

Блюда из птицы



Саукелеева Н.К
Искенеева А.С
322-гркппа

Значение блюд из птицы, дичи и кролика в питании

- Блюда из птицы питательны, легко усваиваются организмом.
- Содержание полноценных белков в мясе птицы несколько выше, чем в говядине.
- Жиры птицы имеют низкую температуру плавления вследствие более высокого содержания ненасыщенных жирных кислот.
- Специфические вкус и запах, присущие блюдам из птицы, обусловлены относительно высоким содержанием экстрактивных веществ (1,5—2,5%).
- В мясе птицы в значительных количествах содержатся минеральные вещества (особенно кальций и фосфор), а также витамины (А, D, группы В).
- Блюда из нежирной птицы широко используют в детском и лечебном питании.

Процессы, происходящие при т/о птицы, дичи и кролика

- Выбор способа тепловой обработки зависит от вида птицы, ее возраста, упитанности и других факторов. Кур, индеек варят, жарят, тушат; гусей и уток — чаще жарят или тушат. Мясо старой птицы варят или тушат.
- Особенности анатомического строения и размеры тушек птицы позволяют подвергать их тепловой обработке целиком, поэтому порционируют их обычно после варки или жарки и только при изготовлении некоторых блюд нарубают до тепловой обработки.
- Уменьшение массы тушек птицы при варке обусловлено, главным образом, выpressовыванием воды, а при жарке — и вытапливанием жира. Потери массы, связанные с вытапливанием жира, особенно существенны для жирной птицы. Так, утки и гуси при варке теряют 25% массы, при жарке — соответственно 35 и 40%. У нежирных кур разница в потере массы при варке и жарке незначительна (соответственно 28 и 31%).
- Выделение водорастворимых веществ (белков, экстрактивных и минеральных веществ, витаминов), вытапливание жира приводят к уменьшению пищевой ценности готовой продукции. Белков при варке теряется 7—12% общего содержания их, при жарке — 4—8%. Количество вытопившегося жира при варке составляет 30—35%, а при жарке — 40—50%. Потери минеральных веществ составляют при варке 13—30%.
- При всех способах тепловой обработки в наибольшей степени разрушаются витамин В и витамин А. Потери витаминов обусловлены, с одной стороны, их разрушением в процессе тепловой обработки, а с другой — переходом в варочную среду с выделившейся водой и вытопившимся жиром. В мясе молодой птицы потери витаминов меньше, чем в мясе взрослой птицы, при всех способах тепловой обработки, что обусловлено меньшей продолжительностью нагрева.

Птица отварная с гарниром



- При отпуске птицу гарнируют припущенным (отварным) рисом, отварным картофелем, зелёным горошком, картофельным пюре, отварными овощами. Поливают соусом паровым (белым с яйцом)

"Цыпленок табака"



Жареного цыпленка укладывают на порционное блюдо или тарелку целиком или разрезанным пополам. Вокруг размещают гарнир: помидоры, зеленый лук, разрезанный на 3—4 части, или репчатый маринованный лук, нарезанный кольцами дольки лимона. Блюдо украшают листиками салата или веточками зелени. Отдельно в соуснике подают соус ткемали или толченый чеснок, разведенный бульоном или винным уксусом.

"Котлета натуральная из филе птицы"

Филе птицы
или дичи

зачищают, для этого отделяют
малое филе от большого

из малого филе удаляют сухожилия
а из большого остаток ключицы

смачивают доску водой, кладут
большое филе и удаляют пленку

большое филе надрезают с внутренней стороны в
продольном направлении, разворачивают, перерезают в
двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез
малое филе, которое покрывают большим филе.

Жир



жарят

- При подаче котлету положить на гренки из хлеба, полить маслом.
- Гарнировать жареным картофелем

"Котлеты фаршированные"

Филе птицы
или дичи

зачищают, для этого отделяют малое филе от большого

из малого филе удаляют сухожилия а из большого остаток ключицы

смачивают доску водой, кладут большое филе и удаляют пов. пленку

большое филе надрезают с внутренней стороны в продольном направлении, разворачивают, перерезают в двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез малое филе, которое покрывают большим филе.

фаршируют

дважды панируют

жарят во фритюре 5-7мин. и доводят до готовности в жарочном шкафу

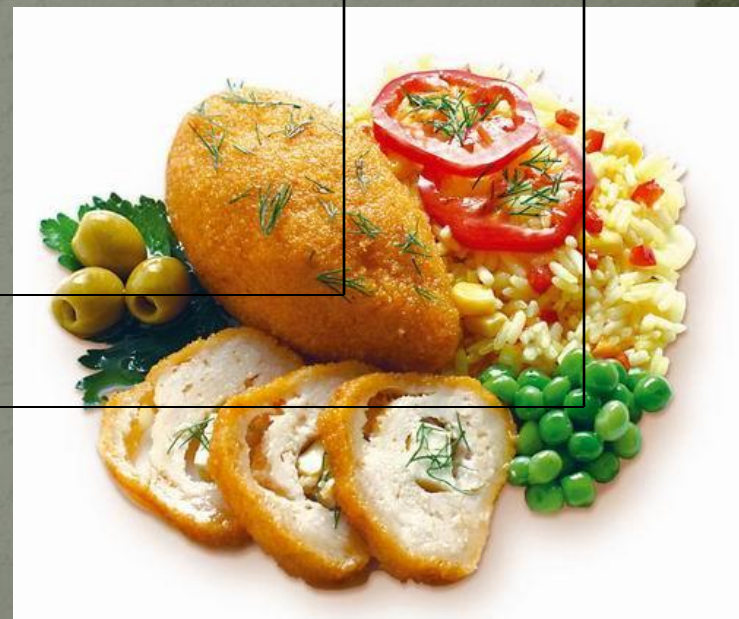
Грибы

п/о

варят

нарезают
ломтиками

Белая
панировка



- Подают на крутонах (можно и без них), поливают сливочным маслом, отпускают с картофелем жаренным во фритюре, зеленым горошком или сложным гарниром. Можно подать свежие фрукты, овощи, зелень. Отдельно подают соус красный с вином

Котлета "По- киевски"

Филе птицы
или дичи

зачищают, для этого отделяют малое филе от большого

из малого филе удаляют сухожилия а из большого остаток ключицы

смачивают доску водой, кладут большое филе и удаляют пов. пленку

большое филе надрезают с внутренней стороны в продольном направлении, разворачивают, перерезают в двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез малое филе, которое покрывают большим филе.

фаршируют

смачивают

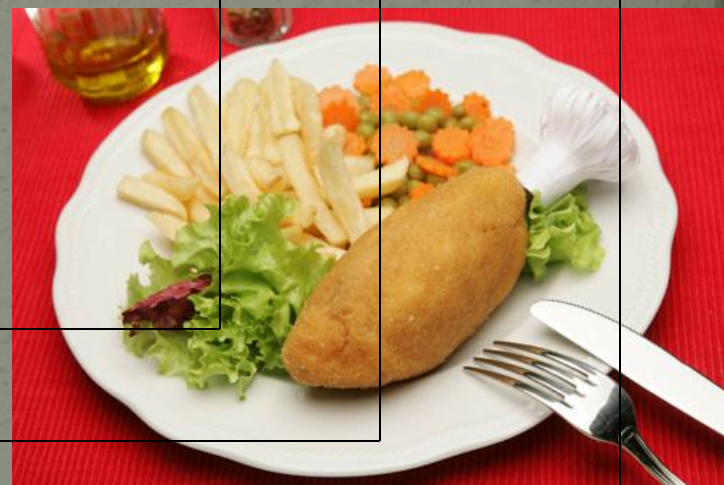
дважды панируют

жарят во фритюре 5-7 минут до образования поджаристой корочки, и доводят до готовности в ж/ш

Сливочное
масло

Льезон

Белая
панировка



При отпуске гарнируют и поливают сливочным маслом. Гарнир- горошек зеленый отварной, картофель во фритюре, сложной гарнир

"Шницель столичный"



Гарнир – жареный во фритюре картофель (нарезанный соломкой или стружкой), зеленый горошек или сложный гарнир.

При подаче на филе кладут сливочное масло, консерв. фрукты.

Блюдо украшают зеленью

Птица, жареная во фритюре



- При подаче поливают сливочным маслом и гарнируют картофелем, жареным во фритюре или сложным гарниром
- Дополнительным гарниром могут служить салаты, маринованные фрукты и ягоды
- Отдельно подают соус томатный с вином

Тушеные блюда: рагу из птицы или кролика



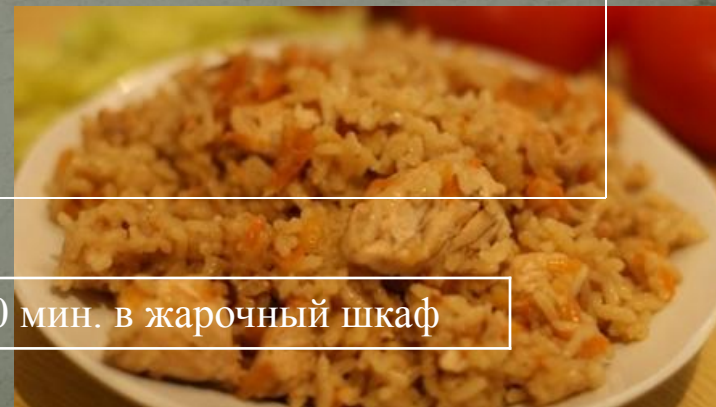
"Чахохбили"



- Гарнир – рассыпчатый рис
- Отпускают с соусом, в котором тушилась курица



Плов из птицы



Блюда из рубленной массы птицы

- Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика паровые
- Котлеты рубленые из птицы, дичи или кролика жаренные
- Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика, фаршированные шампиньонами
- Кнеди из птицы паровые



Биточки рубленые из птицы паровые

Биточки



В сотейник
(смазанный
маслом)



Припускают
15-20 мин.



Отпуск:

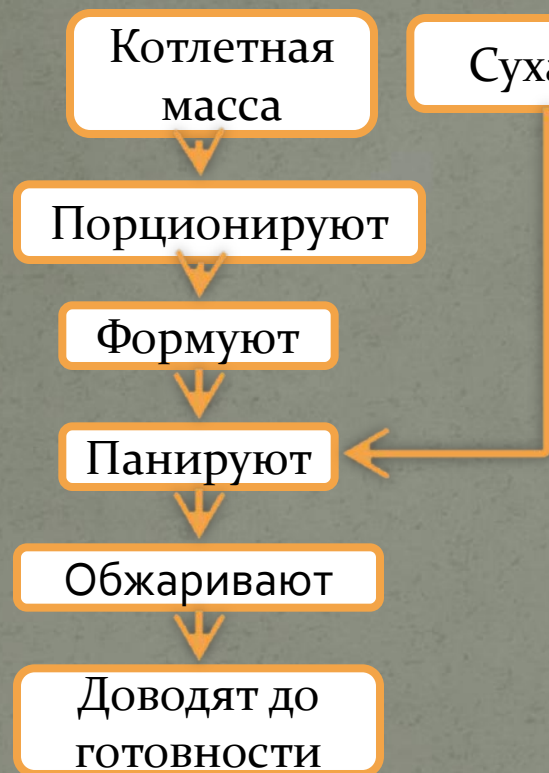
Гарнир: отварной/припущенный рис, картофельное пюре, сложный гарнир

Соус(поливают) :паровой или белковый с яйцом

Дополнительно: на биточки-ломтики отварных белых грибов или припущенных шампиньонов



Котлеты рубленые из птицы жаренные



Сухари



myJulia.Ru

Отпуск: поливают сливочным маслом

Гарнир: картофель жаренный, картофельное пюре, зеленый горошек, сложный гарнир, рис отварной/припущенный



Кнели из птицы паровые

Порционные
формочки

Масло/
Маргарин

Кнельная
масса

Смазывают

Заполняют
(на $\frac{3}{4}$)

Варят на пару
10-12 мин.



Отпуск

Гарнир: отварной зеленый горошек, цветная капуста, припущенный рис

Соус(поливают): белый с яйцом или растопленное сливочное масло