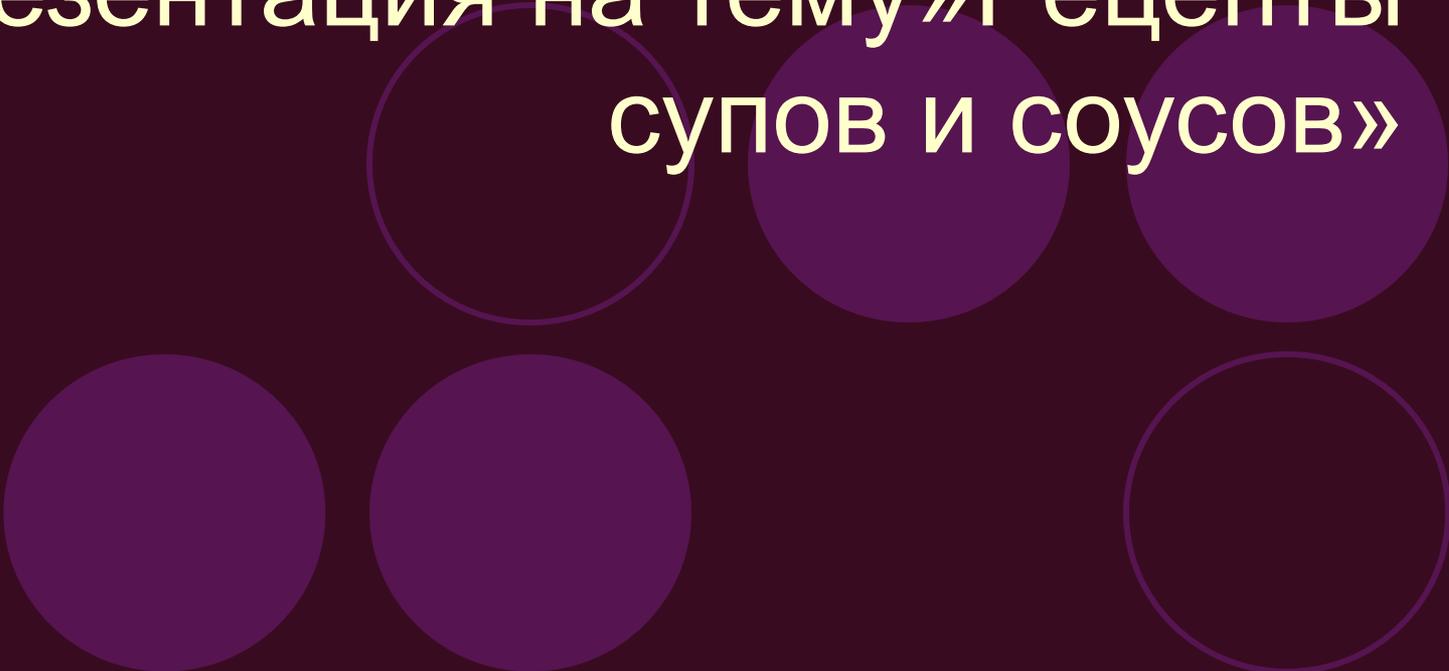


Презентация на тему»Рецепты супов и соусов»



Подготовила
Чеснокова
Алена

Польский белый борщ

Ингредиенты

Сливочное масло 20 г

колбаса 900 г

Чеснок 20г

Лук-порей 250г

Репчатый лук 30г

Картофель 300г

Лавровый лист 0,3г

Майоран 0,2г

Сметана 300 г

Пшеничная мука 40 г

Хрен 40 г

Соль 2г

Молотый черный перец 0,5г

Укроп 40 г

Петрушка 20 г

Яйцо куриное 160г

1. Сварить вкрутую яйца и отставить на время. Укроп и петрушку измельчить, чеснок мелко нарубить, порей и репчатый лук нарезать кольцами. Картофель очистить и нарезать кубиками.
2. Копченую колбасу залить полутора литрами воды в большом сотейнике и довести до кипения, убавить огонь до минимального и поварить двадцать пять минут.
3. Перелить получившийся бульон в миску, туда же переложить колбасу, отставить, сотейник вернуть на плиту. Добавить масло, чеснок, лук и порей и тушить до мягкости десять минут.
4. Влить бульон, добавить картофель, майоран и лавровый лист. Довести до кипения. Варить тридцать минут до мягкости картофеля, после чего взбить блендером до однородного пюре.
5. В отдельной миске взбить сметану и муку, добавить примерно 100 мл супа и перемешать до однородности. Влить получившуюся смесь в суп, перемешать и поварить до загустения примерно пять минут. Колбасу нарезать ломтиками толщиной 1 см и добавить в суп вместе с тертым хреном. Посолить, поперчить, разлить по тарелкам и посыпать порции зеленью. Украсить разрезанными пополам яйцами.



Чихиртма из курицы

Ингредиенты

Репчатый лук 180г

Курица 600г

Яйцо куриное 200г

Кинза 2г

Винный уксус 21г

Морская соль 3г

1. Режем курицу на куски, режем лук и кладем все в кастрюлю. Тушим на медленном огне без воды. Если курица недостаточно жирная, в кастрюлю можно добавить немного воды, чтобы не подгорело.

2. Когда курица почти готова, заливаем ее водой — 8 стаканов.

3. Солим, кидаем в кастрюлю перевязанный ниткой пучок кинзы с кореньями и варим на медленном огне, периодически снимая пену. Тушеная курица и лук придают супу особенный вкус — он сильно отличается от простого куриного бульона.

4. Через 10 минут вынимаем из бульона курицу и кладем в отдельную посуду. Выкидываем пучок кинзы. Процеживаем бульон и выкидываем лук.

5. Берем яйца, отделяем желтки от белков и перемешиваем их с винным уксусом. Вливаем желтки в чуть остывший бульон, но осторожно, чтобы они не свернулись. Разливаем бульон по мискам и кладем туда куски курицы.



Минестроне



Ингредиенты

Белая спаржа 160г

Зеленая спаржа 150г

Помидоры черри 80г

Стебель сельдерея 30г

Укроп 10 г

Морковь 100г

Зеленый лук перья 17г

Дайкон 30г

Тимьян 10 г

Картофель 150г

Чеснок 10г

Красный лук 15г

Лавровый лист 0,5г

Лук-шалот 20г

Листья базилика 5г

Цукини 200г

Оливковое масло 40г

Корень сельдерея 20г

Цветная капуста 100 г

Желтый сладкий перец 18г

Красный сладкий перец 18г

1. Очистить морковь, дайкон, корень сельдерея, картофель, красный лук, а также лук-шалот. Срезать верхние части соцветий цветной капусты. С цукини срезать с четырех сторон бока. Очистить сладкий перец и срезать его сердцевину.

2. Нарезать дайкон, морковь, корень сельдерея, картофель, красный лук, лук-шалот, цукини и перец небольшими кубиками. Верхушки спаржи нарезать по косой овалами толщиной в полсантиметра, зеленый лук — колечками. Помидоры черри разрезать на четвертинки.

3. Разогреть в большой кастрюле столовую ложку оливкового масла, бросить в нее красный лук и лук-шалот и обжаривать, пока они не станут мягкими и прозрачными. Добавить морковь, лавровые листья, картофель и стебли сельдерея. Чуть посолить и слегка обжарить, не спеша помешивая.

4. Положить корень сельдерея. Влить воды, чтобы она только покрывала овощи. Варить три минуты, кинуть тимьян, положить дайкон и добавить воды, чтобы она снова покрыла овощи.

5. Вскипятить воды и бросить на минуту красный и желтый перец. Откинуть перец на сито, переправить в суп. Долить воды. В отдельной же кастрюле бланшировать цветную капусту.

6. Через две минуты добавить откинутую на сито цветную капусту, цукини и спаржу. Вынуть тимьян. И снова подлить воды. После этого варить суп, помешивая, десять минут.

7. Добавить зеленый лук и помидоры черри. Через полминуты кинуть целиком два зубчика чеснока, посолить, влить столовую ложку оливкового масла. Еще полминуты — снимать кастрюлю с плиты.

8. Из готового супа вынуть лавровый лист и чеснок.

Соус "Тартар"

Продукты

Майонез нежирный - 180 г

Укроп свежий – 5г

Огурец квашеный – 50г

Лук репчатый -15г



Репчатый лук порубите максимально мелко. Укроп также очень мелко порубите.

_Квашеный огурчик потрите на мелкой терке.

_В миске смешайте лук, укроп и квашеный огурчик вместе с соком, хорошо перемешайте. Если соус на ваш вкус покажется сильно густым, то можно разбавить его 1-2 столовыми ложками лимонного сока.

Тапенада из черных оливок

Продукты

Маслины без косточек -300г

Чеснок – 15г

Сельдерей стеблевой - 50 г

Зелень петрушки - 6г

Уксус бальзамический черный -30г

Масло оливковое – 40г

Сахар -2г

Соус чили-5г

Выложить маслины в чашу кухонного комбайна.

Чеснок очистить, нарезать, добавить к маслинам.

Нарезать и добавить черешки сельдерея.

Добавить бальзамик.

Добавить оливковое масло, сахар.

Измельчить почти до однородной массы, но не до состояния паштета. Поместить в холодильник.



Яблочный соус

Продукты

Яблоки крупные - 3 кг

Сахар – 200г

Лимон-40г



1. Яблоки почистить, удалить сердцевину и нарезать яблоки кубиками. Половинку лимона нарезать ломтиками.
2. В большую чугунную кастрюлю (казанок) сложить яблоки и ломтики лимона, засыпать сахаром.
3. Поставить кастрюлю на средне-сильный огонь, довести яблоки до кипения. Затем уменьшить огонь до средне-слабого и тушить яблоки, помешивая, около 25-30 минут, до мягкого состояния.
4. Вынуть из яблочного соуса ломтики лимона. Соус яблочный готов.
4. Соус яблочный можно подавать горячим или охлажденным. Можно выложить яблочный соус в стерилизованные банки и хранить соус в них до двух недель.

ИСТОЧНИКИ

- <http://www.russianfood.com/>