

«ИНСТИТУТ ПИЩЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ДИЗАЙНА» – филиал  
Государственного бюджетного образования учреждения  
высшего образования  
«Нижегородский государственный инженерно-экономический университет»  
г. Нижний Новгород

ПМ 07

Тема: Блюда из яиц.  
Выполнила: Козлова Полина Валерьевна.  
Группа: ОП-11-17.

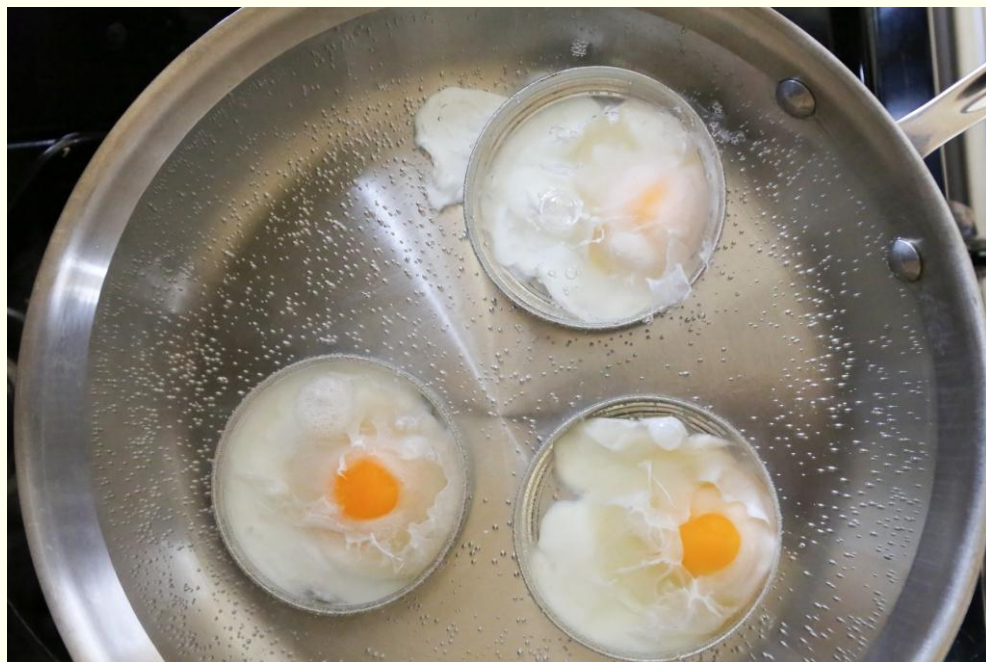
## Ассортимент блюд из яиц

### Варка яиц

Яйца варят в скорлупе и без нее (выпускные). Чтобы обеспечить прогрев до нужной температуры, яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40...50 г соли на 10 яиц). При этих условиях можно контролировать прогрев содержимого яиц по времени: «всмятку» время варки 3...3,5 мин с момента закипания. За это время температура внутри яйца достигает 65...75 оС; «в мешочек» время варки 4,5...5,5 мин. Верхние слои белка успевают прогреться до 80...85 оС и превращаются в нежный, но сохраняющий форму студень, а внутри слои прогреваются лишь до 70...75 оС, приобретая консистенцию нежного студня, при этом желток остается жидким; «вкрутую» время варки 8...10 мин. Все содержимое яйца, включая желток, прогревается до 85...95 оС, превращаясь в достаточно плотный студень.



Для варки без скорлупы (французский пашот) используют только диетические яйца. В воду добавляют уксус и соль (50 мл 3 %-го уксуса и 10 г соли на 1 л воды), доводят до кипения и быстро выпускают в кипящую воду содержимое яйца (одновременно не более 10 шт.). Через 3...3,5 мин их вынимают, образовавшуюся при варке бахрому зачищают. При таком способе варки поверхность белка очень быстро нагревается, свертывается, а внутренний слой не успевает сильно прогреться. Благодаря этому у яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы, очень тонкая и плотная верхняя часть белка и очень нежное содержимое. Уксус и соль способствуют быстрому свертыванию белка.

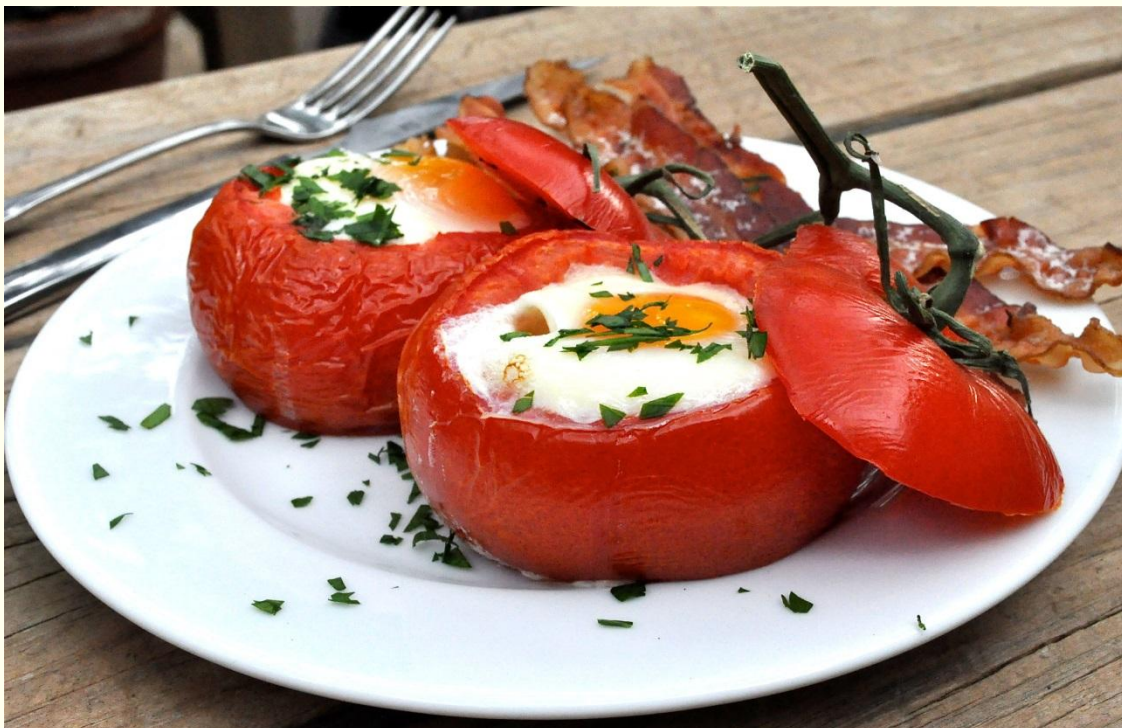


Яйцо, сваренное «всмятку», подают только в скорлупе, горячим, в особой посуде пашотнице. Она представляет собой керамическую рюмку с поддоном для скорлупы. В такой же посуде подают горячими яйца, сваренные «В мешочек»; кроме того, их очищают и используют в качестве гарнира к некоторым горячим блюдам (пюре из шпината, бульоны, зеленые щи). Яйца, сваренные без скорлупы и «В мешочек», используют для приготовления горячих блюд.



## Яйца с фаршированным томатом

У томатов средней величины срезают часть с плодоножкой, удаляют частично сердцевину (ее используют для приготовления соусов), образовавшуюся полость заполняют мелко нарезанной ветчиной и обжаренными мелко нарезанными грибами (шампиньонами), запекают в жарочном шкафу и сверху кладут яйцо, сваренное «В мешочек» без скорлупы.





## Яйцо на гренках

Обжаривают с маслом ломтик хлеба, кладут сверху ломтик обжаренной ветчины, на нее яйцо, сваренное «в мешочек» без скорлупы. Яйцо украшают молодым листиком эстрагона. Соус красный или томатный с эстрагоном подают отдельно.



## Яичница-глазунья

Готовят яичницы-глазуньи натуральные из одних яиц или с добавлением жареных либо вареных продуктов (мясных, овощных и др.). Порционные сковороды разогревают, кладут жир, осторожно выпускают яйца. Солят (только белок) и жарят до полного загустения белка и желтка. При подаче посыпают зеленым луком, зеленью петрушки, укропа.



## Яичница с гарниром

Предварительно можно обжарить на сковороде мелко нарезанный шпик, или спассеровать репчатый лук, или обжарить ломтики картофеля, или тонкие ломтики хлеба, или мелко нарезанную ветчину, колбасу и другие продукты, залить яйцами и жарить яичницу (сырые яйца выливают на подготовленный гарнир так, чтобы желток остался целым, солят и жарят до готовности). Отпускают в порционной сковороде, полив сливочным маслом.





## Яичные котлеты

Сваренные вкрутую яйца рубят, соединяют с вязкой манной кашей (температура 50...60 ОС), перемешивают, формируют в виде котлет, панируют в сухарях. Котлеты жарят с двух сторон. При подаче поливают сливочным маслом, сбоку добавляют сметану или сметанный соус. Подают по 2 шт. на порцию. Манную кашу можно заменить густым молочным соусом.



## Яйца фри

В разогретый до 170 ОС фритюр выпускают по одному яйцу и жарят 2...3 мин, поворачивая. Готовые яйца вынимают на сито или дуршлаг и дают стечь жиру. Желток должен быть полужидким, белок полностью прожаренным. Зеленый горошек в молочном соусе кладут невысокой горкой, сверху яйца фри, ломтики поджаренной ветчины и украшают зеленью, жаренной во фритюре. Можно оформить так: картофельное пюре горкой, на него яйца фри и зелень, жаренную во фритюре. Отдельно подают соус мадера или томатный.



## Яйца, запеченные в хлебе

Из белого хлеба без корок вырезают цилиндры или прямоугольники, сделав надрезы ножом с торцевой стороны, обжаривают на масле и удаляют середину так, чтобы получился стаканчик. Ветчину мелко нарезают, обжаривают с луком, заливают соусом мадера и прогревают. В каждый стаканчик кладут немного ветчины с соусом, выпускают яйцо и запекают при температуре 160...180 оС в жарочном шкафу, чтобы получилось яйцо «в мешочек» или «всмятку», сверху яйца посыпают зеленью и подают на закусочных тарелках.



## Яйца, запеченные под молочным соусом

На кроншель или порционную сковороду кладут гренки из белого хлеба, на них яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы, все заливают соусом молочным средней густоты, посыпают сыром и запекают. Блюдо можно запекать и в волованах из слоеного теста или корзиночках из белого хлеба (как яйца, запеченные в хлебе). Запекают при температуре 160...180 оС.



*Курочка.Топ*



## Яичная кашка (брюи)

В смесь из яиц с молоком или водой добавляют растопленное сливочное масло, соль, перемешивают, наливают в небольшую посуду (сотейник) с толстым дном и, непрерывно помешивая, нагревают до получения полужидкой кашки. До отпуска ее можно хранить на мармите при 60 оС не более 15 мин. При подаче кашку кладут на подогретую порционную сковороду, в кроншель или кокотницу, сверху масло, или тертый сыр, или пшеничные, кукурузные хлопья, или варенье, или мелко нарезанную обжаренную ветчину, или зеленый горошек.





## Омлет натуральный жареный

Порционный натуральный омлет жарят на маленьких сковородах с длинной ручкой. На сковороде разогревают жир, наливают омлетную массу и жарят, не переворачивая, перемешивая массу вращательноколебательным движением в горизонтальной плоскости. Через 5...7 мин, когда масса загустеет, омлет сворачивают в виде продолговатого пирожка. После того как нижняя сторона омлета поджарится, его перекалдывают швом вниз на порционное блюдо или тарелку и поливают маслом.

При массовом приготовлении омлетную массу взбивают, выливают на противень или порционную сковороду слоем 2,5...3 см и запекают в жарочном шкафу при 180...200 оС в течение 10 мин.



## Омлет натуральный паровой

Омлетную массу наливают в формочки, смазанные маслом, ставят их на водяную баню и прогревают до загустения.



## Омлет фаршированный

Омлеты фаршированные готовят так же, как натуральные порционные, но, перед тем как сворачивать, на омлет кладут начинку (фарш). Начинками могут быть нарезанные и поджаренные в сметане грибы, нарезанные соломкой и припущенные овощи в соусе молочном, обжаренные копчености из свинины в соусе красном или томатном и др.



## Омлет смешанный

В омлетную массу добавляют подготовленные продукты: тертый сыр, обжаренные свинокпчености или колбасу, жареный картофель, зеленый горошек и др., наливают на сковороды или противень и запекают.





## Драчена

Отличается от омлета тем, что при приготовлении добавляются молоко и сметана. Подготовленные яйца разбивают в посуду (можно использовать меланж), добавляют молоко, соль, затем вводят муку, все хорошо вымешивают венчиком и процеживают. В массу добавляют сметану и растопленное сливочное масло. На сковороду или противень, смазанные жиром, выливают смесь слоем не более 1 см. Запекают в жарочном шкафу до появления на поверхности подрумяненной корочки. Сразу же используют, нарезая на порционные куски, отпускают с маслом. Драчена не подлежит хранению, так как портится ее внешний вид (она опадает) и теряются вкусовые качества.





## Требования к качеству блюд из яиц

### Условия и сроки их хранения

Яйца «всмятку», «в мешочек» и «вкрутую». Скорлупа вареных яиц должна быть чистой. Вареные яйца «всмятку» должны иметь жидкий желток и полужидкий белок, яйца «в мешочек» желток полужидкий, белок, загустевший сверху, а в центре полужидкий.

Очищенное от скорлупы яйцо слегка деформируется. Яйца «вкрутую» имеют полностью загустевший белок и желток. Форма яиц, сваренных без скорлупы, приплюснутая, поверхность неровная, белок плотный, желток полужидкий.



Вареные яйца должны быть без трещин и наплывов из трещин. На поверхности не должно быть тёмного слоя.

Яичница-глазунья. Белок плотный, желток внизу полужидкий, не развалившийся, сохранивший округлую форму, без кровяных сгустков. Продукты слабо поджарены, не пересушены. Вкус и запах, свойственные свежим яйцам и добавленным продуктам. Нижняя часть яичницы не загрязнена. Нежелательны белые пятна на желтке от соли. В яичнице с гарниром продукты должны быть слегка поджарены, форма нарезки однородная.



Омлет жареный. Овальный пышный пирожок от светло до темнокоричневого цвета. У смешанного омлета гарнир равномерно распределен по всему изделию. Вкус и запах, свойственные свежим яйцам и продуктам, входящим в омлет. Консистенция нежная. Цвет на разрезе ровноромный или слегка окрашен в цвет добавленных продуктов.

В фаршированных омлетах гарниры сочные, заправленные соусом. Запеченные омлеты должны иметь на поверхности слегка запеченную корочку.

Драчена должна быть плотной, хорошо пропеченной. Цвет желтый, с поджаренной сверху корочкой, консистенция нежная, пышная, мягкая. Поверхность блюд из яиц не должна быть подгорелой, а изделия пересоленными. Вкус и запах яичных блюд соответствуют вкусу и запаху свежих яиц и добавленных в блюда продуктов.

