом размораживания стал *нагрев рыбы в электрическом поле сверхвысокой частоты (СВЧ)*. Этот способ дает хорошие результаты, так как уменьшается время оттаивания и рыба в большей степени сохраняет питательные вещества.

Вымачивание соленой рыбы. На предприятия общественного питания в соленом виде поступают треска, пикша, камбала

и другая рыба. Содержание соли в них — от 6 до 20%, поэтому перед приготовлением блюд рыбу вымачивают для уменьшения концентрации соли до 1–5%.

Перед вымачиванием рыбу частично обрабатывают, удаляя чешую, голову, плавники. Иногда рыбу разрезают вдоль по спинке на две части, что уменьшает время вымачивания, но ухудшает ее вкусовые качества. Судака, окуня, сельдь, карповую рыбу вымачивают не очищая, в целом виде.

Рыбу вымачивают двумя способами: в сменной и проточной воде.

Для вымачивания в *сменной воде* рыбу помещают в ванну и заливают холодной водой с температурой 10–12°C. Воды должно быть вдвое больше, чем рыбы. Периодически воду меняют — через 1, 2, 3 и 6 ч.

Для вымачивания в *проточной воде* рыбу укладывают на решетку в специальную ванну, в нижнюю часть которой поступает холодная водопроводная вода, постоянно омывающая рыбу и выливающаяся через трубу в верхней части ванны.

Время вымачивания соленой рыбы составляет от 8 до 12 ч. Вымоченную рыбу используют для варки, приготовления котлетной массы и холодных закусок.

Задание 5.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. Какие операции включает в себя механическая кулинарная обработка рыбы?
2. Каковы способы размораживания рыбы:
 - а) на воздухе;
 - б) в воде;
 - в) комбинированный?

3. Как производится вымачивание соленой рыбы:

- а) в сменной воде;
- б) в проточной воде?

Задание 5.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы теста.

Вопрос	Варианты ответа
1. Что включает в себя механическая кулинарная обработка рыбы?	<ul style="list-style-type: none"> а) Размораживание, вымачивание б) Приготовление полуфабрикатов в) Размораживание, вымачивание, разделка, приготовление полуфабрикатов
2. Какими способами размораживают рыбу?	<ul style="list-style-type: none"> а) На воздухе б) В воде в) На воздухе, комбинированным способом г) На воздухе, в воде, комбинированным способом
3. Время оттаивания рыбы на воздухе при комнатной температуре?	<ul style="list-style-type: none"> а) Менее 1 часа б) До 10 часов в) До 24 часов г) От 4 до 48 часов
4. Какой температуры должна быть вода для оттаивания рыбы?	<ul style="list-style-type: none"> а) 2°C б) 15°C в) 30°C г) 70°C
5. Время вымачивания соленой рыбы?	<ul style="list-style-type: none"> а) 2 часа б) 3 часа в) 6 часов г) 12 часов

Обработка (разделка) чешуйчатой рыбы

Тема
6

Учебный материал 6

Под *разделкой* подразумевается удаление чешуи, внутренностей, плавников, головы, а иногда костей и кожи.

Способ обработки чешуйчатой рыбы с костным скелетом зависит от размера рыбы и ее дальнейшего использования. Обработка производится на доске, маркированной Р. С. (рыба сырая).

Обработка рыбы для использования в целом виде. В целом виде используют мелкую рыбу (салаку, корюшку, свежую сельдь), а также более крупную (судака, лососевых) для приготовления банкетных блюд. Процесс обработки включает следующие операции: очистка чешуи, удаление плавников, жабр, внутренностей (через разрез на брюшке), промывание.

Обработку начинают с *очистки чешуи* в направлении от хвоста к голове, вначале с боков, затем с брюшка. Рыбу очищают вручную средним поварским ножом, теркообразным ножом или механическим скребком РО-1.

При обработке большого количества рыбы на крупных предприятиях общественного питания используют специальные чешуеочистительные машины.

После очистки у рыбы удаляют *плавники*, начиная со спинного. Для этого рыбу кладут на бок и прорезают мякоть вдоль плавника сначала с одной, а затем с другой стороны. Ножом прижимают подре-

занный плавник и, держа рыбу за хвостовую часть, отводят ее в сторону, при этом плавник легко удаляется. Использование такого способа исключает возможность укола о плавник, что особенно важно при обработке окуневых рыб. Так же удаляют и анальный плавник, после чего отрезают или отрубуют остальные плавники.

Из головы рыбы удаляют жабры (делая с двух сторон надрезы над жаберными крышками) и глаза.

Для *удаления внутренностей* рыбу кладут на доску головой к себе. Придерживая ее левой рукой, делают надрез между грудными плавниками и ведут нож от головы (острием от себя), прорезая брюшко до анального отверстия. Из разрезанного брюшка осторожно вынимают внутренности, так чтобы не повредить желчный пузырь, иначе рыба будет иметь горький вкус, и зачищают внутреннюю полость от пленки. Затем рыбу промывают холодной водой, обсушивают, уложив на противень, и до тепловой обработки хранят в холодильнике.

Разделка рыбы на филе (пластование). Рыбу массой более 1,5 кг разделяют на филе путем ее пластования, после чего нарезают на порционные куски.

Для получения филе с кожей, реберными и позвоночными костями рыбу очищают от чешуи, удаляют плавники и голову, разрезают брюшко и вынимают внутренности, затем промывают и обсушивают.

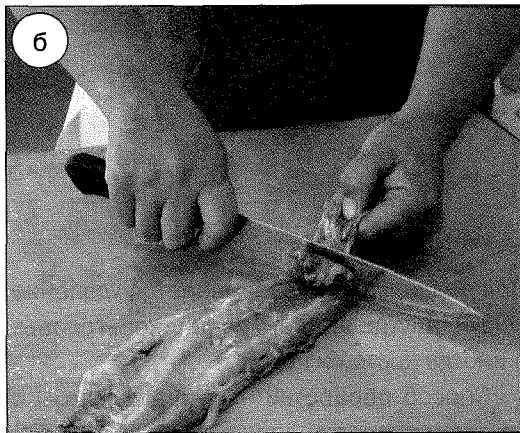


Рис. 3 Пластование рыбы: а, б — удаление кожи (получение чистого филе)

После этого, начиная с головы или хвоста, срезают половину рыбы (филе), ведя нож параллельно позвоночнику так, чтобы на нем не оставалось мякоти (рис. 3а).

В результате такого пластования получают два филе: с кожей и реберными костями (верхнее филе) и с кожей, реберными и позвоночной костями (нижнее филе). Полученные филе нарезают на порционные куски поперек, но масса кусков с позвоночной костью должна быть на 10% больше, чем кусков без нее. Количество отходов — до 43%.

Чтобы удалить позвоночную кость, нижнее филе переворачивают и укладывают на доску кожей вверх. Начиная с головы или хвоста, подрезают мякоть и срезают ее с позвоночной кости, оставляя на доске позвоночник. Таким образом получают два филе с кожей и реберными костями, которые затем нарезают поперек на порционные куски. Количество отходов при этом способе разделки увеличивается на 7–10%.

Филе с кожей и реберными костями укладывают на доску кожей вниз и, начиная с более толстой части мякоти спинки, срезают реберные кости и внутренние кости плавников. Полученное филе нарезают поперек на порционные куски. При этом отходы составляют 48–49%.

Чтобы получить чистое филе, удаляют кожу (рис. 3б). Для этого филе кладут на разделочную доску кожей вниз и надрезают мякоть до кожи со стороны хвоста, отступив от его конца на 1 см (надрез делают осторожно, чтобы не прорезать кожу); нож ведут вплотную к коже, срезая мякоть филе. Чтобы было удобнее разделывать рыбу на филе без кожи и костей, кожу оставляют с чешуей, не удаляя ее в начале обработки.

Филе без кожи и костей нарезают поперек на порционные куски или используют для приготовления котлетной, кнельной массы или фарша.

Количество отходов при разделке рыбы на чистое филе составляет от 50 до 68%.

Задание 6.1

Закрепляющий материал

1. Опишите, как обрабатывают рыбу для использования в целом виде.
2. Объясните, что такое пластование и как оно производится.

Задание 6.2

Проверка степени усвоения материала

Запишите цифрами последовательность технологических операций при обработке рыбы.

Название операции	Способ разделки рыбы	
	на филе с кожей без костей	для использования в целом виде
1. Оттаивание 2. Потрошение 3. Очистка чешуи 4. Удаление спинных и других плавников 5. Промывание 6. Удаление головы и хвоста 7. Удаление кожи 8. Срезание реберных костей 9. Пластование 10. Срезание филе с позвоночной кости		

**Обработка
осетровой рыбы**

 тема
7
Учебный материал 7

Осетровая рыба — белуга, севрюга, осетр, шип, калуга — отличается от других видов рыбы тем, что не имеет костного скелета, а поверхность ее покрыта несколькими рядами костных пластинок — жучек.

На предприятия общественного питания эта рыба чаще всего поступает в мороженом виде без внутренностей, которые удаляются при промышленной обработке в процессе получения икры.

Обработку крупной осетровой рыбы производят следующим образом.

Начинают с удаления головы вместе с грудными плавниками. Для этого оттягивают грудной плавник и большим поварским ножом прорезают под плавником кожу и мякоть до хряща с двух сторон. Затем перерубают соединяющий хрящ и отделяют голову. После этого срезают спинные костные жучки вместе с полоской кожи в направлении от хвоста к голове и удаляют плавники. 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 повредить.

Можно отрезать хвост и, поддев визигу при помощи поварской иглы с хвостовой стороны или изнутри рыбы, вытянуть рукой. Иногда визигу удаляют после пластования рыбы.

Рыбу пластуют, разрезая вдоль, по середине жировой прослойки на спине, и получают две половины — звенья. У крупной рыбы, особенно белуги, каждое звено разрезают на несколько частей по длине и ширине, так чтобы масса кусков не превышала 4–5 кг, а длина была до 60 см.

Для облегчения дальнейшей очистки рыбы от костных жучек звенья осетровой рыбы ошпаривают, погружая кожей вниз в рыбный котел или специальную ванну с горячей водой на 3 мин. Причем в воду должна быть погружена лишь нижняя часть звена с кожей, а мякоть должна находиться над водой. Затем звено вынимают из воды, перекладывают на стол кожей вверх и быстро соскабливают ножом с поверхно-

сти рыбы боковые, брюшные и все мелкие костные жучки. После зачистки рыбу промывают холодной водой, смывая при этом образовавшиеся на поверхности сгустки белка. В результате ошпаривания звеньев осетровой рыбы их масса уменьшается на 5–10%.

Подготовленные таким образом звенья используют в целом виде для варки. У них подвертывают брюшную часть и перевязывают звенья шпагатом, чтобы они сохранили свою форму, а затем кладут на решетку рыбного котла. Кроме того, удобно пользоваться специальным приспособлением, состоящим из проволочной решетки с зажимами, на которую помещают звено.

При использовании звеньев осетровой рыбы для припускания или жаренья в целом виде у них вначале срезают хрящи, а затем ошпаривают и зачищают от жучек. При такой обработке рыбы количество отходов составляет 33–36%.

Обработанные, ошпаренные и зачищенные от хрящей звенья осетрины, севрюги и белуги нарезают с кожей или без кожи на порционные куски, которые используют для припускания, жаренья и запекания.

Для этого звено укладывают на доску кожей вниз и, начиная с хвоста, нарезают поперек волокон на порции кусками толщиной 1–1,5 см, держа нож под углом 30°. Порционные куски ошпаривают, опуская их в горячую воду (95°C) на 1–2 мин (объем воды должен превышать объем рыбы в 3–4 раза). Ошпаренные куски вынимают и промывают холодной водой, чтобы смыть выступившие сгустки белка. В процессе ошпаривания рыба уменьшается в объеме и уплотняется, поэтому при тепловой обработке она хорошо сохраняет фор-

му и при жаренье от нее не отстает панировка.

Воду, которой вторично ошпаривают рыбу, можно использовать для приготовления бульонов.

Обработку стерляди для приготовления блюд из целой рыбы начинают с уда-

ления боковых, брюшных и мелких костных жучек. Разрезают брюшко, вынимают внутренности, удаляют визигу и промывают жабры. Спинные жучки оставляют, так как при их удалении можно повредить мякоть. После варки или припускания рыбы они легко снимаются.

Задание 7.1

Закрепляющий материал

Запишите операции процесса обработки осетровой рыбы и дайте им характеристику.

Задание 7.2

Проверка степени усвоения материала

Укажите цифрами последовательность технологических операций при обработке осетровых рыб.

Название операции	№	Название операции	№
Ошпаривание		Деление рыбы на звенья	
Удаление головы с грудными плавниками		Перевязывание звеньев	
Срезание спинных жучек		Очистка от боковых жучек	
Оттаивание		Вторичное ошпаривание	
Удаление визиги		Срезание хрящей и нарезка на порционные куски	
Промывка		Удаление плавников	

Использование рыбных пищевых отходов.

Требования к качеству и сроки хранения рыбных полуфабрикатов

Тема

8

Учебный материал 8

При первичной обработке рыбы кроме полуфабрикатов получают отходы: головы, кости, кожу, плавники, икру, молоки, чешую, визигу, хрящи, жир. Общее количество отходов зависит от вида и размера рыбы и степени ее обработки (табл. 2).

Наименьшее количество отходов получают в случае, когда рыба поступает уже частично обработанной. Наибольшее количество отходов получают при обработке рыбы на филе без кожи и костей. При разделке на филе с кожей и ребер-

ными костями пищевые отходы уменьшаются на 8–10%. Разница в отходах между крупной и средней рыбой составляет от ± 2 до $\pm 5\%$.

Из голов осетровых рыб варят бульоны, которые затем процеживают и используют для приготовления супов и соусов. Мякоть головы после варки употребляют при приготовлении супов, фаршей, салатов.

Из кожи и костей также варят бульоны. Чешуя применяется для приготовления желе, которым заливают рыбу. Наилучшее

Таблица 2

Название рыбы	Пищевые отходы (в %) при разделке рыбы	
	на непластованные или пластованные куски с кожей и реберными костями	на филе с кожей без реберных костей
Верхогляд, вобла, зубан, карп, кефаль, кутум, лещ, муксун, окунь речной, омуль, рыбец, сиг, скумбрия, хариус, чехонь	10,0	20,0
Белорыбица, горбуша, голец, жерех, кета, лосось, нельма, пыжьян, сазан, судак, сырок, таймень, толстолобик, усач, форель, хек, чавыча, язь	15,0	25,0
Аргентина, амур, бельдюга, желтощек, рыба-капитан, карась морской, налим, пикша, сайда, сом, треска, щука	20,0	30,0

желе получается из отходов окуневых рыб, обладающих наибольшей клейкостью.

Требования к качеству и сроки хранения

К полученным рыбным полуфабрикатам предъявляются определенные требования стандартов и технических условий.

Внутренняя поверхность полуфабрикатов должна быть тщательно зачищена от внутренностей, сгустков крови, темной пленки. Мякоть должна плотно держаться на кости, недопустимо потемнение ее внутренней части, оголение реберных костей.

Кожа должна быть целой, без плавников и остатков чешуи. Костистые части плавников, проникающие в мякоть рыбы, должны быть вырезаны.

Рыбные полуфабрикаты охлаждают до температуры от 0 до +4°C и хранят:

- целую рыбу и крупные куски — 24 ч;
- порционные куски и рыбный фарш — 6–8 ч;
- котлетную массу (на противне слоем до 5 см) — 2–3 ч;
- полуфабрикаты из котлетной массы — до 12 ч.

Задание 8.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

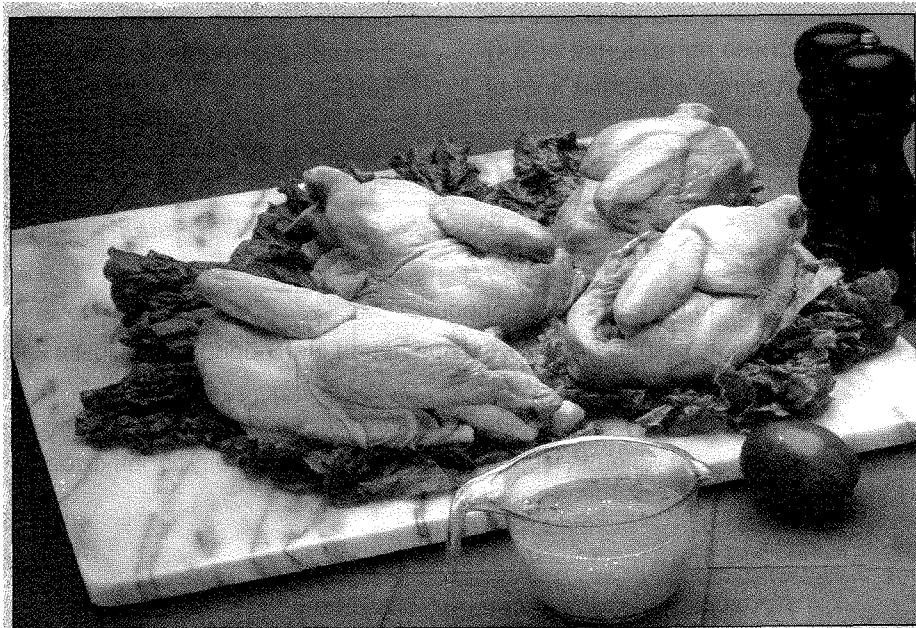
1. Какие отходы получаются при первичной обработке рыбы и как они используются?
2. Каковы требования к качеству рыбных полуфабрикатов?
3. Укажите условия и сроки хранения рыбных полуфабрикатов.

Задание 8.2

Проверка степени усвоения материала

Дополните предложения.

1. При первичной обработке рыбы кроме полуфабрикатов получают следующие отходы...
2. Наименьшее количество отходов получают в случае, когда...
3. Наибольшее количество отходов получают при...
4. Из рыбных отходов готовят следующие блюда...
5. Рыбные полуфабрикаты хранят при температуре ... — ... ч.
6. Крупные куски рыбы хранят ... ч, порционные куски и фарш — ... ч, котлетную массу — ... ч, полуфабрикаты из котлетной массы — ... ч.



Результат 3

Характеризовать приемы кулинарной обработки мяса, сельскохозяйственной птицы и дичи с учетом их вида, требований к качеству и срокам хранения

Темы:

9. Первичная кулинарная обработка мяса
10. Кулинарная разделка говяжьей туши.
Разделка передней четвертины
11. Разделка задней четвертины говяжьей туши
12. Разделка и обвалка бараньей туши
13. Разделка и обвалка свиной туши
14. Механическая кулинарная обработка сельскохозяйственной птицы и дичи

Характеризовать приемы кулинарной обработки мяса, сельскохозяйственной птицы и дичи с учетом их вида, требований к качеству и сроков хранения

Тема

9

Первичная кулинарная обработка мяса

Учебный материал 9

На предприятия общественного питания мясо поступает в охлажденном и мороженом виде: говядина — полутушами и четвертинами, баранина, козлятина и телятина — тушами, свинина — тушами и полутушами. Многие предприятия общественного питания получают мясные полуфабрикаты: крупнокусковые, порционные, мелкокусковые и рубленые.

При приемке мяса прежде всего проверяют наличие клейма упитанности и ветеринарно-санитарного контроля, определяют органолептическим путем доброкачественность мяса.

Первичная обработка мороженого мяса состоит из следующих стадий: размораживание, обмывание, обсушивание, обвалка, зачистка и сортировка мяса, кулинарная разделка и приготовление полуфабрикатов. Охлажденное мясо обрабатывают без предварительного оттаивания.

Размораживание мяса производят в специальных камерах (дефростерах) медленным или быстрым способом.

При медленном размораживании в камере поддерживают температуру от 0 до

6–8°C и влажность воздуха 90–95%. Мясо оттаивают крупными частями (тушами, полутушами, четвертинами). Их подвешивают на крючьях так, чтобы они не соприкасались между собой и не касались пола и стен. В таких условиях мышечные волокна почти полностью поглощают сок, образующийся при оттаивании, и первоначальное состояние их восстанавливается. Продолжительность оттаивания зависит от вида мяса, от величины кусков и составляет в среднем 1–3 суток. Оттаивание прекращают, когда температура в толще мышц достигает 0÷1°C. Правильно оттаявшее мясо не отличается от охлажденного. Потери мясного сока при медленном оттаивании составляют 0,5% от массы мяса.

При быстром оттаивании в камеру подают подогретый увлажненный воздух и поддерживают температуру 20–25°C, влажность воздуха 85–95%. В таких условиях мясо оттаивает за 12–24 ч, температура в толще мышц должна быть от –0,5 до +1,5°C. После этого мясо сутки выдерживают при температуре 0–2°C и влажности

воздуха 80–85%, чтобы снизить потери мясного сока при разделке.

На предприятиях, не имеющих специальных помещений для оттаивания мяса, этот процесс происходит в заготовочном цехе. В этом случае мясо укладывают на деревянные решетки или столы. Разрубать мясо на куски перед оттаиванием нельзя, так как при этом увеличиваются потери мясного сока до 10% и мясо становится жестким, теряет питательность и вкус. Не допускается оттаивание мяса в воде, так как в воде растворяются некоторые питательные вещества. После оттаивания срезают клеймо, сильно загрязненные места, кровяные сгустки.

При обмывании с поверхности мяса смывают загрязнения, микроорганизмы и их споры. На крупных предприятиях общественного питания мясо обмывают в моечных помещениях. Его подвешивают на крючья и обмывают с помощью специальных щеток (щетка-душ), струей воды из брандспойта или шланга. На небольших предприятиях мясо обмывают в ваннах. Для этого его укладывают на решетки и моют в проточной воде травяными или капроновыми щетками. Температура воды должна быть от 20 до 30°C. Обмытые туши перед обсушиванием промывают водой с температурой 12–15°C для охлаждения. Это задерживает развитие микроорганизмов на поверхности мяса при дальнейшей обработке.

Обсушивание производят для того, чтобы мясо при разделке не скользило в руках; кроме того, обсушивание препятствует размножению микробов. Для этого мясо подвешивают на крючья или укладывают на решетки, расположенные над моечными ваннами, и обсушивают на воздухе или салфетками из хлопчатобумажной ткани. На крупных предприятиях наружный воздух для обсушивания нагнетают по специальным трубопроводам и пропускают через фильтры. Температура воздуха 1–6°C. На мелких предприятиях применяют естественное обсушивание.

Общие требования по технике безопасности при работе в мясо-рыбном цехе

Мороженое мясо разделяют только после оттаивания. Запрещается разделять мясо без предохранительного нагрудника и перчаток.

Запрещается работать на мясорубке, не имеющей предохранительного кольца. Мясо необходимо проталкивать в мясорубку с помощью пестика. Нельзя работать на куттере без приспособления, выключающего его при подъеме крышки. Все ножи и мусаты должны иметь прочно закрепленные ручки, а мусаты на рукоятках — усики. Ножи и мусаты помещаются в специальные ножны. Колоды для разруба мяса и костей должны иметь гладкую рабочую поверхность.

Задание 9.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. Перечислите стадии первичной кулинарной обработки мяса.

2. Какие существуют способы размораживания мяса?
3. Как и зачем обмывают мясо?
4. Для чего обсушивают мясо?

Задание 9.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Какие виды механической кулинарной обработки мяса вы знаете?
2. Какой способ размораживания мяса считается лучшим и почему?
3. Каковы потери мясного сока при размораживании?
4. Какой температуры должна быть вода, которой моют мясо?

Кулинарная разделка говяжьей туши.

Разделка передней четвертины

Тема
10

Учебный материал 10

Если на предприятие говядина поступила полутушами, то ее делят на переднюю и заднюю четвертины (рис. 4). Линия деления проходит по последнему ребру и между 13-м и 14-м позвонками, при этом ребра остаются в передней части. У полутуши прорезают пашину против 12-го (последнего) ребра, затем по линии этого ребра прорезают мякоть до позвоночника и разделяют по сочленению 13-го и 14-го позвонков.

Разделка передней четвертины говяжьей туши состоит из последовательных операций: разделка на отдельные части, обвалка частей, жиловка и зачистка. Основным назначением разделки и обвалки является получение различных по своим кулинарным качествам частей мяса.

Разделку мяса производят в помещении с температурой воздуха не выше 10°C, чтобы мясо не нагревалось. При разделке передней четвертины получают лопатку, шею и спинно-грудную часть. Для отделения лопатки четвертину кладут на стол внутренней стороной вниз, левой рукой приподнимают лопатку; по определившемуся контуру разрезают мышцы, соединяющие ее с грудной частью, и отрезают ее. После этого отделяют шею по последнему шейному позвонку; остается спинно-грудная часть, состоящая из толстого края, подлопаточной части, покромки и грудинки.

Обвалка — это отделение мякоти от костей. Операцию производят очень тщательно, чтобы на костях не оставалось мя-

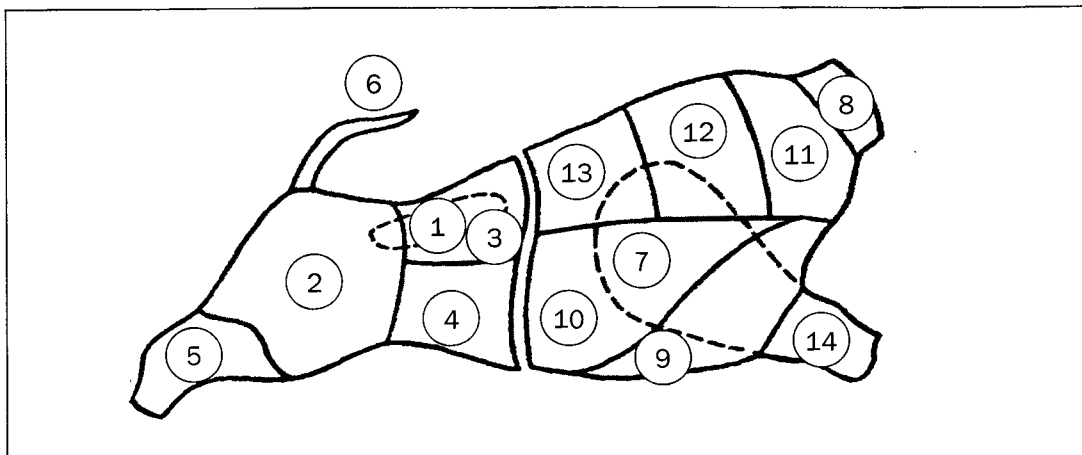


Рис. 4 Разделка говяжьей туши:

1 — вырезка; 2 — тазобедренная часть; 3 — пояснично-спинная часть, идущая на ростбиф; 4 — пашина; 5 и 14 — задняя и передняя голяшки; 6 — хвост; 7 — лопаточная часть; 8 — шейная часть; 9 — грудная часть с подгрудком; 10 — реберная часть; 11 — заливочка; 12 — крестцовая часть; 13 — спинная часть, идущая на антрекоты

са, а полученные куски не имели глубоких надрезов (не более 10 мм). Для обвалки лопатку кладут на стол наружной стороной вниз, срезают мясо и сухожилия, соединяющие плечевую кость с лопаточной, и отделяют лопаточную кость. После этого вырезают плечевую кость. У полученной мякоти отделяют голяшку, а остальное мясо разделяют на две части: плечевую и заплечную.

Жиловка и зачистка. При зачистке частей мяса удаляют сухожилия, грубые поверхностные пленки, хрящ и лишний жир. Кроме того, у кусков мяса с краев обрезают тонкие закраины. Межмышечные соединительные ткани и тонкие поверхностные пленки оставляют. Зачищают мясо, чтобы оно не деформировалось. Из зачищенного мяса удобнее нарезать порционные полуфабрикаты.

У шеи срезают мякоть целым пластом, стараясь полностью отделить ее от позвонков.

У спинно-грудной части отделяют грудинку по линии, идущей от конца 1-го ребра к концу последнего. Толстый край и подлопаточную часть срезают вместе. Для этого делают надрез мякоти по линии, соединяющей толстый край с покромкой, начиная от последнего ребра до 4-го; затем под прямым углом надрезают мякоть на $1/3$ ребер, после чего ее надрезают продольно до 1-го ребра и срезают толстый край и подлопаточную часть, затем подравнивают, срезают закраины.

Покромку срезают с реберных костей, зачищают и обравнивают края. В результате кулинарной разделки и обвалки передней четвертины получают: шейную часть, плечевую и заплечную части лопатки, тол-

стый край, подлопаточную часть, покровку, грудинку, а также кости: шейные, позвоночные, реберные, лопаточную, плечевую, локтевую и лучевую.

Лопатка, подлопаточная часть, грудинка, покровка (мясо I категории) используются для варки и тушения мелкими кусками, толстый край — для жаренья.

Задание 10.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. Каково основное назначение разделки мяса?
2. В чем состоит разделка передней четвертины говяжьей туши?
3. Как выполняется обвалка частей мяса передней четвертины?
4. Каково кулинарное использование частей мяса передней четвертины говяжьей туши?

Задание 10.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Из каких операций состоит разделка полутуш?
2. Как отделяют лопатку?
3. Как производят обвалку позвоночных и реберных костей?
4. Какие части мякоти используют для варки и почему?

Тема

11

Разделка задней четвертины говяжьей туши

Учебный материал 11

Если на предприятие говядина поступила с вырезкой, то в первую очередь отделяют вырезку, чтобы не порезать ее при дальнейшей обработке. После этого четвертину делят на поясничную и тазобедренную части.

У поясничной части подрезают мякоть вдоль спинных позвонков и срезают ее целым пластом. Полученную мякоть разделяют на тонкий край, покровку и пашины.

При обвалке тазобедренной части вырезают подвздошную кость (тазовую), мясо разрезают вдоль по бедренной кости и срезают по отделяющему слою внутреннюю часть задней ноги. После этого вырезают голяшку, а оставшуюся мякоть по пленкам разрезают на верхнюю, боковую и наружную части. Куски мякоти после от-

деления от костей зачищают от сухожилий, лишнего жира, срезают закраины.

Потери при обработке зависят от упитанности и составляют для говядины I категории 26,4%, II категории — 29,5%. Нормы выхода полуфабрикатов для предприятий, работающих на сырье, приведены в табл. 3 (в % к массе брутто).

Таблица 3

Наименование полуфабриката	Упитанность	
	I категория	II категория
Спинная часть — толстый край	1,7	2,1
Поясничная часть — тонкий край	1,6	1,7
Тазобедренная часть:		
верхняя	2,0	2,3
внутренняя	4,5	4,8
боковая	4,0	4,0
наружная	6,1	5,5
Лопаточная часть:		
плечевая	2,0	2,2
заплечная	2,5	2,6
Подлопаточная часть	2,0	1,7
Грудинка	2,8	2,5
Покромка ¹	4,1	—
Котлетное мясо	40,3	41,1
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса	73,6	70,5
Отходы (кости, сухожилия, хрящи)	25,4	28,5
Потери при разделке	0,5	0,5
Потери при хранении, нарезке	0,5	0,5
ИТОГО:	100,0	100,0

¹ Покромка у говядины II категории относится к котлетному мясу.

В результате кулинарной разделки и обвалки задней четвертины получают: вырезку, тонкий край, покромку, пашину, внутреннюю, верхнюю, боковую и наружную части задней ноги, а также кости: поясничные и крестцовые позвонки, тазовую кость, бедренную и берцовую.

Сортировка и кулинарное использование частей мяса

Зачищенное мясо сортируют в зависимости от кулинарного использования. Части мяса, содержащие меньшее количество соединительной ткани, используют для жаренья, большее — для варки и тушения:

- *вырезка* — наиболее нежная часть, используется для жаренья крупными, порционными натуральными и мелкими кусками;

- *толстый и тонкий края* — для жаренья крупными, порционными натуральными, панированными и мелкими кусками;
- *внутренняя и верхняя части задней ноги* — для тушения крупными и порционными кусками, для жаренья панированными и мелкими кусками;
- *наружная и боковая части задней ноги* — для варки и тушения крупными, порционными и мелкими кусками;
- *лопатка, подлопаточная часть, грудинка, покромка* (мясо I категории) — для варки и тушения мелкими кусками;
- *шейная часть, пашина, покромка* (мясо II категории) используются для приготовления рубленых изделий, так как они содержат до 80% соединительной ткани.

Задание 11.1

Закрепляющий материал

Ответьте на вопросы письменно.

1. На какие части делится задняя четвертина?
2. Какова последовательность обвалки поясничной части?
3. Какова последовательность обвалки тазобедренной части?
4. Каковы потери при обработке мяса говядины I и II категорий?
5. Перечислите сортировку и кулинарное использование частей мяса говядины.

Задание 11.2

Проверка степени усвоения материала

1. Перечислите части задней четвертины говяжьей туши.
2. Какие части задней четвертины можно жарить?

Разделка и обвалка бараньей туши

Тема
12

Учебный материал 12

У бараньей туши удаляют почки, затем по выступу тазовой кости делят поперек на переднюю и заднюю половину.

Разделка и обвалка передней части туши. Переднюю часть делят на лопатку, шею, корейку, грудинку. Вначале отделяют лопатку, после этого отрубают шею по последнему шейному позвонку. У оставшейся части вдоль спинных позвонков подрезают мякоть с двух сторон позвоночника, вырубая позвончик, разрубают грудную кость и получают две половины. Полученные половины кладут на стол внутренней стороной вверх, делают надрез поперек ребер так, чтобы ширина корейки по всей длине была одинаковой (длина ребер у корейки должна быть не более 8 см), перерубают реберные кости и отделяют корейку от грудинки.

При обвалке шеи делают продольный разрез мякоти по шейным позвонкам и срезают мякоть целым пластом. Лопатку обваливают так же, как у говядины. При зачистке удаляют сухожилия и грубую соединительную ткань. Пленку с наружной стороны не снимают.

Корейку и грудинку полной обвалке не подвергают: у корейки с наружной стороны удаляют сухожилия, у грудинки от заднего конца отрезают жилистое мясо (часть пашины).

Разделка и обвалка задней части туши. Заднюю часть делят вдоль по позвонкам на два окорока. Производят обвалку задних ног так же, как у говяжьей туши, мя-

коть окорока массой не выше 5 кг оставляют целиком. Окорок от более крупных туш разрезают по пленкам на 4 части. Для жаренья в целом виде обвалку можно осуществлять не полностью, удалив только тазовую кость.

В результате кулинарной разделки и обвалки получают следующие части: лопатку, шею, корейку, грудинку и окорок.

Потери при обработке баранины I категории оставляют 25%, II категории — 29,3%.

Разделка козлятины производится так же, как разделка баранины.

Нормы выхода мясных полуфабрикатов (в % к массе брутто) для предприятий, работающих на сырье, приведены в табл. 4.

Части туш, полученные после обвалки и зачистки, сортируют в зависимости от кулинарного использования следующим образом:

- *окорок* используют для жаренья целиком, панированными порционными и мелкими кусками;
- *корейку* — для жаренья целиком, порционными натуральными и панированными кусками, мелкими кусками;
- *лопатку* — для жаренья целиком (рулетом), варки, тушения порционными и мелкими кусками;
- *грудинку* — для жаренья в фаршированном виде, варки, тушения мелкими кусками;
- *шею* — для приготовления рубленой массы.

Таблица 4

Наименование полуфабриката	Упитанность	
	I категория	II категория
Корейка с реберной костью	10,5	9,7
в том числе мякоть	9,0	7,4
Тазобедренная часть	17,0	17,8
Лопаточная часть	7,6	8,0
Грудинка с реберной костью	8,7	7,6
в том числе мякоть	6,7	5,4
Котлетное мясо	29,8	26,0
в том числе: шейная часть (мякоть)	4,8	4,5
обрезки	25,0	21,5
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса	73,6	69,1
Почки и околопочечный жир	1,4	1,6
Отходы (кости, сухожилия)	23,9	28,2
Потери при разделке	0,5	0,5
Потери при хранении, нарезке	0,6	0,6
ИТОГО	100,0	100,0

Задание 12.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. С чего начинают механическую кулинарную обработку баранины?
2. Какие части мякоти получают при кулинарной разделке передней части бараньей туши?
3. Какие части мякоти получают при кулинарной разделке задней части бараньей туши?
4. Какие части мякоти используют для варки?

Проверка степени усвоения материала

Перечислите части, получаемые при разделке бараньей туши, и укажите их кулинарное назначение.

Разделка и обвалка свиной туши

Тема
13

Учебный материал 13

В первую очередь у свиной туши отделяют вырезку. Тушу или полутушу делят на переднюю и заднюю части по выступу тазовой кости, между крестцовыми и поясничными позвонками (рис. 5).

У **передней части** отделяют лопатки. У сальной свиной туши со спинной части срезают шпик целым пластом, оставляя его на мякоти толщиной 1 см. Оставшуюся

часть (коробку) разрубают вдоль по позвоночнику и грудной кости на две половины, вырубают позвоночную кость и отделяют грудинку. Затем от корейки отделяют шейную часть.

Заднюю часть разделяют на два окорока, производят обвалку. Полученную мякоть окорока можно разделить по пленкам на 4 части, так же как у говядины.

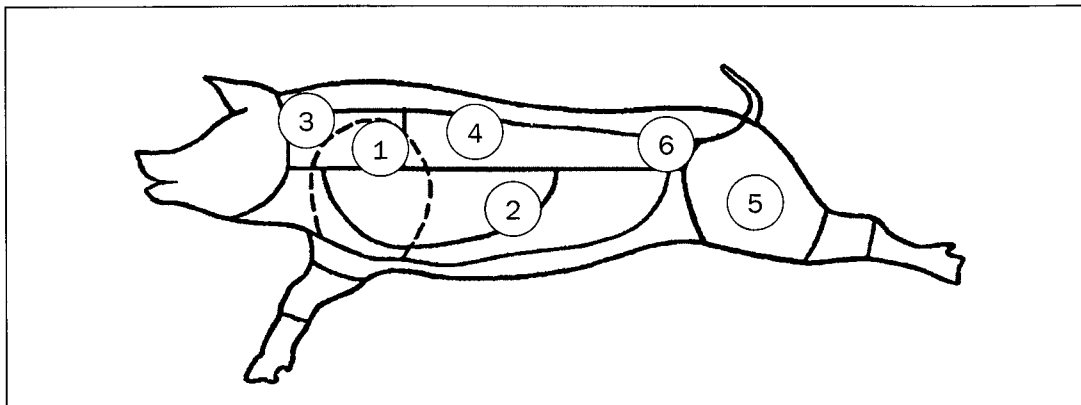


Рис. 51 Схема разделки свиной туши:

1 — лопаточная часть; 2 — грудинка; 3 — шейная часть; 4 — корейка; 5 — тазобедренная часть; 6 — вырезка

При кулинарной разделке получают следующие части: лопатку, корейку, грудинку, шею, окорок и шпик (у жирной туши). При разделке туши со шкурой ее снимают и используют при варке студней.

Потери при обработке в среднем составляют 13%.

Полученные части сортируют в зависимости от кулинарного использования:

- *корейку* используют для жаренья целиком, порционными кусками в натуральном и панированном виде и мелкими кусками;
- *окорок* — для жаренья целиком, порционными кусками в панированном виде и мелкими кусками;
- *лопатку* — для жаренья целиком, тушения порционными и мелкими кусками;
- *грудинку* — для жаренья в фаршированном виде, варки, тушения мелкими кусками;

- *шею* — для жаренья целиком, тушения порционными и мелкими кусками;
- *обрезки* — для приготовления котлетной массы.

Требования к качеству и сроки хранения

Поверхность кусков полуфабрикатов должна быть незаветренной, иметь цвет и запах, характерные для доброкачественного мяса. Не должно быть грубых сухожилий, хрящей, костей, кусков мяса с кровоподтеками.

Для свинины содержание жировой ткани не должно превышать 30%, а соединительной — 5%; для баранины и телятины допустимое содержание жировой и соединительной ткани не более 10%.

Подготовленные полуфабрикаты хранят при температуре не выше 6°C. Крупнокусковые полуфабрикаты укладывают в один ряд на противни и хранят не более 48 ч.

Задание 13.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. С чего начинают механическую кулинарную обработку свинины?
2. Каково кулинарное использование частей свиной туши?
3. Сколько процентов составляют потери при обработке свиной туши?
4. Каковы требования к качеству полуфабрикатов из свинины?

Задание 13.2

Проверка степени усвоения материала

1. Какие части свиной туши варят?
2. Каковы сроки хранения полуфабрикатов из свинины?

Механическая кулинарная обработка сельскохозяйственной птицы и дичи

Тема
14

Учебный материал 14

К сельскохозяйственной птице относятся куры, гуси, утки, индейки, цесарки, цыплята и утята. Мясо птицы содержит белки, минеральные вещества, жиры, экстрактивные вещества, витамины группы В, РР, А, D.

Мышечная ткань птицы имеет мелковолокнистое строение, содержание коллагена и эластина в ней вдвое меньше, чем в мясе говядины. Жир птицы имеет низкую температуру плавления. Большое количество экстрактивных веществ обуславливает особые вкусовые качества птицы. В мясе молодой птицы экстрактивных веществ меньше, чем в мясе взрослой птицы, поэтому для приготовления бульона лучше использовать взрослую, но не старую птицу. Из старой птицы получают мутные и неароматные бульоны. Ее используют для варки и тушения, а молодую — для жаренья.

На предприятия общественного питания поступают тушки птицы без пера: полупотрошенные, потрошенные или потрошенные с комплектом потрохов и шеи; охлажденные или мороженые; I и II категории утилитарности.

На предприятия также поступает пернатая дичь: степная, болотная, лесная и водоплавающая. К степной дичи относятся перепела, куропатки серые и красные; к болотной — бекасы, вальдшнепы, кулики; к лесной — рябчики, тетерева, фазаны; к водоплавающей — дикие утки, гуси.

Мясо дичи, в отличие от мяса птицы, содержит больше белка и экстрактивных веществ, но меньше жира. Оно имеет специфический вкус и аромат. Легкая горчинка и смолистый запах считаются особенно ценными. Мясо дичи имеет темную окраску и более плотную консистенцию, чем мясо птицы. Дичь в основном используют для жаренья, так как ее позвоночник содержит горечь и поэтому для варки непригоден.

Дичь поступает неошипанная, мороженая, по качеству различают 1-й и 2-й сорт. **Первичная обработка птицы** состоит из следующих операций: оттаивание, опаливание, удаление головы, шейки, ножек, потрошение, промывание и приготовление полуфабрикатов.

Оттаивание. Мороженые тушки птицы освобождают от бумаги, расправляют шейку, ножки и укладывают на столы или стеллажи спинкой вниз 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. Вначале тушки обсушивают бумажным полотенцем или тканью, или потоком теплого воздуха. Затем натирают отрубями или мукой (по направлению от ножек к голове), для того чтобы волоски приняли вертикальное положение и легче было их опаливать. Опаливают над не коптящим пламенем осторожно, чтобы не повредить кожу и не растопить подкожный

жир. Если у птицы имеются недоразвитые перья («пеньки»), их удаляют с помощью пинцета или маленького ножа.

Удаление головы, шеи, ножек. Перед потрошением у полупотрошенной птицы отрубают голову на уровне второго шейного позвонка. Затем на шее со стороны спинки делают продольный надрез кожи, освобождают шею от кожи и отрубают ее по последнему шейному позвонку так, чтобы кожа осталась на тушке. У кур и цыплят кожу отрезают с половины шейки, у индеек, уток и гусей — с $2/3$, с тем чтобы закрыть место отрубания 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 (кильа) до анального отверстия. Через образовавшееся отверстие удаляют желудок, печень, сальник, легкие, почки, а зоб и пищевод удаляют через горловое отверстие.

У птицы, поступившей в потрошеном виде, удаляют сальник, легкие, почки.

После потрошения вырезают анальное отверстие и участки мякоти, пропитанные желчью.

Промывание. Выпотрошенную птицу промывают проточной холодной водой (температура не выше 15°C). При промывании удаляют загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей. Промывать продолжительное время не рекомендуется, так как это вызовет большие потери питательных веществ. Промытую птицу для обсушивания укладывают на противни разрезом вниз, чтобы стекала вода.

Обработка дичи немного отличается от обработки домашней птицы. После оттаивания дичь ощипывают.

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

Опаливают только крупную дичь (глухарей, тетеревов, диких уток и гусей). Их предварительно обсушивают полотенцем, натирают мукой и опаливают.

У дичи полностью удаляют крылья, шею, отрубают у ножек лапки. У болотной дичи снимают кожу с головы и шеи, голову оставляют вместе с клювом, удалив предварительно глаза.

Обработанные тушки птицы и дичи используют для **тепловой обработки** целиком или готовят порционные полуфабрикаты, а также рубленую массу.

Птицу, предназначенную для тепловой обработки целиком, предварительно формуют (заправляют), чтобы придать компактную форму для равномерной тепловой обработки и для удобства нарезки на порционные куски.

Перед заправкой тушки птицы и дичи сортируют: тушки старой птицы, тушки с поврежденным филе не заправляют, а используют для приготовления котлетной массы или варки для салатов.

Заправка птицы. Тушки птицы заправляют «в кармашек» или «в одну нитку».

Заправка «в кармашек» наиболее проста и распространена. Для этого делают разрезы кожи («кармашки») с двух сторон на брюшке и вставляют в эти прорезы концы ножек. Кожей от шеи закрывают шейное отверстие, крылышки подвертывают к спинке так, чтобы они придерживали кожу шеи.

Применяют и другой способ заправки «в кармашек». При обработке птицы в этом случае ножки отрубают на 1–1,5 см ниже пяточного сустава под углом 30°, чтобы получить заостренную кость. Кожу от шеи и крылышки заправляют так же, как и при первом способе. Затем подготовленную тушку кладут вниз спинкой, плотно прижимают ножки к тушке, концы их кладут друг на друга (крест-накрест) и вправляют внутрь разреза брюшка в направлении к хвостовому жировику, так чтобы концы заостренных косточек зацепились за мякоть.

«В кармашек» для варки заправляют кур, цыплят, индеек; для жаренья — гусей и уток.

Заправка «в одну нитку». Тушку птицы укладывают спинкой вниз, левой рукой прижимают ножки к тушке, а правой прокалывают иглу с ниткой в центре окорочка под филейной частью так, чтобы игла вышла с противоположной стороны в пашине под ножкой. Иглу с ниткой протаскивают, конец нитки оставляют у первоначального

прокола. Затем нитку накидывают на ножку, прокалывают иглой конец филейной части, чтобы игла вышла с противоположной стороны, накидывают нитку на другую ножку, прокалывают пашину под ножкой, протаскивая иглу наискосок, чтобы она вышла у другого окорочка с противоположной стороны. Тушку поворачивают на бок, прокалывают одно крыло, прикрепляют ниткой кожу шеи к мышцам спины; прокалывают другое крыло, нитки стягивают и завязывают узел. «В одну нитку» заправляют птицу для жаренья.

Требования к качеству и сроки хранения

Поверхность тушки птицы должна быть чистой, сухой, без остатков перьев, пеньков и слизи; жир бледно-желтого цвета. Мякоть должна быть плотной, упругой, иметь запах, свойственный данному виду птицы. На тушках не должно быть сгустков крови и участков, пропитанных желчью. Хранят птицу при температуре не выше 6°C не более 36 ч.

Задание 14.1

Закрепляющий материал

Запишите последовательность операций обработки сельскохозяйственной птицы.

Задание 14.2

Проверка степени усвоения материала

Закончите предложения.

1. Оттаивание тушки птицы производят следующим образом...
2. Промывать птицу продолжительное время не рекомендуется, так как...
3. Птицу перед тепловой обработкой целиком предварительно заправляют (формуруют) для того, чтобы...



Результат 4

Объяснить значение тепловой кулинарной обработки продуктов

Темы:

15. Тепловая кулинарная обработка продуктов
16. Процессы, происходящие при тепловой обработке продуктов

Объяснить значение тепловой кулинарной обработки продуктов

Тема 15 Тепловая кулинарная обработка продуктов

Учебный материал 15

Для приготовления большинства блюд продукты подвергают тепловой обработке, что способствует их размягчению и лучшему усвоению организмом человека. Кроме того, продукты приобретают приятный запах, вкус, цвет, что вызывает более сильное выделение слюны и желудочного сока во время еды, и, соответственно, повышает усвояемость пищи. Тепловая обработка способствует обеззараживанию пищи, так как при высокой температуре уничтожаются находящиеся в продуктах микроорганизмы, среди которых могут быть и болезнетворные.

Большинство изменений, связанных с тепловой обработкой продуктов, являются положительными. Однако происходят и нежелательные изменения (например, уменьшение массы продукта, снижение сочности, питательной ценности).

Кроме того, неправильно проведенная тепловая обработка может привести к образованию в продуктах веществ, обладающих неприятным вкусом, запахом и плохо усваиваемых организмом. Могут возник-

нуть нежелательные изменения цвета, разрушение витаминов и ароматических веществ, потери растворимых питательных веществ. Поэтому при приготовлении блюд и кулинарных изделий следует строго соблюдать режим и время тепловой обработки.

Тепловую обработку продуктов осуществляют основными (варка и жаренье), вспомогательными и комбинированными способами.

Основной способ — варка — это нагревание продуктов до 100°C в жидкости или в атмосфере насыщенного водяного пара (рис. 6). Варить продукты можно в большом количестве жидкости, при повышенном давлении, пониженной температуре, на пару и путем припускания.

Варка в жидкости. Продукт полностью погружают в жидкость (воду, бульон, молоко, сироп). Этот — основной — способ варки (рис. 6а) применяется при варке бульонов, супов и т. д. До закипания жидкости варка происходит на сильном огне в посуде с закрытой крышкой (температура

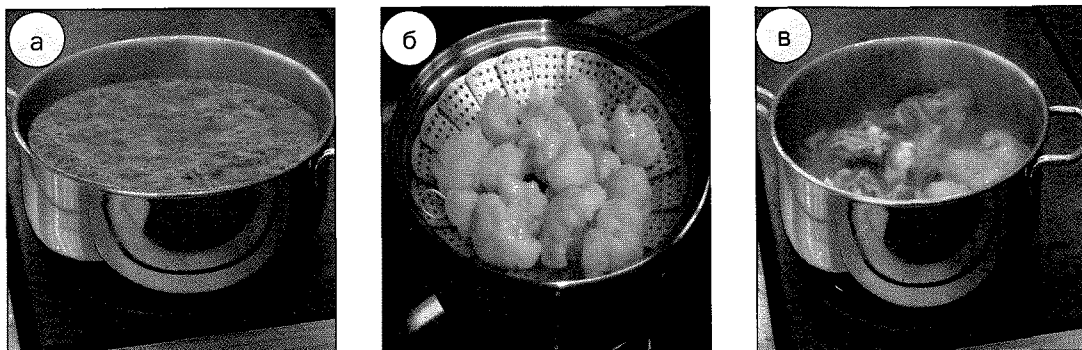


Рис. 6 Тепловая обработка продуктов — варка:
а — в жидкости (основным способом); б — на пару; в — припускание

повышается до 101–102°C), после закипания огонь уменьшают и варку продолжают при слабом кипении до полной готовности продукта. Бурное кипение в большинстве случаев нежелательно, так как это приводит к быстрому выкипанию жидкости, более сильному эмульгированию жира, разрушению формы продукта. При таком способе наибольшее количество растворимых веществ переходит из продукта в жидкость.

Варка на пару. Продукт помещают в пароварочный шкаф или на решетку (вкладыш), которую устанавливают в посуду с водой так, чтобы вода не достигала вкладыша (рис. 6б). Крышку котла плотно закрывают, после чего начинают варку. Пар, образующийся при кипении воды, соприкасаясь с продуктом, нагревает его, одновременно превращаясь в воду. При варке на пару лучше, чем при других способах, сохраняется форма продукта, меньше потери питательных веществ и витаминов. Чаще всего этот способ варки используют в лечебном питании.

Припускание (рис. 6в). Продукт заливают жидкостью на $\frac{1}{3}$ объема и нагревают при закрытой крышке. В этом случае одна часть продукта варится в воде, а другая — в атмосфере пара. Отдельные виды продуктов можно припускать в собственном соку. При этом способе меньше растворимых веществ переходит из продукта в жидкость. Припускать продукты можно и в жире при температуре 90–95°C. Данный способ применяется для приготовления вторых блюд, гарниров и холодных блюд.

Основной способ — жаренье — это нагревание продукта без жидкости с жиром, а иногда и без него, при температуре 140–220°C.

Жаренье продуктов осуществляется следующими способами: в небольшом количестве жира (основной способ), в жарочном шкафу, в большом количестве жира (во фритюре), на открытом огне.

Жаренье в небольшом количестве жира (рис. 7а). В посуде нагревают жир (5–10% от массы продукта) до температуры 150–190°C, затем кладут подготовленные

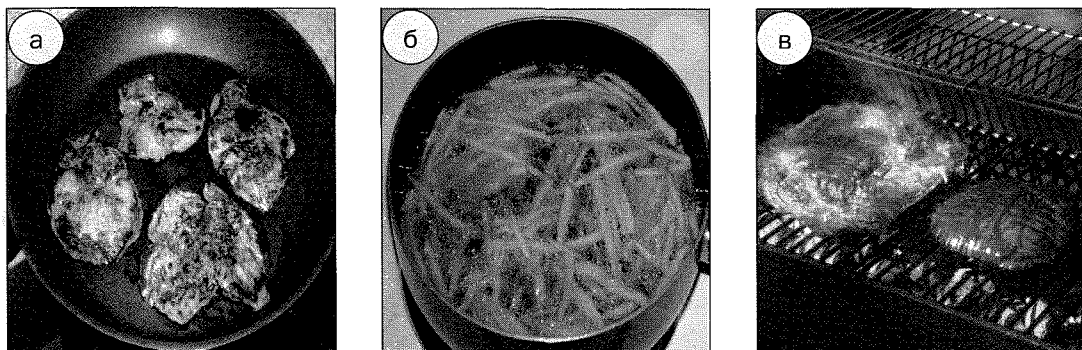


Рис. 7 Тепловая обработка продуктов — жаренье:
а — в небольшом количестве жира (основной способ); б — во фритюре; в — на гриле

продукты и обжаривают со всех сторон до образования поджаристой корочки. Иногда для доведения продуктов до полной готовности их ставят в жарочный шкаф.

Жаренье в жарочном шкафу. Неглубокую посуду (противень, сковороду, кондитерский лист) смазывают жиром и укладывают на нее продукты. Затем посуду ставят в жарочный шкаф с температурой 150–270°C. Снизу продукт нагревается за счет теплопередачи, а сверху — за счет инфракрасной радиации нагретых стенок шкафа и движения теплого воздуха. Образование поджаристой корочки при этом происходит значительно медленнее, чем при жаренье основным способом, в результате продукты прогреваются равномернее. Для получения более румяной корочки и повышения сочности готового изделия в процессе жаренья продукт переворачивают, поливают жиром, смазывают поверхность яйцом, сметаной. Жаренье мучных изделий называют выпеканием.

Жаренье в большом количестве жира (во фритюре) (рис. 7б). Продукт жарят

полностью погруженным в предварительно нагретый до температуры 160–180°C жир. Жира должно быть в 4–6 раз больше, чем одновременно загружаемого продукта. Жаренье производят в глубокой посуде (фритюрнице, электросковороде) в течение 1–5 мин. При жаренье во фритюре на продукте образуется специфическая поджаристая корочка. В процессе жаренья температура внутри изделия не достигает 100°C и часто бывает недостаточно высокой для доведения продукта до полной готовности и уничтожения всех микроорганизмов. Поэтому изделия после обжаривания во фритюре на некоторое время помещают в жарочный шкаф. Иногда жаренье производят, погружая продукт в жир на $1/2$ или на $1/3$ его объема — это жаренье в полуфритюре. Некоторые продукты перед жареньем во фритюре отваривают.

Жаренье на открытом огне или на гриле (рис. 7в). Продукт надевают на металлический стержень (шпажку) или укладывают на металлическую решетку, предварительно

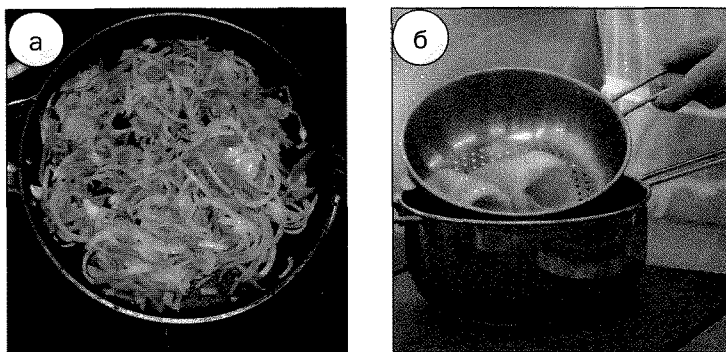


Рис. 8 Вспомогательные приемы тепловой обработки:
а — пассерование; б — бланширование

но смазанную жиром. Стержень или решетку помещают над раскаленными углями или над электроспиралью в специальных аппаратах — электрогрилях и жарят. Для равномерного обжаривания продукта стержень медленно вращают, а решетку переворачивают. Источником тепла могут быть древесные угли, кварцевые лампы, беспламенные газовые горелки или электрические спирали.

Вспомогательными приемами тепловой обработки являются пассерование и бланширование (ошпаривание).

Пассерование — жаренье продукта до полуготовности в небольшом количестве жира (15–20% от массы продукта) при температуре 110–120°C, без образования поджаристой корочки (рис. 8а). При этом часть эфирных масел, красящих веществ и витаминов переходит из продукта в жир, придавая ему цвет и запах продукта, улучшая вкусовые качества блюда, а также способствуя лучшему сохранению формы продукта. Муку пассеруют с жиром или без него. В обоих случаях ее прогрева-

ют до 120–130°C. Пассерованные овощи, томатное пюре и муку используют для приготовления супов, соусов и других кулинарных изделий.

Бланширование (ошпаривание) — это предварительная кратковременная варка, не доводящая продукт до состояния кулинарной готовности (рис. 8б). Продукт ошпаривают кипятком с последующим ополаскиванием холодной водой. Так обрабатывают продукты для предупреждения ферментативных процессов, вызывающих их потемнение (картофель, яблоки и др.), для предупреждения слипания изделий и для обеспечения прозрачности бульона (предварительное ошпаривание лапши домашней), для облегчения последующей обработки (ошпаривание рыбы осетровых пород перед разделкой) и т. д.

К комбинированным способам тепловой обработки относят тушение, запекание и варку с последующим обжариванием.

Тушение — это припускание предварительно обжаренного или пассерованного продукта с добавлением специй и арома-

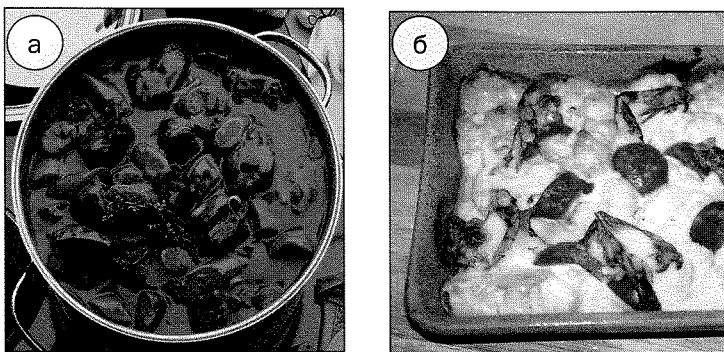


Рис. 9 Комбинированные способы тепловой обработки:
а — тушение; б — запекание

тических веществ. В качестве жидкости используют бульоны, соусы (рис. 9а).

Запекание — это жаренье предварительно отваренного или припущенного продукта в жарочном шкафу (рис. 9б). Во время запекания продукт не переворачивают. Некоторые продукты перед запеканием не подвергают предварительной тепловой обработке (творог, яйца и др.)

Сроки тепловой обработки могут изменяться в зависимости от свойств и

количества продукта. Отсчет времени начинается с момента достижения температуры окружающей продукт среды 100°C . При варке это соответствует закипанию, при жаренье — закладке продуктов в разогретый жир. Готовность определяется органолептически по размягчению продукта, изменению его цвета и запаха. Температура в глубине самой утолщенной части продукта к моменту готовности должна быть не менее 80°C .

Задание 15.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. Для чего необходима тепловая обработка продуктов?
2. Какие вы знаете способы тепловой обработки?
3. Какие способы тепловой обработки относятся к основным?
4. Охарактеризуйте способы варки продуктов.
5. Охарактеризуйте способы жаренья продуктов.

6. Какие способы тепловой обработки относятся к вспомогательным?
7. Какие способы тепловой обработки относятся к комбинированным?

Задание 15.2

Проверка степени усвоения материала

1. Составьте таблицу по указанной форме.

Виды варки и жаренья	Температурный режим

2. Дайте определения и закончите предложения.

- 1) Пассерование — это... Пассеруют следующие продукты...
- 2) Бланширование — это... Бланшируют следующие продукты...
- 3) Тушение — это...
- 4) Запекание — это...

**Процессы, происходящие
при тепловой
обработке продуктов**

Тема
16

Учебный материал 16

При тепловой обработке продуктов изменяются их цвет, вкус, запах, масса, пищевая ценность и усвояемость. Это происходит в результате физико-химического изменения белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных, красящих и экстрактивных веществ, входящих в состав продуктов.

Изменение белков. При температуре выше 70°C происходит коагуляция (свертывание) белков. Белки теряют способность растворяться и удерживать воду (на-

бухать), в связи с чем уменьшается масса мяса и рыбы после их тепловой обработки.

Белки, находящиеся в продуктах в виде раствора, свертываются хлопьями. Например, при варке бульона из мяса в воду переходит часть белка, который свертывается в виде хлопьев и скапливается на поверхности бульона, образуя пену.

Белки, содержащиеся в продуктах в виде студнеобразной массы, при нагревании свертываются и уплотняются, выде-

ляя часть содержащейся в них жидкости. Примером служит уплотнение мяса и рыбы при тепловой обработке. Исключением являются куриные яйца, которые при свертывании не выделяют воду. Плотность свернувшихся белков зависит от температуры: чем выше температура продукта при тепловой обработке, тем сильнее уплотняются белки, тем больше воды они выделяют в окружающую среду. Длительное нагревание белков приводит к изменениям, в результате которых резко снижается их усвояемость. Поэтому продукты, содержащие белки, не следует переваривать.

Изменение жиров. При варке продуктов животного происхождения часть содержащегося в них жира вытапливается. В процессе кипения этот жир эмульгируется, т. е. распадается на мельчайшие шарики. При этом чем больше количество воды и чем сильнее кипение, тем больше образуется эмульгированного жира. Под действием содержащихся в бульоне кислот и солей эмульгированный жир легко разлагается на глицерин и жирные кислоты, которые делают бульон мутным и придают ему неприятный вкус и запах. Поэтому варить продукты следует при умеренном кипении, а скапливающийся на поверхности бульона жир периодически удалять.

При жаренье продуктов наблюдают более глубокие изменения жира. При температуре выше 170°C происходит распад жира с образованием веществ, резко ухудшающих вкусовые качества продуктов. С появлением дыма начинается разложение жира. Этот процесс называется дымообразованием. Поэтому жарить продукты следует при температуре на 5–10°C ниже температуры дымообразования.

Кроме того, при жаренье основным способом происходят потери жира вследствие его разбрызгивания. Это связано с бурным испарением воды при нагревании жира выше 100°C. Потери при разбрызгивании, которые называются угаром, возрастают при использовании комбинированных жиров, содержащих значительное количество воды (маргарин), а также при жаренье увлажненных продуктов (сырой картофель, мясо, рыба и др.).

При жаренье продуктов во фритюре изменения жира происходят не только за счет длительного воздействия на него высокой температуры, но и в результате загрязнения жира из-за сгорания частиц находящегося в нем продукта. Чтобы предупредить эти нежелательные изменения жира, для жаренья во фритюре используют фритюрницы, в нижней части которых имеется так называемая холодная зона, где температура жира значительно ниже, и частицы продукта, попадая туда, не сгорают.

Для предохранения фритюра от загрязнений применяют ряд технологических приемов: изделия, предназначенные для жаренья во фритюре, не панируют в муке; руки и инвентарь смазывают растительным маслом; фритюр периодически процеживают.

Изменение углеводов. При нагревании крахмала с небольшим количеством воды до температуры 100°C происходит его клейстеризация, в результате которой образуется студенистая масса. Клейстеризация крахмала начинается при 55–60°C и с повышением температуры ускоряется.

При тепловой обработке картофеля клейстеризация крахмала происходит за

счет влаги, содержащейся в самом картофеле. При выпечке изделий из теста крахмал клейстеризуется за счет влаги, выделяемой свернувшимися белками клейковины. То же происходит при варке предварительно набухших в воде бобовых.

Крахмал, содержащийся в сухих продуктах (крупах, макаронных изделиях и др.), клейстеризуется при варке за счет влаги окружающей среды. Увеличение массы сухих продуктов при варке объясняется поглощением воды клейстеризующимся крахмалом.

Сырой крахмал не усваивается организмом человека, поэтому все крахмалосодержащие продукты употребляют в пищу после тепловой обработки.

При нагревании крахмала свыше 110°C без воды происходит его декстринизация, т. е. расщепление с образованием растворимых в воде веществ. Декстринизация происходит на поверхности выпекаемых изделий при образовании корочки (продукты приобретают характерную желтовато-коричневую окраску), а также при пассеровании муки, обжаривании крупы и т. д.

Сахар (сахароза), содержащийся в плодах, ягодах, а также добавляемый в воду при варке компотов и киселей, под действием кислот, имеющих в фруктах, подвергается инверсии, т. е. расщепляется с образованием смеси глюкозы и фруктозы, которые имеют более сладкий вкус, чем исходная сахароза. Сахар при нагревании свыше 140–160°C распадается с образованием новых темноокрашенных веществ. Этот процесс распада сахара называется карамелизацией.

Протопектин скрепляет между собой растительные клетки, образуя прочный

каркас. При тепловой обработке под действием высоких температур протопектин переходит в пектин, который растворяется в горячей воде, в результате чего растительные продукты размягчаются и лучше усваиваются. На скорость перехода протопектина в пектин влияют такие факторы, как: свойства продуктов — у одних протопектин менее устойчив (картофель, фрукты), у других более (бобовые, крупы, свекла); температура варки — чем она выше, тем быстрее протопектин переходит в пектин; реакция среды — в кислой среде замедляется переход протопектина в пектин. Поэтому при варке супов нельзя закладывать картофель после квашеной капусты или других кислых продуктов, а при замачивании бобовых нельзя допускать закисания.

Клетчатка является основным веществом, из которого состоят стенки растительных клеток, и при тепловой обработке изменяется незначительно. Она набухает, становится более пористой и более проницаемой для пищеварительных соков.

Изменение витаминов. Жирорастворимые *витамины А, D, E, К* при тепловой обработке сохраняются хорошо. Так, пассерование моркови почти не снижает ее витаминной ценности, а даже наоборот, растворенный в жирах каротин моркови легче переходит в *витамин А*. Эта устойчивость каротина позволяет длительное время хранить пассерованные овощи в жирах, хотя при таком хранении витамины частично разрушаются за счет воздействия на них кислорода, содержащегося в воздухе.

Водорастворимые *витамины группы В* устойчивы при нагревании в кислой сре-

де, а в щелочной и нейтральной среде разрушаются при тепловой обработке на 20–30%.

Витамины РР устойчивы к нагреванию. Будучи водорастворимыми, эти витамины при тепловой обработке частично переходят в отвар.

Наиболее сильно при тепловой обработке разрушается **витамин С** вследствие окисления его кислородом воздуха. Разрушению витамина С способствует варка продуктов при открытой крышке, продолжительная тепловая обработка и длительное хранение пищи в горячем состоянии на мармите, увеличение поверхности контакта продукта с кислородом воздуха.

Кислая среда способствует сохранению витамина С в овощах и фруктах. При жаренье картофеля во фритюре витамин С меньше разрушается, чем при жаренье основным способом. При варке продуктов значительная часть витамина С переходит в отвар.

Для сохранения высокого содержания витаминов в продуктах рекомендуется:

- избегать длительной обработки продуктов при высокой температуре (полуварка, полутушение);
- варить пищу, особенно овощи, при низкой температуре, на легком пару;
- не держать пищу долго на горячей плите;
- использовать для приготовления супов овощной отвар — в нем содержатся водорастворимые витамины;
- учитывать, что в жареном мясе, особенно приготовленном на гриле, витамины сохраняются лучше, а в замороженных продуктах витаминов больше, чем в консервированных;
- не держать молоко на свету.

Изменение минеральных веществ. При тепловой обработке минеральные вещества, не изменяясь, частично переходят в отвар. Именно поэтому отвары овощей необходимо использовать для приготовления супов и соусов.

Изменение красящих веществ. Красящие вещества существенно изменяются при тепловой обработке. **Хлорофилл** зеленых листовых овощей при варке под действием кислот разрушается с образованием буроокрашенных веществ. Для сохранения естественного цвета зеленые овощи кладут в бурно кипящую воду — кислоты улетучиваются с парами воды. **Антоцианы** слив, вишен, черной смородины устойчивы к тепловой обработке. **Пигменты** свеклы при тепловой обработке приобретают бурый цвет; для сохранения цвета создают кислую среду и повышенную концентрацию отвара. Мясо при тепловой обработке изменяет ярко-розовую окраску на серую вследствие изменения красящего вещества — **миоглобина**. **Каротин** моркови, томатов и других продуктов устойчив к тепловой обработке, и благодаря этому свойству используется в кулинарии для подкрашивания блюд. Овощи белого цвета приобретают кремовый оттенок за счет образования новых красящих веществ — **флавонов**.

Вкус и аромат многих продуктов зависит от наличия в них **экстрактивных веществ**. Несмотря на незначительное содержание их в продуктах (0,001–0,5%), эти вещества возбуждающе действуют на органы пищеварения и улучшают усвоение пищи. Экстрактивные вещества мяса и рыбы растворяются в воде, поэтому вываренные продукты теряют вкусовые качества и хуже усваиваются.

Задача повара состоит в изучении физико-химических процессов, происходящих во время приготовления пищи, и в

выборе рациональных технологических приемов для обеспечения высокого качества блюд.

Задание 16.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. Что происходит с белками при тепловой обработке?
2. Какое влияние оказывает тепловая обработка на жиры?
3. Какие изменения претерпевают углеводы при тепловой обработке?
4. Каким образом тепловая обработка изменяет красящие вещества?
5. Что происходит с витаминами при тепловой обработке? Каковы рекомендации для их сохранения?

Задание 16.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Почему при тепловой обработке уменьшается масса мяса и рыбы?
2. Что представляет собой пена, образующаяся при варке бульонов, картофеля и других продуктов?
3. Что означает термин «инверсия»?
4. Почему морковь перед использованием рекомендуется пассеровать в жире?
5. Почему зеленые овощи при тепловой обработке изменяют свою окраску?
6. Почему не рекомендуется жарить продукты при температуре выше 180°C?

Модуль 2

Технология приготовления первых блюд



Результат 1

Определять значение, группы, виды первых блюд и заправочных супов согласно признакам классификации, НД и правилам техники безопасности (ТБ)

Темы:

17. Значение первых блюд в питании и их классификация. Приготовление бульонов
18. Приготовление заправочных супов
19. Технология приготовления щей
20. Технология приготовления борщей
21. Технология приготовления рассольников и солянок
22. Технология приготовления картофельных супов
23. Технология приготовления супов с крупами, макаронными изделиями и бобовыми

Результат 1

Определять значение, группы, виды первых блюд и заправочных супов согласно признакам классификации, НД и правилам техники безопасности (ТБ)

Значение первых блюд в питании и их классификация.

Тема
17

Приготовление бульонов

Учебный материал 17

Первые блюда являются важной частью обеда. Они состоят из двух частей: жидкой — основы и плотной — гарнира.

В качестве основы используют бульон, молоко и молочные напитки (кефир, простоквашу), отвары из круп, овощей, фруктов, а также квас. В жидкой части супа содержатся различные экстрактивные вещества, которые являются раздражителями пищеварительных желез. Поэтому супы возбуждают аппетит и способствуют лучшему усвоению пищи.

Для гарнира используют разнообразные продукты: овощи, грибы, крупы, бобовые, макаронные изделия, рыбу, мясо, птицу и др. Плотная часть супа содержит питательные вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины. Калорийность жидкой основы незначительна — 15–20 килокалорий на 1 л бульона, но благодаря наличию в супе плотной части многие супы обладают высокой калорийностью.

Супы (рис. 10) классифицируют по следующим признакам):

- по температуре подачи: горячие и холодные (температура отпуска горячих супов 75–80°C, холодных — 10–14°C);
- по способу приготовления: заправочные, прозрачные, пюреобразные;
- по жидкой основе: на бульонах, овощных и крупяных отварах, на молоке, хлебном квасе, фруктовых отварах.

Бульон — это отвар, полученный при варке в воде мяса, костей, птицы, рыбы, грибов. В бульон переходят из продуктов экстрактивные вещества, белки, жиры, минеральные и ароматические вещества.

В зависимости от концентрации растворимых веществ бульоны подразделяются на нормальные и концентрированные. Для получения нормального бульона на 1 кг продукта берут 3,5–4 л воды, а для концентрированного — 1,25 л. Рекомендуется варить концентрированные бульоны, так как это экономит топливо и время при-

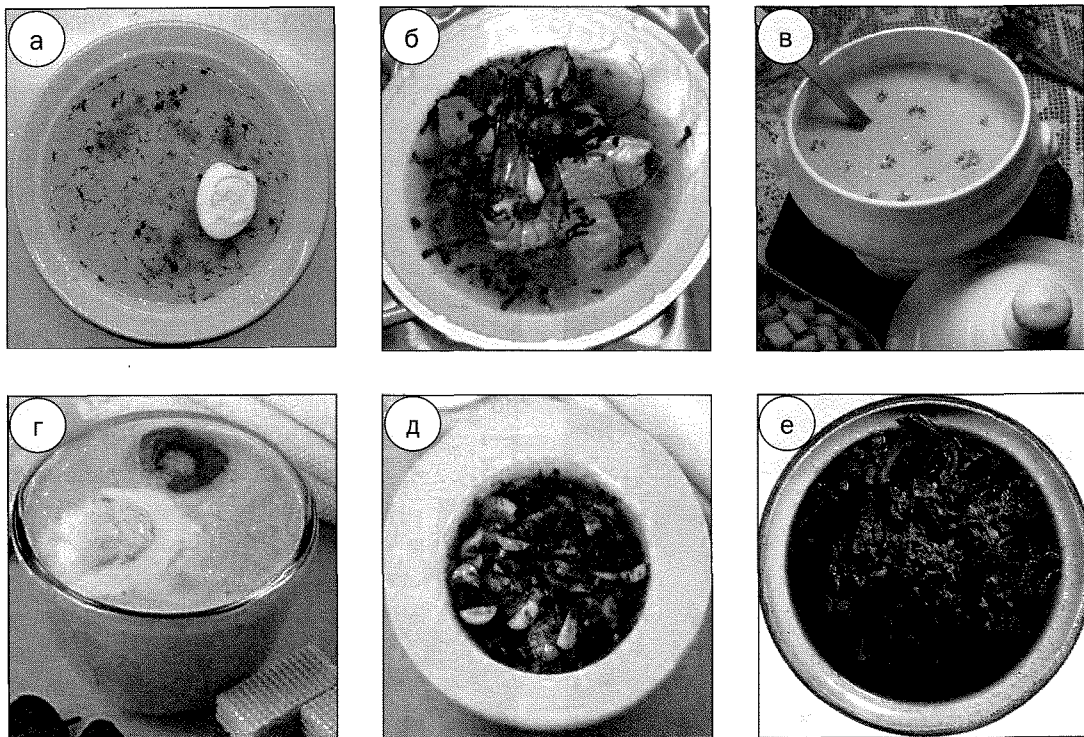


Рис. 10

Виды супов:

а — прозрачный суп; б, е — заправочные супы; в — суп-пюре; г — сладкий суп;
д — холодный суп

готовления, позволяет использовать посуду меньшей емкости, которую удобнее хранить. Из 1 кг продукта должен получиться 1 л концентрированного бульона. Для получения нормального бульона 1 л концентрированного разводят 3–4 л воды.

Вкусовые качества бульона зависят от соотношения объема воды и массы продукта, степени измельчения продукта, продолжительности варки.

Для получения *костного бульона* используют обработанные трубчатые, тазовые, грудные и позвоночные говяжьи кости, а также кости мелкого скота. По-

следние предварительно обжаривают в жарочном шкафу для улучшения вкуса и внешнего вида бульона. Подготовленные кости кладут в котел, заливают холодной водой и при сильном нагреве доводят до кипения. После закипания с поверхности снимают пену, чтобы при дальнейшей варке она не распадалась на мелкие хлопья и не ухудшала внешнего вида бульона. Затем бульон варят при слабом кипении с закрытой крышкой. Во время варки периодически снимают лишний жир, так как он придает бульону мутность и соленый вкус.

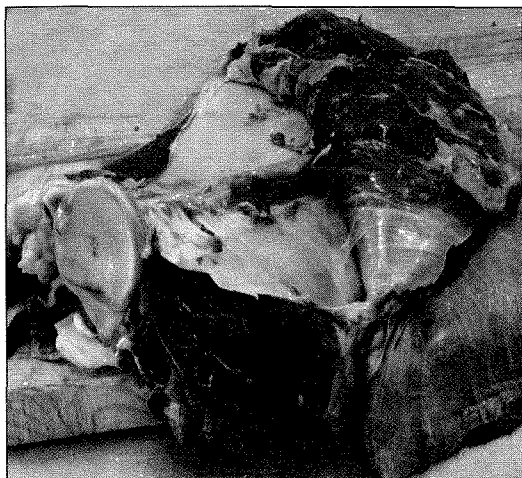


Рис. 11 Мясо, подготовленное для бульона

Продолжительность варки бульона из говяжьих костей — 4 ч, из свиных и телячьих — 2–3 ч. За 30–40 мин до конца варки кладут слегка подпеченные корни и лук, для ароматизации — стебли пряных овощей, связанные в пучок. Готовый бульон процеживают.

Для приготовления *мясокостного бульона* используют кости и мясо (грудинку, лопатку, подлопаточную часть и покромку) массой 2–2,5 кг (рис. 11). Подготовленные кости заливают холодной водой, доводят до кипения и варят при слабом нагреве 2–3 ч, затем закладывают мясо, быстро доводят до кипения и варят при слабом кипении, периодически снимая лишний жир. Продолжительность варки мяса 1,5–2 ч. За 30–40 мин до конца варки кладут слегка подпеченные корни и лук, пучок пряных овощей. В конце варки готовое мясо вынимают, бульон процеживают.

Такой бульон можно приготовить и другим способом. Подготовленные кости кла-

дут в котел, на них укладывают мясо, заливают холодной водой. При сильном нагреве доводят до кипения, снимают пену и варят при слабом нагреве, периодически снимая жир. Через 1,5–2 ч мясо вынимают, а кости продолжают варить. За 30–40 мин до конца варки кладут подпеченные корни и лук, пучок пряных овощей. Готовый бульон процеживают.

Для приготовления *бульона из птицы* (рис. 12) используют целые тушки птицы, потроха (кроме печени), кожу, кости. Тушки птицы заправляют, кости рубят и промывают. Подготовленные продукты заливают холодной водой, доводят до кипения, удаляют пену и варят при слабом кипении, периодически снимая жир. Через 20–30 мин кладут сырые корни и лук. Время варки бульона зависит от вида птицы, ее возраста и продолжается от 1 до 2 ч. Сваренные тушки вынимают, бульон процеживают.

Бульоны можно использовать как основу для приготовления прозрачных супов, добавляя различные гарниры: клецки, пельмени, гренки, омлет и т. д.

Для приготовления *рыбного бульона* используют рыбу и рыбные пищевые отходы (головы, плавники, кожу, хвосты, кости). Хорошие бульоны получаются из рыбы семейства окуневых (окунь, судак, ерш и др.). Не рекомендуется варить бульоны из карпа, леща, сазана, воблы, так как бульон из этой рыбы имеет горьковатый вкус. Крупные кости и головы рыб осетровых пород разрезают на части, предварительно удалив жабры и глаза.

Подготовленные рыбные отходы и рыбу кладут в котел, заливают холодной водой (на 1 кг продукта 3–3,5 л воды), доводят до кипения, снимают пену, кладут сырые бе-

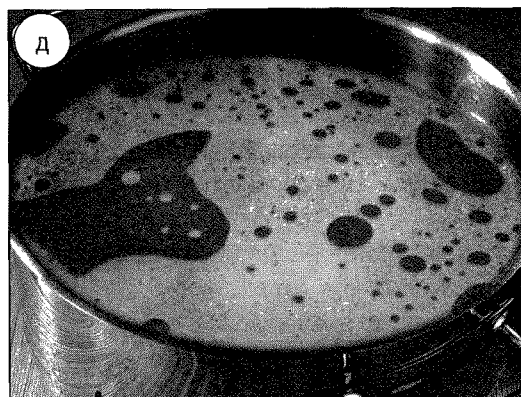
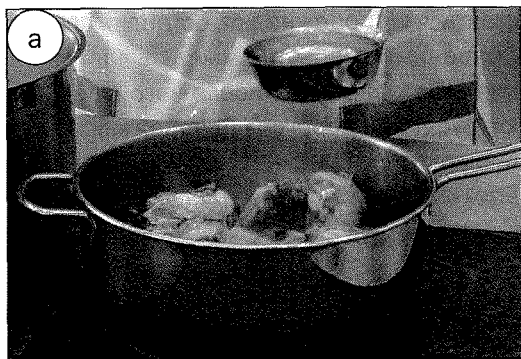


Рис. 12 Варка бульона из птицы:
 а — заливка курицы водой; б —
 удаление пены; в — подпекание
 лука и кореньев; г — заправка
 бульона подпеченными овощами;
 д — готовый бульон

лые корни, лук и варят при слабом кипении 50–60 мин. Затем дают бульону отстояться и процеживают.

При приготовлении бульона из голов осетровых рыб через час после закипания

головы вынимают, отделяют мякоть от хрящей, а хрящи заливают горячей водой и продолжают варить их до размягчения.

Чтобы приготовить *грибной отвар*, используют свежие или сушеные грибы.

Подготовленные сушеные грибы заливают холодной водой (7 л на 1 кг) и оставляют для набухания на 3–4 ч. Грибы вынимают, промывают, заливают водой, в которой они замачивались, и варят 1,5–2 ч. Готовый бульон сливают, дают ему от-

стояться и процеживают, оставляя осадок. Сваренные грибы промывают для удаления остатков песка, после чего их шинкуют, рубят или пропускают через мясорубку и кладут в суп за 5–10 мин до окончания варки.

Задание 17.1

Закрепляющий материал

1. Составьте таблицу по указанной форме.

Классификационные признаки супов	Виды супов

2. Опишите последовательность приготовления:

- а) костного бульона;
- б) мясокостного бульона;
- в) рыбного бульона;
- г) бульона из птицы;
- д) грибного отвара.

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Из каких основных частей состоит суп?
2. Какие вещества в супе возбуждают аппетит?
3. Какие продукты используют для приготовления жидкой основы супа и для гарнира?
4. По каким признакам классифицируют супы?
5. Что такое бульон?
6. От чего зависят вкусовые качества бульона?
7. Какие кости используют для приготовления костного бульона?

**Приготовление
заправочных супов**Тема
18**Учебный материал 18**

Для приготовления *заправочных супов* в бульоне, грибном отваре или в воде проваривают до готовности овощи, картофель, крупы, бобовые, макаронные изделия. Эти супы заправляют пассерованными овощами (рис. 13).

Характерной особенностью заправочных супов является то, что подготовленные продукты закладывают в определенной последовательности и проваривают в жидкой основе. Поэтому основа приобретает вкус и аромат продуктов, входящих в состав супа.

В зависимости от используемых для гарнира продуктов заправочные супы подразделяют на щи, борщи, рассольники, солянки, супы овощные, картофельные, супы



Рис. 13 Пассерованные овощи

с макаронными и мучными изделиями, супы крупяные.

При *подготовке продуктов* для заправки супов надо руководствоваться следующими *рекомендациями*.

1. Обработанные овощи нарезают, придавая им различную форму, в зависимости от вида супа. Овощи используют сырыми или подвергают их предварительной тепловой обработке:

- квашеную капусту и свеклу тушат.
- морковь, репу, лук, помидоры, пассеруют в сотейнике, кастрюле или на сковороде в растопленном жире (сливочное масло, маргарин или кулинарный жир) при температуре 110–120°C, периодически помешивая.
- томатное пюре разводят небольшим количеством бульона или воды и пассеруют с жиром 15–20 мин.
- соленые огурцы обрабатывают, нарезают и припускают.

2. Муку пассеруют без жира или с жиром. При пассеровании без жира (сухая пассеровка) просеянную муку насыпают на противень или сковородку слоем 2–2,5 см и пассеруют в жарочном шкафу или на плите при температуре 120–130°C, периодически помешивая, до образования светло-желтого цвета. Пассерованную муку охлаждают, соединяют с небольшим количеством охлажденного бульона или овощного отвара, размешивают до однородной массы и процеживают.

3. Крупы перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают.

4. Макароны перебирают, разламывают.

При *приготовлении* заправочных супов необходимо соблюдать следующие *правила варки*.

1. Бульон или отвар доводят до кипения.

2. Подготовленные продукты закладывают только в кипящий бульон или отвар в определенной последовательности, в зависимости от продолжительности варки (табл. 5), чтобы они были доведены до готовности одновременно.

3. При варке супов с квашеной капустой, солеными огурцами, щавелем, уксусом и картофелем в первую очередь закладывают картофель, варят почти до готовности, а затем закладывают продукты, содержащие кислоту, так как картофель в кислой среде плохо разваривается.

4. Заправочные супы, кроме супов с картофелем, крупами, мучными изделиями, заправляют мучной пассеровкой или протертым картофелем за 5–10 мин до окончания варки. Мучная пассеровка придает супам густую консистенцию и способствует сохранению витамина С.

5. Варят супы при слабом кипении, так как при бурном кипении овощи сильно развариваются, не сохраняют формы и теряют ароматические вещества.

6. Специи (лавровый лист, перец) и соль кладут в суп за 5–7 мин до готовности. На порцию используют: перец горошком — 0,05 г, лавровый лист — 0,02 г, соль — 3–5 г.

7. Готовые супы оставляют без кипения на 10–15 мин, чтобы они настоялись, жир всплыл на поверхность и сделался более прозрачным, а суп стал ароматным.

8. Отпускают горячие супы в подогретой тарелке или суповой миске. Вначале кладут

Таблица 5

Продукты	Продолжительность варки продуктов, мин	Продукты	Продолжительность варки продуктов, мин
Рис	30	Капуста белокочанная свежая	20–30
Перловая крупа распаренная	40–50		
Фасоль замоченная	60–70	Капуста цветная	20–25
		Капуста квашеная тушеная	25–30
Горох лущеный	30–50	Свекла тушеная	10–12
Макароны	30–40	Картофель нарезанный	8–10
Лапша	20–25		
Вермишель	12–15	Лопаточки зеленого горошка	8–10
Суповая засыпка	10–12	Шпинат	5–7
Фасоль стручковая	8–10		

прогретые кусочки мяса, птицы или рыбы, нашинкованные грибы (грибы можно положить непосредственно в котел), наливают суп, посыпают мелко нарезанной зеленью укропа, петрушки или лука для обогащения супа витаминами, улучшения аромата, вкуса и внешнего вида (2–3 г на порцию). Если супы отпускают со сметаной, то ее кладут в тарелку с супом или подают в соуснике отдельно. Норма отпуска супа на порцию может быть 500, 400, 300, 250 г, в зависимости от спроса потребителей.

Требования к качеству супов и сроки хранения

Борщи: во всех видах борщей свекла, капуста и коренья должны сохранять свою

форму (соломка или шашки). *Консистенция* мягкая, но овощи не переваренные. Цвет малиново-красный, *вкус* кисло-сладкий, без привкуса сырой свеклы.

Щи: капуста и коренья должны сохранять форму нарезки, на поверхности щей — блески оранжевого жира. Бульон бесцветный или слегка коричневый. *Вкус щей из свежей капусты* — слегка сладковатый, с ароматом пассерованных овощей, в меру соленый, без запаха пареной капусты. *Вкус щей из квашеной капусты* — кисло-соленый, с ароматом пассерованных овощей, томата, но без резкой кислотности. *Консистенция овощей:* коренья и лук мягкие, капуста — слегка хрустящая.

Щи зеленые: однородная масса из протертой зелени, без комков заварившейся муки, на поверхности — блестки жира. *Консистенция* пюреобразная, слегка вязкая, картофель в основном разварившийся. *Вкус* слабокислый от наличия щавеля, с ароматом шпината и пассерованного лука. *Цвет* — от темно-зеленого до оливкового.

Рассольники: во всех видах рассольников овощи должны сохранить форму нарезки, крупа должна быть хорошо разваренной, на поверхности — блестки жира оранжевого, желтого цвета или бесцветные. *Вкус* и *аромат* огуречного рассола, острый, в меру соленый. Бульон бесцветный или слегка мутный. *Консистенция овощей* — мягкая, огурцы слегка хрустящие.

Солянка сборная мясная: продукты нарезаны ломтиками, лук нашинкован. Мясные продукты, лук и огурцы должны сохранить свою форму нарезки, на поверхности — блестки жира оранжевого цвета, кру-

жочек лимона без кожицы. *Вкус* острый, с ароматом каперсов, пассерованного лука, огурцов. *Цвет:* бульон мутный от томата и сметаны. *Консистенция мясных продуктов* — мягкая, огурцы слегка хрустящие.

Супы овощные: коренья, капуста, картофель, стручки фасоли должны сохранить форму нарезки. *Вкус* в меру соленый, с ароматом свежих овощей, зелени. *Консистенция* кореньев, стручков фасоли, картофеля и капусты — мягкая. *Цвет* жира на поверхности — ярко-оранжевый.

Супы из круп: крупа хорошо набухла, но не разварилась, коренья и лук должны сохранить форму нарезки, на поверхности — блестки жира. *Вкус* без горечи, в меру соленый, с ароматом пассерованных овощей. Бульон полупрозрачный. *Консистенция* кореньев и крупы — мягкая.

При длительном хранении ухудшается вкус и внешний вид супа, снижается витаминная ценность, поэтому готовые супы хранят не более 2 ч.

Задание 18.1

Закрепляющий материал

Письменно выполните задания и ответьте на вопросы.

1. Дайте определение заправочных супов.
2. Назовите особенности заправочных супов.
3. Перечислите виды заправочных супов.
4. Как подготавливают компоненты заправочных супов: морковь, лук, петрушка, томат-пюре, мука, крупа, соленые огурцы?
5. Перечислите общие правила приготовления заправочных супов.

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Почему заправочные супы так называются?
2. В каком виде овощи закладывают в суп?
3. Что закладывают раньше:
 - а) свежую капусту или картофель?
 - б) припущенные соленые огурцы или картофель?
 - в) пассерованные овощи или картофель?
4. В каком случае и для чего некоторые супы заправляют мучной пассеровкой?
5. Когда в суп кладут специи, соль?
6. Каковы правила отпуска заправочных супов?

**Технология
приготовления щей**

Тема
19

Учебный материал 19

Щи являются русским национальным блюдом. Приготавливают щи из свежей и квашеной капусты, щи суточные, щи зеленые — из щавеля и шпината, из крапивы. В качестве жидкой основы используют мясной, грибной и рыбный бульоны, овощные и крупяные отвары. На рыбном бульоне чаще всего готовят щи из квашеной капусты.

Щи из свежей капусты. Капусту нарезают шашками или соломкой, коренья — дольками, брусочками или соломкой (в зависимости от формы нарезки капусты), лук — дольками или соломкой. Репу и капусту, имеющие горький вкус, предвари-

тельно ошпаривают. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные коренья и лук, варят 15–20 мин, затем заправляют белым соусом, кладут пассерованное томатное пюре или помидоры, нарезанные дольками, специи, соль и варят до готовности. Щи можно приготовить с картофелем, его нарезают кубиками или брусочками, — в этом случае щи соусом не заправляют.

При отпуске в тарелку кладут кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану, зелень (рис. 14), отдельно на пирожковой тарелке можно подать ватрушку с творогом, пирожки или кулебяку.



Рис. 14 Щи из свежей капусты

Щи из квашеной капусты. Квашеную капусту тушат. Для тушения обработанную капусту кладут в котел, наливают бульон (20–30% массы капусты), добавляют томатное пюре, жир, доводят до кипения и тушат 1,5–2 ч. Коренья и лук нарезают мелкими кусочками или соломкой. В кипящий бульон кладут капусту, тушенную вместе с пассерованными овощами, варят 25–30 мин, заправляют белым соусом, кладут специи, соль и варят до готовности. Если щи приготавливают с картофелем, то его нарезают кубиками или брусочками и закладывают в бульон в первую очередь. Для улучшения вкуса в готовые щи можно положить растертый чеснок.

При отпуске в тарелку кладут кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану и зелень.

Щи суточные. Для приготовления бульона используют говяжью грудинку, свиные головы, ветчинные кости. Квашеную капусту мелко рубят, кладут в котел, добавляют ветчинные кости (их не рубят), жир; на-

ливают бульон (15–20%) и тушат 3–4 ч. В процессе тушения капуста становится мягкой, приобретает остро-сладковатый вкус и темную окраску. Коренья и лук нарезают мелкими кубиками, пассеруют и кладут в капусту за час до окончания тушения. Капусту можно тушить 2 ч, затем заморозить и выдержать на холоде. Щи суточные приготавливают так же, как щи из квашеной капусты. В готовые щи кладут чеснок.

При отпуске в подогретую тарелку кладут мясо, наливают щи, добавляют сметану, посыпают зеленью петрушки, укропа или зеленым луком. К щам суточным подают рассыпчатую гречневую кашу, крупеник, кулебяку с гречневой кашей, ватрушки с творогом. Классический способ приготовления — в горшочке, подают, закрыв лепешкой из пресного теста.

Щи зеленые готовят на мясном бульоне. Картофель нарезают кубиками, лук и петрушку (корень) — мелкими кубиками. Обработанный щавель припускают в собственном соку, а шпинат варят в кипящей воде (для сохранения цвета), откидывают на сито, после чего щавель и шпинат протирают.

В кипящий бульон закладывают картофель, варят 10–15 мин, кладут пассерованный лук и петрушку, пюре из щавеля и шпината. Затем заправляют белым соусом или разведенной мучной пассеровкой, кладут специи, соль и варят до готовности. Щи зеленые можно приготовить без картофеля или из одного шпината, в этом случае для вкуса вводят лимонную кислоту или лимонный сок.

При отпуске в тарелку кладут дольку вареного яйца, кусочек мяса, наливают щи, кладут сметану и зелень.

Задание 19.1

Закрепляющий материал

1. Составьте схему приготовления щей из свежей капусты с картофелем, поэтапно записывая последовательность выполнения операций.
2. Выпишите отличительные особенности щей суточных и щей зеленых по следующим показателям:
 - а) особенности формы нарезки овощей;
 - б) особенности предварительной подготовки шпината, щавеля, капусты квашеной;
 - в) особенности отпуска.
3. Составьте схему приготовления щей суточных.

Задание 19.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. В чем отличительные особенности приготовления щей из свежей капусты с картофелем и щей без картофеля?
2. Какие бульоны используют для приготовления щей?
3. Какие овощи входят в состав щей?
4. В какой последовательности закладывают продукты при приготовлении щей из квашеной капусты с картофелем?
5. Как подготовить квашеную капусту для щей?
6. Каковы особенности приготовления щей суточных?

**Технология
приготовления борщей**Тема
20**Учебный материал 20**

Борщами называют такие супы, в состав которых обязательно входит свекла. Борщи приготавливают на костном, мясном, грибном бульонах, иногда на бульоне из

птицы (гуси, утки) и вегетарианские. Кроме свеклы, в состав борщей входят: морковь, петрушка и сельдерей, лук, томатное пюре или помидоры, уксус, сахар, в боль-

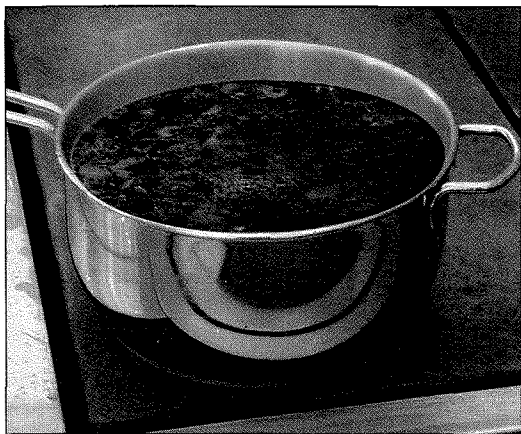


Рис. 15 Борщ

шинстве случаев белокочанная капуста. В зависимости от вида борща в него добавляют картофель, фасоль, стручковый перец и другие продукты (рис. 15).

Свеклу для борщей, кроме флотского и сибирского, нарезают соломкой, а для флотского и сибирского — ломтиками. Применяют несколько способов подготовки свеклы для борща: тушение, пассерование, варка и подпекание. Наиболее часто готовят борщевую заправку — тушат свеклу.

Для тушения нарезанную свеклу кладут в котел, наливают бульон или воду (15–20% к массе свеклы), добавляют жир, томат, уксус, сахар, закрывают крышкой и тушат 1–1,5 ч, периодически помешивая.

При пассеровании нарезанную свеклу, морковь, лук кладут в глубокую посуду с разогретым жиром, закрывают крышкой и пассеруют до размягчения при слабом нагреве, периодически помешивая. Затем вливают уксус, кладут томатное пюре, сахар и прогревают еще 10–15 мин. Этот

способ является наиболее рациональным, так как способствует лучшему сохранению красящих и ароматических веществ, экономит время.

Если свеклу варят, то целиком, неочищенную, с добавлением уксуса. Затем ее очищают от кожицы, нарезают соломкой или ломтиками и кладут в борщ вместе с пассерованными овощами.

Свежую капусту для борщей нарезают соломкой, а для флотского и сибирского — шашками. Квашеную капусту предварительно тушат. Картофель нарезают брусочками, для флотского и сибирского борщей — ломтиками и пассеруют. Петрушку используют непассерованной.

Борщи должны иметь кисло-сладкий вкус и темно-красный цвет. При отпуске к борщам можно подать ватрушки, пирожки, пампушки, крупеник.

Борщ. В кипящий бульон закладывают капусту, нашинкованную соломкой, варят 8–10 мин, кладут пассерованные овощи и варят. Затем добавляют тушеную свеклу, заправляют белым соусом или пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой. В конце варки кладут соль, перец, лавровый лист, уксус, сахар и варят до готовности. Если для борща используют квашеную капусту, то ее в тушеном виде закладывают вместе со свеклой. Если готовят борщ с картофелем, его кладут после капусты. Белым соусом не заправляют.

Борщ московский. В мясном бульоне варят ветчинные кости, бульон процеживают, кипятят и варят борщ указанным выше способом. Набор мясных продуктов включает ветчину, мясо, сосиски. На одну порцию используют по одному кусочку каждого вида, или их нарезают ломтиками,

заливают небольшим количеством бульона и кипятят.

При отпуске в тарелку кладут мясные продукты, наливают борщ, кладут сметану, зелень, отдельно на пирожковой тарелке подают ватрушки с творогом.

Борщ украинский. В кипящий бульон закладывают свежую капусту, нарезанную соломкой, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками или дольками, варят 10–15 мин, закладывают пассерованные овощи и тушеную свеклу. Доводят до кипения, кладут болгарский перец, нарезанный соломкой, после чего заправляют белым соусом, добавляют специи и варят до готовности. Перед концом варки заправляют чесноком, растертым со шпиком. Если борщ приготавливают с квашеной капустой, то ее в тушеном виде закладывают после картофеля.

При отпуске в тарелку кладут мясо, наливают борщ, кладут сметану, зелень. Отдельно можно подать пампушки.

Борщ флотский. В костном бульоне варят грудинку или другие копчености. Капусту нарезают шашками, картофель — кубиками, остальные овощи — ломтиками. Борщ приготавливают по схеме, указанной выше.

При отпуске в тарелку кладут кусочек копченостей, наливают борщ, кладут сметану или зелень. Отдельно можно подать крупеник или гречневую кашу.

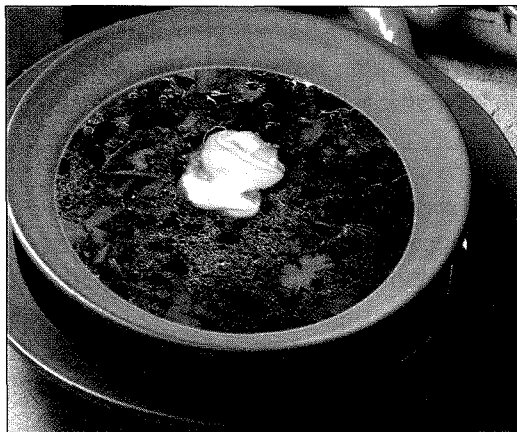


Рис. 16 Отпуск борща

Борщ сибирский. Для этого борща фасоль варят отдельно. Фрикадельки укладывают в сотейник в один ряд, заливают на $\frac{1}{3}$ бульоном и припускают. В кипящий бульон кладут капусту, нарезанную шашками, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный кубиками, и варят 10–15 мин. Затем закладывают пассерованные овощи и тушеную свеклу, доводят до кипения, заправляют белым соусом, кладут сваренную фасоль, специи, соль и варят до готовности. Можно добавить чеснок, растертый с солью.

При отпуске в тарелку кладут фрикадельки, наливают борщ, кладут сметану и зелень (рис. 16).

Задание 20.1

Закрепляющий материал

Составьте таблицу по указанной форме (см. с. 92).

Виды борщей	Набор продуктов	Форма нарезки	Последовательность закладки	Время варки	Отпуск	Требования к качеству

Задание 20.2

Проверка степени усвоения материала

Укажите состав сырья и последовательность приготовления борща с картофелем.

Тема
21

Технология приготовления рассольников и солянок

Тема 21. Технология приготовления рассольников и солянок

Учебный материал 21

Рассольники — это заправочные супы, обязательной составной частью которых являются соленые огурцы, огуречный рассол и белые корни. Готовят рассольники на мясном, грибном, рыбном бульонах, с потрохами, с почками, на бульоне из птицы. Соленые огурцы нарезают соломкой, кладут в сотейник или кастрюлю, на $\frac{1}{3}$ заливают бульоном и припускают 15 мин. Картофель нарезают брусочками или дольками, корни и лук — соломкой. Для придания рассольникам острого вку-

са используют огуречный рассол, который процеживают и кипятят.

Рассольник. В кипящий бульон закладывают нарезанный картофель, варят 10–12 мин, кладут петрушку и сельдерей, пассерованный репчатый лук и лук-порей, продолжают варить 5–10 мин, вводят припущенные огурцы, в конце кладут нарезанные на части листья щавеля или шпината, соль, специи,вливают огуречный рассол и варят до готовности. При приготовлении рассольника без шпината или щавеля нор-

му закладки огурцов или овощей увеличивают.

При отпуске в тарелку кладут кусочек мяса, птицы или рыбы, наливают рассольник, кладут сметану и зелень, отдельно можно подать ватрушку, к рассольнику с рыбой — расстегай. В рыбный рассольник сметану не кладут.

Рассольник ленинградский. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу (перловую или рисовую), варят 15–20 мин, закладывают картофель, варят еще 10–12 мин, кладут пассерованные овощи, затем припущенные огурцы, пассерованное томатное пюре, специи, вливают огуречный рассол, кладут соль и варят до готовности. Рассольник можно приготовить без томата.

При отпуске в тарелку кладут мясо, наливают рассольник, кладут сметану и зелень.

Рассольник домашний. В кипящий бульон кладут белокочанную капусту, нарезанную соломкой, доводят до кипения, закладывают картофель, варят до полуготовности, кладут пассерованные овощи, через некоторое время добавляют припущенные огурцы, специи, вводят огуречный рассол, соль и варят до готовности. При отпуске в тарелку кладут мясо, наливают рассольник, кладут сметану и зелень.

Рассольник московский. Рассольник готовят на курином бульоне, с потрохами и с почками. Отличительной особенностью этого рассольника является то, что его готовят без картофеля и в его состав входят белые коренья (42% набора овощей). В кипящий бульон кладут пассерованные белые коренья и лук, нарезанные соломкой, припущенные огурцы, варят 5–10 мин, до-

бавляют нарезанные на части листья шпината, щавеля или салата, специи, вливают огуречный рассол, добавляют соль и варят до готовности.

При отпуске в тарелку наливают льезон, кладут кусочек курицы, потроха или нарезанные почки, наливают рассольник, посыпают зеленью, отдельно подают ватрушку.

Для приготовления *льезона* сырые яичные желтки кладут в посуду с толстым дном, тщательно размешивают, постепенно вливают теплое кипяченое молоко или сливки и проваривают при температуре 70–75°C до загустения, затем процеживают. Суп, заправленный льезоном, кипятить нельзя. При приготовлении рассольника в большом количестве его охлаждают до 70°C и заправляют льезоном.

Солянка является старинным русским национальным блюдом. В состав солянок входят соленые огурцы, пассерованный лук, томатное пюре, каперсы, оливки или маслины. Готовят их на концентрированных мясных и рыбных бульонах, а также со свежими или сушеными грибами.

Соленые огурцы нарезают ломтиками или ромбиками и припускают. Репчатый лук тонко шинкуют и пассеруют. Томатное пюре пассеруют отдельно или вводят в конце пассерования лука. У оливок вынимают косточки. Лимон моют, очищают от кожицы и нарезают кружочками. Мясные продукты (мясо, окорок, почки, сердце, птицу и др.) варят и нарезают ломтиками. Рыбу разделяют на филе с кожицей без костей, нарезают на кусочки по 3–4 на порцию. Чаще всего солянку приготавливают порционно, но можно готовить и в большом количестве. Мясные и грибные

солянки отпускают со сметаной, рыбную — без сметаны.

Солянка сборная мясная. В кипящий мясокостный бульон кладут пассерованный лук, припущенные огурцы, томатное пюре, каперсы, вместе с рассолом — специи, соль и варят 5–10 мин. Мясные продукты 3–4 видов (мясо, окорок, почки, сосиски) нарезают ломтиками, заливают бульоном и кипятят.

При отпуске в тарелку кладут набор мясных продуктов, маслины или оливки, наливают солянку, кладут кружочек очищенного лимона, сметану и измельченную зелень.

Если солянку готовят как заказное блюдо, то в суповую миску кладут пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы, нарезанные ломтиками мясные продукты, каперсы, заливают бульоном, кладут перец горошком, лавровый лист, соль и варят 5–10 мин. В конце варки добавляют сметану.

При отпуске кладут маслины или оливки и кружочек очищенного лимона.

Солянка домашняя с картофелем. Для этой солянки варят мясокостный бульон. Картофель нарезают ломтиками или кубиками, закладывают в кипящий бульон и варят почти до готовности, затем кладут пассерованный лук, томатное пюре, при-

пущенные огурцы, специи, соль и варят до готовности.

При отпуске в тарелку кладут набор мясных продуктов, наливают солянку, кладут сметану и измельченную зелень.

Солянка рыбная. Осетровую рыбу используют с кожей или без кожи, нарезают на порции, ошпаривают, промывают, чтобы удалить сгустки крови и белка. Рыбу частиковых пород нарезают на филе с кожей без костей. Из головизны и рыбных отходов варят рыбный бульон. В порционную миску кладут 3–4 кусочка сырой рыбы, пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы, заливают рыбным бульоном и варят до готовности.

При отпуске в солянку кладут маслины, кружочек очищенного лимона, посыпают измельченной зеленью. Маслины, лимоны и зелень можно подать отдельно в розетке.

Если солянку приготавливают в массовом количестве, то рыбу предварительно варят. В кипящий бульон кладут пассерованный лук и томатное пюре, припущенные огурцы, каперсы, специи и варят 7–10 мин.

При отпуске в тарелку кладут кусочек вареной рыбы, маслины, наливают солянку, кладут кружочек лимона и зелень.

Задание 21.1

Закрепляющий материал

Опишите технологию приготовления, правила отпуска, требования к качеству:

- а) рассольника московского;
- б) рассольника домашнего;

- в) рассольника ленинградского;
- г) солянки домашней с картофелем;
- д) солянки рыбной;
- е) солянки сборной мясной.

Задание 21.2

Проверка степени усвоения материала

1. Начертите технологическую схему приготовления рассольника московского.
2. В чем отличие солянки от рассольника?
3. Перечислите виды солянок.

Технология приготовления картофельных супов

Тема
22

Учебный материал 22

Картофельный суп готовят на мясном, грибном, рыбном бульонах и овощных отварах. Основным продуктом является картофель, добавочными продуктами — крупы, бобовые, макаронные изделия, клецки, фрикадельки, пельмени. Форма нарезки картофеля зависит от вида дополнительного продукта: кубиками он нарезается в супы с крупами и бобовыми, брусочками или дольками — в супы с макаронными изделиями.

Суп картофельный. Картофель нарезают кубиками, брусочками или дольками, морковь и петрушку — кубиками или брусочками, репчатый лук — дольками. Коренья и лук пассеруют. Сначала в бульон

закладывают картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные коренья и лук, варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки кладут соль, специи. Суп можно готовить с томатным пюре.

При отпуске суп посыпают зеленью.

Суп картофельный с макаронными изделиями. Картофель нарезают брусочками, коренья, лук — соломкой и пассеруют. Макароны ломают на кусочки длиной 4–5 см. В кипящий мясной или грибной бульон засыпают макароны и проваривают 10–15 мин, добавляют картофель, пассерованные овощи, соль и проваривают все вместе еще 15–20 мин. За 5 мин до конца варки добавляют специи.

При отпуске в тарелку кладут мясо, птицу или субпродукты, наливают суп, посыпают зеленью.

Суп картофельный с крупой. Картофель нарезают крупными кубиками, морковь, петрушку — мелкими кубиками, лук — крошкой (мелкими кубиками). Коренья и лук пассеруют. Крупы (кроме манной) перебирают, промывают и ошпаривают, перловую крупу отваривают до полуготовности, а манную просеивают. В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу, варят 10 мин, кладут картофель, пассерованные овощи, варят до готовности. За 5–10 мин до окончания варки добавляют специи, соль. Манную крупу засыпают в суп за 10 мин до конца варки.

При отпуске суп наливают в тарелку и посыпают зеленью.

Суп картофельный с бобовыми. Перебранную и промытую фасоль (горох, чечевицу) заливают холодной водой (2–3 л на 1 кг бобовых), выдерживают 4–5 ч (рис. 17).

Потом варят в той же воде без добавления соли при закрытой крышке до размягчения. Затем отваренные бобовые за-

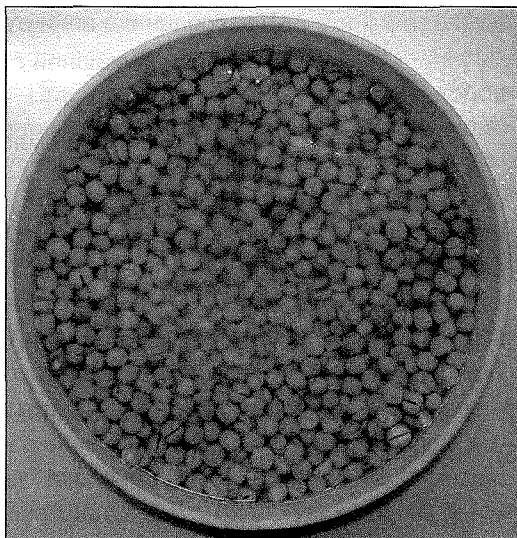


Рис. 17 Подготовка гороха (замачивание)

кладывают в кипящий бульон, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный крупными кубиками, пассерованные овощи. Через некоторое время добавляют специи, соль и варят до готовности.

При отпуске в тарелку кладут кусочки мяса или свинокоченостей, наливают суп, посыпают зеленью.

Задание 22.1

Закрепляющий материал

1. Перечислите продукты, входящие в состав супа:
 - а) картофельного с овощами;
 - б) картофельного с крупами.
2. Запишите последовательность закладки продуктов в суп:
 - а) картофельный с овощами;
 - б) картофельный с крупами.

3. Составьте технологические схемы приготовления:
- супа картофельного с макаронными изделиями;
 - супа картофельного с бобовыми.

Задание 22.2

Проверка степени усвоения материала

- Перечислите продукты, входящие в состав супа:
 - картофельного с макаронными изделиями;
 - картофельного с бобовыми.
- Укажите последовательность закладки продуктов в бульон для приготовления:
 - картофельного супа;
 - картофельного супа с бобовыми.
- Опишите, как отпускают картофельные супы.

**Технология приготовления
супов с крупами,
макаронными изделиями
и бобовыми**

Тема
23

Учебный материал 23

Супы с крупами, макаронными изделиями, бобовыми готовят на мясных и грибных бульонах. Из круп используют рис, пшено, перловую и манную крупы; из макаронных изделий — макароны, лапшу, вермишель, суповую засыпку; из бобовых — горох и фасоль. Овощи нарезают в соответствии с формой основного продукта. Супы готовят по правилам варки заправочных супов. Отпускают с зеленью.

Суп рисовый на мясном бульоне. В кипящий бульон закладывают подготовленный рис, варят 10–15 мин, затем закла-

дывают нарезанные мелкими кубиками пассерованные овощи и варят еще 10–15 мин, добавляют специи, соль.

При отпуске в тарелку кладут кусок мяса, наливают суп, посыпают зеленью.

Суп с макаронными изделиями. Коренья нарезают соломкой или брусочками. В кипящий бульон закладывают макароны, варят 15–20 мин, затем кладут пассерованные коренья, а за 5 мин до конца варки — соль и специи. Если готовят суп с вермишелью, то сначала закладывают

пассерованные овощи, через 5–7 мин — вермишель, а затем — специи, соль. Отпускают, как рисовый суп.

Суп гороховый. Готовят на бульоне из мясных и ветчинных костей. Подготовленный, то есть уже набухший, горох варят до готовности или до пюреобразной консистенции. В кипящий бульон вводят горох и варят 5–10 мин, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Специи

в суп кладут в ограниченном количестве или варят без них. Отдельно к супу можно подать подсушенные гренки.

При отпуске посыпают зеленью.

Суп-лапша домашняя. В кипящий бульон кладут пассерованные корни, проваривают 2–3 мин. Затем всыпают лапшу и варят 10–12 мин. В конце варки добавляют соль, специи, доводят до готовности.

При отпуске посыпают зеленью.

Задание 23.1

Закрепляющий материал

Отметьте в таблице знаком «X» продукты, входящие в состав данных супов. Укажите форму нарезки овощей, используя учебный материал.

Продукты	Суп с крупой	Суп с макаронными изделиями	Суп с бобовыми	Суп-лапша домашняя
Состав				
Макароны				
Морковь				
Петрушка				
Лук репчатый				
Кулинарный жир				
Томат-пюре				
Бульон				
Крупа				
Горох				
Мясные продукты				

Продукты	Суп с крупой	Суп с макаронными изделиями	Суп с бобовыми	Суп-лапша домашняя
Форма нарезки				
Морковь Лук репчатый				

Задание 23.2

Проверка степени усвоения материала

1. Ответьте на вопрос.

Что является основой для приготовления супов с крупами, макаронными изделиями, бобовыми?

2. Составьте технологические схемы:

- а) супа-лапши домашней;
- б) супа горохового.



Результат 2

Описать технологию приготовления супов-пюре согласно НД и правилам ТБ

Темы:

24. Характеристика супов-пюре
25. Технология приготовления супов-пюре

Описать технологию приготовления супов-пюре согласно НД и правилам ТБ

Тема
24

Характеристика супов-пюре

Учебный материал 24

Отличительной особенностью супов-пюре является то, что для их приготовления продукты протирают, благодаря чему супы имеют однородную и нежную консистенцию. Супы-пюре обладают высокой питательной ценностью, они легко усваиваются организмом, поэтому широко применяются в детском и лечебном питании. Супы-пюре готовят на мясном и курином бульоне, на овощном или крупяном отваре, на молоке. Эти супы готовят из овощей, круп, бобовых, птицы и дичи, печени, рыбы.

Гарнирами супов-пюре служат пюре из продуктов и белый соус.

Продукты, предназначенные для супов-пюре, подвергают различным видам тепловой обработки: варке, припусканию, тушению, а затем протирают через протирочную машину или частое сито. Трудно измельчаемые продукты предварительно растирают в ступке, а затем протирают. Протертые продукты соединяют с белым соусом, для

того чтобы измельченные частицы продукта были равномерно распределены по всей массе и находились во взвешенном состоянии, а не оседали на дно.

Для белого соуса муку пассеруют без жира или с жиром, а затем соединяют с бульоном или отваром. Иногда супы приготавливают без муки, заменяя ее рисовой или перловой крупой. Чтобы придать супам-пюре хороший вкус и нежную консистенцию, их заправляют сливочным маслом, горячим молоком или льезоном. Заправленные супы нагревать свыше 70°C нельзя, так как белок может свернуться.

При отпуске супов-пюре (рис. 18) в тарелку можно положить гарнир (15–20 г на порцию), приготовленный из продуктов, входящих в состав супа. Отдельно подают гренки из пшеничного хлеба, нарезанного мелкими кубиками, или кукурузные хлопья.

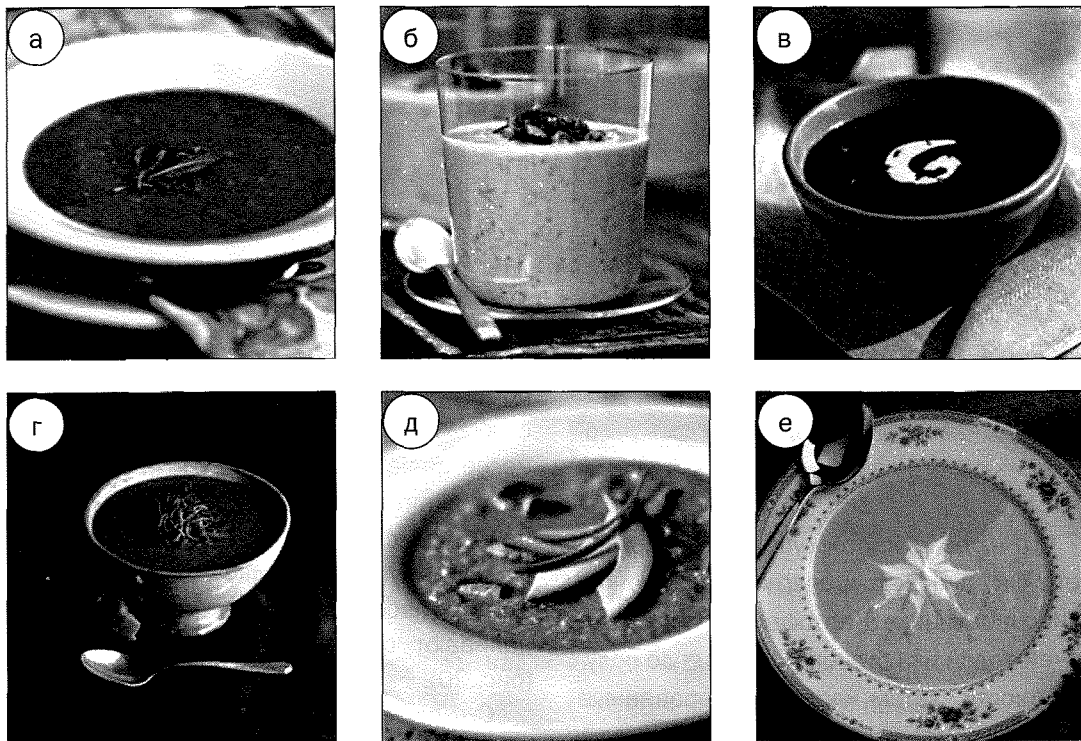


Рис. 18 Супы-пюре: а, б, в, г, д, е — различные формы отпуска

Задание 24.1

Закрепляющий материал

Дайте характеристику супов-пюре, используя следующие вопросы.

1. Каковы отличительные особенности супов-пюре?
2. На какой жидкой основе можно готовить супы-пюре?
3. Что является гарниром супа-пюре?
4. Как отпускают супы-пюре?

Задание 24.2

Проверка степени усвоения материала

Составьте обобщенную схему приготовления супа-пюре.

Тема
25

Технология приготовления супов-пюре

Учебный материал 25

Овощные супы-пюре готовят из картофеля и моркови, цветной капусты, зеленого горошка, кабачков, помидоров и др. Суп готовят из одного или нескольких видов овощей.

Суп-пюре из картофеля. Морковь, лук и петрушку шинкуют и слегка пассеруют на сливочном масле. Картофель заливают горячей водой или бульоном и варят до готовности, затем кладут пассерованные овощи и варят все вместе до готовности.

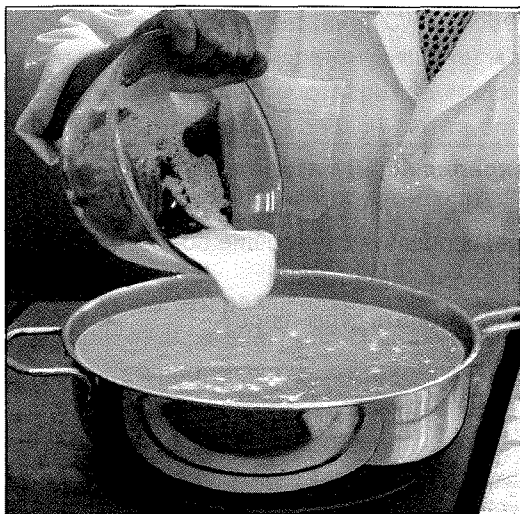


Рис. 19 Приготовление супа-пюре картофельного

Готовые овощи протирают вместе с отваром. Протертые овощи соединяют с белым соусом и варят 10 мин, кладут соль, в процессе варки снимают пену. Суп процеживают, кипятят, заправляют лезезном и сливочным маслом (рис. 19).

При отпуске в тарелку можно положить гарнир, пассерованный лук-порей, затем наливают суп, отдельно подают гренки (рис. 20).

Суп-пюре из моркови. Лук и петрушку шинкуют и пассеруют. Морковь шинкуют, складывают в посуду, заливают на $\frac{1}{3}$ бульоном, добавляют сливочное масло и припускают до полуготовности. Затем кладут пассерованные овощи и припускают до готовности. Припущенные овощи протирают, соединяют с белым соусом, разводят до консистенции супа, кладут соль и варят 5–7 мин. Готовый суп процеживают, кипятят, заправляют лезезном и сливочным маслом.

При отпуске в тарелку кладут гарнир — рассыпчатый рис, наливают суп, отдельно подают гренки.

Суп-пюре из цветной капусты. Обработанную цветную капусту разделяют на мелкие соцветия. Часть мелких соцветий варят для гарнира отдельно. Морковь шинкуют и пассеруют. Оставшуюся цветную капусту со-

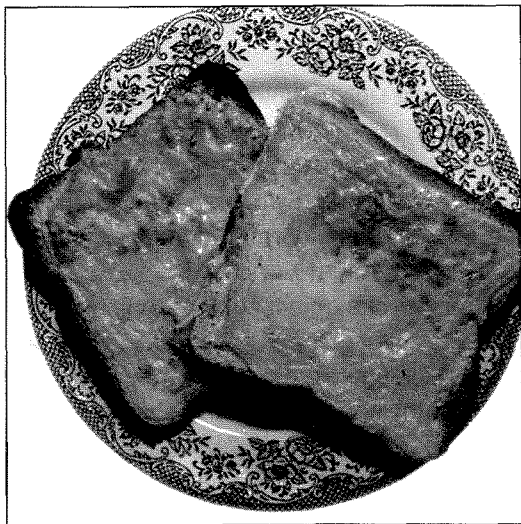


Рис. 20 Гренки с сыром

единяют с пассерованной морковью, наливают немного бульона, добавляют сливочное масло и припускают. Затем готовые овощи протирают, соединяют с белым соусом, разводят бульоном, кладут соль и кипятят. Готовый суп процеживают, кипятят и заправляют льезоном и сливочным маслом.

При отпуске в тарелку кладут отваренные соцветия цветной капусты, наливают суп, отдельно подают гренки.

Суп-пюре из разных овощей. Репчатый лук шинкуют соломкой и слегка пассеруют на сливочном масле. Морковь и репу нарезают, репу ошпаривают, чтобы удалить горечь. Белокочанную капусту шинкуют и ошпаривают. Картофель нарезают на части и варят отдельно. Морковь и репу припускают с небольшим количеством бульона и сливочного масла, кладут капусту, пассерованный лук и припускают до готовности. В конце припускания добавля-

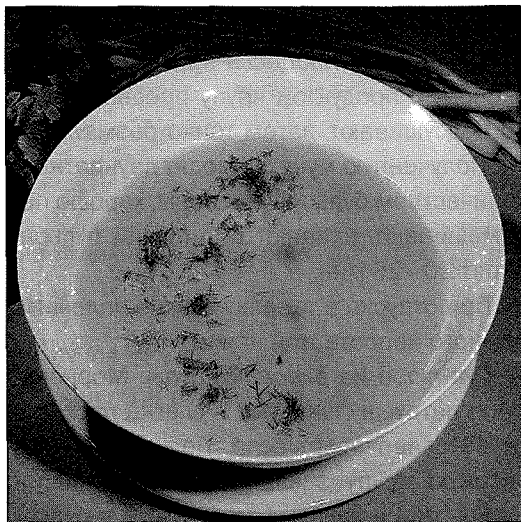


Рис. 21 Суп-пюре овощной

ют зеленый горошек и вареный картофель. Подготовленные овощи протирают, соединяют с белым соусом, разводят бульоном или овощным отваром до консистенции супа-пюре, кладут соль и кипятят. Затем готовый суп заправляют льезоном и сливочным маслом (рис. 21).

При отпуске в тарелку кладут зеленый горошек и отваренные овощи (морковь, репу), нарезанные мелкими кубиками, наливают суп, отдельно подают гренки.

Супы-пюре из круп или **бобовых** приготавливают из рисовой, перловой, овсяной и пшеничной полтавской крупы или из гороха, фасоли, чечевицы. Крупы или бобовые хорошо разваривают, затем протирают вместе с отваром. Протертая масса имеет однородную вязкую консистенцию за счет большого количества клейстеризованного крахмала. Эта консистенция устойчива при хранении, поэтому крупя-

ные супы часто готовят без белого соуса. Для ускорения процесса приготовления и экономии продуктов крупу предварительно подсушивают, затем тонко размалывают. Полученную муку разводят двукратным количеством бульона или воды, хорошо перемешивают, вливают в кипящий бульон, варят 20–25 мин.

При отпуске в тарелку можно положить немного непротертой крупы.

Суп-пюре из рисовой крупы. Морковь, лук и петрушку шинкуют и слегка пассеруют на сливочном масле. Подготовленную рисовую крупу закладывают в кипящий бульон или воду (на 1 кг крупы 5 л бульона), добавляют сливочное масло, закрывают крышкой и варят 30 мин при слабом кипении. Затем добавляют пассерованные овощи, соль и варят 15–20 мин, после чего протирают, соединяют с белым соусом, разводят бульоном до консистенции супа, доводят до кипения и заправляют лезоном и сливочным маслом. Отдельно в бульоне варят рассыпчатый рис для гарнира.

При отпуске в тарелку кладут рассыпчатый рис, наливают суп, отдельно подают гренки.

Суп-пюре из фасоли или гороха. Промытый лущеный горох или фасоль замачивают на 2–3 ч в холодной воде (на 1–2 см выше уровня гороха или фасоли), а затем варят без соли до мягкости. При варке некоторых цветных сортов фасоли воду после закипания сливают, фасоль снова заливают горячей водой и варят до готовности. По мере выкипания добавляют горячую воду. Затем в бульон кладут пассерованную морковь, петрушку, репчатый лук, подготовленные бобовые и варят до готовно-

сти. В готовый суп кладут соль и доводят до кипения.

Этот суп можно приготовить с копченой свиной, грудинкой или корейкой. Копчености варят, нарезают кубиками и используют при отпуске. Бульон, оставшийся после варки копченостей, добавляют в суп, когда горох станет мягким.

При отпуске отдельно подают гренки.

Мясные супы-пюре приготавливают из птицы, кролика, говяжьей и телячьей печени. Птицу предварительно варят, печень обжаривают.

Суп-пюре из кур. Заправленную тушку птицы варят до готовности. При варке кладут морковь, петрушку, лук. Готовую птицу вынимают, охлаждают и отделяют мякоть от костей. Полученную мякоть режут на кусочки и пропускают через мясорубку или протирочную машину, разводят бульоном и протирают. Мякоть можно растереть в ступке, добавляя постепенно холодный бульон, а затем протереть через частое сито. Протертую массу соединяют с белым соусом, кладут соль и кипятят. Готовый суп заправляют лезоном и сливочным маслом.

При отпуске в тарелку кладут филе птицы, нарезанное соломкой, наливают суп, отдельно подают гренки. Суп можно отпустить с кнелями из кур.

Суп-пюре из печени. У печени вырезают желчные протоки и кровеносные сосуды, промывают в холодной воде и снимают пленку. Обработанную печень нарезают кусочками, слегка обжаривают на сливочном масле, добавляют пассерованные морковь, петрушку и репчатый лук и обжаривают до готовности. Затем пропускают

через мясорубку или протирочную машину, можно протереть через сито. Протертую массу соединяют с белым соусом, разводят бульоном, кладут соль и доводят до ки-

пения. Готовый суп заправляют льезоном и сливочным маслом.

При отпуске к супу отдельно подают гренки.

Задание 25.1

Закрепляющий материал

1. Составьте схему приготовления супов-пюре.
2. Опишите технологию приготовления супа-пюре:
 - а) из разных овощей;
 - б) из перловой крупы;
 - в) из печени.

Задание 25.2

Проверка степени усвоения материала

1. Для каждого предложения подберите соответствующую концовку и запишите ее номер после многоточия.

Предложение	Концовка
1. У вареной птицы...	1) замачивают.
2. Бобовые перед варкой...	2) отделяют мякоть от костей.
3. У печени снимают...	3) просеивают.
4. Крупу перед варкой...	4) промывают.
5. Морковь, петрушку для приготовления супа-пюре...	5) протирают.
	6) пленку.
	7) верхний слой.
	8) пассеруют.
	9) очистить от грязи и песка.
	10) перебирают.

2. Схематично изобразите технологию приготовления супа-пюре:
 - а) из моркови;
 - б) из риса.



Результат 3

Характеризовать технологию приготовления молочных, сладких, прозрачных и холодных супов согласно НД и правилам ТБ

Темы:

26. Общая характеристика и технология приготовления молочных супов
27. Технология приготовления сладких супов
28. Технология приготовления прозрачных супов
29. Общая характеристика и технология приготовления холодных супов

Характеризовать технологию приготовления молочных, сладких, прозрачных и холодных супов согласно НД и правилам ТБ

Общая характеристика и технология приготовления молочных супов

Тема
26

Учебный материал 26

Молочные супы готовят на цельном молоке, на смеси молока и воды, а также из сгущенного молока без сахара или сухого молока. Эти супы приготавливают с крупами, макаронными изделиями и овощами. Макароны плохо развариваются в молоке, поэтому их вначале варят до полуготовности в воде, а затем — в молоке.

Молочные супы варят небольшими порциями, так как продолжительное хранение ухудшает цвет, запах, консистенцию и вкус супа. Сливочное масло или столовый маргарин кладут в котел или тарелку непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству: консистенция продуктов, из которых приготовлен суп, мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

Суп молочный с крупой. Перебранную и промытую крупу (рисовую, перловую или пшено) засыпают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, вливают горячее молоко и доводят до готовности.

В конце варки кладут сахар. Если варят суп на цельном молоке, то крупу предварительно варят в воде 5–7 мин, откидывают на сито и дают стечь воде. Подготовленную крупу закладывают в кипящее молоко и варят до готовности.

Для приготовления супа с ячневой или манной крупой просеянную крупу засыпают струйкой при помешивании в кипящее молоко или молоко с водой и варят до готовности. Перед окончанием варки кладут соль и сахар.

При отпуске суп наливают в тарелку, кладут сливочное масло или столовый маргарин.

Суп молочный с макаронными изделиями. Подготовленные макароны закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, вливают горячее молоко и доводят до готовности. В конце варки кладут сахар. Если суп приготавливают на цельном молоке, то макаронные изделия закладывают в кипящую воду и варят: макароны — 15–20 мин, лапшу — 10–12 мин, вермишель — 5–7 мин; затем от-

кидывают на сито, воду сливают. Подготовленные макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, добавляют соль, сахар и варят до готовности.

При отпуске суп наливают в тарелку и кладут кусочек сливочного масла.

Суп молочный с овощами. Морковь нарезают дольками, брусочками или кубиками и слегка пассеруют на сливочном масле или маргарине. Белокочанную капусту нарезают шашками, а цветную разделяют на мелкие соцветия, картофель нарезают кубиками или дольками, стручки фасоли — квадратиками или ромбиками и варят отдельно. В кипящую подсоленную воду

кладут пассерованную морковь, доводят до кипения, затем закладывают картофель, капусту цветную или белокочанную и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко и варят до готовности. В конце варки кладут фасоль, сваренную отдельно, и соль.

Молочные супы можно готовить с различным набором овощей: зеленым горошком, репой, тыквой, листьями шпината, салата. Супы иногда заправляют пассерованной мукой, разведенным молоком или водой.

При отпуске суп наливают в тарелку и кладут кусочек сливочного масла.

Задание 26.1

Закрепляющий материал

1. Дайте общую характеристику молочных супов и перечислите требования к их качеству.
2. Опишите технологию приготовления, правила отпуска супа молочного:
 - а) с крупами;
 - б) с макаронными изделиями;
 - в) с овощами.

Задание 26.2

Проверка степени усвоения материала

Для каждого вопроса выберите правильный вариант ответа и впишите соответствующую цифру в колонку «Ответ».

Вопрос	Варианты ответа	Ответ
1. Как приготовить крупу, если суп варится на цельном молоке?	1) Картофель, капуста, морковь, стручки фасоли, зеленый горошек	1 – ...
2. Чем заправляют молочный суп с овощами?	2) Солью, сахаром, сливочным маслом	2 – ...
3. Как приготовить обработанную и нарезанную морковь?	3) Пассерованной мукой	3 – ...
	4) Цельное молоко, молоко с водой	4 – ...
	5) 15–20 мин	

Вопрос	Варианты ответа	Ответ
4. Каков перечень овощей для супа молочного с овощами?	6) 5–7 мин	5 – ...
5. Как долго варят крупу в воде?	7) Перебрать, промыть	6 – ...
6. Что является жидкой основой молочного супа?	8) Шашками	7 – ...
7. Как нарезают картофель?	9) Кубиками	8 – ...
8. Как нарезают капусту?	10) Ломтиками	9 – ...
9. Чем заправляют рисовый молочный суп?	11) Соломками	10 – ...
10. Как приготовить макароны для супа?	12) Перебрать, промыть, проварить в воде	11 – ...
11. Как долго варят макаронные изделия в воде?	13) Картофель, лук, зеленый горошек, морковь	
	14) Слегка пассеруют	
	15) Наломать длиной 2–3 см	

Тема

27

Технология приготовления сладких супов

Учебный материал 27

Для приготовления *сладких супов* (рис. 22) используют свежие, консервированные или сушеные ягоды и фрукты, а также фруктово-ягодные соки, пюре, сиропы и экстракты, выпускаемые пищевой промышленностью. Жидкой основой этих супов является фруктовый отвар. Ягоды кладут целыми, а фрукты нарезают на кусочки (кубиками, ломтиками), крупные сушеные фрукты разрезают на несколько частей. Поврежденные или помятые ягоды и фрукты протирают и вводят в виде пюре. Апельсины и мандарины кладут в суп сырыми.

Для получения необходимой консистенции суп заправляют разведенным крахмалом, а для улучшения вкуса и для ароматизации добавляют лимонную или

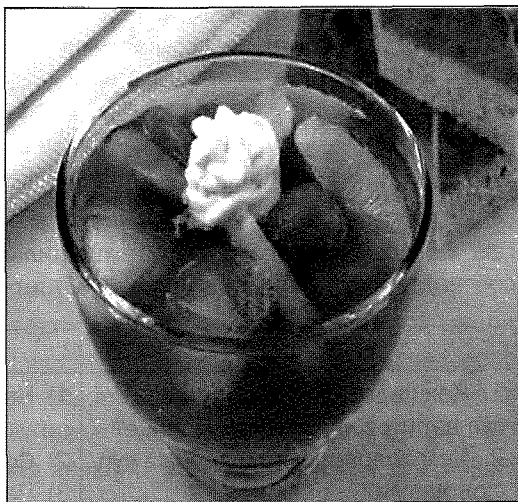


Рис. 22 Сладкий фруктовый суп со взбитыми сливками

апельсиновую цедру, корицу, гвоздику, белое виноградное вино. Сладкие супы подают холодными, но можно подать и в горячем виде. В отличие от компотов, сладкие супы имеют кислостый вкус и более густую консистенцию жидкой части.

Отпускают супы с гарниром и со сметаной или сливками. В качестве гарнира используют: отварной рис, саго, мелкие макаронные изделия (суповая засыпка), клецки, вареники с ягодами; пудинги — рисовый и манный, запеканки, которые нарезают кубиками (1–1,5 см); пшеничные и кукурузные хлопья или кукурузные палочки. Сметану или сливки кладут в тарелку или подают отдельно в соуснике. К супу на пирожковой тарелке можно подать сухой бисквит, кекс, сухое печенье. Готовятся эти супы на завтрак или ужин, можно использовать в качестве первого блюда.

Требования к качеству: жидкая часть однородная, без комков заварившегося крахмала. Крупы или макаронные изделия мягкие, сохранившие свою форму, ягоды или фрукты не разварившиеся. Вкус кисло-сладкий.

Суп из яблок или груш. Яблоки или груши перебирают, промывают, очищают от

кожицы и зерен, нарезают ломтиками, дольками или кубиками. Из очисток яблок приготавливают отвар. В процеженный отвар кладут нарезанные яблоки, сахар, корицу и варят 3–5 мин. Затем вливают разведенный холодной водой картофельный крахмал и доводят до кипения. Если суп недостаточно кислый, то добавляют лимонную кислоту.

При отпуске в тарелку кладут гарнир, наливают суп, добавляют сметану или сливки.

Суп приготавливают не только из одного вида фруктов, но и из смеси яблок, груш, слив.

Суп из смеси сухих фруктов. Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, промывают, крупные экземпляры яблок и груш нарезают на части. В посуду кладут яблоки и груши, заливают водой и варят 15–20 мин. Затем кладут остальные фрукты, сахар и варят еще 10–15 мин, добавляют разведенный картофельный крахмал, доводят до кипения. В суп можно ввести лимонную кислоту.

При отпуске в тарелку кладут гарнир, наливают суп, добавляют сметану или молоко.

Задание 27.1

Закрепляющий материал

1. Запишите общие правила приготовления и требования к качеству сладких супов.
2. Опишите технологию приготовления, правила отпуска сладких супов:
 - а) из свежих плодов;
 - б) из смеси сухофруктов.

Проверка степени усвоения материала

Для каждого вопроса выберите правильный вариант ответа и запишите его номер в колонке «Ответ».

Вопрос	Варианты ответа	Ответ
1. Какие продукты используют для яблочного супа?	1) Гарнир, сметана или сливки	1 – ... 2 – ... 3 – ... 4 – ... 5 – ... 6 – ... 7 – ... 8 – ... 9 – ... 10 – ...
2. Что является жидкой основой сладкого супа?	2) Яблоки, сахар, корицу, лимонную кислоту, крахмал	
3. Как приготовить свежие яблоки для супа?	3) Яблоки, чернослив, изюм, урюк, сахар, лимонная кислота, крахмал	
4. Как приготовить сухофрукты?	4) Со сметаной или сливками	
5. С чем отпускают сладкий суп?	5) Перебрать, промыть, очистить от кожицы и семян, нарезать	
6. Из чего готовят отвар для супа из свежих плодов?	6) Перебрать, разобрать по видам, промыть, нарезать	
7. Какие гарниры подходят для отпуска сладких супов?	7) Фруктовый отвар	
8. Как приготовить крахмал для заправки супа?	8) Из кожицы, сердцевины	
9. Когда вводят крахмал в суп?	9) Отварной рис, саго, клецки, вареники с ягодами, кукурузные хлопья или палочки и т. д.	
10. Что составляет плотную основу супа для сухофруктов?	10) Развести охлажденным отваром	
	11) В конце варки	
	12) В начале варки	

Тема
28

Технология приготовления прозрачных супов

Учебный материал 28

Прозрачные супы предназначены главным образом для возбуждения аппетита, поскольку содержат большое количество экстрактивных веществ. Калорийность прозрачных супов невысока. Эти супы состоят из прозрачных бульонов и гарниров, которые готовятся отдельно.

Основой этих супов являются прозрачные бульоны: костный, куриный или рыбный, а также бульон из дичи. Прозрачный бульон получают путем осветления обыкновенного бульона и насыщения его экстрактивными веществами. Этот способ называется «оттягиванием». При этом из

бульона удаляются взвешенные частицы белка и жира. Особенно тщательно снимают жир, если бульон подают без гарнира. Прозрачные бульоны хранят на мармите 2–3 ч, так как при более длительном хранении ухудшается их аромат, вкус и снижается прозрачность.

Мясной прозрачный бульон. Вначале варят костный бульон, для чего используют говяжьи кости, кроме позвоночных. Для получения более крепкого бульона в нем дополнительно варят мясные продукты, предназначенные для вторых блюд. Готовый бульон процеживают и осветляют «оттяжкой».

Приготовление «оттяжки». Нежирную говядину (голяшку, шейную часть) нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку, заливают холодной водой (1,5–2 л на 1 кг мяса), добавляют соль и ставят в холодильник на 1–2 ч для настаивания (вместо части воды можно добавить пищевой лед). Растворимые белки при этом переходят в воду. После настаивания добавляют слегка взбитые яичные белки и перемешивают. В «оттяжку» можно добавить сок, вытекающий при оттаивании мяса или печени.

Осветление бульона. Процеженный бульон нагревают до 50–60°C, вводят «оттяжку», хорошо размешивают, кладут слегка подпеченные коренья и лук и варят до кипения. С поверхности снимают пену и жир, уменьшают нагрев и варят при слабом кипении 1–1,5 ч. При этом бульон осветляется и одновременно насыщается экстрактивными веществами. Бульон считается готовым, когда мясо опустится на дно и бульон станет прозрачным. Готовому бульону дают отстояться, с поверхности

снимают жир, процеживают через салфетку и доводят до кипения.

Для осветления можно использовать «оттяжку», приготовленную из моркови и яичного белка. Для этого сырую очищенную морковь натирают, соединяют со слегка взбитыми белками яиц и тщательно перемешивают. В бульон, охлажденный до 70°C, вводят приготовленную «оттяжку», перемешивают, добавляют подпеченные морковь, петрушку и лук, закрывают емкость крышкой и доводят до кипения. После закипания с поверхности бульона снимают жир и пену и варят бульон при слабом нагреве 30 мин. Затем бульон настаивают 30 мин, снимают жир с поверхности, после чего бульон процеживают и доводят до кипения.

Бульон из кур (или индеек) прозрачный. Кости птицы измельчают, кладут в емкость, на них — заправленные тушки, предназначенные для вторых блюд, заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят при слабом кипении. В процессе варки снимают жир. Сваренных кур вынимают, а кости продолжают варить еще 1,5–2 ч. За 30 мин до конца варки кладут подпеченные коренья и лук. Готовый бульон процеживают. Если бульон получился мутным, его осветляют.

Для приготовления «оттяжки» мелко рубленные куриные кости и измельченные обрезки заливают холодной водой, кладут соль и выдерживают на холоде 1–2 ч, затем добавляют слегка взбитый яичный белок.

Бульон рыбный прозрачный (уха). В охлажденный до 50°C бульон вводят «оттяжку», размешивают, кладут сырую петрушку или сельдерей и доводят до кипения. Затем снимают пену и варят при медленном

кипении 20–30 мин. Готовому бульону дают отстояться, чтобы «оттяжка» осела на дно, и процеживают.

Для приготовления «оттяжки» сырые яичные белки соединяют с небольшим количеством холодного бульона или воды, хорошо перемешивают, добавляют соль и мелко нарезанный репчатый лук. «Оттяжку» можно приготовить из икры щуки или судака. Икру растирают с небольшим количеством воды для получения однородной массы, добавляют мелко нарезанный лук, соль, разводят холодной водой в 4–5-кратном объеме и перемешивают.

Отпуск прозрачных супов и приготовление гарниров к ним. Прозрачные супы отпускают в бульонной чашке, тарелке или суповой миске. В чашку наливают бульон, ставят ее на блюдце или тарелку, отдельно на пирожковой тарелке подают гарнир.

При отпуске в тарелку сначала кладут гарнир, затем наливают бульон. Нормы отпуска на порцию — 300 или 400 г. Гарниры приготавливают из овощей, круп, макаронных изделий, яиц, мяса, рыбы и др.

Бульон с яйцом. Варят яйца «в мешочек», осторожно очищают от скорлупы и до отпуска хранят в бульоне при температуре 50–60°C.

При отпуске в тарелку или порционную миску кладут яйцо, заливают бульоном.

Бульон с пирожками. Приготавливают печеные пирожки из дрожжевого или слоеного теста с мясным или капустным фаршем.

При отпуске в бульонную чашку наливают прозрачный бульон, отдельно на пирожковой тарелке подают пирожки. Можно отпускать бульон с гренками, профитролями, пельменями и т. д.

Задание 28.1

Закрепляющий материал

Письменно ответьте на вопросы.

1. В чем особенность приготовления прозрачных супов?
2. Какие виды гарниров используются при отпуске прозрачных супов?
3. Каковы правила отпуска прозрачных супов?

Опишите процесс осветления бульона:

- а) мясного; б) куриного; в) рыбного.

Задание 28.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Что входит в состав «оттяжки» для мясного бульона?

2. Каково назначение способа «оттягивания»?
3. Какую посуду используют для отпуска прозрачных супов?
4. С какими гарнирами отпускают прозрачные супы (бульоны)?

**Общая характеристика
и технология
приготовления
холодных супов**

Тема
29

Учебный материал 29

Холодные супы относятся к сезонным, так как их приготавливают в летний период. К холодным супам (рис. 23) относят: окрошку, борщ холодный, свекольник, щи зеленые. Их готовят на хлебном квасе, свекольном отваре, отваре из овощей.

В тарелку при отпуске можно положить кусочки пищевого льда или подать его отдельно на розетке. Холодные супы обладают освежающим приятным вкусом и ароматом.

Для приготовления холодных супов чаще всего на предприятия общественного питания поступает готовый квас, но его можно приготовить из ржаных сухарей или концентратов, выпускаемых пищевой промышленностью.

Приготовление хлебного кваса. Ржаной хлеб нарезают на мелкие кусочки и сушат в жарочном шкафу до образования поджаристой корочки. Воду кипятят, охлаждают до 80°C, всыпают подготовленные сухари и оставляют на 1,5–2 ч для настаивания, при этом периодически помешивают. В результате настаивания получают сусло, которое сливают и процеживают. В хлебное сусло, имеющее температу-

ру 23–25°C, кладут сахар, разведенные дрожжи и ставят в теплое место для брожения на 8–12 ч. В процессе брожения в квас можно положить изюм, тмин, мяту. Полученный квас процеживают, охлаждают и хранят в холодильнике или на льду.

Окрошка мясная. Окрошку приготавливают на хлебном квасе, а также простокваше, кислом молоке, сыворотке. Зеленый лук шинкуют и часть лука растирают с солью до появления сока. Свежие огур-



Рис. 23 Холодные супы

цы очищают от грубой и горькой кожицы, удаляют крупные семена, огурцы с тонкой кожицей не очищают. Обработанные огурцы нарезают мелкими кубиками или соломкой. Хлебный квас процеживают. Укроп мелко шинкуют. Вареные яичные желтки растирают с готовой горчицей, солью, сахаром и частью сметаны, соединяют с зеленым луком, растертым с солью, постепенно при помешивании разводят хлебным квасом и ставят в холодильник. Заправленный квас придает окрошке хороший вкус и насыщенность.

Мясную окрошку можно приготовить с картофелем, который предварительно варят, а затем нарезают мелкими кубиками. Допускается заменять свежие огурцы солеными и редисом.

При отпуске в тарелку кладут нарезанное мясо, белки яйца, огурцы, лук, наливают заправленный квас, кладут сметану и посыпают укропом. Если приготавливают окрошку в большом количестве, то нарезанные продукты (кроме мяса и белка яиц) кладут в заправленный квас и перемешивают, а мясо и белки яиц кладут при отпуске.

Требования к качеству: мясо и овощи нарезаны мелкими кубиками или соломкой, лук нашинкован. Цвет светло-коричневый, мутный от сметаны и яичных желтков. Вкус кисловатый, слегка острый, с ароматом свежих огурцов, укропа и лука. Консистенция вареных продуктов — мягкая, свежие огурцы хрустящие.

Окрошка овощная. Картофель промывают, варят в кожице, охлаждают и очищают. Морковь очищают от кожицы и варят. У редиса отрезают корешок и ботву, хорошо промывают. Картофель, морковь и ре-

дис нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Кроме перечисленных овощей для этой окрошки можно использовать репу, цветную капусту. Приготавливают овощную окрошку по тому же принципу, что и мясную.

Борщ холодный. Очищенную свеклу шинкуют соломкой и припускают с добавлением уксуса до готовности. Морковь, нарезанную соломкой, припускают отдельно, затем соединяют со свеклой, наливают воды до нормы, кладут соль, сахар, уксус, доводят до кипения и охлаждают. Зеленый лук шинкуют, свежие огурцы нарезают соломкой и кладут в борщ. Борщ можно приготовить без моркови, с мясом или рыбой. Вареное мясо или рыбу кладут в тарелку при отпуске.

При отпуске в тарелку кладут половину вареного яйца, наливают борщ, кладут сметану и посыпают укропом.

Свекольник холодный. Свеклу нарезают мелкими кубиками или соломкой и припускают с добавлением уксуса. Молодую свеклу используют с ботвой, ее нарезают и отваривают отдельно. Морковь, нарезанную мелкими кубиками или соломкой, припускают. Припущенные и вареные овощи охлаждают. Зеленый лук шинкуют. Свежие огурцы нарезают мелкими кубиками или соломкой. Подготовленные овощи соединяют, заливают квасом, кладут соль, сахар. При приготовлении свекольника часть хлебного кваса можно заменить свекольным отваром.

При отпуске в тарелку кладут половину вареного яйца, наливают свекольник, кладут сметану, посыпают укропом.

Требования к качеству: свекла и огурцы нарезаны мелкими кубиками или солом-

кой. Вкус в меру соленый, кисло-сладкий, с ароматом огурцов, укропа и привкусом свеклы. Цвет темно-красный, после раз-

мешивания сметаны — бело-розовый. Консистенция свеклы — мягкая, огурцы хрустящие.

Задание 29.1

Закрепляющий материал

1. Составьте таблицу «Характеристика холодных супов» по указанной форме.

Наименование холодного супа	Жидкая основа	Состав сырья	Технология приготовления	Отпуск

2. Заполните таблицу.

Наименование супа	Форма нарезки продуктов	Цвет	Вкус	Консистенция
Окрошка				
Свекольник				

Задание 29.2

Проверка степени усвоения материала

Письменно ответьте на вопросы.

1. Что является основой холодных супов?
2. В чем особенность холодных супов?
3. Чем отличается борщ холодный от свекольника?

Составьте схему приготовления свекольника.

Модуль 3

Технология приготовления соусов



Результат 1

Характеризовать набор сырья, способы кулинарной обработки продуктов для приготовления соусов с учетом их значения согласно признакам классификации

Темы:

30. Значение соусов в питании.
Классификация соусов
31. Приготовление мучных пассеровок и бульонов для соусов

Результат 1

Характеризовать набор сырья, способы кулинарной обработки продуктов для приготовления соусов с учетом их значения согласно признакам классификации

Тема
30

Значение соусов в питании.

Классификация соусов

Учебный материал 30

Соусом называют дополнительный компонент блюда, характеризующийся полужидкой консистенцией, используемый в процессе приготовления блюда или подаваемый к готовому блюду для улучшения его вкуса и аромата. Соусы являются дополнением ко многим горячим и холодным блюдам (рис. 24). Значение соусов в питании состоит в том, что они разнообразят вкус блюда, придают ему более сочную консистенцию, повышают калорийность, поскольку имеют в своем составе такие продукты, как сливочное масло, сметана, яйца, мука и др. Белки, жиры и углеводы в соусах легко усваиваются организмом.

Многие соусы содержат значительное количество вкусовых веществ (специи, пряности, приправы), способствующих возбуждению аппетита и лучшему усвоению пищи. Соусы улучшают внешний вид приготовленных блюд, так как многие из

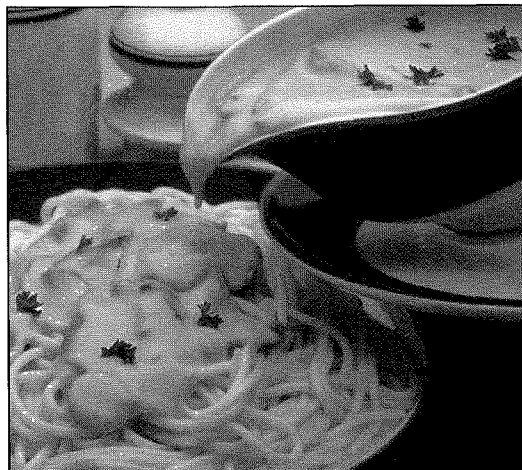


Рис. 24 Подача соуса

них имеют яркую окраску, которая выгодно оттеняет цвета основных продуктов. Правильный подбор соуса к блюду имеет большое значение.

Для приготовления соусов используют наплитные котлы небольшой емкости, специальные стационарные котлы, а также кастрюли и сотейники с толстым дном (во избежание пригорания соусов). Кроме того, используют противни, веселки, венчики, сита, cedилки, разливательные ложки и другой инвентарь. Некоторые соусы в процессе их приготовления требуют длительного и тщательного взбивания, поэтому в цехе (горячем или соусном) должна быть взбивальная машина. Если соус подают к блюду отдельно, то его наливают в специальный порционный соусник, который ставят рядом с блюдом на тарелочке. Соус можно подать вместе с блюдом.

Необходимо помнить, что при приготовлении соусов следует соблюдать правила техники безопасности.

По температуре подачи соусы делят на горячие и холодные. Горячие подают к горячим блюдам, а холодные — как к холодным, так и к горячим блюдам.

По цвету соусы подразделяют на красные и белые.

В зависимости от жидкой основы соусы делят на следующие группы: соусы на бульонах — мясных, рыбных; на отварах — грибных; на молоке; на сметане; на сливочном масле; на растительном масле; на уксусе. Особую группу составляют *сладкие соусы*. В диетическом питании соусы готовят на воде, овощных и крупяных отварах.

Все соусы можно разделить на две группы: соусы с загустителями, при изготовлении которых используют пассерованную муку, и без загустителей. Соусы с мукой подают в горячем виде.

По консистенции соусы бывают жидкими — для поливки и тушения блюд; средней густоты — для запекания и добавления в овощные блюда и фарши. В редких случаях готовят густые соусы — для фарширования и добавления в качестве связующей основы в некоторые блюда.

По технологии приготовления различают соусы основные и производные. Производный соус готовят из основного с добавлением в него различных продуктов, изменяющих вкус, цвет, аромат и т. д.

Задание 30.1

Закрепляющий материал

Ответьте на вопросы.

1. Что такое соус?
2. Что можно сказать о значении соуса в питании?
3. Каково назначение соусов разной консистенции?

Составьте таблицу «Классификация соусов» по указанной форме (см. с. 124).

Классификационные признаки					
Температура подачи	Цвет	Жидкая основа	Загустители	Консистенция	Технология приготовления

Задание 30.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Что называется соусом?
2. Какие основные продукты входят в состав соуса?
3. Какие продукты, входящие в состав соусов, способствуют возбуждению аппетита?

Тема
31

**Приготовление
мучных пассеровок
и бульонов для соусов**

Учебный материал 31

Большая часть горячих соусов приготавливается с мукой, которая придает соусу густую консистенцию. Чтобы соус был эластичным, однородным, без комков, не клейким, муку предварительно пассеруют — нагревают до температуры 120–150°C для увеличения в ней количества водорастворимых веществ. При этом в муке карамелизуется сахар, крахмал превращается в декстрины, белки денатурируют, улучшаются вкус и запах.

В соусах на бульонах, сметане, молоке в качестве загустителя, кроме муки, можно использовать модифицированный (видоизмененный) кукурузный крахмал, который благодаря снижению способности к набуханию в горячей жидкости придает соусам не очень вязкую консистенцию. Применение крахмала повышает калорийность соуса, не увеличивая его густоты. Для приготовления 1 л жидкого соуса без гарнира, используемого для поливки

блюду, требуется 25–50 г муки или 25 г модифицированного крахмала.

Мучные пассеровки в зависимости от способа приготовления делят на сухую и жирную, по цвету — на красную и белую. Пассеровку, которую готовят без нагревания, называют холодной. Для соусов используют пшеничную муку не ниже 1-го сорта.

Красная пассеровка приготавливается двумя способами: с жиром и без жира. Для получения красной сухой пассеровки муку просеивают, насыпают на противень или сковороду слоем от 3 до 5 см и нагревают при температуре 150°C, непрерывно помешивая, пока она не станет красновато-коричневого цвета. Спассерованная мука легко рассыпается и имеет запах каленого ореха. Помешивают муку деревянной веселкой. Красную сухую пассеровку используют для приготовления красных соусов.

Красную пассеровку можно приготовить с жиром (пищевыми жирами, маргарином или сливочным маслом). Для этого в посуде с толстым дном растапливают жир и вводят муку. Пассеруют ее при той же температуре до появления коричневого цвета. Готовый маслянистый комок пассеровки должен рассыпаться. Красная жировая пассеровка используется для красных соусов, но приготавливается реже, чем сухая.

Белая пассеровка также готовится с жиром и без жира. В посуде растапливают сливочное масло, вводят, непрерывно помешивая, просеянную муку и нагревают при температуре 120°C до появления кремового оттенка (рис. 25). Иногда приготавливают белую мучную пассеровку сухой, без жира. Ее готовят так же, как красную сухую пассеровку, но поджаривают муку

до светло-желтого цвета. Спассерованная мука должна хорошо рассыпаться. Сухая пассеровка может храниться в охлажденном виде 24 ч. Белую мучную пассеровку используют для приготовления белых соусов и их производных, молочных и сметанных соусов.

Холодная пассеровка. Для быстрого приготовления соусов просеянную муку перемешивают с кусочками сливочного масла до образования однородного по консистенции маслянистого комка. Пассеровку готовят в небольшом количестве (порционно).

Бульоны. *Мясокостные бульоны* варят двух видов.

Белый бульон приготавливают из пищевых костей (на 1 кг костей от 1,4 до 2,8 л воды) обычным способом с добавлением или без добавления мясных продуктов и используют для белых соусов.

Для приготовления *коричневого бульона* обработанные кости в течение 1–1,5 ч обжаривают на противне в жарочном шкафу при температуре 160–170°C до золотистого цвета. Обжаренные кости закладывают в котел, заливают холодной водой (на 1 кг — от 1,5 до 3 л воды) и варят 5–10 ч при слабом кипении. В процессе варки с поверхности снимают жир и пену. За час до окончания варки в бульон добавляют морковь, лук, корни петрушки и сельдерея, которые можно предварительно подпечь или обжарить вместе с костями.

Для увеличения содержания экстрактивных веществ и улучшения вкуса и запаха бульона в него можно добавить мясной сок, полученный после жаренья мясных продуктов. Готовый бульон процеживают.



Рис. 25

Приготовление белой пассеровки:

а — просеивание муки; б — разогревание масла; в — смешивание муки с маслом

Для получения концентрированного коричневого бульона (фюме) сваренный бульон выпаривают до $\frac{1}{5}$ – $\frac{1}{10}$ его объема. В охлажденном виде фюме представляет собой студнеобразную массу коричневого цвета. Если концентрат фюме развести в 5–10-кратном количестве горячей воды, то получается коричневый бульон для приготовления красных соусов.

Рыбный бульон приготавливают из рыбных пищевых отходов обычным способом (на 1 кг рыбных продуктов от 1,25 до 2,5 л воды). Для приготовления соусов также используют бульоны, полученные при варке или припускании мяса, птицы и рыбы.

Мясной сок. Куски мяса или птицы жарят, периодически подливая небольшое количество воды. Жидкость после жаренья выпаривают. Жир сливают, разводят водой или бульоном, доводят до кипения и процеживают. Полученный мясной сок используют для добавления в красные соусы и поливки жареных мясных блюд.

Качество соуса определяют по его консистенции, цвету, вкусу, аромату. Для оценки качества соусов с наполнителями учитывают форму нарезки и густоту наполнителя.

Овощи, входящие в состав соуса в виде наполнителя, должны быть мелко и ак-

курратно нарезаны, равномерно распределены в соусе, не переварены.

На поверхности соуса не должно быть пленки, для чего соусы заправляют сливочным маслом или маргарином, т. е. кладут на поверхность небольшие кусочки.

Горячие соусы с мукой должны иметь консистенцию жидкой сметаны, быть «бархатистыми», однородными, без ком-

ков нерастворившейся муки и частиц непротертых овощей (соусы средней густоты имеют консистенцию густой сметаны, густой молочный соус похож на вязкую манную кашу).

В соусах с мукой недопустимыми дефектами являются запах сырой муки, присутствие большого количества соли, вкус и запах сырого томатного пюре.

Задание 31.1

Закрепляющий материал

Выполните задания письменно.

1. Объясните назначение пассеровок.
2. Дайте классификацию пассеровок.
3. Опишите процесс приготовления:
 - а) красной пассеровки;
 - б) белой пассеровки;
 - в) холодной пассеровки;
 - г) коричневого бульона.
4. Перечислите требования к качеству соусов.

Задание 31.2

Проверка степени усвоения материала

Составьте таблицу по указанной форме

Классификационные признаки пассеровок	Виды пассеровок



Результат 2

Описать последовательность приготовления соусов с мукой и их кулинарное использование в соответствии со «Сборником рецептур блюд» (СРБ)

Темы:

32. Соусы с мукой. Соус красный основной и его производные
33. Соус белый основной на мясном бульоне и его производные
34. Соус белый основной на рыбном бульоне и его производные
35. Соусы грибные
36. Соусы молочные
37. Соусы сметанные

Описать последовательность приготовления соусов с мукой и их кулинарное использование в соответствии со «Сборником рецептур блюд» (СРБ)

Тема
32

Соусы с мукой. Соус красный основной и его производные

Учебный материал 32

Соусы с мукой приготавливают на бульоне — мясном, рыбном, грибном; на молоке, сметане. К ним относят основной красный соус и его производные, основной белый соус и его производные, грибной, сметанный и молочный соусы и их производные. Характерным для всех этих соусов является то, что густую основу в них составляет мучная пассеровка. Соусы с мукой используют в горячем виде.

Соусы на мясном бульоне делят на две группы: красные и белые. Красные соусы имеют ярко выраженный острый вкус, а белые — более нежный вкус (за исключением томатного соуса). Основой красных соусов являются красная мучная пассеровка и коричневый мясной бульон. Готовые красные соусы имеют темно-красный цвет. Они богаты экстрактивными веществами и способствуют возбуждению аппетита.

Соус красный основной. Приготовление красного соуса состоит из: подготовки ко-

ричневого бульона и мучной пассеровки; пассерования овощей с томатом; соединения подготовленных компонентов и варки соуса; введения в соус вкусовых и ароматических продуктов — заправки соуса; процеживания.

Из обжаренных костей варят коричневый бульон и процеживают его. Морковь, лук, петрушку мелко нарезают и пассеруют на жире 5–10 мин, затем вводят томатное пюре и пассеруют вместе еще 10–15 мин. Приготавливают красную сухую пассеровку, охлаждают ее до 70–80°C и, помешивая, соединяют с частью бульона (1:4) до образования однородной массы. Если красный соус приготавливают на жировой пассеровке, то ее разводят горячим бульоном до нужной густоты.

Коричневый бульон (оставшуюся большую часть) доводят до кипения и вливают в него разведенную пассеровку, закладывая пассерованные с томатным пюре овощи и варят соус в течение 1 ч при слабом ки-



Рис. 26 Формы подачи соуса

пени. При варке соус становится вязким, так как происходит процесс клейстеризации крахмала, содержащегося в муке.

За 10–15 мин до конца варки в соус добавляют соль, сахар, лавровый лист, молотый перец. Для улучшения вкуса можно добавить немного мясного сока. Затем соус процеживают через сито и протирают разваренные овощи, вновь доводят до кипения для стерилизации и увеличения срока хранения.

Если красный основной соус используется для подачи к блюдам, то в него кладут кусочки маргарина и перемешивают. Чтобы при хранении соуса не образовалась пленка, на его поверхность кладут небольшие кусочки маргарина (70, 50, 30 г) — защищают.

Красный основной соус подают к жареным мясным котлетам, рулету, зразам, сосискам, субпродуктам, блюдам из картофельной массы.

На основе красного соуса приготавливают **производные соусы**.

Соус луковый. Репчатый лук нарезают тонкой соломкой и пассеруют до готовности, но не подрумянивая. Затем добавляют уксус, лавровый лист, перец горошком и оставляют на слабом огне на 5–7 мин для удаления из него влаги и для ароматизации. Из лука удаляют специи и соединяют его с готовым красным основным соусом, после чего варят 10–15 мин. Соус заправляют солью, сахаром, маргарином. Подают к мясным котлетам, биточкам, картофельным котлетам, запеканке, рулету, используют для запекания мяса.

Соус луковый с горчицей. Приготавливают красный основной соус. Репчатый лук мелко рубят, пассеруют и соединяют с красным соусом, варят 10–15 мин, добавляют соль, готовую столовую горчицу, маргарин. Соус не кипятят с горчицей, так как она свертывается и теряет аромат. Соус луковый с горчицей имеет острый вкус. Его подают к мясным жареным блюдам из котлетной массы, сосискам, сарделькам, колбасе, ветчине, свинине.

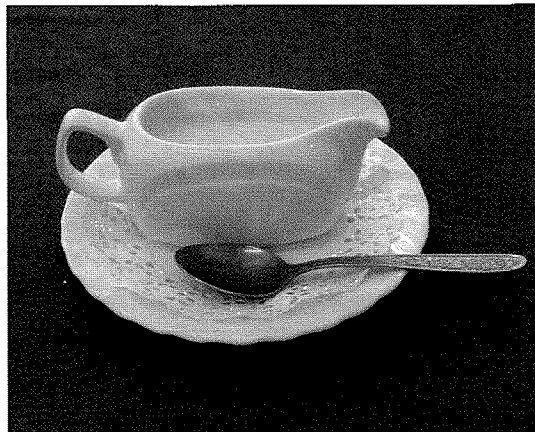


Рис. 27 Формы подачи соуса

Соус красный с луком и огурцами. Репчатый лук мелко рубят, пассеруют и проваривают с уксусом, лавровым листом и перцем горошком.

Маринованные корнишоны мелко рубят. Если их заменяют солеными огурцами, то последние предварительно очищают от кожицы и семян и слегка отжимают.

Подготовленный лук соединяют с красным соусом, варят 10–15 мин, добавляют соль, сахар, рубленые корнишоны и доводят до кипения. Удаляют перец и лавровый лист, заправляют маргарином. Корнишоны можно не класть в соус, а посыпать ими блюдо. Готовый соус обладает необычным кисло-острым вкусом. Его подают

к филе, лангету, котлетам, биточкам и другим мясным блюдам.

Соус красный кисло-сладкий. Сухофрукты перебирают, промывают, чернослив варят и удаляют косточки. Фрукты тушат в отваре 5–10 мин с душистым перцем, соединяют с красным основным соусом, доводят до кипения, добавляют уксус. Соус можно приготовить с орехами и красным сухим вином. Используют в сочетании с блюдами из тушеного мяса и птицы.

Требования к качеству. Красный соус и его производные должны иметь мясной вкус с кисло-сладким привкусом, запах лука, моркови, петрушки, перца, лаврового листа.

Задание 32.1

Закрепляющий материал

Составьте таблицу по указанной форме.

Наименование соуса	Технология приготовления	Кулинарное использование
1. Красный основной		

Наименование соуса	Технология приготовления	Кулинарное использование
2. Луковый		
3. Красный с луком и огурцами		
4. Красный кисло-сладкий		
5. Луковый с горчицей		

Задание 32.2

Проверка степени усвоения материала

Составьте схемы приготовления соусов:

- а) лукового;
- б) красного кисло-сладкого.

Соус белый основной на мясном бульоне и его производные

Тема
33

Учебный материал 33

Белые соусы приготавливают на основе белой пассеровки на мясном или рыбном бульоне.

Соус белый основной на мясном бульоне. Для белого соуса приготавливают бульон. Коренья и лук нарезают соломкой. В посуде с толстым дном пассеруют муку на маргарине до кремоватого цвета. Горячую белую пассеровку разводят в несколько приемов горячим мясным бульоном (80°C), размешивая деревянной веселкой, пока не образуется однородная масса. В разведенную пассеровку закладывают подготовленные овощи и варят 30 мин, снимая

пену. В готовый соус добавляют соль, лимонную кислоту, затем процеживают (рис. 28) и вновь доводят до кипения. При процеживании разварившиеся коренья и лук протирают.

Готовый белый соус заправляют маргарином, зашпигуют поверхность, чтобы не образовалась пленка, и хранят на мармите. Подают к отварным и припущенным птице и мясу. Если белый основной соус применяют для супов, запекания мяса и приготовления производных соусов, то его не заправляют лимонной кислотой и маргарином.

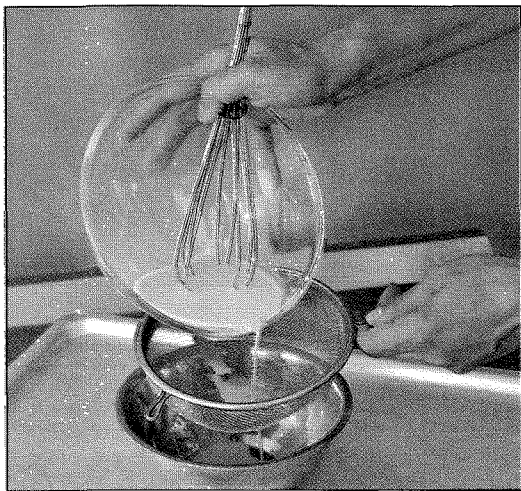


Рис. 28 Процеживание соуса

Производные соуса белого основного.

Соус паровой. Приготавливают основной соус на бульоне, полученном после припускания мяса или птицы, или на концентрированном бульоне. Для увеличения концентрации бульон после варки говядины, кур выпаривают в течение 30 мин.

В готовый белый соус добавляют лимонную кислоту или лимонный сок, соль, доводят до кипения, вливают белое сухое вино. Соус заправляют маргарином или сливочным маслом, хранят на мармите при температуре не выше 75°C. В соус можно добавить вареные свежие шампиньоны или отвар от них. Это увеличивает количество экстрактивных веществ и улучшает вкус соуса. Соус паровой подают к телятине, биточкам, к отварным и припущенным курам, цыплятам, к котлетам из кур.

Соус белый с яйцом. Сырые яичные желтки растирают с кусочками сливочного масла, добавляют немного сливок или бульона и, непрерывно помешивая, прова-



Рис. 29 Соус белый

ривают на водяной бане при температуре 60–70°C до загустения. Полученную смесь соединяют с белым основным соусом (рис. 29) при температуре не выше 70°C, добавляют тертый мускатный орех, соль, лимонную кислоту. Соус подают к блюдам из припущенной и отварной телятины, баранины, к отварным курам, цыплятам.

Соус томатный. Томатный соус приготавливается на основе белого соуса. Обработанные лук, морковь, корень петрушки нарезают тонкой соломкой и пассеруют 5–10 мин, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать еще 15 мин. В посуде растапливают столовый маргарин, вводят пшеничную муку и пассеруют ее почти без изменения цвета до тех пор, пока она не будет рассыпаться. Белую мучную пассеровку разводят горячим мясным бульоном, соединяют с пассерованными овощами и варят 30 мин. За 10 мин до конца варки вводят лавровый лист, молотый перец, соль, сахар, лимон-

ную кислоту. Готовый соус процеживают, доводят до кипения и заправляют маргарином. В соус можно добавить белое сухое вино (100 или 75 г на 1000 г). В этом случае количество лимонной кислоты уменьшают.

Томатный соус подают к сосискам, эскалопу, лангету, мозгам фри, бараньей грудинке фри, блюдам из котлетной массы,

чахохбили, блюдам из овощей. Соус томатный служит также основой для приготовления производных соусов.

Требования к качеству. Белые соусы должны иметь вкус бульона с едва уловимым запахом белых кореньев и лука, с чуть кисловатым привкусом. Томатный соус имеет ярко выраженный кисло-сладкий вкус.

Задание 33.1

Закрепляющий материал

1. Опишите технологию приготовления соуса белого основного, его кулинарное использование.
2. Опишите технологию приготовления и кулинарное использование производных белого соуса:
 - а) соуса парового;
 - б) соуса белого с яйцом;
 - в) соуса томатного.

Задание 33.2

Проверка степени усвоения материала

Изобразите схематично последовательность операций при приготовлении соуса белого основного на мясном бульоне.

Соус белый основной на рыбном бульоне и его производные

тема
34

Учебный материал 34

Основой рыбного белого соуса являются белая мучная пассеровка и рыбный бульон, который получают после варки и припускания рыбы или рыбных пищевых отходов.

Бульон приготавливают так же, как для супов, но более концентрированным.

Соус белый основной. Белую жировую пассеровку разводят при нагревании го-

рячим рыбным бульоном, вводят нарезанные соломкой пассерованные белые корни и репчатый лук и варят 30 мин, снимая с поверхности пену. Добавляют соль, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления производных соусов. Если соус применяют для запекания рыбы, его приготавливают без корней и лука. Перед подачей к отварной или припущенной рыбе соус заправляют лимонной кислотой и столовым маргарином.

Ниже приводится технология приготовления соусов, **производных от белого основного рыбного**.

Соус паровой. Приготавливают так же, как соус паровой на мясном бульоне. Подают к припущенным рыбным блюдам.

Соус белый с рассолом. Готовят белый основной соус. Огуречный рассол процеживают и доводят до кипения. Белый соус соединяют с огуречным рассолом, перемешивают и варят 5–10 мин, затем добавляют соль, лимонную кислоту, сливочное масло или маргарин.

В соус можно добавить специально приготовленный гарнир. Солёные огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают соломкой или ромбиками и припускают. Головизну осетровых рыб варят, отделяют хря-

щи и нарезают. Грибы варят и нарезают ломтиками. Огурцы, хрящи и грибы соединяют и хранят в бульоне. Подготовленный гарнир закладывают в соус и прогревают его при температуре 70–75°C.

Соус можно приготовить с белым сухим вином и добавить молотый перец. Подают соус к припущенным блюдам из рыбы. Гарнир можно не вводить в соус, а положить на рыбу.

Соус томатный. Соус приготавливается так же, как соус томатный на мясном бульоне. Подают к припущенным, жареным, запеченным рыбным блюдам. Путем введения в томатный соус различных наполнителей получают соусы, производные от томатного.

Соус томатный с овощами. Нарезанные мелкими кубиками морковь, петрушку и репчатый лук пассеруют, соединяют с томатным соусом, добавляют перец горошком и варят 10–15 мин. В конце варки вводят лавровый лист, лимонную кислоту, белое сухое вино, сливочное масло или маргарин. Используют к блюдам из отварной, припущенной и жареной рыбы.

Требования к качеству. Рыбные соусы должны иметь резкий, специфический запах рыбы, белых корней и специй.

Задание 34.1

Закрепляющий материал

1. Опишите технологию приготовления соуса белого основного на рыбном бульоне и его кулинарное использование.

2. Опишите технологию приготовления соусов, производных от белого основного:
- а) соуса парового;
 - б) соуса белого с рассолом;
 - в) соуса томатного.

Задание 34.2

Проверка степени усвоения материала

1. Перечислите компоненты, входящие в состав соуса белого основного на рыбном бульоне.
2. Назовите последовательность соединения компонентов соуса белого на рыбном бульоне.

Соусы грибные

Тема
35

Учебный материал 35

Соусы грибные готовят на белой мучной пассеровке и грибном отваре, который приготавливают более концентрированным, чем для супов.

Соус грибной. Отварные грибы и репчатый лук нарезают соломкой или мелко рубят. Лук пассеруют, соединяют с грибами и обжаривают 5 мин. Приготавливают белую жировую пассеровку, разводят ее горячим грибным отваром и варят при помешивании 10–15 мин, вводят соль. Затем соус процеживают, кладут в него обжаренный лук и грибы и варят еще 10 мин. Для улучшения вкуса в соус можно добавить масло или маргарин.

Соус подают к котлетам, зразам, рулету, запеканке картофельной, к рисовым и мясным котлетам, используют для приготовления производных соусов.

Соус грибной с томатом. В готовый грибной соус добавляют пассерованное томатное пюре, доводят до кипения и заправляют маргарином. Подают к крокетам картофельным и к тем же блюдам, что и грибной соус.

Требования к качеству и сроки хранения. Грибные соусы должны иметь вкус грибов и пассерованного лука с запахом муки. Хранят основные горячие соусы на водяной бане при температуре до 80°C не более 4 ч.

Задание 35.1

Закрепляющий материал

Опишите технологию приготовления и кулинарное использование:

- а) соуса грибного;
- б) соуса грибного с томатом.

Задание 35.2

Проверка степени усвоения материала

Ответьте на вопросы.

1. Какая пассеровка используется для приготовления соуса грибного?
2. Какова последовательность соединения компонентов при приготовлении соусов грибных?
3. Какой тепловой обработке подвергается репчатый лук при приготовлении соуса грибного?

**Соусы молочные****Учебный материал 36**

Соусы молочные относят к группе горячих соусов, приготовленных с мукой, пассерованной до светло-кремового цвета на сливочном масле.

Соус молочный. Цельное или разведенное водой молоко доводят до кипения. В посуде с толстым дном приготавливают белую жировую пассеровку. Муку пассеруют особенно аккуратно, чтобы она почти не изменила своего цвета. Горячую пассеровку постепенно разводят горячим молоком при непрерывном нагревании и размешивании, проваривают 7–10 мин,

добавляя соль и сахар. Соус размешивают, процеживают, доводят до кипения и защищают кусочками сливочного масла, чтобы при хранении на поверхности не образовывалась пленка.

Молочные соусы приготавливают различными по консистенции в зависимости от использования (табл. 6):

- *густой* — для фарширования котлет из птицы и дичи, изделий из рубленого мяса, для добавления в качестве связующей основы в морковные котлеты, сырники и другие блюда;

Таблица 6

Наименование продукта	Масса продукта в г при консистенции соуса		
	густой	средней густоты	жидкой
Жидкость (молоко, вода)	900	1000	1000
Мука пшеничная	130	100	50
Масло сливочное	130	100	50
Сахар	–	–	10

- *средней густоты* — для запеканки (в соус добавляют сырые яичные желтки), блюдо из овощей, мяса, рыбы, а также для заправки припущенных и отварных овощей;
- *жидкий* — для поливки овощных, крупяных и других блюд.

Соусы, производные от молочного, приготавливают следующим образом.

Соус молочный с луком. Репчатый лук мелко рубят и пассеруют на сливочном масле, помешивая, чтобы он не поджарился. Затем добавляют мясной бульон, закрывают крышкой и припускают лук, пока он не станет мягким. Приготавливают молочный соус и кладут в него лук, перемешивают, проваривают 5–10 мин, вводят соль, красный молотый перец. Соус процеживают, протирают лук, доводят до ки-

пения и заправляют сливочным маслом. Готовый соус имеет нежный вкус с легким луковым привкусом и запахом. Его подают к натуральным котлетам и к жареному мясу из баранины.

Соус молочный сладкий. Приготавливают жидкий молочный соус, в него добавляют сахар, ванилин, проваривают 3–5 мин. Подают к сырникам, пудингам, запеканкам из круп и творога.

Требования к качеству и сроки хранения. Не допускается наличие у молочного соуса запаха пригорелого молока. Хранят жидкий молочный соус при температуре 65–70°C не более 1–1,5 ч. Густой молочный соус хранят охлажденным при температуре 5°C не более суток. Соус средней густоты хранению не подлежит и готовится перед использованием.

Задание 36.1

Закрепляющий материал

1. Опишите технологию приготовления соуса молочного.
2. Назовите производные соуса молочного.
3. Укажите кулинарное использование соуса молочного и его производных.

Проверка степени усвоения материала

1. Перечислите виды молочных соусов и их применение.
2. Составьте схему последовательности соединения компонентов соуса молочного.

Тема

37

Соусы сметанные**Учебный материал 37**

Соусы сметанные бывают натуральные и на белом соусе. Натуральный сметанный соус приготавливают на белой пассеровке и сметане, являющейся жидкой основой. Однако чаще приготавливают сметанный соус на белой пассеровке и жидкой основе, состоящей из 50% сметаны и 50% мясного или рыбного бульона.

Соус сметанный. Приготавливают белую сухую или жировую пассеровку и разводят ее горячим бульоном. Сметану доводят до кипения, соединяют с полученным белым соусом, размешивают, заправляют солью (для некоторых блюд перцем) и проваривают 3–5 мин. Соус процеживают, доводят до кипения и защипывают сливочным маслом. Подают к мясным, рыбным, овощным, творожным блюдам, используют для приготовления производных соусов.

Соус сметанный (натуральный). Белую жировую пассеровку соединяют при помешивании с кипящей сметаной, добавляют соль, варят 5–7 мин. Готовый соус процеживают, доводят до кипения.

В кулинарии используются также соусы, производные от сметанного. Вот некоторые из них.

Соус сметанный с томатом. Приготавливают сметанный соус и соединяют с уваренным до половины объема томатным пюре, размешивают, добавляют соль, молотый перец, доводят до кипения. Используют для приготовления овощных фаршированных блюд, тефтелей.

Соус сметанный с луком. Репчатый лук нарезают тонкой соломкой и пассеруют до размягчения, но так, чтобы лук не имел поджаристых корочек. Приготавливают сметанный соус, в него закладывают подготовленный лук, проваривают 7–10 мин, добавляют соль, кетчуп и доводят до кипения, непрерывно помешивая. Подают соус к котлетам, лангету, бефстроганову, биточкам, печени и другим мясным блюдам.

Этот соус можно также приготовить с добавлением пассерованного томатного пюре и подавать к тефтелям, голубцам и другим блюдам.

Соус сметанный с хреном. Корень хрена мелко натирают и пассеруют на сливочном масле, помешивая, вводят 9% уксус, лавровый лист, перец горошком и проваривают не более 5 мин для ароматизации хрена. Приготавливают сметанный соус. В него вводят подготовленный хрен, удалив

предварительно лавровый лист и перец горошком, добавляют соль и доводят до кипения. Соус сметанный с хреном подают к отварной говядине, языку, ветчине, рулету, используют для запекания мясных блюд.

Сметанные соусы хранятся на раздате при температуре до 75°C не более 2 ч.

Задание 37.1

Закрепляющий материал

1. Перечислите виды сметанных соусов.
2. Опишите технологию приготовления и кулинарное использование соуса сметанного (натурального).
3. Опишите технологию приготовления и кулинарное использование соусов, производных от сметанного :
 - а) соуса сметанного с томатом;
 - б) соуса сметанного с луком;
 - в) соуса сметанного с хреном.

Задание 37.2

Проверка степени усвоения материала

Составьте таблицу по указанной форме.

Виды соусов сметанных	Компоненты соусов сметанных	Кулинарное использование



Результат 3

Описать технологический процесс приготовления соусов без муки и их кулинарное использование согласно СРБ и соответственно видам соусов

Темы:

- 38. Соусы без муки. Соусы яично-масляные и смеси масляные
- 39. Соусы холодные
- 40. Соусы сладкие

Описать технологический процесс приготовления соусов без муки и их кулинарное использование согласно СРБ и соответственно видам соусов

Тема
38

Соусы без муки. Соусы яично-масляные и смеси масляные

Учебный материал 38

К соусам без муки относятся горячие соусы на основе сливочного масла. Во многие из них входят яйца.

Перед тепловой обработкой *куриные яйца* проверяют на доброкачественность, просматривая их с помощью светового овоскопа. Годные к употреблению яйца промывают и дезинфицируют. Для этого их замачивают в течение 5–10 мин в воде, затем выдерживают в течение 5–10 мин в растворе 0,5% кальцинированной соды и производят дезинфекцию 2% раствором хлорамина. Затем яйца промывают холодной водой в течение 5 мин. Чтобы скорлупа яйца не треснула, сильно охлажденные яйца выдерживают некоторое время при комнатной температуре.

Соусы яично-масляные

Соус польский. Яйца варят вкрутую, охлаждают, очищают, мелко шинкуют. Зелень петрушки или укропа мелко нарезают. Масло сливочное растапливают, соединяют с подготовленными яйцами и зеленью, до-

бавляют лимонный сок или разведенную лимонную кислоту, соль. Соус размешивают и прогревают при температуре не выше 70°C. Подают к отварным блюдам из рыбы, к капусте цветной и белокочанной.

Соус польский с белым соусом. Все продукты подготавливают так же, как для соуса польского, и в такой последовательности вводят в приготовленный белый основной соус. Для рыбных блюд его готовят на рыбном бульоне. Используют с теми же блюдами, что и соус польский.

Соус сухарный. Сухари белого хлеба размалывают, просеивают и поджаривают при помешивании до золотистого цвета. Сливочное масло растапливают и продолжают нагревать до тех пор, пока не выпарится содержащаяся в масле вода и не образуется коричневатый осадок. После этого масло процеживают и вводят в него поджаренные сухари, соль и лимонную кислоту или лимонный сок. Соус сухарный подают к отварным овощам: к капусте

брюссельской, белокочанной, цветной, к спарже, артишокам.

Соус голландский. Желтки сырых яиц соединяют с холодной кипяченой водой, размешивают в посуде с толстым дном, вводят кусочки сливочного масла ($\frac{1}{3}$ часть), проваривают на водяной бане (при температуре не выше 80°C), помешивая и слегка взбивая до образования однородной, слегка загустевшей смеси. Прекратив нагрев, в соус вводят оставшееся сливочное масло в растопленном виде, а после полного соединения с желтками — белую жировую пассеровку, разведенную бульоном или отваром, соль, лимонную кислоту или лимонный сок. Готовый соус процеживают.

Голландский соус можно готовить без белой пассеровки, но такой соус неустойчив. Чтобы не свернулись желтки и не разрушилась эмульсионная структура соуса, температура его при проваривании должна быть $70\text{--}75^{\circ}\text{C}$. Добавление белой пассеровки делает соус более устойчивым. Голландский соус готовят непосредственно перед подачей для блюд из отварной рыбы, овощей (спаржи, капусты цветной и брюссельской).

Смеси масляные

Эти смеси представляют собой размягченное сливочное масло, перемешанное с измельченными наполнителями (такими как сыр, горчица, сельдь, кильки, зелень), сформированное и охлажденное. При отпуске масляные смеси нарезают на небольшие кусочки массой $10\text{--}15$ г (кружочки, ромбики штампуют при помощи выемок, ракушки и спирали — декораторами для формовки масла, розетки выпускают из кондитерского мешка) и замо-

раживают. Для лучшего вкуса добавляют лимонный сок.

Используют в качестве приправы к горячим блюдам и для оформления холодных блюд. Масляная смесь должна быть хорошо охлажденной и сохранять свою форму.

Масло зеленое. Размягченное сливочное масло соединяют с мелко рубленой зеленью петрушки, лимонной кислотой, перемешивают, формируют в виде батона или тонкой колбаски, охлаждают и нарезают. Подают к бифштексу, антрекоту, рыбе фри, используют для приготовления бутербродов и других блюд.

Масло селедочное. Филе сельди вымачивают, пропускают через мясорубку с частой решеткой, протирают через сито, соединяют с размягченным сливочным маслом и хорошо взбивают. Хранят готовое масло в холодильнике. Используют для приготовления бутербродов, как холодную закуску, для фарширования яиц.

Масло с горчицей. Сливочное масло размягчают и соединяют с готовой столовой горчицей. Используют для приготовления бутербродов.

Масло сырное. Приготавливают путем взбивания сливочного масла с тертым зеленым сыром или рокфором. Применяют для приготовления бутербродов. В диетическом питании сырное масло готовят из неострых сортов сыра и подают как холодную закуску.

Масло розовое. Сливочное масло соединяют с томатным пюре и взбивают. Употребляют для бутербродов.

Паста желтковая. Желтки вареных яиц отделяют от белков, протирают и соединяют с размягченным сливочным маслом

и солью. В пасту можно добавить взбитые сливки. Используют для бутербродов, оформления банкетных блюд и фаршированных яиц.

Паста из брынзы. В протертую брынзу добавляют сметану и хорошо вымешивают. Можно добавить красный молотый перец. Используют для приготовления бутербродов.

Анчоусное масло. Филе анчоусов вымачивают в молоке, растирают. Полученную пасту соединяют со сливочным маслом и черным молотым перцем, формуют и охлаждают. Используют для бутербродов.

Масло с авокадо. Очищенную мякоть спелого авокадо протирают, соединяют с

размягченным сливочным маслом, лимонным соком, солью и перцем, хорошо размешивают, формуют и охлаждают. Используют для жареной птицы, рыбы, отварных макарон.

Требования к качеству и сроки хранения. Яично-масляные соусы имеют аромат сливочного масла и слегка кисловатый вкус. Голландский соус должен иметь однородную консистенцию, без хлопьев свернувшегося белка. В сухарном соусе масло без сгустков белка, в польском — яйца шинкуют (этот соус хранят до 2 ч). Масляные смеси хранят в холодильнике несколько дней.

Задание 38.1

Закрепляющий материал

Ответьте на вопросы.

1. Что является основой соусов без муки?
2. Как готовят смеси масляные?

Опишите технологию приготовления и кулинарное использование соусов:

- а) польского; б) польского с белым соусом; в) сухарного; г) голландского.

Задание 38.2

Проверка степени усвоения материала

1. Схематично изобразите последовательность операций приготовления соусов яично-масляных:
 - а) польского; б) сухарного; в) голландского.
2. Укажите, что является основой для смесей масляных.
3. Перечислите, наполнители которые могут входить в состав смесей масляных.

Учебный материал 39

Соусы холодные приготавливают на растительном масле или уксусе, а желе — на крепком концентрированном мясном или рыбном бульоне. К соусам холодным относят заправки, маринады к рыбным и овощным блюдам, их используют для приготовления салатов, винегретов и бутербродов.

Заправка для салата. Уксус соединяют с сахаром, солью и молотым перцем, все хорошо перемешивают и вводят растительное масло. В холодном цехе заправку хранят в удобной для использования посуде. Чтобы заправка была однородной, ее тщательно взбалтывают. Используют для поливки салатов из свежих овощей, винегретов, овощных гарниров.

Заправка горчичная. Столовую горчицу растирают с солью, сахаром, молотым перцем и постепенно разводят уксусом, вводят растительное масло и все хорошо взбалтывают. Ею заправляют винегреты, сельдь, холодные гарниры.

Заправка горчичная с желтками. Яйца варят вкрутую, очищают и отделяют желтки. Затем протертые через сито желтки перетирают со столовой горчицей, солью, сахаром и молотым перцем, разводят уксусом, соединяют с растительным маслом и размешивают. Заправку используют для поливки салатов и сельди.

Заправка сметанная. Сметану соединяют с желтками вареных яиц, растертыми с горчицей, солью и сахаром. Заправку хо-

рошо размешивают и используют для салатов.

Заправка сметанная с зеленью. Сметану соединяют с двойным количеством растительного масла, добавляют мелко нарезанную зелень петрушки, эстрагона или лука, соль, черный молотый перец. Используют для салатов.

Заправка из томатного сока с чесноком. Томатный сок соединяют с 4-кратным количеством оливкового масла, добавляют размятый чеснок, соль, сахар, черный молотый перец. Используют для салатов.

Соус майонез. Желтки сырых яиц отделяют от белков. Растительное масло охлаждают, чтобы лучше разбивалось на мелкие жировые шарики (эмульгировало). Желтки помещают в неокисляющуюся посуду, добавляют горчицу, соль, сахар и хорошо растирают. В полученную смесь вводят при непрерывном взбивании растительное масло небольшими порциями и продолжают взбивать до полного соединения масла со смесью (рис. 30). Добавляют уксус, перемешивают, после чего соус становится светлее.

Майонез представляет собой эмульсию, в которой растительное масло находится в виде очень мелких жировых шариков, образующихся при взбивании. При недостаточном взбивании и долгом хранении шарики масла соединяются между собой и выступают на поверхность соуса. Этот процесс называют отмасливанием.

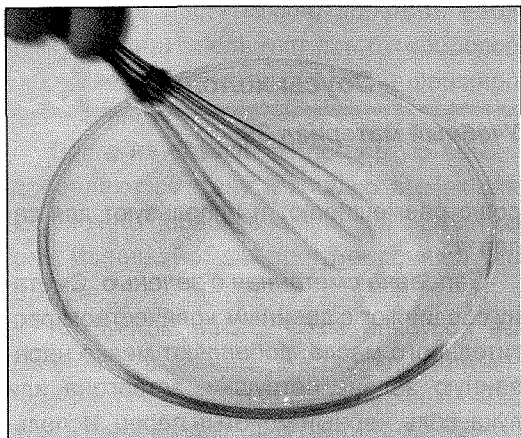


Рис. 30 Взбивание майонеза

Чтобы восстановить отмаслившийся майонез, его вновь взбивают с желтками яиц. Благодаря эмульсионному состоянию майонез легко усваивается.

Майонез можно приготовить с добавлением белого соуса. Муку для белого соуса прогревают без жира, не допуская изменения цвета, охлаждают, разводят смесью холодного бульона с уксусом, доводят до кипения, затем охлаждают. Муку можно заменить картофельным или кукурузным крахмалом.

Майонез используют для приготовления салатов, винегретов, бутербродов, мясных блюд, производных соусов.

Соус майонез со сметаной. В майонез добавляют сметану и перемешивают. Подают к холодным блюдам из мяса, рыбы и используют для заправки салатов.

Соус майонез с корнишами. Маринованные корнишоны мелко рубят, соединяют с майонезом и кетчупом, перемешивают. Подают к холодным и горячим мясным и рыбным блюдам.

Соус майонез с желе. Соус майонез соединяют с охлажденным мясным или рыбным желе, которое находится еще в жидком состоянии. Размешивают, взбивая. Применяют соус для приготовления заливных блюд.

Соус майонез с хреном. Хрен измельчают, ошпаривают, охлаждают и соединяют с майонезом. Подают к фаршированной рыбе, отварному мясу, студню.

Маринад овощной с томатом. Овощи нарезают тонкой соломкой и пассеруют на растительном масле до полуготовности. Добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать при помешивании еще 10 мин. Вливают уксус, закладывают лавровый лист, перец горошком, соль, сахар, перемешивают и, если маринад слишком густой, добавляют процеженный рыбный бульон. Проваривают при слабом кипении 15–20 мин, охлаждают и хранят в неокисляющейся посуде. Маринад используют для блюда «рыба под маринадом». Кроме перечисленных продуктов, в состав маринада могут входить белые корни: петрушка, сельдерей, пастернак, а также лук-порей. Чтобы маринад был более ароматным, в него добавляют гвоздику и корицу.

Готовят маринад и без томатного пюре (белый маринад). В качестве загустителя в него вводят в конце варки муку или картофельный крахмал. Для маринада овощи можно нарезать звездочками или гребешками. В состав маринада может входить свекла.

Соус хрен. Корень хрена выдерживают в холодной воде 1,5–2 ч, затем измельчают, заливают кипятком и выдерживают, накрыв крышкой, до остывания. Вводят уксус, соль, сахар и размешивают. Хранят в

неокисляющейся посуде с закрытой крышкой. Соус хрен с уксусом подают к мясным и рыбным холодным блюдам.

Соус хрен со сметаной. Корень хрена подготавливают так же, как для соуса хрен с уксусом, соединяют со сметаной, солью, сахаром и перемешивают. Соус подают к отварному поросенку, к студню и другим блюдам.

Кетчуп. Свежие помидоры нарезают мелкими кубиками, кладут в глубокую сковороду, добавляют мелко рубленный свежий базилик, томатное пюре, немного винного уксуса, соль и молотый черный перец. Варят, помешивая, до загустения соуса, охлаждают. Используют для различных холодных и горячих блюд из рыбы, мяса и овощей.

Горчица столовая. Порошок горчицы заливают кипятком, выдерживают 5–7 ч,

сливают воду, добавляют уксус, соль, сахар, растительное масло и хорошо перемешивают. Приготовленная горчица используется как приправа к мясным блюдам и добавляется в соусы и заправки.

Требования к качеству и сроки хранения. Маринады должны иметь кисло-пряный вкус, аромат уксуса, овощей, пряностей. Недопустимы вкус сырого томатного пюре или слишком кислый вкус. Соус хрен не должен быть горьким или недостаточно острым. Майонез — без горького привкуса, не кислый.

Хранят салатные заправки, майонез собственного изготовления на предприятиях общественного питания не более 1–2 суток при температуре 10–15°С в неокисляющейся посуде. Соус хрен, маринады — 2–3 суток.

Задание 39.1

Закрепляющий материал

1. Перечислите ассортимент холодных соусов.
2. Опишите технологию приготовления соуса майонеза.
3. Опишите технологию приготовления соусов, производных от соуса майонеза:
 - а) майонеза со сметаной;
 - б) майонеза с корнишонами.
4. Опишите технологию приготовления заправок:
 - а) для салатов;
 - б) горчичной;
 - в) сметанной.
5. Опишите технологию приготовления маринада овощного, его кулинарное использование.

6. Опишите технологию приготовления соуса хрена, его кулинарное использование.

Задание 39.2

Проверка степени усвоения материала

Составьте схемы технологического процесса приготовления маринада овощного и соуса хрена.

Тема
40

Соусы сладкие

Учебный материал 40

Сладкие соусы готовят из свежих, консервированных, сухих фруктов и ягод, из соков, пюре, сиропов, молока. В их состав входят сахар, ароматические вещества, лимонная цедра, ванилин, шоколад, какао. Загустителем этих соусов служит

картофельный крахмал, а для некоторых — мука. Их подают как в горячем, так и в холодном виде.

Соус яблочный. Яблоки промывают, удаляют сердцевину с семенами, нарезают ломтиками и припускают в воде. Припущенные яблоки протирают, соединяют с отваром, сахаром, лимонной кислотой, доводят до кипения и вводят разведенный крахмал. В готовый яблочный соус можно добавить корицу. Соус подают к запеканке, пудингам, блинчикам, гренкам с фруктами.

Соус абрикосовый. Курагу перебирают, промывают и замачивают в холодной воде для набухания на 2–3 ч. Затем варят в этой же воде до размягчения, протирают, соединяют с отваром, сахаром и проваривают при помешивании до загустения массы. Если масса недостаточно густая, то в нее добавляют разведенный картофельный крахмал и доводят до кипения. Для



Рис. 31 Пудинг с апельсиновым соусом

улучшения вкуса в соус можно добавить лимонную кислоту.

Свежие абрикосы ошпаривают и выдерживают в кипятке 30 мин, очищают от кожицы, нарезают на дольки, удаляют косточки, засыпают сахаром на 2–3 ч, затем проваривают 5 мин.

Соус абрикосовый подают к каше гурьевской, пудингам, яблокам в тесте, яблокам с рисом, гренкам с фруктами.

Соус сладкий из сухофруктов. Сухофрукты перебирают, промывают, замачивают в воде для набухания, затем удаляют косточки. Крупные сухофрукты нарезают ломтиками или кубиками, варят, вводят сахар и разведенный в холодной воде картофельный крахмал. Доводят соус до кипения, добавляют лимонную кислоту, охлаждают. Подают к котлетам, биточкам, запеканке из круп, пудингам и другим блюдам.

Задание 40.1

Закрепляющий материал

Изучив новый материал, опишите технологию приготовления соуса яблочного.

Задание 40.2

Проверка степени усвоения материала

Опишите технологию приготовления соусов:

- а) абрикосового;
- б) из сухофруктов.



Практические работы

Практическая работа № 1

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БУЛЬОНОВ, ЩЕЙ, БОРЩЕЙ

Порядок выполнения работы

1. Ознакомьтесь с дополнительным материалом («Сборником рецептов блюд»).
2. Заполните таблицы, выполняя задания.
3. Составьте схему приготовления борща без картофеля.
4. Ответьте на контрольные вопросы.

Задания для самостоятельного выполнения

1. Работая со «Сборником рецептов блюд», определите выход одной порции каждого из блюд, данные занесите в таблицу.

Название первого блюда	№ рецептуры	Набор сырья	Выход
Щи из свежей капусты			
Щи из квашеной капусты			
Борщ украинский			
Борщ			
Борщ московский			

2. Сделайте расчет расхода (брутто и нетто) продуктов на 4 порции для приготовления блюд: щи из свежей капусты, щи из квашеной капусты, борщ, борщ украинский и составьте таблицу по указанной форме.

Наименование продуктов	Брутто	Нетто

3. Составьте схему приготовления борща без картофеля.

Контрольные вопросы

1. Какие правила санитарии необходимо выполнять при приготовлении бульонов, борщей и щей?
2. Каковы правила отпуска бульонов, борщей и щей?
3. Каковы показатели качества приготовленных блюд?

Практическая работа № 2

СОСТАВЛЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ СХЕМ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ

Порядок выполнения работы

1. Ознакомьтесь с дополнительным материалом (инструкционные и технологические карты).
2. Составьте схемы приготовления первых блюд.
3. Ответьте на контрольные вопросы.

Задания для самостоятельной работы

Составьте технологические схемы, по которым можно приготовить следующие блюда.

1. Щи из свежей капусты с картофелем.
2. Борщ украинский.
3. Рассольник ленинградский.
4. Суп картофельный с крупами.
5. Суп картофельный с макаронными изделиями.
6. Суп картофельный с бобовыми.
7. Суп с крупами.
8. Суп с макаронными изделиями.
9. Суп с бобовыми.

Контрольные вопросы

1. Какова последовательность приготовления борщей?
2. В каком документе содержится информация о продуктах, необходимых для приготовления первых блюд?
3. В чем особенность приготовления первых блюд с бобовыми?
4. Как нарезают овощи для приготовления первых блюд?
5. Какие правила техники безопасности необходимо соблюдать при приготовлении первых блюд?
6. Какие технологические операции выполняет повар, готовя рассольник ленинградский?

Практическая работа № 3**СОСТАВЛЕНИЕ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ СХЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ-ПЮРЕ****Порядок выполнения работы**

1. Ознакомьтесь с дополнительным материалом («Сборником рецептов блюд»).
2. Составьте технологические схемы приготовления супов-пюре.
3. Ответьте на контрольные вопросы.

Задания для самостоятельной работы

Составьте технологические схемы, по которым можно приготовить следующие блюда.

1. Суп-пюре из моркови.
2. Суп-пюре из картофеля.
3. Суп-пюре из цветной капусты.
4. Суп-пюре из разных овощей.
5. Суп-пюре из рисовой крупы.
6. Суп-пюре из гороха или фасоли.
7. Суп-пюре из кур.
8. Суп-пюре из печени.

Контрольные вопросы

1. В чем особенность приготовления супов-пюре?
2. Каковы санитарные требования при приготовлении и отпуске супов-пюре?
3. Какова последовательность приготовления супов-пюре?
4. Каковы показатели качества приготовленного блюда?

Практическая работа № 4

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПЕРВЫХ БЛЮД

Порядок выполнения работы

1. Ознакомьтесь с дополнительным материалом («Сборником рецептов блюд»).
2. Заполните таблицы, выполняя задания.
3. Составьте технологические схемы приготовления блюд.
4. Ответьте на контрольные вопросы.

Задания для самостоятельной работы

1. Отметьте знаком «X» формы нарезки овощей для заданных супов.

Супы	Форма нарезки моркови и белых корнеьев					
	брусочки, дольки	кубики средние	кубики мелкие	соломка	ломтики	кружочки
1. Борщ						
2. Борщ украинский						
3. Борщ флотский						
4. Борщ московский						
5. Щи из свежей капусты						
6. Щи из квашеной капусты						
7. Щи суточные						
8. Щи зеленые						
9. Рассольник домашний						
10. Рассольник ленинградский						
11. Суп картофельный						

Супы	Форма нарезки моркови и белых корнеьев					
	брусочки, дольки	кубики средние	кубики мелкие	соломка	ломтики	кружочки
12. Суп с крупой						
13. Суп гороховый						
14. Суп-лапша домашняя						
15. Суп с макаронными изделиями						
16. Борщ холодный						
17. Свекольник холодный						

2. Для каждого супа проставьте цифрами последовательность закладывания продуктов при его приготовлении.

Продукты	Борщ	Рассольник ленинградский	Суп с макаронными изделиями
Крупа рисовая			
Капуста свежая			
Свекла тушеная			
Макароны			
Соль, пряности			
Пюре томатное пассерованное			
Лук пассерованный			
Вермишель			
Картофель			
Огурцы соленые припущенные			
Петрушка пассерованная			
Томаты			

3. Составьте технологическую схему приготовления:

- 1) шей из квашеной капусты;
- 2) борща украинского;
- 3) рассольника ленинградского;
- 4) супа-пюре из картофеля.

Контрольные вопросы

1. Какое сырье и продукты необходимы для приготовления первых блюд?
2. Каково значение первых блюд в питании человека?
3. Какие требования санитарии необходимо выполнять при приготовлении первых блюд?

Практическая работа № 5

Технология приготовления соусов

Порядок выполнения работы

1. Ознакомьтесь с карточкой-заданием.
2. Ознакомьтесь с дополнительным материалом («Сборником рецептов блюд»).
3. Составьте технологические схемы приготовления заданных соусов.
4. Ответьте на контрольные вопросы.

Задания для самостоятельной работы

Составьте технологические схемы приготовления соусов:

- а) белого основного,
- б) красного основного,
- в) молочного,
- г) грибного,
- д) сметанного,
- е) голландского,
- ж) маринада овощного с томатом.

Контрольные вопросы

1. Каково значение соусов в питании?
2. По каким признакам классифицируются соусы?
3. Какие бульоны используют для приготовления соусов?
4. Для какой цели пассеруют муку?
5. Как классифицируют мучные пассеровки?
6. Как приготавливают и используют соус красный основной?
7. Какие производные соусы приготавливают из красного основного?
8. Как приготавливают и используют соус луковый?
9. Как приготавливают и используют соус белый основной на рыбном бульоне?
10. Какие производные соусы приготавливают из соуса белого основного рыбного?
11. Чем отличается соус паровой от соуса белого?
12. Как приготавливают и используют соус томатный?
13. Перечислите компоненты соуса грибного.
14. Как делят молочные соусы по консистенции и для каких блюд их используют?
15. Как приготавливают соус молочный?
16. Как приготавливают и используют соус сметанный?
17. Какие производные соусы приготавливают из соуса сметанного, к каким блюдам подают?
18. Какие соусы готовят на основе сливочного масла?
19. Как приготавливают соус польский?
20. Какие соусы относят к холодным?
21. Как приготавливают и используют соус абрикосовый?

Материалы оценки компетентности

Оценка компетентности по модулю 1

Оценка компетентности по модулю 2

Оценка компетентности по модулю 3

Материалы оценки компетентности

Оценка компетентности по модулю 1

РЕЗУЛЬТАТ 1

Вариант I

1. Закончите предложения.
 - 1) Общественное питание — это...
 - 2) Технологический процесс — это...
 - 3) Кулинария изучает...
 - 4) Блюдом называют...
 - 5) Дольки используются для приготовления...
2. Перечислите операции обработки овощей.
3. Назовите формы нарезки картофеля.
4. Укажите кулинарное использование форм нарезки моркови, свеклы.
5. Схематично изобразите последовательность операций механической кулинарной обработки капустных овощей.
6. Ответьте на вопросы.
 - 1) Что является отходами при кулинарной обработке овощей?
 - 2) От чего зависит количество отходов?
 - 3) Как используются отходы картофеля?

Вариант II

1. Закончите предложения.
 - 1) Основной задачей государственной политики в области здорового питания является...
 - 2) Питание — это...

- 3) Механическая кулинарная обработка пищевых продуктов включает в себя:
 - а) ...
 - б) ...
 - 4) Для приготовления блюд используют следующие формы нарезки картофеля...
 - 5) Для приготовления щей используется картофель, нарезанный...
2. Зашифруйте ребусом технологические операции обработки картофеля.
 3. Назовите формы нарезки картофеля.
 4. Каково кулинарное использование простых форм нарезки капустных и луковых овощей?
 5. Схематично изобразите последовательность операций механической кулинарной обработки грибов.
 6. Ответьте на вопросы.
 - 1) Как используются отходы свеклы?
 - 2) Как используются отходы петрушки, укропа?
 - 3) Как используются отходы капусты?

РЕЗУЛЬТАТ 2

Вариант I

1. Ответьте на вопросы.
 - 1) В чем состоит механическая кулинарная обработка рыбы?
 - 2) Какие полуфабрикаты используют для варки?
 - 3) Каково время вымачивания соленой рыбы?
 - 4) Какие полуфабрикаты из рыб используют для припускания?
2. Составьте схему разделки рыбы средних и крупных размеров на филе без кожи и костей.
3. Закончите предложения.
 - 1) При первичной обработке рыбы, кроме полуфабрикатов, получают отходы...
 - 2) Наименьшее количество отходов получают, когда...
 - 3) Наибольшее количество отходов получают при...

Вариант II

1. Ответьте на вопросы.
 - 1) Как размораживают рыбу?
 - 2) Каково время оттаивания рыбы на воздухе?
 - 3) Какая температура воды при оттаивании рыбы в воде?
 - 4) Какова последовательность процесса удаления внутренностей у рыбы?
2. Составьте схему обработки осетровой рыбы.
3. Дополните предложения.
 - 1) Из рыбных отходов готовят следующие блюда...
 - 2) Хранят рыбные полуфабрикаты при температуре ..., котлетную массу (на противне) — ...С.
 - в) Крупными кусками рыбу хранят ... часов, порционными кусками и в виде фарша — ... часов, полуфабрикаты из котлетной массы — ... часов.

РЕЗУЛЬТАТ 3**Вариант I**

1. Ответьте на вопросы.
 - 1) Какие виды механической кулинарной обработки мяса вы знаете?
 - 2) Каковы потери мясного сока при размораживании?
 - 3) Водой какой температуры моют мясо?
2. Перечислите части задней четвертины говяжьей туши.
3. Назовите кости задней четвертины говяжьей туши.
4. Перечислите части, получаемые при разделке свиной туши, и опишите их кулинарное назначение.

Вариант II

Ответьте на вопросы и выполните задания.

1. Из каких операций состоит разделка полутуш?
2. Какой способ размораживания мяса является лучшим и почему?
3. Как отделяют лопатку?
4. Как производят обвалку позвоночной и реберных костей?
5. Какие части мякоти используют для варки и почему?

6. Перечислите части туши, получаемые при разделке бараньей туши, и опишите их кулинарное назначение.

РЕЗУЛЬТАТ 4

Вариант I

Ответьте на вопросы и выполните задания.

1. Почему зеленые овощи при тепловой обработке изменяют свою окраску?
2. Почему не рекомендуется жарить продукты при температуре выше 180°C?
3. Составьте таблицу по указанной форме.

Виды варки и жаренья	Температурный режим

4. Закончите фразы.
 - 1) Пассерование — это... Пассеруют следующие продукты ...
 - 2) Бланширование — это... Бланшируют следующие продукты...

Вариант II

Ответьте на вопросы и выполните задания.

1. Почему при тепловой обработке мясо и рыба уменьшаются в своей массе?
2. Что представляет собой пена, образующаяся при варке бульонов, картофеля и других продуктов?
3. Что означает термин «инверсия»?
4. Почему морковь перед использованием рекомендуется пассеровать в жире?
5. Закончите фразы.
 - 1) Тушение — это...
 - 2) Запекание — это...

Оценка компетентности по модулю 2

РЕЗУЛЬТАТ 1

Вариант I

1. Составьте схему классификации супов.
2. Составьте схему механической кулинарной обработки овощей.
3. Перечислите этапы механической кулинарной обработки рыбы для приготовления бульона и супа рыбного.
4. Отметьте знаком «X» продукты, входящие в каждое блюдо, и опишите их первичную или тепловую обработку.

Наименование продуктов	Щи из свежей капусты	Рассольник домашний	Суп картофельный с бобовыми
Морковь			
Коренья			
Жир			
Специи			
Картофель			
Лук репчатый			
Сметана			
Капуста свежая			
Томатное пюре			
Соль			
Свекла			
Лапша			
Крупа			

Наименование продуктов	Щи из свежей капусты	Рассольник домашний	Суп картофельный с бобовыми
Сахар			
Уксус 3%			
Огурцы соленые			
Горох			

Вариант II

1. Опишите последовательность закладки продуктов в заправочные супы.
2. Перечислите формы нарезки картофеля и их кулинарное использование.
3. Составьте схему механической кулинарной обработки мяса.
4. Отметьте знаком «X» продукты, входящие в каждое блюдо, и опишите их первичную или тепловую обработку.

Наименование продуктов	Борщ с картофелем	Суп-лапша домашняя	Суп картофельный с крупой
Морковь			
Коренья			
Жир			
Специи			
Картофель			
Лук репчатый			
Сметана			
Капуста свежая			
Томатное пюре			
Соль			
Свекла			

Наименование продуктов	Борщ с картофелем	Суп-лапша домашняя	Суп картофельный с крупой
Лапша			
Крупа			
Сахар			
Уксус 3%			
Огурцы соленые			
Горох			

РЕЗУЛЬТАТ 2

Вариант I

1. Опишите технологию приготовления супа-пюре из овощей.
2. Опишите технологию приготовления супа-пюре из печени.
3. Перечислите правила отпуска супов-пюре.

Вариант 2

1. Опишите технологию приготовления супа-пюре из круп.
2. Опишите технологию приготовления супа-пюре из птицы.
3. Перечислите правила отпуска супов-пюре.

РЕЗУЛЬТАТ 3

Вариант I

1. Опишите:
 - 1) подготовку макаронных изделий для молочных супов;
 - 2) подготовку моркови для молочного супа с овощами;
 - 3) формы нарезки картофеля для молочного супа;
 - 4) формы нарезки свежих яблок для сладкого супа;
 - 5) жидкую основу для сладких супов;
 - 6) правила отпуска сладкого супа.
2. Какие из нижеперечисленных продуктов входят в состав окрошки овощной?
Лук зеленый; свекла; яйцо; сахар; уксус; картофель; горчица;

редис; огурцы свежие; морковь; соль; говядина; сметана; репа; лук репчатый.

3. Опишите последовательность приготовления окрошки овощной.
4. Назовите жидкую основу для холодного супа, где основной продукт — ржаной хлеб.

Вариант II

1. Опишите:
 - 1) жидкую основу молочных супов;
 - 2) основной перечень овощей для молочных супов;
 - 3) подготовку круп для молочного супа на цельном молоке;
 - 4) форму нарезки белокочанной капусты для молочных супов;
 - 5) подготовку свежих яблок для сладкого супа;
 - 6) подготовку крахмала для заправки сладкого супа.
2. Выберите из нижеперечисленных продуктов те, которые используются для приготовления борща холодного.
Лук зеленый; свекла; яйцо; сахар; уксус; картофель; горчица; редис; огурцы свежие; морковь; соль; говядина; сметана; репа; лук репчатый.
3. Перечислите продукты, используемые для заправки хлебного кваса при приготовлении окрошки.
4. Назовите температуру отпуска холодных супов.

Оценка компетентности по модулю 3

РЕЗУЛЬТАТ 1

Вариант I

Ответьте на вопросы и выполните задания.

1. Что называется соусом?
2. Какие основные продукты входят в состав соуса?
3. Составьте таблицу по указанной форме.

Классификационные признаки соусов	Группы соусов

- Изобразите схематично последовательность операций механической кулинарной обработки яиц.

Вариант II

- Укажите, какие продукты, входящие в состав соусов, способствуют возбуждению аппетита.
- Изобразите схематично последовательность операций механической кулинарной обработки сухофруктов.
- Составьте таблицу по указанной форме.

Классификационные признаки пассеровок	Виды пассеровок и бульонов

РЕЗУЛЬТАТ 2

Вариант I

- Опишите технологию приготовления соуса красного основного.
- Схематично изобразите технологию приготовления соусов, производных от красного основного, на примере соуса лукового.
- Назовите пассеровку, используемую для приготовления соуса грибного.
- Назовите последовательность соединения компонентов при приготовлении соусов грибных.
- Опишите, какой тепловой обработке подвергается репчатый лук при приготовлении соуса грибного.
- Составьте таблицу по указанной форме.

Виды соусов сметанных	Компоненты соусов сметанных	Кулинарное использование

Вариант II

- Изобразите схематично последовательность приготовления соуса белого основного на мясном бульоне.

2. Опишите последовательность соединения компонентов соуса белого на рыбном бульоне.
3. Перечислите виды молочных соусов и их применение.
4. Составьте схему последовательности соединения компонентов соуса молочного.
5. Составьте таблицу по указанной форме.

Виды сметанных соусов	Компоненты соусов сметанных	Кулинарное использование

6. Опишите технологию приготовления соусов, производных от красного основного, на примере соуса красного кисло-сладкого.

РЕЗУЛЬТАТ 3

Вариант I

1. Схематично изобразите последовательность операций приготовления соусов яично-масляных:
 - а) польского;
 - б) сухарного;
 - в) голландского.
2. Что является основой для смесей масляных?

Вариант II

1. Схематично изобразите технологию приготовления маринада овощного и соуса хрена.
2. Опишите технологию приготовления следующих соусов:
 - а) яблочного;
 - б) абрикосового;
 - в) из сухофруктов.

Список нормативно-правовых документов

Федеральный закон №29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (дополнения и изменения от 22 августа 2004 г.).

Правила продажи отдельных видов товаров. Постановление Правительства РФ №55, 1998 г.

Правила оказания услуг общественного питания. Постановление Правительства РФ №1036, 1997 г.

ГОСТ Р 51074-97 «Продукты пищевые. Информация для потребителя. Общие требования».

ГОСТ Р 50935-96 «Общественное питание. Требования к обслуживающему персоналу».

ГОСТ Р 50764-95 «Услуги общественного питания. Общие требования».

ГОСТ Р 50763-95 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

ГОСТ Р 50762-95 «Общественное питание. Классификация предприятий».

ГОСТ Р 50647-94 «Общественное питание. Термины и определения».

СанПиН 2.3.5.021-94 «Санитарные правила для предприятий продовольственной торговли».

СанПиН 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов».

СанПиН 42-123-5777-91 «Санитарные правила для предприятий общественного питания, включая кондитерские цехи и предприятия, вырабатывающие мороженое».

СанПиН 42-12-4117-86 «Санитарные правила. Условия, сроки хранения особо скоропортящихся продуктов».

СанПиН 1923-78 «Санитарные правила по применению пищевых добавок».

Технические условия на полуфабрикаты и кулинарные изделия. Приказ Минторга РФ №25, 1999 г.

ОСТ 28-1-95 «Общественное питание. Требования к производственному персоналу».

Учебное издание

Соловьева Ольга Михайловна
Миронова Галина Константиновна
Елепин Александр Петрович

Кулинария

Теоретические основы профессиональной деятельности

В двух частях
Часть 1

Учебное пособие

Ответственный редактор *А.И. Голосов*
Редактор *Н.А. Девдариани*
Технический редактор *Е.Ф. Семенова*
Корректор *А.П. Афиногенова*
Верстка *Г.Л. Лозинов*

Общероссийский классификатор продукции ОК 005-93. Код 953000

Подписано в печать 12.04.2007. Формат 70х90/16. Гарнитура FranklinGothicBook.

Печать офсетная. Бумага офсетная. Печ. л. 10,8.

Тираж 10 000 экз. (1-1000). Тип. зак. С-613.

Издательство «Академкнига/Учебник»
117997, Москва, ул. Профсоюзная, д. 90, офис 602
Тел./факс (495) 429-92-68, 334-76-21. E-mail: academuch@maik.ru
www.akademkniga.ru

Отпечатано в полном соответствии с качеством
предоставленного электронного оригинал-макета
в типографии ОАО ПИК «Идел-Пресс».
420066, г. Казань, ул. Декабристов, 2.