

Заправні перші страви

Розробила
презентацію
Студентка групи
Катерина Малишева



Зміст

Види заправних перших страв

Технологічний процес приготування заправних супів

Загальні правила приготування заправних перших страв

Вимоги до заправних супів

Як подавати



Види заправних перших страв

Заправні перші страви — популярні в українській кухні перші страви, які готують на бульйонах, відварах або воді і заправляють пасерованими овочами (цибулею, морквою, петрушкою, селерою), томатом і борошном.

Заправні перші страви складаються з овочів, круп, макаронних виробів або бобових — через що ці страви набувають смаку і аромату тих продуктів, які використані для їх приготування.

Заправні перші страви поділяють на борщі, юшки, кулеші, солянки, капусняки, розсольники, щі, супи (овочеві, картопляні, без картоплі)

Технологічний процес приготування заправних супів

Технологічний процес приготування заправних супів включає такі операції:

- приготування бульйонів;
- підготування гарніру;
- проварювання його в бульйоні;
- заправлення супу;

Підготовлені продукти треба закладати у киплячу рідину через те, що під час закладання продуктів у киплячу рідину, зразу ж руйнуються ферменти, які окислюють вітамін С та які викликають небажані процеси. Продукти закладають у такій послідовності, щоб вони досягли кулінарної готовності одночасно, тому як зайва теплова обробка викликає втрати вітамінів, смакових речовин, приводить до деформації продуктів.




Технологічний процес приготування заправних супів

Всі кислі продукти під час варіння заправних супів закладають у бульйон незадовго до закінчення варіння супу, тому як кисле середовище гальмує доведення овочів до готовності. Особливо воно впливає на розварювання картоплі, тому при приготуванні заправних супів з кислими компонентами його закладають перед вкладенням та деякий час проварюють. Щоб скоротити тривалість варіння супу на останньому етапі, солоні огірки для розсольників та щавель для зеленого борщу припускають. Огірковий розсіл, який додають для покращення смаку та ароматизації розсольнику, кип'ятять та проціджують.

Додавання у варильне середовище лимонної, оцтової та молочної кислот приводить до подовження строків теплової обробки овочів та ущільненню їх консистенції. У кислому середовищу протопектин не переходить у розчинний пектин, тому розм'якшення картоплі уповільнюється.





Технологічний процес приготування заправних супів

Цибулю, моркву та томат закладають до бульйону тільки пасерованими. Тому що, під час пасерування моркви каротин розчиняється у жиру. У такому стані він краще засвоюється організмом; ефірні олії моркви також переходять у жир і не видаляються з водяною парою під час варіння.

Також і з ріпчастої цибулі видаляються леткі речовини (дисульфіді), яким притаманні гострий смак та сльозоточива дія, а решта ефірних олій розчиняється у жирі та краще зберігається.

Під час пасерування томату у жирі розчиняється каротин, видаляються леткі кислоти, зникає запах сирого томату. Каротиноїди томатного пюре, які переходять у жир посилюють його забарвлення.

Квашену капусту попередньо тушкують окремо. Причина наступна: тривалість процесу тушкування капусти обумовлена наявністю у ній молочної кислоти, яка уповільнює процес розм'якшення тканин овочів. Крім того під час тушкування капусти видаляється частка летких кислот, протікають процеси меланоїдиноутворення, що приводить до утворення нових ароматичних та смакових речовин.

Технологічний процес приготування заправних супів



Заправні супи заправляють борошняною пасеровкою, через те що пасероване борошно грає роль загусника, стабілізує вітамін С та, під час пасерування воно втрачає запах сирості, набуває приємного аромату, білки клейковини денатурують, втрачають здатність набрякати, крохмаль частково перетворюється у декстрини і в результаті після розведення бульйоном або водою пасероване борошно не утворює клейстеру.

Спеції додають у кінці варіння, тому що під час тривалого нагрівання ефірні олії спецій видаляються з водяними парами, втрачають аромат. Під час варіння супу не допускають бурливого кипіння, тому як кипіння збільшує втрати вітаміну С, ефірних олій, овочі не зберігають форму, відбувається омилення жирів та інше.



Технологічний процес приготування заправних супів





Загальні правила приготування заправних перших страв

1. Бульйон або воду прокип'ячують до кипіння.
2. Підготовлені продукти кладуть у киплячий бульйон або воду в певній послідовності залежно від тривалості варіння, щоб вони одночасно дійшли до готовності. Після закладання кожного виду продукту бульйон повинен швидко закипати..
3. Підготовлені продукти кладуть у киплячий бульйон або воду в певній послідовності залежно від тривалості варіння, щоб вони одночасно дійшли до готовності. Після закладання кожного виду продукту бульйон повинен швидко закипати..
4. У перші страви, до яких входять картопля і щавель, солоні огірки, квашена капуста, спочатку кладуть картоплю, варять її до напівготовності, потім інші продукти за рецептурою, оскільки в кислому середовищі картопля погано розварюється.
5. Заправні перші страви, за винятком тих, що містять крупи, вироби з борошна, заправляють пасерованим борошном (розведеним бульйоном, водою або відваром), яке надає їм густішої консистенції, поліпшує смак і запах, сприяє утриманню часток у завислому стані і збереженню вітаміну С. Капусняки, борщі можна заправити протертою картоплею.



Загальні правила приготування заправних перших страв

6. Пасерованими рослинами заправляють перші страви за 10—15 хв. до готовності, пасеровкою з борошна або протертою картоплею — за 5—10 хв. до закінчення варіння.
7. Для поліпшення смаку перших страв рекомендується додавати перець солодкий (20—40 г на 1 л супу), при цьому відповідно зменшується закладка інших овочів.
8. Рибні консерви у власному соку або в томаті додають у заправні супи за 10-15 хвилин до закінчення варіння.
9. Спеції (лавровий лист, перець) і сіль кладуть у перші страви за 5—7 хв. до готовності.
10. Заправні супи варять при слабкому кипінні, оскільки при сильному кипінні овочі дуже розм'якшуються, не зберігають форму і, крім того, вивітрюються ароматичні речовини. Зварені заправні супи настоюють, залишаючи їх на плиті на 10—15 хв., щоб спливав жир. Після цього вони стають прозорішими й ароматнішими.

Вимоги до заправних супів

- супи повинні бути не переварені, мати привабливий і апетитний вигляд;
- норма вкладання продуктів, їх асортимент має повністю відповідати розкладці;
- овочі, що входять до супу, повинні мати однакову форму і величину нарізування;
- запах, смак і колір мають бути характерні для тих продуктів, з яких він приготований;
- при подачі потрібно дотримуватись встановленої температури (75-80°C) і норми відпуску супу, рівномірно, розподіляючи гарнір, рідку частину, жир.



Як подавати

Подають заправні гарячі супи в підігрітій столовій глибокій тарілці або суповій мисці. Спочатку кладуть прогріті в бульйоні шматочки м'яса, птиці, риби (від 35 до 50 г на порцію), наливають заправну першу страву, посипають дрібно нарізаною зеленню кропу, петрушки або цибулі для збагачення її вітамінами, поліпшення аромату, смаку і зовнішнього вигляду (2—3 г нетто на порцію). Сметану кладуть у тарілку 10 г на порцію. Норма подавання заправної першої страви може становити 500, 400, 250 г залежно від попиту відвідувачів.





Дякую за увагу