

Тема № 7

- ◆ Соусы



Соусы

СГУЩЕННЫЕ СОУСЫ

«Ру» (заправка для соуса) – паста, приготовленная из равного количества жира и муки, является наиболее распространенным загустителем для белых соусов (бешамель и велуте) и коричневых соусов. Готовьте заправку для соуса на среднем огне перед добавлением жидкости для того, чтобы избежать сырого мучного вкуса и предотвратить образование комков. Белая заправка для соуса готовится в течение 1 минуты, кремовая или соломенного цветов – в течение 2-3 минут. Коричневая заправка готовится в течение 10 минут.

СОУСЫ-ЭМУЛЬСИИ

В соусы-эмульсии входят следующие ингредиенты: это чаще всего яйцо или яичные желтки и жир, например, сливочное или растительное масло, которые обычно не образуют устойчивую суспензию или смесь. В результате взбивания ингредиенты превращаются в эмульсию для образования однородной консистенции. Самые известные из них: голландский – теплый соус, и майонез – холодный, превращенный в эмульсию соус. Беарнский соус делается также, как и голландский соус, но приправлен упаренным уксусом, луком-шалотом и эстрагоном, что придает ему сладкий и острый вкус. Белые соусы на основе сливочного масла делаются без ячных желтков и, таким образом, имеют тенденцию отделяться.

Способы сгущения соусов



КАК ПОДГОТОВИТЬ ЖРУ. Растопите сливочное или растительное масло в сковороде на среднем огне. Добавьте пшеничную муку и готовьте 10 минут до образования гладкой пасты, не забывая помешивать.



КАК СГУСТИТЬ СОУС С ПОМОЩЬЮ КУКУРУЗНОГО КРАХМАЛА, АРРОРУТА ИЛИ КАРТОФЕЛЬНОГО КРАХМАЛА. Растворите 2-3 чайные ложки крахмала в 2-3 чайных ложках холодной воды или бульона, размешайте до пастообразного состояния. Постепенно добавляйте в кипящую жидкость. Она сгустится почти сразу же.



КАК СГУСТИТЬ СОУС С ПОМОЩЬЮ МУКИ ИЛИ СЛИВОЧНОГО МАСЛА. Воспользуйтесь вилкой, чтобы перемешать равные количества размягченного масла и муки. Опускайте маленькие кусочки смешанного с мукой масла в кипящий соус до тех пор, пока соус не загустеет до желаемой консистенции. 2 столовые ложки смешанного с мукой масла загустят приблизительно 250 мл.

КАК СГУСТИТЬ СОУС СМЕСЬЮ ИЗ ЯИЦ И СЛИВОК

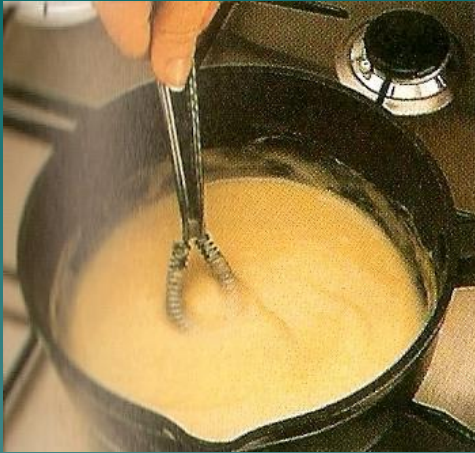
Взбейте 1 яичный желток в 2 столовые ложки густых сливок. Доведите до кипения 475 мл жидкого соуса или другой жидкости. Добавьте немного горячего соуса в яичную смесь и размешайте. Снимите с огня и введите яичную смесь. Поставьте на огонь, постоянно помешивая, пока соус не загустеет. Не кипятите, если в соусе не содержится мука для придания ему устойчивой консистенции. Подавайте сразу после приготовления, поскольку этот соус сложно разогревать повторно.

Белый соус

(бешамель)

ИНГРЕДИЕНТЫ: 240 мл молока; 1 луковица, порезанная пополам, фаршированная 4 целыми гвоздиками (по вкусу); 1 лавровый лист (по вкусу); 1-2 столовые ложки сливочного масла; 1-2 столовые ложки пшеничной муки; щепотка тертого мускатного ореха; белый перец; соль.

1. Для приготовления негустого белого соуса этот шаг опустите полностью. Налейте молоко в кастрюлю, добавьте лук, порезанный на половинки, черный перец горошком, гвоздику и лавровый лист. Доведите смесь до кипения и варите на медленном огне в течение 15 минут, помешивая.
2. В отдельной посуде растопите сливочное масло, всыпьте пшеничную муку. Обжаривайте на среднем огне 3-4 минуты, постоянно помешивая, до золотистого цвета. Снимите с огня, остудите.



3. Постепенно влейте молоко в заправку для соуса и снова доведите до кипения. Кипятите в течение 1 минуты, постоянно помешивая, пока соус не загустеет. Приправьте мускатным орехом, солью и перцем; кипятите в течение 5-10 минут. Соус подавайте немедленно.



4. Если соус не используется сразу же, процедите его или вылейте в миску. Положите на поверхность соуса несколько кусочков сливочного масла. Таящее масло распределится по поверхности соуса, препятствуя образованию корочки. В качестве альтернативы можно приложить пластиковую крышку непосредственно к поверхности, это также предотвратит образование корочки

Очищение сливочного масла

Очищение масла – процесс отделения молочных твердых частиц от чистого молочного жира. Очищенное масло можно подавать в качестве простого соуса, использовать для жарки или для стабилизации таких соусов, как голландский и бешамель.



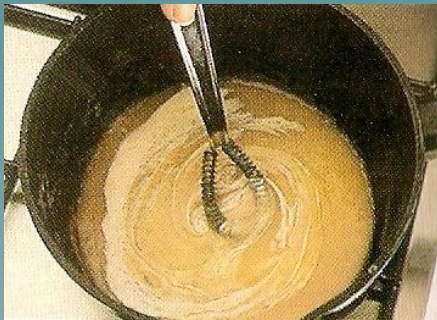
1. Положите сливочное масло в маленькую кастрюлю и нагревайте на слабом огне, не допуская кипения масла.
2. Снимите кастрюлю с огня. Ложкой удалите всю пену с поверхности. Перелейте в миску, стараясь оставить в кастрюле твердые молочные частицы, и охладите.

Велут

ИНГРЕДИЕНТЫ: 355 мл белого бульона из телятины, курицы или рыбы; 1/2 столовой ложки сливочного масла; 1/2 столовой ложки пшеничной муки; 2-3 столовые ложки густых сливок или сметаны; 1/2 чайной ложки лимонного сока; соль; белый перец.



1. Растопите масло на среднем огне в сковороде с толстым дном. Добавьте муку и взбивайте до тех пор, пока масса не перемешается и не вспенится. Нагревайте до тех пор, пока заправка для соуса не приобретет золотисто-соломенный цвет, 2-3 минуты, постоянно помешивая. Снимите кастрюлю с огня и немного охладите.



2. Влейте бульон и опять поставьте кастрюлю на огонь. Доведите до кипения, постоянно взбивая, пока соус не загустеет. Кипятят соус от получаса до часа, при этом часто помешивая и время от времени снимая накипь. Добавьте сливки, по желанию. В конце приправьте лимонным соком, солью и перцем и снова прокипятите.

Коричневые



Соусы

Для того, чтобы приготовить базовый коричневый соус, доведите до кипения 355 мл насыщенного коричневого бульона на среднем огне и выпарите приблизительно до двух третей от его первоначального объема. В чашке распустите 1-2 чайные ложки аррорута или картофельного крахмала в 2 столовых ложках мадеры или холодной воды.

(Количество крахмала зависит от желаемой густоты; начните с минимума, добавьте половину, затем еще, если потребуется.)



2. Размешайте полученную пасту, затем введите ее в кипящий бульон; соус загустеет сразу же. По желанию можно добавить $\frac{1}{2}$ чайной ложки томатной пасты, чтобы сделать цвет более насыщенным. Кипятите еще 2 минуты. Приправьте солью, в случае необходимости, и черным перцем.

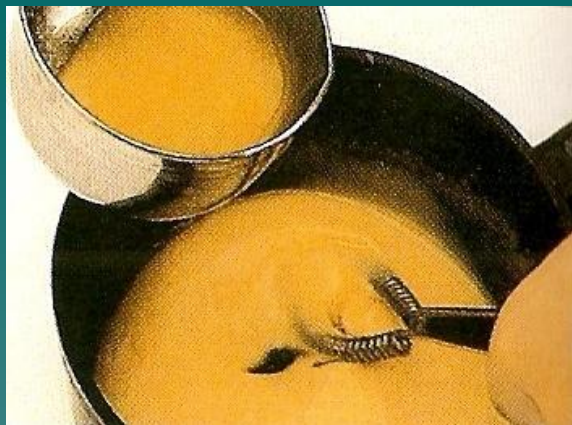
Классический голландский соус

ИНГРЕДИЕНТЫ: 3 яичных желтка; 3 столовые ложки воды; соль; кайенский или белый перец; 170 г несоленого масла, растопленного; 1-2 чайные ложки лимонного сока.

1. В маленькой сковороде с толстым дном взбейте венчиком яичные желтки, воду, соль и перец.



2. Поставьте сковороду на слабый огонь и начинайте энергично и постоянно взбивать, пока смесь не загустеет и не приобретет сливочный цвет. Снимайте время от времени сковороду с огня, чтобы избежать перегрева и свертывания яичных желтков.



3. Снимите сковороду с огня и медленно вводите в содержимое масло, непрерывно взбивая. Когда соус загустеет и впитает масло, начинайте вливать его тонкой струйкой до образования однородной массы(твердые молочные частицы должны остаться в кастрюле). Приправьте соус лимонным соком, добавьте соль и перец по вкусу.



СОВЕТ. И голландский, и беарнский соусы могут быть приготовлены в блендере или кухонном комбайне.

1. Поместите яйца, воду, соль и перец в блендер или кухонный комбайн. Взбивайте 10 сек, пока смесь не станет светлой и пенистой.
2. Не выключая блендер, медленно вливайте пузырящееся масло сверху в отверстие для подачи продуктов, по капельке, пока соус не загустеет и не впитает масло. Тогда начинайте лить его очень тонкой струйкой, пока смесь не станет однородной. Приправьте, как указано в шаге 3 классического голландского соуса.

Средиземноморский маринад

ИНГРЕДИЕНТЫ: 475 мл оливкового масла; 235 мл свежего лимонного сока; 160 мл красного винного уксуса; 3 столовые ложки рубленого орегано; 2 столовые ложки рубленого чеснока; 1 чайная ложка соли; 1 чайная ложка молотого черного перца.

Смешайте все компоненты, кроме масла, вместе. Взбивайте в кухонном комбайне до получения однородной массы. Небольшими порциями добавляйте масло, продолжая при этом взбивать. Накройте и поставьте в холодильник, чтобы смесь настоялась. Используется для маринования домашней птицы, мяса или морепродуктов. Оставьте немного маринада для поливки мяса в процессе приготовления.

Беарнский соус

Беарнский соус готовится почти также, как и голландский, но необходимо уменьшить объем для усиления вкуса перед добавлением желтков и масла.

Уменьшение объема должно быть произведено до 1 столовой ложки от первоначального. Снимайте кастрюлю время от времени с огня в процессе взбивания, чтобы избежать перегрева и свертывания яичных желтков.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 столовые ложки белого винного уксуса; 3 столовые ложки сухого белого вина; 10 горошин черного перца; 2-3 лука-шалота; 2 столовые ложки эстрагона; 1 столовая ложка воды; 3 яичных желтка; 170 г несоленого сливочного масла; соль; белый перец.

1. Положите уксус, вино, горошины перца, лук-шалот и 1 столовую ложку нарезанного эстрагона в маленькую кастрюлю с толстым дном. Доведите смесь до кипения и кипятите на среднем огне, пока объем не уменьшится до 1 столовой ложки. Снимите кастрюлю с огня и добавьте столовую ложку холодной воды.
2. Введите яичные желтки и приправьте солью и перцем, взбивая до образования однородной массы. Поставьте кастрюлю снова на слабый огонь и энергично постоянно взбивайте, пока смесь не станет очень густой и сметанообразной.



3. Снимите с огня. Добавляйте по капле масло, непрерывно взбивая. Когда соус загустеет и впитает масло, начинайте вливать его тонкой струйкой до образования однородной массы(все молочные твердые частицы должны остаться в кастрюле).



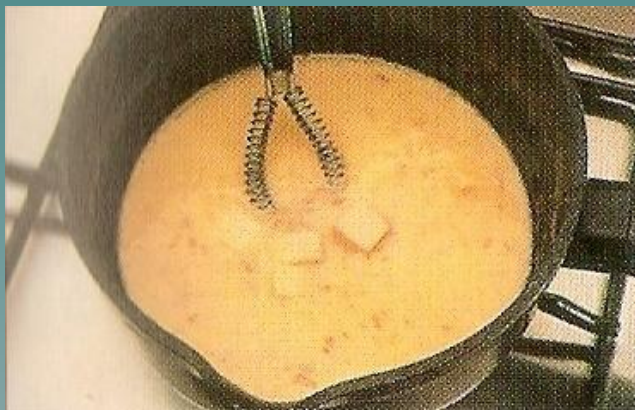
4. Если случилось так, что яйца свернулись, то часть соуса можно спасти, процедив его в миску. Добавьте оставшийся эстрагон и приправу по вкусу.

Белый соус на основе сливочного масла. Белый винный соус на основе сливочного масла

Эти популярные и легкие в приготовлении и формальные соусы более не стойкие, чем классические эмульсии, потому что в их состав не входят яичные желтки. В качестве основы обычно берут упаренное вино, уксус бульон или сок какого-либо. Чтобы избежать разделения, масло должно быть очень холодным, когда его взбивают, чтобы оно не растаяло, прежде чем его введут. Хотя этой техникой можно овладеть, если немного «схитрить». Для этого добавьте столовую ложку жирных сливок или чайную ложку кукурузного крахмала для получения однородной консистенции и загустения соуса.

ИНГРЕДИЕНТЫ: 3 столовые ложки сухого белого вина; 3 столовые ложки белого винного уксуса; 2 лука-шалота, мелко порубленного; 1 столовая ложка жирных сливок; 226 г очень холодного несоленого масла, порезанного на маленькие кусочки; соль; белый перец.

1. В маленькой кастрюле с толстым дном доведите до кипения вино, уксус и лук-шалот. Кипятите до тех пор, пока объем не уменьшится до примерно 1 столовой ложки. Если вы берете сливки, введите их и опять кипятите до уменьшения объема.
2. Начинайте вводить масло на среднем огне по кусочку до образования однородного сметанообразного соуса. Французы называют эту «компоновку» соусом с маслом

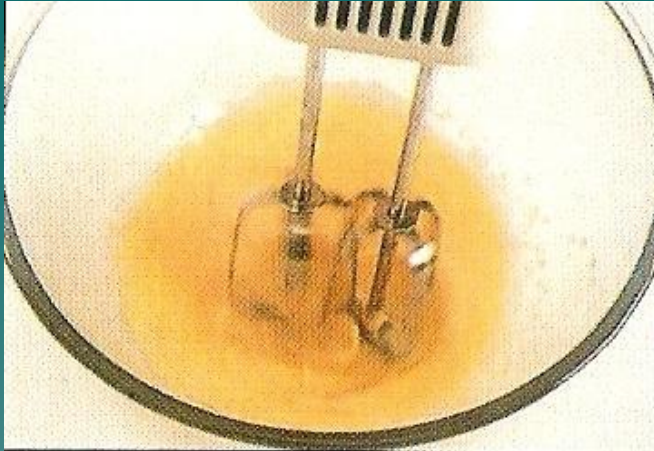


3. Когда соус превратится в эмульсию, добавьте масло, 2-3 кусочка одновременно, постоянно взбивая на сильном огне, пока не начнет кипеть и все масло не соединится с жидкостью. Приправьте по вкусу. При желании можно процедить.

Майоне

Этот вкусный соус используется в салатах, бутербродах и как часть других соусов. Его вкус варьируется при использовании других масел, трав и прочих приправ. Майонез готовят в блендере, кухонном комбайне или с помощью электрического миксера. Убедитесь, что все компоненты комнатной температуры, и, если вы делаете майонез вручную, поставьте миску на полотенце, чтобы она не скользила.

ИНГРЕДИЕНТЫ: 2 яичных желтка; 2 столовые ложки лимонного сока или 1-2 столовые ложки винного уксуса; Дижонская горчица(по желанию); соль; 355 мл оливкового или растительного масла, или по половине каждого.



1. Для того чтобы приготовить майонез, положите яичные желтки, половину лимонного сока или уксуса, горчицу, соль и перец в миску. С помощью венчика или электрического миксера взбиваете смесь приблизительно 1 минуту до превращения в однородную массу. Начинайте добавлять масло медленно и постепенно, по капельке, постоянно взбивая.
2. Как только соус начнет густеть, начинайте вливать тонкой струйкой масло, пока оно не перемешается с остальными ингредиентами. Продолжая взбивать, добавьте оставшийся лимонный сок или уксус и приправу. Если соус отделяется, медленно введите в него яичный желток или 1 столовую ложку дижонской горчицы, пока он не превратится в эмульсию.

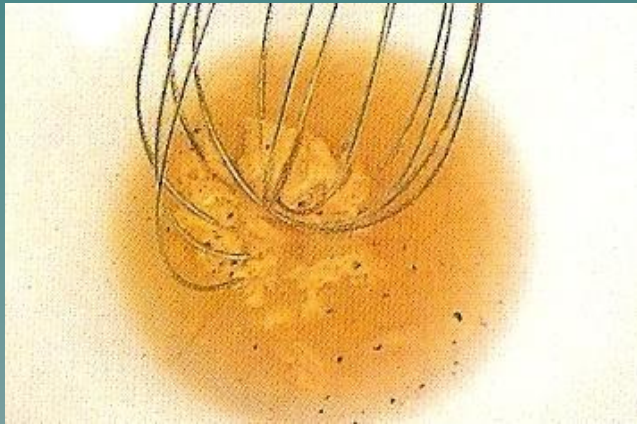
Приправа из уксуса, оливкового масла и

зелени

Приправа из уксуса, оливкового масла и зелени – эмульсия из уксуса и масла, дижонской горчицы и приправ. Путем взбивания или встряхивания, горчица помогает превратить в эмульсию масло и уксус, но приправа снова разделяется при хранении или смешивании с листьями салата или овощами.

Классические пропорции масла и уксуса – 3:1, но они могут варьироваться в зависимости от остроты горчицы и уксуса. Добавьте в приправу зелень, чеснок и небольшой мелко порубленный лук-шалот, по желанию.

I. Налейте 2 столовые ложки белого или красного винного уксуса или лимонного сока в маленькую миску. Добавьте, энергично взбивая, столовую ложку дижонской горчицы, а также соль и перец по вкусу. Постепенно добавьте, не прекращая взбивать, 6-8 столовых ложек растительного масла по вашему выбору.



2. При использовании только оливкового масла его аромат может оказаться слишком сильным, поэтому рекомендуется смешать его с растительным маслом хорошего качества, на ваш вкус.