

Жареные овощи

- Жарят овощи основным способом и во фритюре.
- Перед жареньем овощи нарезают. Кабачки, тыкву, помидоры, баклажаны после нарезки панируют в муке. Жарят овощи основным способом с любыми жирами. Подготовленные овощи кладут на сковородку или противень с жиром, разогретым до 140—150° С, и жарят до готовности и образования поджаристой корочки.

Жарят овощи основным способом и во фритюре.

Во фритюре жарят картофель, лук, зелень петрушки; овощи обсушивают на дуршлаге или полотенцем, чтобы во время жарки не разбрызгивался жир. Для жарки во фритюре лучше всего использовать смесь животных и растительных жиров в соотношении: 50 % животного жира и 50 % растительного масла или 70 % животного и 30 % растительного, а также применяют кулинарный жир (фритюрный). Сливочное масло и маргарин не используют, так как они имеют низкую температуру дымообразования, содержат много влаги и белковых веществ, которые при высокой температуре быстро сгорают, загрязняют жир и продукт.

Жарят овощи в специальных аппаратах или глубоких, толстостенных противнях со вставными металлическими сетками. Жира берут в 4 раза больше, чем овощей. Посуду заполняют жиром наполовину, так как он может сильно пениться, нагревают его до **170–180 °С** и погружают подготовленные овощи. Время жарки во фритюре **2–8 мин.** Жареные овощи используют как самостоятельное блюдо и в качестве гарнира.



Картофель, жаренный во фритюре

- Картофель нарезают брусочками, соломкой, дольками, кубиками, шариками, стружкой, промывают и хорошо обсушивают. В раскаленный до 180—190° С жир закладывают подготовленный картофель и жарят до образования румяной корочки и готовности. *Время жаренья зависит от температуры жира и формы нарезки.* Готовый картофель вынимают, дают стечь жиру, посыпают мелкой солью и встряхивают. *Солить картофель до жаренья нельзя, так как он отмокает и жир сильно вспенивается.* Картофель, нарезанный брусочками, дольками, кубиками, шариками и жаренный во фритюре, называют картофель фри. Картофель, нарезанный соломкой, называют пай..

ПОДАЧА

.При отпуске картофель кладут на тарелку с бумажной салфеткой, украшают веточками зелени петрушки

Используют его как самостоятельное блюдо и в качестве гарнира



Кабачки жареные с отварным картофелем

- Очищенные от кожицы и зерен кабачки нарезают кружочками толщиной 0,5—1 см по 2—3 шт. на порцию, панируют в муке, смешанной с солью, кладут на разогретый противень с жиром и обжаривают основным способом до образования румяной корочки с двух сторон, доводят до готовности в жарочном шкафу.
- При отпуске кабачки кладут на тарелку или порционную сковородку, рядом укладывают отварной картофель, поливают сметаной или соусом молочным, сметанным, сметанным с томатом, посыпают зеленью. *Кабачки жареные можно отпускать без картофеля, в этом случае норма закладки кабачков увеличивается. Иногда кабачки жареные используют в качестве гарнира. Их нарезают ломтиками или кубиками.*

Котлеты морковные

- Морковь шинкуют соломкой *или пропускают через овощерезку*, складывают в глубокую посуду, добавляют воду, бульон или молоко и сливочное масло, припускают почти до готовности. Затем всыпают манную крупу при помешивании, проваривают. Полученную массу охлаждают до 40—50° С, добавляют сырые яйца, соль и протертый творог, все хорошо перемешивают. *Можно приготовить котлеты без творога, а манную крупу заменить густым молочным соусом, манной кашей.*

ПОДАЧА

При отпуске котлеты кладут по 2 шт. на порцию на тарелку или порционное блюдо, поливают сливочным маслом. Отдельно в соуснике подают сметану, соус молочный или сметанный.



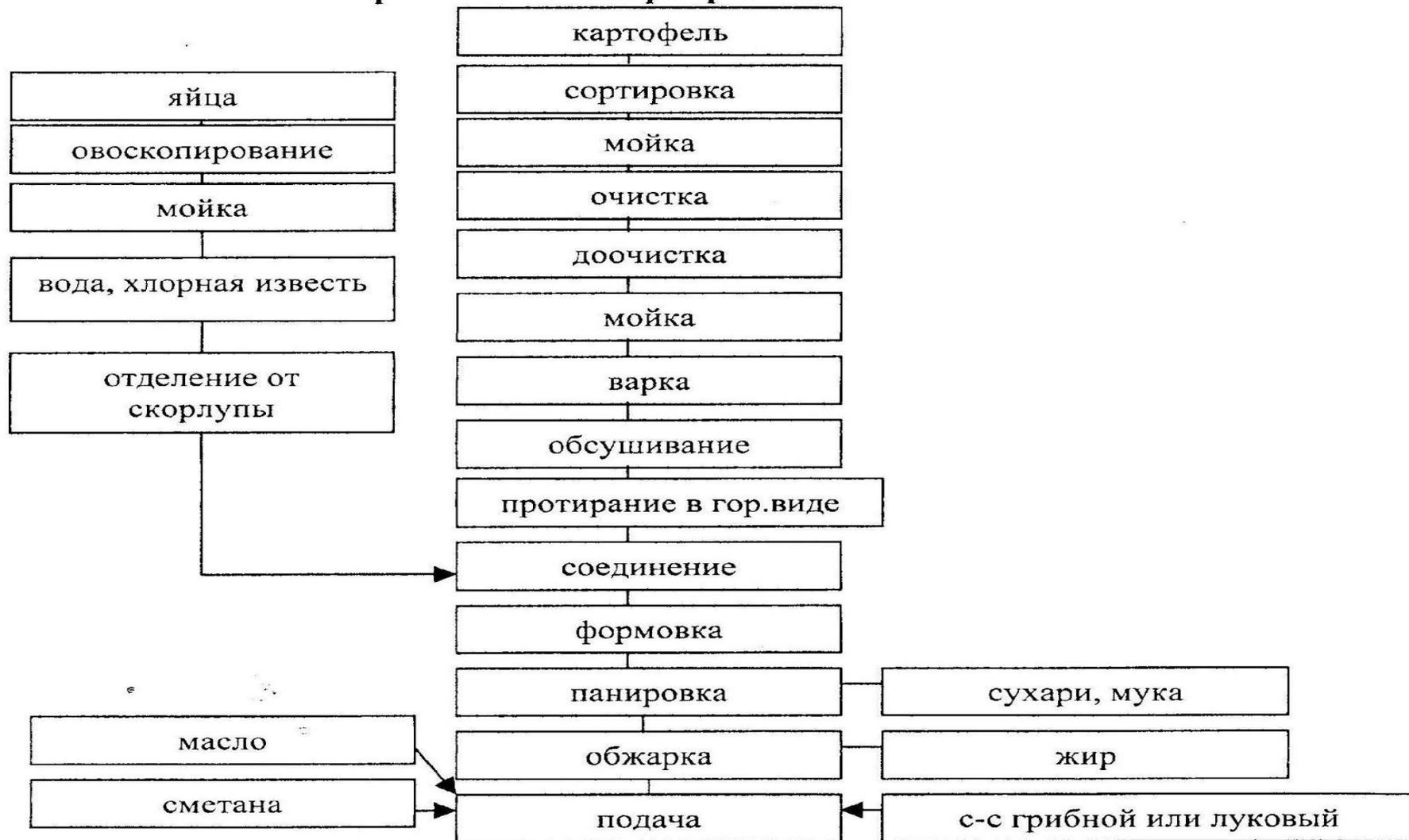
Полученную массу разделяют на порции, панируют в сухарях, придают форму котлет. Перед отпуском котлеты кладут на разогретый противень с жиром, обжаривают с двух сторон и дожаривают в жарочном шкафу.



Котлеты картофельные

- *Вначале* приготавливают картофельную массу. Для этого очищенный картофель варят, обсушивают, протирают горячим, затем охлаждают до 40—50° С, вводят сырые яйца и хорошо перемешивают. В массу можно добавить пассированный репчатый лук — 10—15 г, соответственно у величие выход блюда. Полученную массу разделяют на порции, панируют в сухарях, или муке и при дают форму котлет. Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретый противень с жиром, обжаривают с двух сторон и дожаривают в жарочном шкафу. При отпуске кладут по 2 шт. на тарелку или порционное блюдо, поливают сливочным маслом или подливают соус сметанный, луковый, грибной, томатный. Сметану подают отдельно.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ СХЕМА приготовления картофельных котлет



ПРАВИЛА ПОДАЧИ

Подают по две штуки на порцию без гарнира, поливают маслом или сметаной. Отдельно можно подать соус грибной, луковый или томатный.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ

Котлеты должны быть овальной формы с одним заостренным концом, поверхность ровная без трещин, на изломе – однородная, пышная масса без комков, кремового цвета.

Крокеты картофельные

- Горячий вареный картофель протирают, добавляют $1/3$ муки, положенной по рецептуре, сырые яичные желтки, сливочное масло и перемешивают. Полученную массу разделявают в виде шариков, груш, цилиндров (по 3—4 на порцию), панируют в муке, смачивают в яичном белке и панируют в сухарях. Жарят крокеты в большом количестве жира (во фритюре). *В массу для крокетов можно добавить грибы.*

ПОДАЧА

При отпуске крокеты укладывают на порционное блюдо или тарелку, украшают веточками зелени петрушки, поливают сливочным маслом. Отдельно в соуснике подают соус томатный, грибной, красный с луком и корнишонами, луковый. *Крокеты можно использовать в качестве гарнира, в этом случае их делают меньшего размера.*



7. Перечислите ассортимент блюд из овощных масс.
8. Составить технологическую последовательность приготовления котлет морковных.
9. Укажите температуру жаренья картофеля в зависимости от способа жаренья: основной-..., во фритюре-...?
10. Почему для жаренья основным способом картофель укладывают на сковороду разогретую с жиром, а не на холодную?
11. Почему картофель солят в конце жарки, а не в начале?

Вопросы .с204

1. Назовите правила жаренья овощей основным способом.
2. Почему нельзя жарить сырыми такие овощи, как свекла, морковь, репа?
3. Объясните причины появления румяной корочки на поверхности овощей при жареньи.
4. Составить технологическую последовательность приготовления картофеля, жаренного из сырого и из отварного.
5. Составить технологическую последовательность приготовления картофеля, жаренного во фритюре.

2.2. Технология приготовления блюда «Зразы картофельные»



Технологическая карта

№ п/п	Наименование продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)
1.	Картофель	241	181
2.	Яйца	1/10 шт	4
3.	Лук репчатый	48	40
4.	Маргарин	5	5
5.	Яйца	1/2 шт	20
6.	Морковь	38	30
7.	Масса фарша		40
8.	Сухари или мука пшеничная	12	12
9.	Масса полуфабриката		225
10.	Кулинарный жир	10	10
11.	Масса жаренных зраз		200
12.	Маргарин столовый или масло сливочное		10
13.	или сметана		20
14.	или соус		75
	Выход		200/10/20/75

- Картофель подсушивают, протирают горячим, иначе пюре будет клейким и тягучим, затем охлаждают до 40–50 °С.



- Вводят яйца и хорошо перемешивают.



● Вначале приготавливают картофельную массу: картофель очищают, моют и варят до готовности.



● Отдельно готовим начинку: отварные яйца мелко рубим, соединяем с пассерованным луком и укропом, солим, перчим, перемешиваем.



- Разделяваем на порции, придают форму лепешки, на середину кладут фарш, соединяют края, панируют в сухарях или муке и формуют, придавая форму кирпичика с овальными краями.
- Подготовленный полуфабрикат кладут на разогретый с жиром противень, обжаривают с двух сторон.



- При отпуске зразы кладут на тарелку или порционное блюдо, поливают сливочным маслом или маргарином.
- Сметану или соусы (томатный, сметанный, грибной) подают отдельно или подливают на блюдо. Подают по 1-2 штуки на порцию



Блюда и гарниры из тушеных овощей

Правила тушения овощей

- 1. Тушат один или несколько видов овощей.
- 2. Используют нарезку: соломка, кубик, дольки.
- 3. Обжаривают до полуготовности или припускают.
- 4. Добавляют соус или бульон или специи.
- 5. Тыкву, кабачки тушат в собственном соку.
- 6. Тушат в посуде с закрытой крышкой при слабом кипении.
- 7. При отпуске посыпают мелкой зеленью.

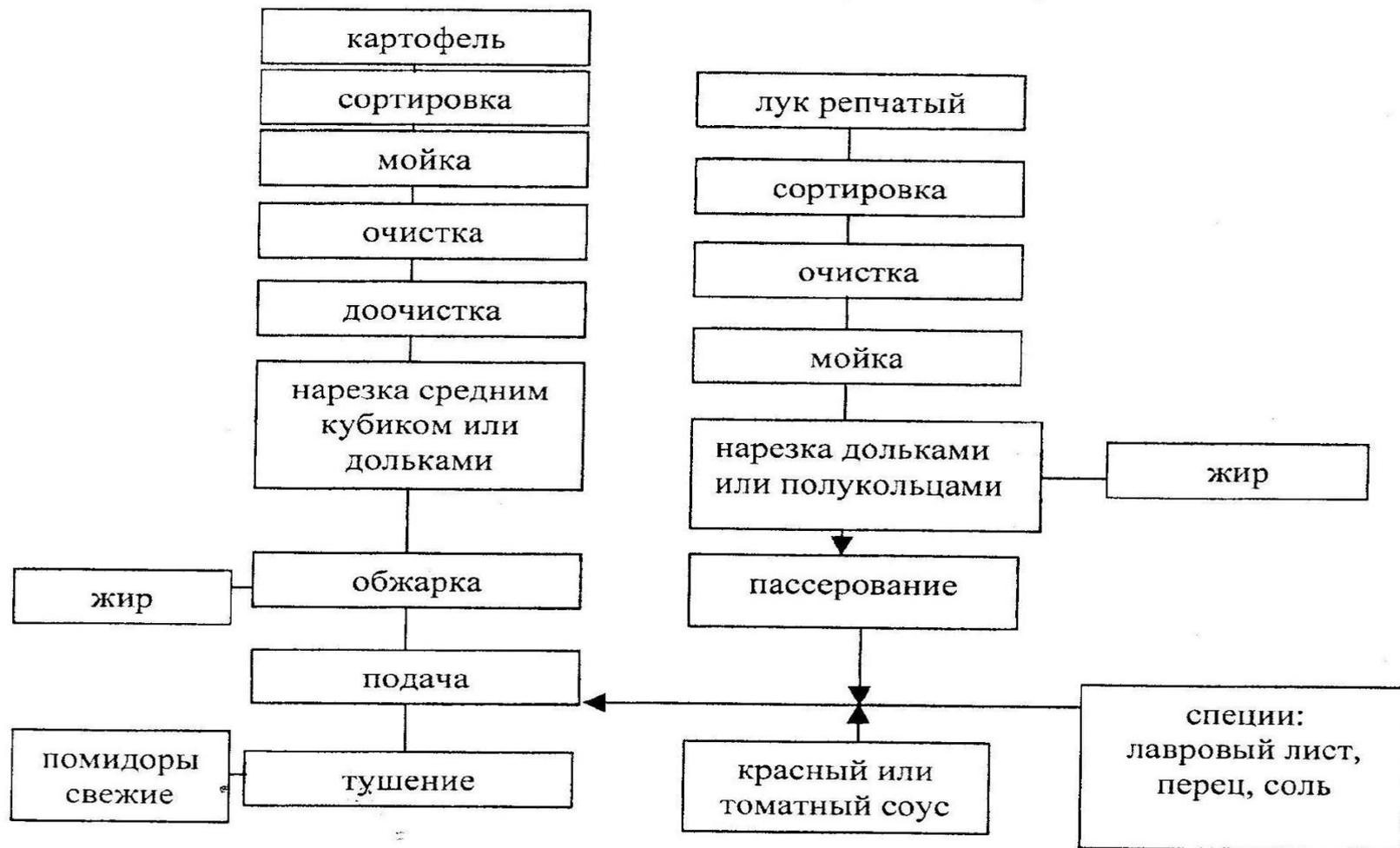
Капуста тушеная



- Очищенную капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить столовую ложку масла, **0.5** стакана воды или мясного бульона, накрыть кастрюлю крышкой и тушить **40** минут. Затем добавить поджаренный лук, томат-пасту, уксус, сахар, соль, лавровый лист, перец (горошком) и продолжать тушение до готовности - примерно **10** минут. Когда капуста будет готова, положить в кастрюлю поджаренную с маслом муку, размешать и прокипятить.

Свежую капусту можно заменить квашеной, но в этом случае не нужно добавлять уксуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ СХЕМА приготовления блюда «Картофель, тушеный с луком»



ПРАВИЛА ПОДАЧИ

Подают тушеный картофель в баранчике, посыпают зеленью, в качестве дополнительного гарнира можно подать помидоры свежие.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ

При подаче часть картофеля может быть разваренной, но большая часть должна сохранить нарезку кубиками или дольками. Цвет соуса – темно-красный, цвет картофеля – красноватый. Вкус – тушеного картофеля с острым привкусом. Не допускается запах пареного картофеля.

Рагу из овощей



- Картофель и кабачок очищают и нарезают мелкими кубиками, морковь соломкой, белокочанную капусту шашечками, репу кубиками, корни петрушки кусочками длиной **2-3** см. Цветную капусту разделяют на соцветия, лук шинкуют, горох вылуцивают из стручков (если молодой, используют и стручки).

- Картофель, кабачки, морковь и лук обжаривают по отдельности. Капусту, горошек, репу и корни петрушки не обжаривают.
- Овощи закладывают в кастрюлю в определенной последовательности. Сначала белокочанную капусту. Ее заливают сметанным соусом, солят. Минут через **10** кладут горошек, цветную капусту и репу. Еще через **10** минут - все остальные овощи. Тушат до тех пор, пока они не станут мягкими. В конце тушения добавляют столовую ложку томатного сока и связанный пучок листьев петрушки (потом его удаляют).
- Пока овощи тушатся, нужно внимательно следить, чтобы рагу не подгорело. Если оно слишком загустеет, добавляют немного горячей воды. Ближе к концу тушения пробуют, достаточно ли соли. Лавровый лист, перец и другие специи лучше не класть, достаточно посыпать рагу зеленью укропа.

