

Технология приготовления сложной горячей кулинарной продукции (часть 2)



Разработчик: преподаватель Гребенюк Т.Г.

Организация технологического процесса приготовления сложной горячей кулинарной продукции из овощей, грибов и сыра

СОВРЕМЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ДИЗАЙНУ БЛЮДА

Технологический процесс приготовления блюда заканчивается его оформлением и отпуском.

Красиво оформленное блюдо возбуждает аппетит, сосредоточивает внимание человека на предстоящей еде и улучшает усвоение пищи.



Оформление блюда в значительной степени зависит от сочетания гарниров по форме и величине нарезки продуктов, вкусу и цвету.

Обычно выбирают гарниры примерно сходной величины и размеров.

Например, гарнирам для холодных блюд обычно придают форму букетиков: нарезанный зеленый лук, морковь и картофель, нарезанные кубиками, звездочками, кружочками.

К большим порционным кускам обыкновенно подают крупно нарезанные гарниры.





Другим важным элементом при оформлении блюд является умелое сочетание гарниров по цвету.

Гарниры хорошо гармонируют между собой, когда они располагаются в порядке светового спектра: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый и т. д.

Например, при оформлении отварной рыбы около нее можно уложить гарнир в следующей последовательности: зеленый (горошек), желтый (картофель), оранжевый (морковь), красный (помидоры).

Разнообразие продуктов при оформлении подчеркивают гармонией контрастов.

Красный цвет (помидоры), зеленый (зеленый лук), фиолетовый (краснокочанная капуста), оранжевый (морковь) и т. д.

Продукты должны также гармонировать между собой не только по цвету, но и по вкусу.

Темно-красные соусы сочетаются по цвету и вкусу с жареным мясом,

Белый соус — с домашней птицей,

Розовый томатный и белый — с рыбой.

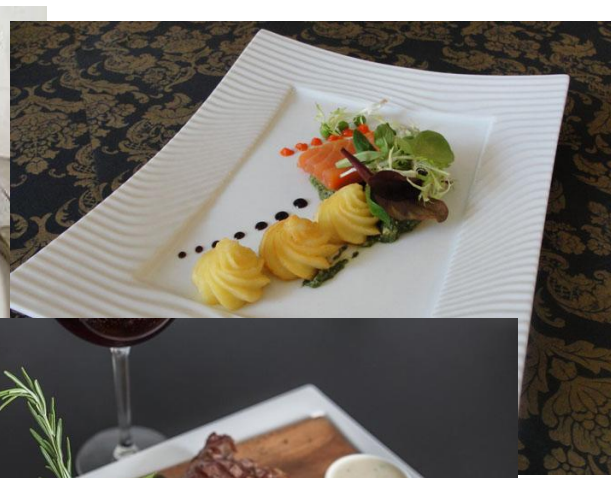


Большое значение при оформлении блюда имеет посуда, в которой подают пищу.

Она должна быть без отбитых краев, щербин и трещин.

Борта посуды не должны полностью закрываться продуктами.

В этом случае в сочетании с красочно оформленными гарнирами блюдо будет иметь





СЛОЖНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

Ассортимент блюд из отварных и жареных овощей.

Правила приготовления и подачи.

Рекомендуемые соусы.

Нормы отпуска.

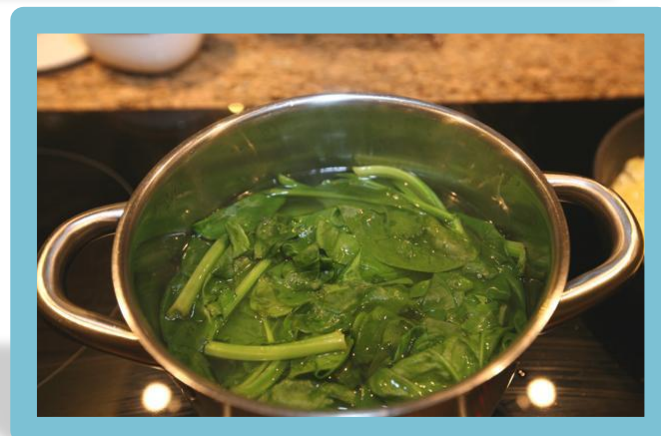
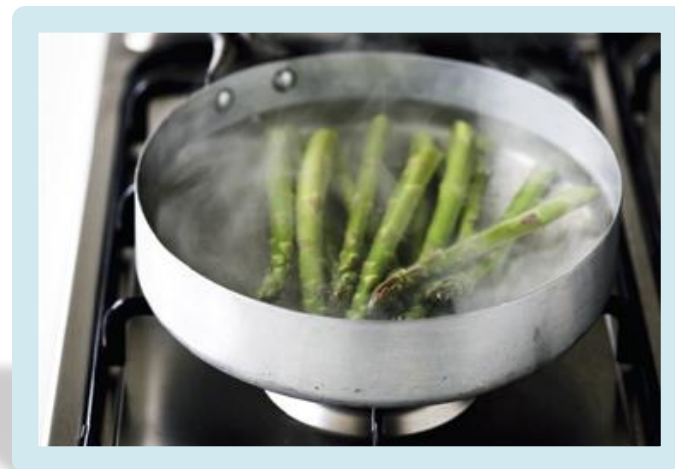


Овощи можно варят в воде, на пару или припускать. Чтобы уменьшить потери массы и питательных веществ при варке овощей, обеспечить высокое качество блюд из них, необходимо соблюдать ряд правил.

- **Овощи, кроме свеклы, моркови и зеленого горошка, кладут в кипящую подсоленную воду (10 г соли на 1 л воды).**
- **Воды берут 0,6—0,7 л на 1 кг овощей, так чтобы она покрывала овощи не более, чем на 1,5—2 см.**
- **После закипания нагрев уменьшают во избежание выкипания и варят овощи до готовности (до мягкости).**
- **Сроки варки зависят от сортовых особенностей и вида овощей, жесткости воды и других условий.**

Стручки фасоли, гороха, листья шпината, спаржу, артишоки для сохранения цвета варят в большом количестве (3—4 л на 1 кг овощей) бурно кипящей воды и в открытой посуде.

Остальные овощи варят, закрыв посуду крышкой, чтобы уменьшить окисление витамина С.



- **Картофель варят очищенным или неочищенным в зависимости от дальнейшего использования.**
- **В весеннее время, когда вкус картофеля заметно ухудшается и в нем накапливается ядовитое вещество соланин, картофель целесообразнее варить очищенным.**
- **Морковь и свеклу целиком варят только в кожуре для уменьшения потерь растворимых веществ (сахаров и минеральных веществ).**



- **Быстрозамороженные овощи кладут в кипящую воду, не размораживая.**
- **Сушеные овощи перед варкой заливают водой и оставляют для набухания на 1—3 ч, а затем варят в этой же воде.**
- **Консервированные овощи прогревают вместе с отваром, затем отвар сливают и используют для приготовления супов и соусов.**



При варке овощей паром значительно уменьшаются потери растворимых веществ.

**Так, картофель при варке паром целыми очищенными клубнями теряет в 2,5 раза меньше растворимых веществ, чем при варке в воде,
морковь — в 3,5
свекла — в 2 раза.**

Овощи, сваренные на пару, отличаются более выраженным вкусом, свекла имеет более интенсивную окраску.

Для варки на пару используют специальные паровые пищеварочные шкафы или обыкновенные котлы с металлической решеткой.

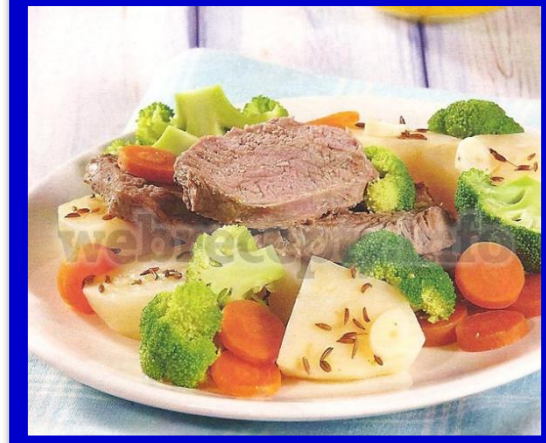


Варить можно любые овощи.

Чаще всего варят картофель, капусту (белокочанную, брюссельскую, цветную, савойскую), стручковую фасоль, спаржу, артишоки.

Вареные овощи используют как самостоятельное блюдо, заправляя маслом или соусом, или в качестве гарнира к блюдам из рыбы, мяса, птицы.

При подаче их посыпают рубленой зеленью



Тыква отварная

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками и варят в подсоленной воде.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом с молотыми поджаренными сухарями.



ФАСОЛЬ ОТВАРНАЯ (ОВОЩНАЯ)

Стручки фасоли, зачищенные от грубых жилок, нарезают ромбиками, кладут в кипящую подсоленную воду, варят 8—10 мин и откидывают на дуршлаг.

При отпуске поливают растопленным маслом или соусом молочным.



Кукуруза отварная

Подготовленные початки варят в подсоленной воде до готовности.

При отпуске початков целиком удаляют листья, отдельно подают масло сливочное.

Можно снять зерна с початка, заправить их соусом и довести до кипения.

Кукурузу консервированную прогревают вместе с отваром, после чего его сливают, а зерна заправляют сливочным маслом или соусом молочным либо сметанным



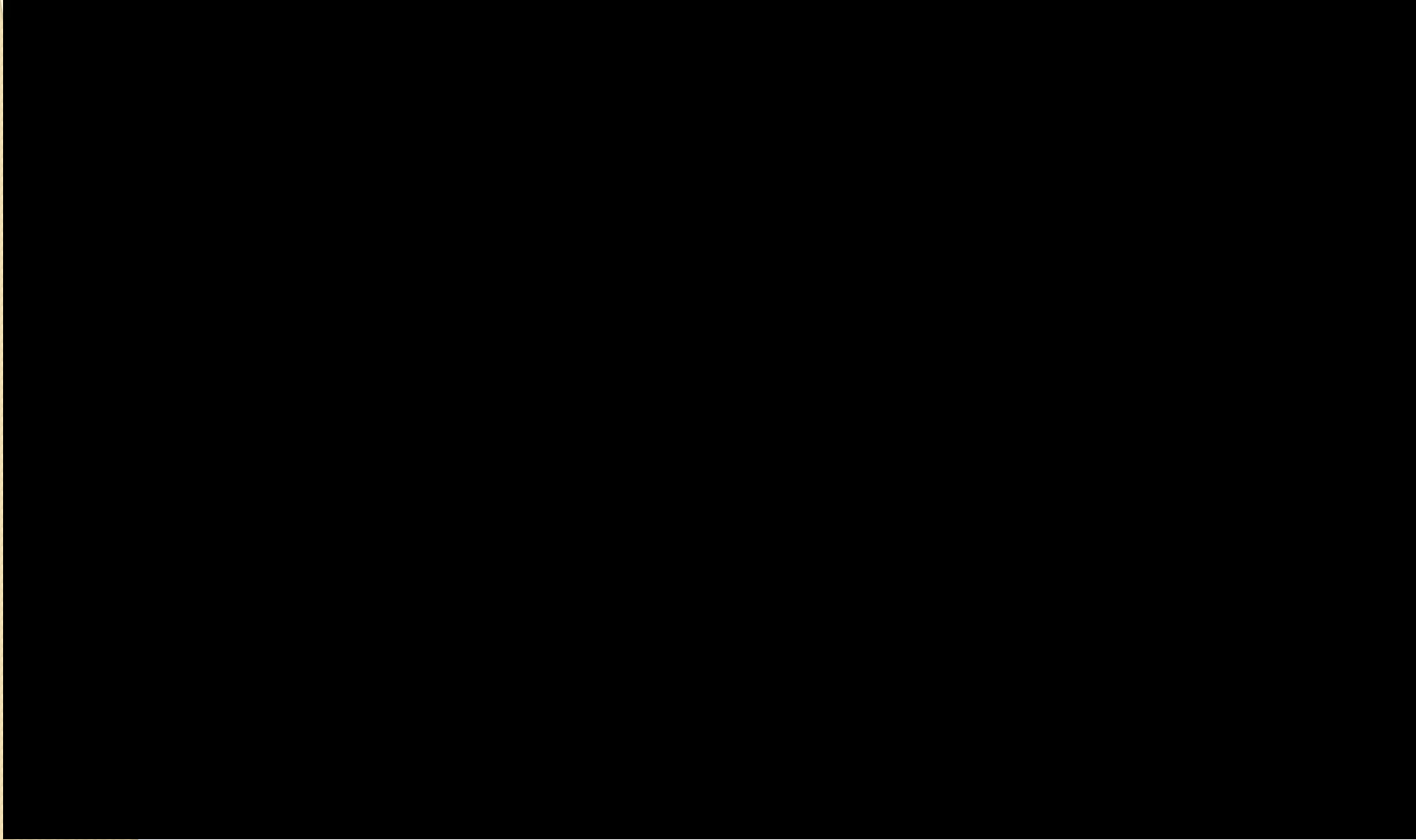
СПАРЖА ОТВАРНАЯ

Подготовленную спаржу кладут в кипящую подсоленную воду и варят до готовности.

При отпуске пучки вареной спаржи развязывают, укладывают на тарелку или порционное блюдо, украшают веточками зелени петрушки, отдельно подают соус сухарный.

Можно отварную спаржу заправить соусом молочным, прогреть и при подаче полить растопленным сливочным маслом.





АРТИШОКИ

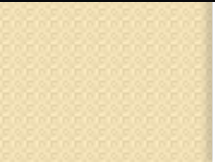
Подготовленные артишоки перевязывают нитками, отваривают в подсоленной воде.

Когда нижняя часть основания станет мягкой, их вынимают и кладут основанием вверх, чтобы стекла вода.

При отпуске артишоки украшают зеленью.

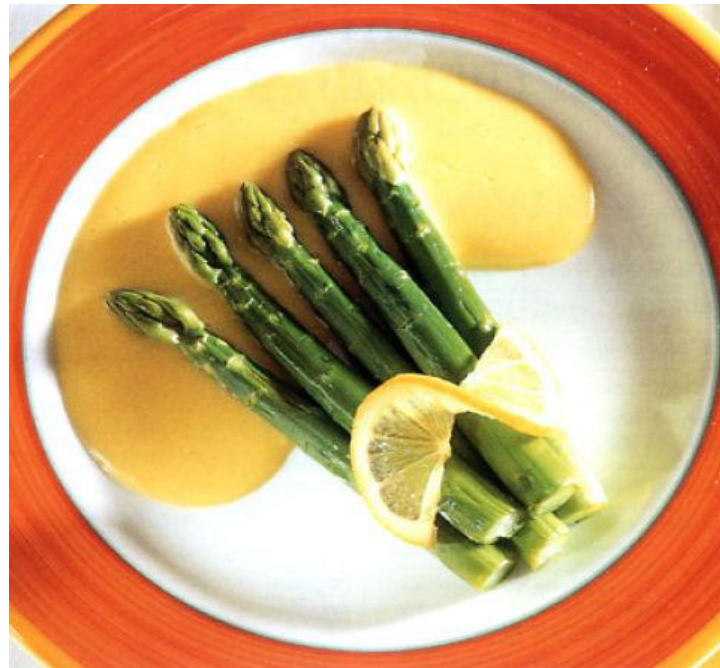
Отдельно подают соус голландский или сухарный.





Припущенная спаржа с жареным козьим сыром и винной карамелью (Французская кухня)

Состав: 50 г сахара, 300 мл красного вина, 100 мл винного уксуса, 100 мл херес уксуса, 200 мл портвейн, 3 шт спаржи, 5 г чеснока, 20 г сливочного масла, соль, перец, 50 г козьего сыра, 10 г муки, 1 яйцо, 30 г панировочных сухарей, 30 г растительного масла.



Способ приготовления:

жидкие ингредиенты соединить и уварить на медленном огне до 200 мл.

Козий сыр нарезать и запанировать.

Спаржу очистить и припустить с добавлением чеснока, сливочного масла и соли.

Козий сыр обжарить до готовности.

Выложить спаржу на тарелку, сверху козий сыр и полить рядом соусом «винная карамель».



Тыквенные ньокки с пряным маслом

(Итальянская кухня)

На 6 порций:

Для теста:

600 г картофеля,

250 г мякоти тыквы,

2 желтка,

230 г муки,

3 ст. л. сыра "пекорино",

1 щепотка тертого мускатного ореха.

Для соуса:

12 листочков шалфея,

4 ст. л. сливочного масла.



- **Картофель очистить и нарезать кубиками, так же нарезать тыкву. Все вместе варить 10 мин. в кипящей подсоленной воде до готовности и сразу же пюрировать. Охладить до температуры 60-65°C.**
- **Сыр размешать с желтками, солью и мускатным орехом, добавить в овощное пюре. Добавить муку и вымесить тесто. Сформировать из него роллы толщиной 2-2,5см. и нарезать их на кусочки шириной 1 см.**
- **Отварить в кипящей подсоленной воде и, как только клецки всплывут на поверхность, вынуть шумовкой.
В сковороде растопить масло и припустить в нем мелко нарубленные листочки шалфея – 3 мин.
Ньюкки разложить по тарелкам, полить пряным маслом и сразу же подавать.**



Из коллекции рецептов
edimdoma.ru

Едим Дома

Ньокки с сыром "Горгонзола"

На 6 порций:

800 г картофеля,

250 г муки,

1 яйцо.

Для соуса:

2 ст.л. масла,

150 г сыра "Горгонзола",

2 ст.л. тертого пармезана,

50 мл сливок жирностью 20%



Картофель отварить в кожуре, очистить и пюрировать. Добавить яйца, муку, соль и вымесить тесто. Сформировать из него роллы толщиной 2-2,5 см и нарезать их на кусочки толщиной в 1 см, разложить на присыпанной мукой поверхности и оставить на 15 минут.

Соус:

Горгонзолу нарезать небольшими кусочками. В сковороде на среднем огне разогреть масло, растопить в нем кусочки горгонзолы, добавить сливки, пармезан, соль и перец. Прогреть массу, не доводя ее до кипения.

Отварить клецки в кипящей подсоленной воде и, как только они всплывут на поверхность, вынуть шумовкой, разложить по тарелкам, полить соусом и подавать.

Ассортимент блюд из жареных овощей

Овощи жарят с жиром или во фритюре.

При жарке с небольшим количеством жира овощи и изделия из них жарят на сковородах или противнях с жиром, разогретым до температуры 150—160°C.

Иногда овощи дожаривают в жарочных шкафах.

При жарке во фритюре жир разогревают до температуры 175—180°C, жарят изделия, вынимают, дают стечь жиру и выкладывают в жарочные шкафы.



- Для фритюра используют или специальный фритюрный жир, или смесь из рафинированного растительного масла и кулинарного жира в соотношении 1:2.
- Жи́ра берут в 8 раз больше массы одновременно обжариваемых овощей.
- Сырыми жарят только те овощи, в которых протопектин малоустойчив: картофель, кабачки, тыква, баклажаны, помидоры.
- Некоторые овощи перед жаркой варят (картофель, капуста, кольраби).
- Жареные овощи отпускают с маслом, сметаной, соусами, свежими и солеными помидорами, огурцами, шинкованной зеленью петрушки или укропа.

Картофельная тортилья

1. Картофель (200 г.) очистить и нарезать кружочками около 8 мм толщиной.
2. Обжарить картофель на разогретой сковороде с маслом (20 г.) на среднем огне 10-15 минут.
3. Нарезать лук (70 г.) полукольцами и измельчить чеснок (5г.).



4. **Яйца (2 шт.) разбить посолить, поперчить и взбить до однородной консистенции.**
5. **Вылить яичную массу на сковородку с картофелем.**
6. **Жарить на небольшом огне с двух сторон до полной готовности.**
7. **Готовую тортилью нарезают на порции и подают, оформив веточками тимьяна.**



Баклажаны «соте»

- *1 кг баклажанов,*
- *100 г сладкого перца,*
- *150 г помидоров,*
- *100 г растительного масла,*
- *соль, зелень петрушки.*



Баклажаны освободить от кожицы (у молодых баклажанов кожицу можно не снимать), нарезать кружочками, слегка посолить и обжарить в растительном масле.

Помидоры мелко нарезать, обжарить, соединить с мелко нарезанным испеченным сладким красным перцем, посолить.

На блюдо уложить обжаренные кружочки баклажанов, на каждый кружочек ложкой положить смесь помидоров с перцем.

Готовые баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки и подать горячими как самостоятельное блюдо или гарнир.



Технологический процесс приготовления сложной горячей кулинарной продукции из тушёных и запеченных овощей

Картофель Бешамель

- Отварить картофель (200 г).

Приготовить соус Бешамель:

- молоко(1 л.),
- сливочное масло (100 г.),
- мука (25 г.),
- белое вино (25 г.).



- **В сковороде с толстым дном или кастрюле растопить сливочное масло.**
- **В масло постепенно высыпаю муку, пассеруют её.**
- **Вливают белое вино.**
- **Небольшими порциями вливают холодное молоко при постоянном помешивании венчиком.**
- **Доводят до однородной массы.**
- **Добавляют в соус мускатный орех, соль.**
- **Выкладывают готовый вареный картофель в форму для запекания слоями, заливают соусом Бешамель.**
- **Сверху посыпают натёртым сыром (200 г.)**
- **Запекают в жарочном шкафу до готовности.**
- **При подаче декорируют веточкой базилика.**

Рататуй из овощей

Количество порций: 5

Продукт:

1. Баклажаны 2 штуки
2. Цукини 2 штуки
3. Лук репчатый 2 штуки
4. Чеснок 2-3 зубчика
5. Томаты (помидоры) 3 штуки
6. Перец сладкий красный 1 штука
7. Перец сладкий желтый 2 штуки
8. Оливковое масло 5-6 столовых ложек
9. Розмарин 1 чайная ложка
10. Тимьян (Чабрец) 1 чайная ложка
11. Перец черный молотый 8 чайных ложек



Приготовление

- Очищают баклажаны от кожицы нарезают кружочками и посыпают солью. Баклажаны должны немного постоять, чтобы выделился сок и ушла горечь, затем их обсушивают.
- Цукини нарезают кружочками средней толщины.
- Лук нарезаю тонкими полукольцами.
- Чеснок измельчают.
- Бланшируют помидоры и снимают с них кожицу. Мякоть нарезают кольцами.
- Сладкий перец освобождают от семян и нарезают соломкой.

- **Разогревают на сковороде оливковое масло и слегка обжаривают баклажаны.**
- **Затем обжаривают лук и чеснок.**
- **Противень смазывают маслом и выкладывают на него баклажаны.**
- **Затем поверх баклажанов слоями выкладывают цукини, помидоры и перец.**
- **Каждый слой посыпают солью, перцем, розмарином и тимьяном.**
- **Сверху выкладывают оставшиеся баклажаны а так же жареный чеснок и лук.**
- **Запекают 20 мин при $t - 170-180^{\circ}\text{C}$.**

Подается рататуй как горячим, так и холодным.

Как в качестве гарнира, так и как самостоятельное вегетарианское блюдо.

Часто горячим рататуем наполняют тарталетку из слоеного теста, ставят на тарелку, предварительно подлив немного соуса провансаль или соуса из спаржи для того, чтобы тарталетка была устойчивее, и поливают соусом вокруг.

Или же на тарелку ставят высокое кольцо, в него кладут рататуй, утрамбовывают, снимают кольцо и поливают соусом.





ПОКАНЕВИЧ
СЕРГЕЙ

ГРАТЕН ИЗ ШПИНАТА И ПЕННЕ (ИТАЛЬЯНСКАЯ КУХНЯ)

На 4 порции:

300 г макарон пенне,

400 г свежемороженого шпината

300 г помидоров черри,

80 г лука-шалота,

2 зубчика чеснока,

3 ст. л. оливкового масла,

100 г любого пикантного сыра,

0,5 ч. л. рубленого розмарина и тимьяна,

1 ст. л. тертого пармезана,

40 г холодного сливочного масла.



приготовление

- ❖ Размороженный шпинат отжимают.
- ❖ Жарочный шкаф разогревают до 200°C.
- ❖ Помидоры нарезают на четвертинки.
- ❖ Макароны отваривают.
- ❖ В сковороде разогревают оливковое масло, и обжаривают измельченные лук и чеснок.
- ❖ Шпинат рубят и добавляют в сковороду, перемешивают, посыпают солью, перцем.
- ❖ Добавляют помидоры и готовят 1–2 мин.
- ❖ Сыр и сливочное масло нарезают мелкими кубиками.
- ❖ Сыр и макароны помещают в сковороду с луком и помидорами.
- ❖ Все перемешивают и выкладывают в смазанную маслом форму для запекания.
- ❖ Посыпают гратен травами, пармезаном, кладут кусочки масла и запекают 20 мин.

Мальфатти

На 6 порций:

600 г свежего шпината,

150 г сыра "рикотта",

100 г тертого пармезана,

2 яйца, 1 желток,

3 ст. л. сливочного масла,

200 г муки,

1 маленькая луковица,

1 щепотка тертого мускатного ореха.



- Шпинат перебрать, промыть, проварить на небольшом огне 3 мин.
- Откинуть на дуршлаг, охладить, отжать и мелко нарубить.
- Лук очистить, порезать крошкой.
- Пассеровать лук до прозрачности.
- Добавить нарубленный шпинат, тщательно перемешать, снять с огня и охладить.
- Рикотту размешать миксером до образования однородной массы,
- Добавить остывший шпинат, половину пармезана, яйца, желток, соль, перец, мускатный орех.
- Все тщательно размешать, добавить в несколько приемов муку.
- Замесить тесто – оно должно получиться гладким.
- В большой кастрюле вскипятить 2 л воды,
- Жарочный шкаф разогреть до 175°C.

- При помощи 2 столовых ложек сформировать клецки из сырной массы, поместить в кипящую подсоленную воду,
- Убавить огонь и варить до готовности.
- Как только клецки всплывут на поверхность, вынуть их шумовкой, поместить в смазанную маслом форму для запекания.
- Оставшееся масло растопить, полить содержимое формы и поместить в жарочный шкаф на 5 мин.
- Подавать сразу же, посыпав оставшимся пармезаном.



Технологический процесс приготовления сложной горячей кулинарной продукции из протёртых овощных масс

Морковная бабка

Продукты

- Морковь 1 кг
- масло сливочное 40 г
- яйца 3 штуки
- сахар 20 г
- сухари молотые 150 г
- мука пшеничная 40 г
- соль 10 г



- 1. Морковь натирают на мелкой терке, слегка пассеруют на масле и охлаждают.**
- 2. Яичные желтки отделяют от белков и растирают с сахаром до образования светлой пышной массы.**
- 3. Морковь смешивают с яичными желтками, мукой и сухарями, добавляют соль.**
- 4. Яичные белки взбивают до устойчивой пены и осторожно смешивают с морковной массой.**
- 5. Морковную массу укладывают в форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями,**
- 6. Запекают при температуре 220 °С , до образования золотистой корочки.**

При по даче морковную бабку нарезают на порции и подают на порционных тарелках со сметаной.

Картофельные крокеты в миндальной панировке

Продукты:

- картофель 700 г
- яйца 2штуки
- лук репчатый 120 г
- крупа манная 60 г
- масло растительное 200
- хлопья миндальные 70 г
- чеснок 5 г
- зелень укропа рубленая 20 г
- соль 10 г



- 1. Картофель отваривают, обсушивают и пюрируют.**
- 2. Добавляют манную крупу и дают массе постоять 20 минут.**
- 3. Лук мелко нарезают.**
- 4. Яйца слегка взбивают.**
- 5. В лук и яйца добавляют соль и перемешивают с картофельной массой.**
- 6. Из полученной массы формируют шарики.**
- 7. Панируют их в миндальных хлопьях**
- 8. Жарят во фритюре до образования золотистой корочки.**
- 9. Готовые крокеты вынимают из жира, дают излишнему жиру стечь, и выкладывают на бумажные салфетки.**

Подают крокеты на порционных тарелках, посыпав чесноком, растертым с солью и зеленью.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ ФЛАН С РИКОТТОЙ И СОУСОМ ИЗ ЦИКОРИЯ

На 6 порций

- картофель 200 г
- сыр рикотта 300 г
- яйца 2шт
- яичные белки 2шт
- сухари панировочные 30 г
- мускатный орех молотый 0,0
- перец черный молотый 0,02
- соль 8 г
- цикорий 50 г
- масло оливковое 40 г
- мука пшеничная 20 г
- овощной бульон 300г



1. Картофель отваривают в подсоленной воде,
2. Пюрируют картофель и протирают вместе с рикоттой через сито.
3. Добавляют белки, взбитые в пышную пену, и яйца.
4. Добавляют соль, перец, мускатный орех.
5. Порционные формы смазывают маслом и посыпают сухарями.
6. Заполняют формы картофельно-сырной массой,
7. Запекают флан при температуре 180°C, 20 минут.
8. Для соуса цикорий нарезают полосками и прогревают с маслом 2–3 минуты.
9. Добавляют муку, перемешивают и продолжают пассеровать еще 5 мин.
10. Вливают бульон, при непрерывном помешивании, доводят до вкуса и варят 10 минут.
11. Взбивают соус в блендере.

- **Подают флан горячим в порционных формах с соусом из цикория, оформив целыми или нарезанными полосками листьями цикория.**

Драники

(белорусское национальное блюдо)

- Картофель – 300 г,
- мука пшеничная – 5 г,
- сода – 1 г,
- масло растительное – 10 г,
- сметана – 40 г.



Выход: с маслом - 250, со сметаной - 280.

- **Сырой очищенный картофель натирают,**
- **Добавляют соль, соду, муку, тщательно перемешивают.**
- **На раскаленную сковороду, смазанную жиром, раскладывают ложкой картофельную массу и жарят с обеих сторон.**
- **При подачи драники поливают маслом или сметаной**





Суфле из цветной капусты

- капуста цветная 800 г
- молоко 600 г
- крупа манная 70 г
- яйца 3 шт
- масло сливочное 30 г
- сухари панировочные 70 г
- сахар 20 г
- соль 10 г
- сметана 200 г
- бульон грибной 200 г
- мука пшеничная 20 г
- грибы 150 г
- перец белый молотый 0,02



- Капусту разбирают на соцветия и вместе с грибами варят на пару 15 минут, обсушивают.
- Грибы крупно нарезают.
- Капусту протирают через сито, добавляют молоко, манную крупу, яичные желтки, растопленное масло, соль, сахар и перемешивают.
- Яичные белки взбивают в устойчивую пену, смешивают их с капустной массой.
- Выкладывают приготовленную массу в смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями форму и варят на пару 1 час.



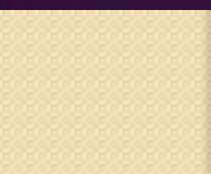
Для соуса :

- муку пассеруют без жира и без изменения цвета,
- слегка охлаждают,
- разводят небольшим количеством грибного бульона и перемешивают,
- затем вливают оставшийся бульон, смешанный со сметаной.
- Добавляют грибы, соль, перец и варят еще 5–7 минут.

Правила оформления и подачи

- Готовое суфле нарезают на порции, укладывают на порционную тарелку и поливают сметанным соусом с грибами.
- Температура подачи 65°С, срок реализации в течение 2-3 ч.

еда|



Ассортимент и технология приготовления сложных горячих блюд из грибов

Трюфели

Грибы, которые растут под землей.

Они считаются самыми дорогими в мире.

Созревая зимой, источают пьянящий аромат, по нему их и находят специально натренированные собаки и свиньи.

Существует два вида — французский черный трюфель из Перигора и белый трюфель из Пьемонта (Северная Италия).

По внешнему виду эти грибы напоминают маленькие черные сморщенные картофелины.

- Свежие трюфели в продажу поступают редко. Обычно они продаются консервированными. Наиболее доступны по цене обрезки и очистки трюфелей.
- Консервированные цельные трюфели продаются очищенными и неочищенными — "экстра" или "выборка".



- **Очень ценной является и жидкость, которой они залиты в банках: она состоит из мадеры, красного вина или бульона.**
- **Неочищенные трюфели нарезаны очень мелко.**
- **Разновидности трюфелей — мюске (мускус) и ивернанко имеют острый запах, но они ароматны, как настоящие трюфели.**
- **Белые трюфели — "белое золото" из Пьемонта — представляют коричневые шишки с бежевой мякотью, величиной с грецкий орех, большое — с яблоко.**
- **У них пронзительный и необыкновенно приятный вкус.**



- Трюфели можно употреблять в пищу в сыром виде, а также использовать для приготовления начинок, соусов, омлетов, паст, поленты, можно тушить или запекать в тесте и т.п.
- Нельзя забивать аромат трюфелей сильными пряностями.



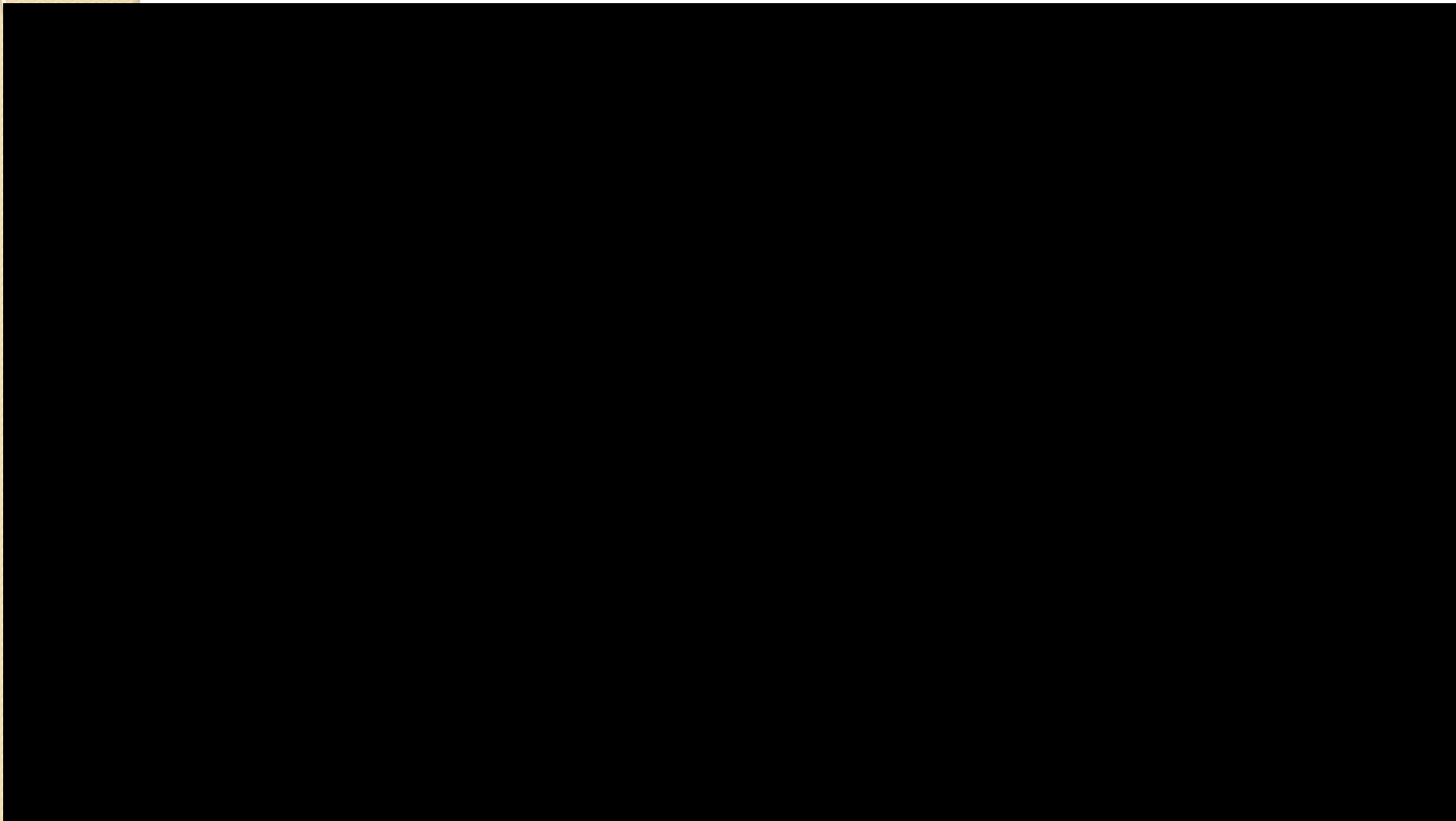
Грибы фаршированные

Продукты:

- грибы свежие (сыроежки или шампиньоны) 500 г,
- маргарин или жир 2 столовые ложки,
- яйцо 1 штука,
- сухари панировочные 3 столовые ложки,
- сыр тертый 3 столовые ложки,
- масло сливочное 1 столовая ложка,
- соль, зелень петрушки.



- **Для приготовления фаршированных грибов нужно отобрать сыроежки или шампиньоны с круглой головкой и промыть их в воде.**
- **Ножки отделить от шляпок, мелко порубить и тушить в жире вместе с нашинкованным луком.**
- **Затем охладить, добавить сухари, сырое яйцо, приправы.**
- **Целые сырые шляпки грибов заполнить полученной смесью, уложить в смазанную жиром посуду, сверху посыпать тертым сыром и положить кусочки масла.**
- **Поставить в жарочный шкаф и запекать при температуре 180° С, 20 мин.**
- **Грибы должны слегка подрумяниться.**
- **Подавать с отварным картофелем или рисом с грибным соусом.**



ГРИБНЫЕ КОТЛЕТЫ

Продукты:

- грибы свежие 500 г,
- батон белый черствый 120 г,
- молоко 0,5 стакана,
- яйцо 2 штуки,
- 1 луковица,
- сметана 3 столовые ложки,
- мука,
- соль, перец,
- жир,
- укроп, зелень петрушки.



- **Свежие грибы - промыть в проточной воде, ошпарить кипятком.**
- **тушить грибы в собственном соку до тех пор, пока не испарится жидкость.**
- **Затем грибы охладить,**
- **Пропустить грибы через мясорубку вместе с луком и замоченным в молоке белым хлебом.**
- **Добавить яйца, соль, перец, перемешать,**
- **На 20 минут поставить массу в холодное место.**
- **Из полученной массы сформовать котлеты,**
- **Панировать их в сухарях,**
- **Обжарить до образования золотистой корочки с двух сторон.**
- **Подавать с отварным картофелем или картофельным пюре, овощным салатом или свежими огурцами.**

Грибная запеканка с картофелем

Продукты:

- грибы, отваренные в собственном соку 450 г,
- картофель 800 г,
- жир 60 г,
- масло сливочное 1 столовая ложка,
- 1 луковица,
- молоко 2 стакана,
- сухари 1 столовая ложка,
- яйцо 2 штуки,
- перец,
- соль.



- **Отварить картофель, нарезать его толстыми ломтиками.**
- **Грибы и лук нашинковать и обжарить.**
- **Продукты слоями уложить в смазанную жиром форму так, чтобы нижний и верхний слои составлял картофель.**
- **Залить запеканку смесью из взбитых с молоком яиц, с добавлением соли и перца,**
- **Посыпать запеканку сухарями или тертым сыром и положить кусочки масла.**
- **Запекать на слабом огне, пока яичная смесь не загустеет, а картофель не станет совсем мягким и не покроется золотистой корочкой.**

Технологический процесс приготовления сложной горячей кулинарной продукции из сыра

КЛАССИФИКАЦИЯ БЛЮД ИЗ СЫРА

- Сыр высококачественный пищевой продукт, содержащий большое количество легкоусвояемых полноценных белков, молочного жира и других полезных веществ.
- По типу основного сырья сыры делят на **натуральные**, вырабатываемые из коровьего, овечьего, козьего, буйволиного молока, и **плавленые**, основным сырьем для которых являются натуральные сыры.
- Натуральные и плавленые сыры очень отличаются друг от друга, поэтому каждая группа имеет свою классификацию.

- **Тип свертывания молока придает специфические особенности сыру.**
- **В сыроделии используют четыре типа свертывания молока: сычужное, кислотное, сычужно-кислотное, термокислотное.**
- **Основную роль в формировании специфических органолептических свойств сыров играют используемые микроорганизмы — мезофильные или термофильные бактерии.**
- **Они образуют ферменты, сбраживающие молочный сахар, и создают условия, в которых протекают биохимические и микробиологические процессы в продукте.**

- **Сычужные вырабатываются с помощью сычужного фермента, а кисломолочные под действием молочной кислоты.**
- **Сыры сычужные делятся на:**
твердые, полутвердые, мягкие, рассольные.
- **По содержанию жира в сухом веществе различают сыры: 50%, 45%, 30%, 20%.**
- **В зависимости от массы головок их делят на две группы: крупные и мелкие.**



По способу получения сыры делятся на три класса:

- I класс – сычужные натуральные,
- II класс – кисломолочные натуральные,
- III класс – _плавленных (переработанные)

Классы делятся на подклассы, типы и группы



I класс – сычужные натуральные сыры;

подкласс – твердые сыры

- **Для них характерна невысокая влажность 30-44% и плотная консистенция. Твердые сыры созревают 4-9 месяцев.**
- **Твердые сыры включают в себя**
- **- сыры твердые, прессуемые с высокой температурой второго нагревания (58 – 68°С).**
- **К этой группе относятся сыры типа «Швейцарского»**

Из импортных сыров к этой группе можно отнести сыры «Эмменталь» (Швейцария), «Грюйер» (Австрия).

Эти сыры рекомендуются к употреблению на завтрак и обед.





Полутвердые сыры – самопрессующиеся с низкой температурой второго нагревания и созревающие при участии сырной слизи.

Эти сыры изготавливают по технологии твердых сыров, но с некоторыми изменениями, а созревают они по типу мягких сыров.

Специфические вкус и аромат им придает сырная слизь, культивируемая на поверхности головок, при участии которой происходит созревание.

Для этих сыров характерны слегка аммиачный вкус и аромат, нежная консистенция, пустотный рисунок. Содержание жира – 45% -55%, влаги – 46% -48%, соли – 2% -3,5%.

Созревание длится 2 месяца.

**К этой группе относят сыры типа
«Латвийского»,**

**Из импортных сыров к этой группе
относятся «Тильзит» (Германия), «Брик»
(США)**



сыр



Мягкие сычужные сыры

Для них характерно повышенное содержание влаги, крупное сырное зерно, ускоренное созревание – 30-45 дней под воздействием не только молочнокислых бактерий, но и специальных плесеней и сырной слизи.

Мягкие сыры изготавливают мелких размеров, не имеют рисунка, за исключением мелких пустот.

Созревший сыр завертывают в пергамент, а затем в фольгу, так как поверхность головок влажная.

По характеру созревания сыры делятся на 5 групп:

- сыры, созревающие под действием молочнокислых и слизиобразующих бактерий
- сыры, созревающие под действием молочнокислых бактерий, слизиобразующих бактерий при участии плесени
- сыры без срока созревания, мягкие свежие сыры, являются разновидностью творога
- Сычужно-рассольные. Характерной особенностью производства рассольных сыров является их созревание в рассоле (16-20%).
- Кисло-молочные сыры. Основным отличием кисломолочных сыров от сычужных служит метод осаждения казеина, производимого молочной кислотой, которая вводится в молоко вместе с молочной сывороткой или образуется с помощью чистых культур заквасок.

Плавленные сыры подразделяются на 6 видовых групп:

- **Ломтевые** – имеют плотную структуру сырного теста, легко режутся на ломтики, не прилипая к ножу, вырабатываются с внесением до 60-70% одноименных натуральных сыров.
- **Колбасные** – с содержанием жира 30-40% вырабатывают по рецептуре «Городского сыра», шприцуют в оболочки из пергаменты или целлофана, подвергают копчению, охлаждают и парафинируют
- **Сладкие** – вырабатывают на основе творога с добавлением сливочного масла, сахара 18-40% и вкусовых наполнителей

- **Консервные (пастеризованные и сухие),** предназначенные для длительного хранения. Вырабатывают при повышенной температуре, расфасовывают в металлические банки, герметично закатывают и пастеризуют.
- **Пастообразные.** Наиболее широкая и перспективная группа плавленых сыров, готовятся на основе крупных натуральных сыров типа Швейцарский.
- **Сыры к обеду.** Предназначены для быстрого приготовления первых блюд и соусов растворением в горячей воде или молоке.

Подготовка сырья и полуфабрикатов

На предприятия общественного питания, поступает широкий ассортимент сыров.

В зависимости от сорта и вида сыра, его начинают подготавливать к приготовлению: очищают, нарезают, трут, плавят, жарят и тд.



Домашний сыр

- Наиболее распространены домашний (зернистый) сыр, брынза, клинковый сыр и др.
- Для их приготовления необходим сычужный фермент. Он выпускается промышленностью в виде сычужного порошка или пепсина.
- В домашних условиях сычужный фермент можно извлечь из сычугов, полученных при убое телят или ягн.



Приготовление брынзы

- Этот вид сычужного сыра пользуется популярностью среди населения, поскольку технология его приготовления проста и не требует сложного оборудования. Брынза может готовиться, из обезжиренного молока.
- Пастеризованное и охлажденное (до 30-33° С) молоко помещают в кастрюлю, вносят расчетное количество сычужного фермента, хорошо перемешивают и закрывают крышкой.
- Через 20 мин проверяют качество сгустка, приподнимая ложкой кусочек массы.
- Готовый сгусток ломается, не оставляя хлопьев.
- Наличие мелких хлопьев и выделение сыворотки указывают, что сгусток не созрел.

Приготовление сыра ЧЕЧИЛ

вырабатывается из молока с пониженной жирностью по оригинальной технологии.

Молоко кислотностью 40-45° Т, подогревают до 32°С, вносят сычужный фермент или пепсин.

После образования сгустка смесь перемешивают и нагревают до 50-60°.

Образовавшиеся хлопья отделяют от сыворотки, собирают на столе и растягивают в ленту, а точнее, в нити в форме шпагата.

Затем их сматывают в клубки по 4-5 кг.

Сыр хранят в рассоле до потребления.

Состав сыра: жира 5-10%, соли 3-8, влаги 58-60%.

Вкус соленый, кисловатый с привкусом сыворотки.

Приготовление сыра КУРТ

Сухой кисломолочный продукт, популярный среди населения среднеазиатских республик.

Его вырабатывают из пастеризованного коровьего, овечьего или козьего молока, а также из смеси их и обрата или пахты.



В охлажденное до 32—34°С молоко вносят 3—5% закваски, приготовленной из чистых культур молочнокислых бактерий.

Сквашивание молока продолжается 6—8 ч.

Затем сгусток подогревают до 60°С и выдерживают 30—40 мин.

В этом случае выпадают белки альбумин и глобулин, которые, присоединяясь к казеину, обогащают продукт.

В курт частично входит и молочный сахар.

Выделившуюся сыворотку счерпывают, а сгусток разливают в бязевые мешочки.

После 2—3 ч самопрессования сгусток солят и формуют в виде лепешек или шариков массой 40—60 г.

Сформированные брикеты высушивают на солнце или в сушилках.

Химический состав готового продукта: жира—12% (жирный), соли — 2, влаги—15%; кислотность —

Приготовление АДЫГЕЙСКОГО сыра

Этот сыр является национальным продуктом адыгейцев, населяющих юго-западные районы Северного Кавказа.

Его вырабатывают двух видов: свежий и копченый.

Для приготовления сыра необходимы очаг и дымарь.

Молоко доводят до кипения и при этой температуре его свертывают кисломолочной сывороткой.

Сырную массу выкладывают в плетеные ивовые корзины, где происходит самопрессование, и сыр приобретает форму.

После этого головки солят втиранием с двух поверхностей (2%).

СЫРНОЕ ФОНДЮ

**Для приготовления фондю на 4 человек
потребуется:**

- **1 кг сыра в нужной пропорции (потереть на терке),**
- **400 мл сухого белого вина,**
- **2 зубчика чеснока,**
- **2 чайных ложки кукурузной муки/крахмала,
растворенных в небольшом количестве кирша;**
- **свежемолотый белый орех.**



- **Для правильного фондю нужно взять половину швейцарского сыра Gruyere (грюйер) и половину нежного сыра Vacherin Fribourgeois (фрибургский вашрен).**
- **Натереть фондюшницу долькой чеснока.**
- **Добавить все ингредиенты (кроме хлеба и кирша),**
- **Нагреть на умеренном огне, сыр постоянно помешивая.**
- **Сыр не должен пригореть.**
- **Фондю должно покипеть в течение одной-двух минут,**
- **Добавляют кирш (Kirsch) - фруктовое бренди, вырабатываемое из вишен.**
- **Затем переместить на подставку над горячей горелкой или свечой.**
- **Можно добавить в фондю немного лимонного сока (около 1 столовой ложки на котелок).**

- **Подают фондю с подсушенными кусочками крестьянского хлеба или хрустящего багета (кубики со стороной 2 см или чуть больше).**
- **Подают к фондю швейцарское белое вино Fendant или легкие белые вина из кантонов Во или Вале.**
- **Фондю, как правило, не пьют с красным вином.**



еда|

Запеченный камамбер

- 1 головка камамбера;
- 2 столовые ложки растопленного сливочного масла;
- 1/2 стакана нарезанного вдоль миндаля;
- 4 нарезанных ломтиками яблока;
- слегка поджаренные кусочки французского багета



- **Выложить сыр в огнеупорное блюдо.**
- **Сверху смазать маслом, а сверху посыпать орехами, смешанными с оставшимся маслом.**
- **Запекать в разогретой до 180°C 8-10 минут.**
- **Подавать, выложив вокруг ломтики яблок и кусочки багета.**

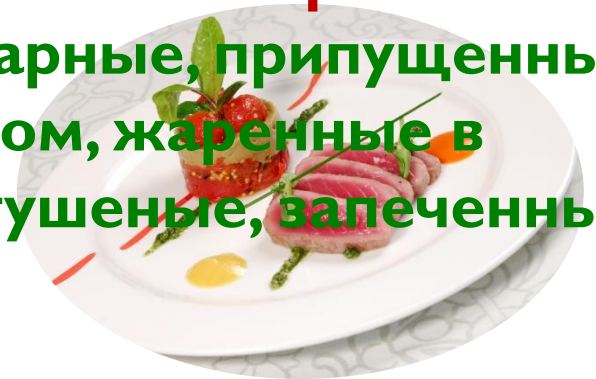


Организация технологического процесса приготовления сложной горячей кулинарной продукции из рыбы

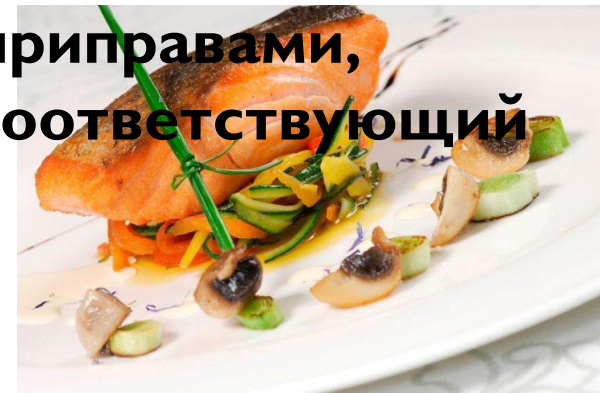
Разнообразные виды рыб отличаются по вкусовым качествам и содержанию пищевых веществ.

Поэтому при приготовлении блюд из рыбы необходимо выбрать способ кулинарной обработки, позволяющий не только приготовить блюдо вкусным, но и сохранить в нем ценные пищевые вещества.

В зависимости от способов тепловой обработки рыбные блюда делят на отварные, припущенные, жаренные основным способом, жаренные в большом количестве жира, тушеные, запеченные.



- Кроме соблюдения норм закладки сырья, правильного подбора продуктов и технологии большое значение имеет доведение блюда до свойственного ему вкуса путем добавления специй, пряностей и приправ.
- **Ощущение вкуса во многом зависит от температуры блюда.**
- **Сладость лучше определяется в охлажденном состоянии, соленость – в слегка нагретом.**
- **Небольшое добавление сахара подчеркивает вкус соли; горчица, перец, хрен улучшают вкус мяса.**
- **Дозируя закладку компонентов с кислыми, горькими, солеными и сладкими приправами, можно придать рыбному блюду соответствующий вкус.**



Это значит, что пряность, присутствуя в блюде, не забивает естественный вкус рыбы, а лишь оттеняет его.

В рыбной кухне имеется ряд блюд, которые по своим вкусовым качествам нуждаются лишь в минимальном добавлении пряностей.

Примером такого блюда может служить паровая осетрина, обладающая тонким вкусом и приятным ароматом.

Если же готовится отварная щука, то количество пряностей должно быть значительно увеличено, так как этой рыбе часто бывает присущ неприятный привкус.



Температурный и временной режим при подаче и хранении сложных горячих блюд из рыбы

- **Горячие рыбные блюда подают при температуре 65-70°C.**
- **Основной продукт и гарнир укладывают на подогретую тарелку или блюдо так, чтобы края посуды были свободными.**
- **В зависимости от вида блюда соус подают отдельно или вместе с ним.**



Качество готовых рыбных блюд оценивают по следующим показателям:

- соблюдение рецептуры;
- правильность разделки рыбы, нарезки и панировки;
- соблюдение правил тепловой обработки и доведения рыбы до готовности;
- вкус и запах приготовленного блюда;



ний вид:

ве

са

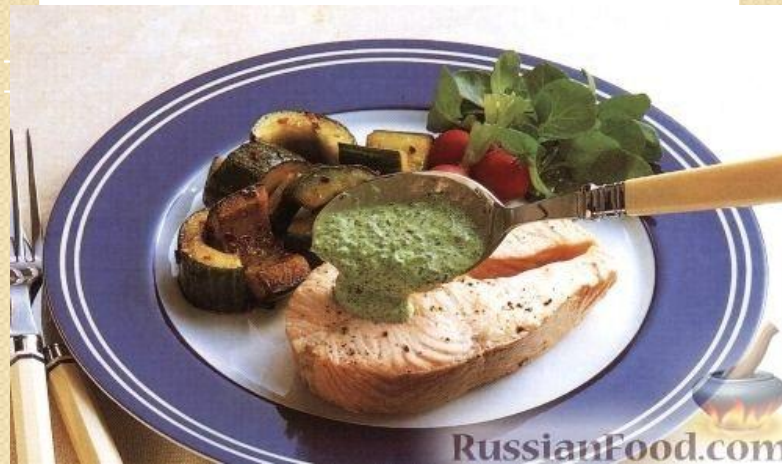
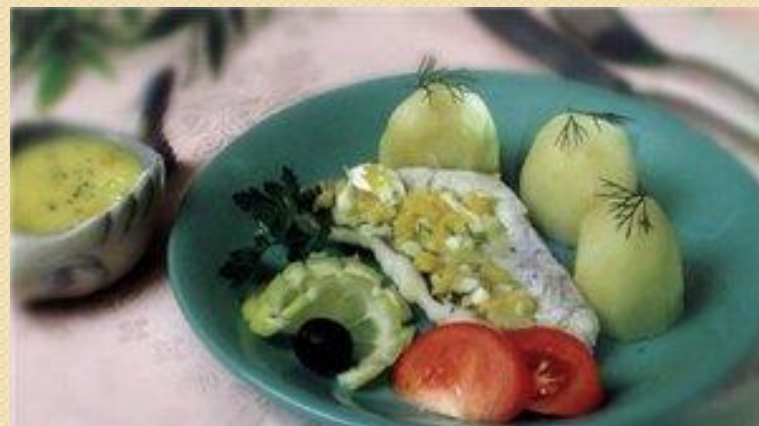


Отварную рыбу подают одним порционным куском с костями и кожей, с кожей без костей, а осетровую - с кожей без хрящей или без кожи.

Рыба должна быть проварена, но полностью сохранять свою форму. Цвет, вкус и запах должны соответствовать данному виду рыбы и используемым при варке кореньям и специям.

Гарнир - отварной картофель - обточен в форме бочонков или подобран средними целыми клубнями, уложен рядом с рыбой, полит маслом и посыпан зеленью.

Соус подают отдельно в соуснике или поливают им рыбу.



Припущенную рыбу подают одним порционным куском без костей, с кожей или без кожи. Осетровую рыбу - без хрящей и лучше без кожи.

Мелкую рыбу - в целом виде.

Рыба должна быть проварена и полностью должна сохранять свою форму.

На поверхности припущенной рыбы допускаются сгустки свернувшегося белка, поэтому для улучшения внешнего вида блюда рыбу поливают соусом и украшают сверху лимоном, грибами, крабами.

Гарнир такой же, как для отварной рыбы, укладывают рядом или подают отдельно.

Рыбу прогревают в соусе перед отпуском.



Жареную рыбу

подают одним порционным куском с кожей и костями, с кожей без костей, без кожи и костей.

Осетровую - без хрящей, с кожей или без кожи.

Мелкую рыбу - в целом виде, с хорошо вычищенной брюшной полостью.

Рыба должна сохранять свою форму.

Поверхность ее должна быть покрыта ровной поджаристой корочкой от золотистого до светло-коричневого цвета, при этом допускается легкое отставание панировки у рыбы фри.



- **Консистенция мягкая, сочная, мясо легко отделяется вилкой, но не дряблое.**
- **Вкус рыбы специфический, без постороннего привкуса, запах рыбы и жира.**
- **Изделия неподгоревшие, непересоленные.**
- **Недопустимы вкус и запах пережаренного фритюра.**
- **Рыбу, жаренную целым звеном, нарезают на порционные куски под прямым углом.**
- **Куски должны сохранять свою форму, а поверхность их не должна быть заветрена.**
- **Рыбу укладывают на тарелку, рядом с гарниром, соус подают отдельно в ложке или поливают рыбу маслом.**



Рыбу в тесте подают по 6-8 кусочков, уложенных на салфетку.

Рыба должна быть хорошо прожарена но оставаться сочной.

Тесто - пористое и пышное, цвет - светло-золотистый.

Для рыбы, жаренной во фритюре, недопустимым дефектом является



- **Запеченные рыбные блюда** приготавливают из рыбы, разрезанной на порционные куски без костей, с кожей или без кожи.
- **С костями запекают** целую рыбу - леща, линя, карася.
- **На поверхности блюда** должна быть слегка подрумяненная корочка.
- **Соус должен загустеть,** но не высыхать.
- **Блюдо - сочное,** рыба и гарнир - не пригоревшие и не присохшие к посуде.



- **Блюда из рыбной котлетной массы** должны сохранять свою форму, не иметь трещин, состоять из однородной хорошо измельченной и промешанной массы.
- **Поверхность жареных изделий** покрыта хорошо поджаренной корочкой.
- **Цвет на разрезе** от белого до серого, изделия сочные, рыхлые.
- **Недопустимыми дефектами** является неправильная форма изделий закатка панировки внутрь изделия, наличие посторонних запахов, привкус кислого хлеба, подгоревших корочек



Хранение рыбных горячих блюд

- Отварную и припущенную рыбу до отпуска хранят на мармите в бульоне при температуре 60-70°C не более 30 мин.
- Жареную рыбу хранят на плите или мармите не более 2-3 ч, после чего охлаждают до 6-8°C и хранят при этой же температуре до 12 ч.
- Перед подачей рыбу подогревают в жарочном шкафу при температуре до 90°C или на плите основным способом после чего реализуют в течение 1 ч.
- Блюда из рыбы фри и запеченные приготавливаются



Актуальные направления в технологии приготовления и оформлении сложной горячей кулинарной продукции из рыбы и нерыбного водного сырья



Способ приготовления и подачи сложной горячей кулинарной продукции в стиле «фьюжн»

Возникло это творческое направление в кулинарии около двадцати лет назад в Америке, а затем распространилось и по всему миру.

Примером типичного блюда, приготовленного в стиле фьюжн, могут быть роллы из пармской ветчины с начинкой из риса, гусиной печени и сыра пармезан, приправленные японским соусом.



Никаких строгих правил и ограничений в кулинарии фьюжн нет.

Единственным условием является сочетаемость продуктов в одном блюде, их взаимная дополняемость.

Готовые блюда, выполненные в этом стиле, отличаются свежестью и легкостью.

Поэтому в кулинарии фьюжн главным образом используются растительные масла в противовес калорийным соусам и заправкам.

Самое популярное масло – оливковое, хотя в рецептах часто встречается и кокосовое, ореховое, кукурузное, кунжутное или масло из виноградных косточек.

Очень востребованы в кухне фьюжн и различные соки, пряности и зелень.

- **В переводе с английского “fusion” значит сплав или смешение.**
- **Таким образом, кухня «фьюжн» представляет собой сплав различных кулинарных традиций.**
- **Существует несколько направлений стиля Фьюжн:**

1. приспособление древних, устаревших рецептов под современную действительность.

2. национальная кухня переносимая эмигрантами в другое государство.

Фьюжн - это стиль полной гармонии и равновесия, а также очень вкусная, оригинальная и здоровая еда для тех, кто устал от консерватизма и



есть, кто

Сейчас кухня «фьюжн» представляет собой одно из наиболее модных кулинарных направлений и является достаточно гармоничным смешением различных вкусов, стилей, компонентов и кулинарных традиций самых популярных кухонь мира, в том числе, японской, французской, китайской, японской и других.



© GINZA Project



Способ приготовления и подачи сложной горячей кулинарной продукции в стиле «этажер».

Современные требования к дизайну блюд

- **Подачи сложной горячей кулинарной продукции в стиле «этажер» - это укладывание готовых продуктов друг на друга в высоту.**



- **Например, на запеченный картофель, нарезанный кружочками или на половинки по диагонали укладывают припущенную форель, свернутую рулетом, сверху на рыбу укладывают брокколи, обжаренную на сливочном масле и все это поливают икорным соусом, ярким дополнением к этому блюду может служить припущенная морковь – гафре, которая хорошо сочетается по цвету с брокколи.**



- Последние тенденции в оформлении сложных блюд **это минимализм**, расставление акцентов. Декорирование блюда должно соответствовать его содержанию и сочетаться по вкусовым качествам, дополнять блюдо привносить свою изюминку.
- Очень большую роль играет посуда, на которой подается блюдо.
- В дизайне все чаще можно встретить элементы карвинга. флористики. четкость линий.



Оформление блюда в значительной степени зависит от сочетания гарниров по форме и величине нарезки продуктов, вкусу и цвету.

Обычно выбирают гарниры примерно сходной величины и размеров.

Например, гарнирам для холодных блюд обычно придают форму букетиков: нарезанный зеленый лук, морковь и картофель, нарезанные кубиками, звездочками, кружочками.

К большим порционным кускам основного блюда обычно подают крупно нарезанные гарниры.



- Другим важным элементом при оформлении блюд является умелое сочетание гарниров по цвету.
- Гарниры хорошо гармонируют между собой, когда они располагаются в порядке светового спектра: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий,



Особенности приготовления блюд из отварной и припущенной рыбы и морепродуктов

Блюда из отварной и припущенной рыбы

Рыба и морепродукты имеют нежное мясо и не требуют длительной тепловой обработки.

Добиваясь высокого качества готового блюда, важно использовать только свежее сырье, тщательно его обрабатывать, выбирать оптимальные режимы и сроки обра



Исходя из общепринятого деления рыбы на круглую и плоскую, следует учитывать, что рекомендации по кулинарному использованию у круглой и плоской рыбы различные.

При приготовлении плоской нужно выбирать быстрые способы тепловой обработки с минимальным количеством дополнительных ингредиентов, учитывая тонкий вкус этой рыбы и нежную консистенцию.



Особенно хорошо для нее подходит запекание в оболочке, позволяющее сконцентрировать ее тонкий вкус.

Круглая рыба хорошо сочетается с различными компонентами.

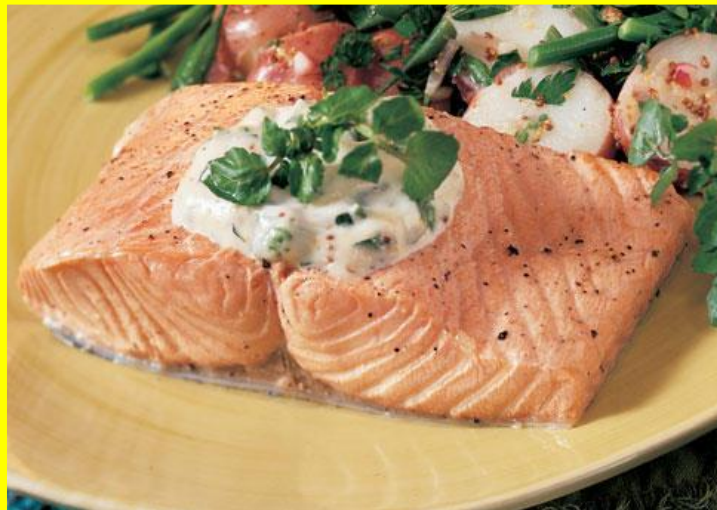
Для ее приготовления используют самые разнообразные способы тепловой обработки. Заменять одну рыбу на другую можно в том случае, если она имеет сходный вкус, консистенци



Варить рыбу можно основным способом целиком и порционными кусками из непластованной и пластованной тушки (филе с кожей и реберными костями).

Рыбу осетровых пород варят звеньями и порционными кусками.

Крупную заливают холодной жидкостью, а порционные куски кладут в кипящую жидкость.



В качестве жидкой основы при варке рыбы можно использовать не только воду, но и смесь воды с молоком, молоко, рыбный бульон.

Молоко или смесь воды и молока обычно выбирают при варке копченой рыбы. Молоко способствует смягчению запаха копчения и убирает лишнюю соль.

Для улучшения запаха и вкуса рыбы в жидкость добавляют лавровый лист и перец горошком.

Такую рыбу обычно берут в качестве дополнительной вкусовой добавки в горячее



ой салатной заправкой на.



Для варки рыбы, прежде всего морской или прудовой, имеющей специфический запах, иногда используют пряный отвар.

Ингредиенты для приготовленияпряного отвара: вода, уксус, репчатый лук, морковь и букет гарни.

Варить рыбу следует на медленном огне, не переваривая.

Для варки пресноводной рыбы в бульон рекомендуется добавлять не уксус, а вино.

Например, щуку, карпа можно отваривать в красном вине, речную форель — с красным или



- По мнению Эскофье, вкус лосося улучшится, если при его варке не добавлять уксус.
- В рецептах для камбалы, где одним из ингредиентов является белое вино, лимонный сок незаменим. Без него вино приобретает непривлекательный серый оттенок.
- Палтус перед варкой следует разделить на филе, вымочить 1,5 часа в холодной подсоленной воде, чтобы избавиться от любых запахов и загрязнений, а затем залить холодной водой и варить на медленном огне с добавлением соли, перца, нескольких ложек молока и ломтика



- Продолжительность варки при этом составляет 6-7 минут на каждые 450 г веса рыбы.
- Поскольку рыба имеет нежную структуру, из существующих способов варки наиболее предпочтительным считается варка на пару, в микроволновой печи и в малом количестве жидкости (припускание).



ПРИПУСКАТЬ РЫБУ

можно целиком, порционными кусками, "косичкой", в виде фаршированных рулетиков и т.п.

Припускают рыбу в воде или в бульоне с добавлением соли, перца и лимонного сока.

Для припускания, так же как и для варки, может быть использован пряный бульон.



ПРЯНЫЙ БУЛЬОН

- **2,5 л воды. 700 л. сухого белого вина, морковь, лук, букет гарни, 1,5 чайной ложки соли. 2 чайные ложки перца горошком.**
- **Добавить в кипящую воду белое сухое вино, морковь, лук, букет гарни, соль и перец, проварить на медленном огне 15-20 минут без крышки. Затем добавить уксус и проварить еще 5 минут.**
- **Хранить такой бульон можно в холодильнике до 5 дней.**

Время припускания зависит от толщины рыбы.

- **Рекомендуемое время — 10 минут на каждые 2,5 см толщины.**
 - **Время припускания филе — 5-10 минут,**
 - **"косичкой" — 10-12 минут,**
 - **для порционных кусков из непластованной рыбы — 10-15 минут.**
- ◆ **Готовая рыба должна стать матовой.**



При приготовлении в микроволновой печи рекомендуемая продолжительность тепловой обработки составляет:

- для порционных кусков из непластованной рыбы — 120-180 секунд на 250 г,
- для филе — 45-60 секунд на 175 г,
- для целой плоской рыбы — 90-120 секунд на 250 г,
- для целой круглой рыбы — 150-180 секунд на 250 г рыбы без начинки.

Рекомендуемое время варки на пару:

- целой рыбы до 350 г — 6-8 минут,
- целой рыбы до 900 г — 12-15 минут,
- "косички" — 8-10 минут,
- филе — 3-4 минуты.



Наиболее подходящим для припускания рыбы целиком считается **карабин (специальный котел удлиненной формы с решеткой)**.

При его отсутствии можно воспользоваться противнем, застелив его фольгой.

Завернув специально оставленные края фольги, необходимо накрыть ею рыбу вместо крышки.

Некрупную рыбу, а также порционные куски обычно припускают в сотейнике.

Не следует забывать, что припускать рыбу нужно на медленном огне.



Варить на пару рыбу и морепродукты

можно в кастрюле, используя специальные металлические сетчатые корзины или бамбуковые плетеные корзины.

Также можно готовить рыбу на соответствующих режимах в пароконвектомате.

Для улучшения вкуса и аромата рыбы, приготовленной на пару, рекомендуется:

- вместо воды налить в кастрюлю пряный бульон;
- добавить в (лук, морковь пр.);



оши и пряности
ли петрушки и

посыпать пряностями рыбу (свежим корнем имбиря, зеленым луком, чесноком, семенами фенхеля);

- **положить на решетку пряную зелень фенхеля, укропа, тимьяна, а лишь затем подготовленную рыбу;**
- **смазать рыбу или сбрызнуть ее смесью хереса, соевого соуса и бульонного концентрата;**
- **перед варкой на пару рыбу замариновать.**



Варить и припускать можно изделия из рубленой массы, например, кнели.

Их готовят из рыбного мусса, разделявая его двумя чайными ложками.

Варят кнели 5—10 минут.

Готовить кнели следует, не доводя их до



ТЕТРАДЬ

еда

для _____

учени _____

_____ КЛАССА _____

_____ ШКОЛА _____

Для подачи припущенной рыбы целиком рекомендуется:

- У крупной рыбы после припускания аккуратно снять кожу, спластовать, удалить кости, а затем придать ей первоначальную форму.
- **небольшую рыбу подавать с кожей и костями.**

Припущенная и отварная рыба имеет бледную окраску, поэтому особенно удачно сочетается с яркими соусами



Дополнительно к рыбе также подают:

- цитрусовое или анчоусное масло;
- зеленое масло (масло "Метрдотель");
- лимон;
- "букетик" из кервеля, шнитт-лука, мяты, кресс-салата;
- зелень или имбирь фри.

Также готовую рыбу неплохо украсить "чешуйками" из бланшированного кабачка, огурцов, лепестков розы в



пельсин



ы

Варят и припускают также и различные морепродукты.

Так, кальмары и морские гребешки рекомендуется варить и припускать,

трубачей — варить в раковине,

креветки — варить на пару и припускать,

мидии — варить на пару или в воде в раковинах,

омаров, креветок — варить в раковине на пару.



ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ

Качество готовых рыбных блюд оценивают по следующим показателям:

- соответствие вида рыбы названию блюда,
- соответствие вида обработки принятому в калькуляции,
- правильность разделки рыбы,
- правильность нарезки порционных кусков,
- степень готовности,
- консистенция, запах, вкус,
- оформление блюда.



При оценке оформления рыбных блюд следует соблюдать следующие правила:

- рыбу отварную, припущенную подают на мелкой столовой тарелке, картофель отварной обточен или вырезан с помощью различных выемок, ножом для карвинга подается с дополнительным гарниром (крабы, раковые шейки, креветки, лимон), соус можно подать отдельно в соуснике;
- борта посуды не покрывают гарниром и соусом;
- основной продукт и гарнир укладывают аккуратно;
- посуду подогревают, температура блюда не ниже 65°С.
- гарнир из свежих овощей подают, чтобы не остывал основной



- Должны соблюдаться установленные сроки реализации и санитарные правила приготовления и отпуска блюд.
- Недостаточная тепловая обработка может стать причиной пищевых отравлений.
- У полностью готовой рыбы мякоть мягкая, легко отстает от костей, нет запаха сырости.
- У позвоночных костей недоведенной до готовности рыбы может быть заметна розовая окраска.
- Осетровая рыба должна быть особенно тщательно обработана.
- Все кровоподтеки удалены.
- Степень готовности определяют проколом поварской иглой — она должна проходить в толщу рыбы.
- У правильно сваренной рыбы мякоть нежная, легко



При оценке качества блюд следует обращать внимание на следующие дефекты:

- соус не соответствует виду рыбы;
- гарнир подобран неудачно;
- запах специй заглушает аромат рыб лососевых, осетровых пород;
- запах морских рыб (треска, пикша, ставрида и др.) не смягчен ароматическими кореньями и специями;
- изделия слегка недосолены или немного пересолены;
- изделия слегка переварены;
- неаккуратно нарезанные куски;
- куски деформированы, гарнир попал на борт посуды;



Отварная рыба

должна отвечать следующим требованиям:

- куски рыбы целые, хорошо сохранившие форму.
- Осетровая рыба может быть с кожей и без нее, но обязательной зачищена от хрящей.
- Гарнир, уложенный рядом с рыбой, посыпан зеленью укропа или петрушки.
- Соус подан отдельно или рыба им полита.



ПРИПУЩЕННАЯ РЫБА

- **Разделана, как правило, на филе без реберных костей с кожей или без нее.**
- **Порционные куски должны хорошо сохранять форму.**
- **Рыба залита соусом, гарнир, посыпан зеленью.**
- **Рыба полностью готова, но не разварена, сохранила свою форму.**
- **Консистенция мягкая.**
- **Вкус, цвет, запах соответствуют данному виду рыбы, кореньям и специям.**
- **На поверхности припущенной рыбы могут находиться сгустки свернувшегося белка.**
- **Температура подачи горячих рыбных блюд 65-70° С.**
- **До подачи блюда в горячем виде хранят в судках или духовках электромармита.**
- **Отварную и припущенную рыбу можно хранить при температуре 60-65°С до 30 мин.**

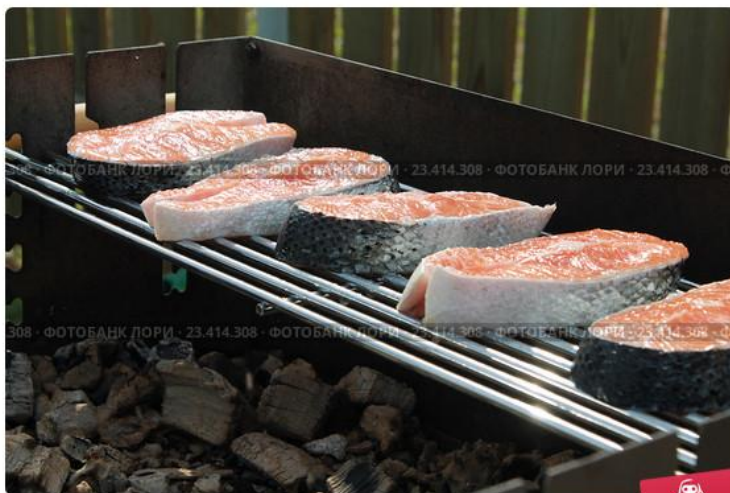
Технологический процесс приготовления блюд из жареной рыбы и морепродуктов

- **Жарят рыбу на гриле, барбекю, основным способом, во фритюре.**
- **На гриле и барбекю обычно жарят мелкую рыбу целиком, порционными кусками пластованную и непластованную рыбу.**
- **Считается, что рыба остается максимально сочной, если при ее разделке сохранить кожу.**
- **Идеально подходит для жарения этим способом жирная рыба.**
- **Благодаря высокой температуре она быстро доходит до готовности, оставаясь сочной и нежной.**
- **Перед приготовлением на гриле, а также барбекю рыбу желательно замариновать, а затем обтереть насухо.**

Жарят рыбу на очень горячем гриле по 2-3 минуты с каждой стороны, смазывая маринадом или растительным маслом. Чтобы рыбу удобнее было жарить, лучше использовать специальную решетку с крышкой на петлях.

Между прутьями, помещается целая рыба, а также веточки свежей пряной зелени или виноградные листья.

Чтобы рыба не прилипла к решетке, решётку смазывают растительным маслом.



Стейки рыбы на гриле

© Оля Хайретдинова / Фотобанк Лори



lori.ru / 23.414.308



Перед обжариванием рыбы на гриле можно также ее предварительно запанировать в различных пряных смесях или смазать с одной стороны панировочной пастой.

В последнем случае рыбу рекомендуется жарить около 10 минут, не переворачивая.

В конце жарения на гриле филе рыбы можно смазать соусом терияки.

Благодаря этому она становится блестящей, будто покрытой глазурью.

Переворачивать рыбу следует аккуратно и желательно р



Сёмга на шпажках

- **200 г семги, 30 лн лимонного сока, 15 мл соевого соуса, 7,5мл белого вина, 30 г сахара, репчатый лук, чеснок, свежий измельченный имбирь, растительное масло, 1 чайная ложка муки, 5 г сливочного масла, зеленый лук. 15 мл жирных сливок, соль, перец.**
- **Кусочки семги нанизать на деревянные шпажки, замариновать в смеси лимонною сока, соевого соуса, вина, сахара, репчатого лука, чеснока, имбиря, подсушить и жарить на гриле до румяной корочки. Посолить, поперчить.**
- **Внутри семга может быть слегка розовой.**
- **Оставшийся маринад вскипятить и заправить пассерованной мукой.**
- **Подавать семгу с салатом из бланшированного зеленого лука со сливками и соусом.**

Время приготовления рыбы на гриле зависит от толщины куска

Нежирная рыба жарится быстрее.

- Крупную рыбу массой от 900 до 1700 г жарят 30-45 минут,**
- плоскую рыбу весом менее 450 г — 15-20 минут,**
- рыбные эскалопы или стейки — 5-10 минут,**
- шашлык из рыбы — 8—10 минут.**



Норвежская семга, приготовленная в фольге, с картофелем, яблоками, луком и укропом (на 4 порции):

**600–800 г норвежской семги без кожи и костей
500 г отварного картофеля, нарезать ломтиками
2 яблока, нарезать дольками 4 красных
луковицы, нарезать дольками 8 шт. редиса,
нарезать кусочками 4 ст. л. оливкового масла 2
ст. л. лимонного сока много свежего укропа соль,
перец.**

- **Все ингредиенты разделить поровну на 4 листа кулинарной фольги. Сбрызнуть оливковым маслом, лимонным соком, посолить и поперчить. Каждую порцию завернуть в фольгу и выложить на решетку гриля. Рыба в фольге готовится примерно 10 мин., в зависимости от температуры гриля.**

Жаренная в специях норвежская семга с хреном и кочанным салатом (на 4 порции):

600 г филе свежей норвежской семги с кожей

1 ч. л. черного перца

1 ч. л. семян фенхеля

нейтральное растительное масло для жарения

2 ст. л. порубленного лука-резанца

**свежевыжатый лимонный сок немного
оливкового масла холодного отжима**

2 кочана салата

1 ст. л. тертого хрена

1 дл жирных сливок

**(крем-фреш) свежевыжатый лимонный сок
немного сахара порубленная листовая петрушка
гренки.**

Семгу разделить на куски равного размера.

Перец и семена фенхеля слегка истолочь в ступке и затем просеять через сито.

Куски семги со специями обжарить с одной стороны на сильном огне.

(Рыба должна иметь большую обжариваемую поверхность с одной стороны, с другой стороны тепловая обработка не производится.)



Непосредственно перед подачей на стол посыпать рыбу порубленным луком-резанцем, слегка сбрызнуть свежавыжатым лимонным соком и оливковым маслом. Кочанный салат промыть и обсушить.

Для приготовления приправы смешать ингредиенты, она должна быть кисло-сладкой со вкусом хрена. Непосредственно перед подачей на стол салат смешать с приправой и мелко порубленной листовой петрушкой. Сверху салат посыпать трюфельным



Для жарения рыбы основным способом

можно использовать смесь растительного и сливочного масла, коричневое ореховое масло (является классическим жиром для жарения белой рыбы во Франции. Это обычное сливочное масло, разогретое до выпадения светло-коричневого осадка).

- **Запанировать рыбу перед обжариванием можно не только в муке, сухарях и двойной панировке, но также и в различных пряных смесях .**
- **Панировку наносят только на одну (обжариваемую) сторону.**
- **Филе при обжарке следует крепко прижимать лопаточкой.**
- **Примерное время приготовления составляет 7-10 минут.**
- **Иногда перед обжариванием основным способом**

Котлеты из лосося пожарские

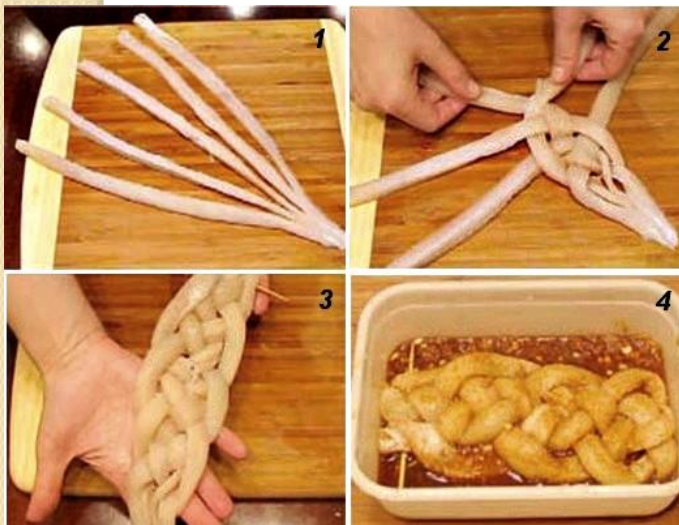
- **150 г отварного лосося, 25 г сливочного масла, 25 г пшеничного хлеба, 1 столовая ложка сливок, соль, перец, топленое масло для жарки.**
- **Мякоть рыбы крупно нарезать, смешать с замоченным в сливках хлебом, солью, перцем, сливочным маслом и тщательно перемешать.**
- **Сформовать и обжарить.**
- **В качестве гарнира использовать раковые шейки или креветки, устрицы, трюфели, грибы, рис с карри или паприкой, смешанный с небольшим количеством соуса бешамель.**



"Косичка" из рыбы на подстилке из шпината с соусом сливочным с каперсами

- **150 г филе судака, 150 г филе семги, 50 мл оливкового масла, белое вино, жирные сливки, каперсы, соль, белый перец, лимон.**
- **Подготовить чистое филе и нарезать полосками шириной 1-1,5 см и длиной 15-18 см, заплести "косичкой".**
- **Подготовленный полуфабрикат замариновать (натереть солью, перцем, сбрызнуть лимонным соком и оставить в холодильнике на 1 час).**
- **Замаринованную рыбу обжарить на оливковом масле и прогреть с вином.**
- **Выложить рыбу из сковороды, налить в сковороду сливки, добавить мелко рубленые каперсы, соль, белый перец и проварить до загустения.**

- Прогреть шпинат с солью и перцем на оливковом масле.
- Картофель обточить шариками, отварить, а затем сотировать на сливочном масле.
- Из шпината сделать "подстилку", уложить на нее "косичку" из рыбы, рядом налить соус, загарнировать картофелем.
- Для придания большей сочности и улучшения вкуса и аромата рыбу иногда заворачивают в ломтики бекона.



Для быстрого обжаривания рыбы великолепно подходит сковорода вок.

При жарке рыбы во фритюре лучше использовать чистое филе.

Предварительно его можно замариновать и запанировать.

Маринуют рыбу не только в известном из сборника рецептур маринаде, а в качестве панировки используют не только двойную панировку, муку или тесто



**Жарить во фритюре можно кальмаров;
морские гребешки жарят в филе в раковине, на
сковороде — очищенными;**

- **креветки жарят на сковороде, гриле, во фритюре, на барбекю;**
- **устриц — на гриле в раковине, на сковороде;**
- **мидии — на гриле в раковине, на сковороде;**
- **омаров — на гриле.**
- **Продолжительность тепловой обработки морепродуктов небольшая.**
- **Например, мидии можно обжарить с чесночным или пряным маслом (с луком-шалотом в красном вине) в раковине под грилем в течение 2-3 минут.**

Требования к качеству блюд из жареной рыбы

- Качество готовых рыбных блюд оценивают по следующим показателям:
- соответствие вида рыбы названию блюда,
- соответствие вида обработки принятому в калькуляции,
- правильность разделки рыбы,
- правильность нарезки порционных кусков,
- состояние панировки (для жареных блюд)
- степень готовности,
- консистенция, запах, вкус,
- оформление блюда.



Жареную рыбу приготавливают в виде одного куска без костей.

Гарнир укладывают рядом, соус подливают сбоку.

Рыба полита маслом, украшена зеленью,

Поверхность ее покрыта легкой золотистой корочкой.

Рыба мягкая, сочная, не пережарена, сохранила свою форму, не заветрена и не засохла.

Вкус соответствует данному виду, запах рыбы и жира.



При оценке качества блюд следует обращать внимание на следующие дефекты:

- **соус не соответствует виду рыбы;**
- **гарнир подобран неудачно;**
- **запах специй заглушает аромат рыб лососевых, осетровых пород;**
- **запах морских рыб (треска, пикша, ставрида и др.) не смягчен ароматическими кореньями и специями;**
- **изделия слегка недосолены или немного пересолены;**
- **крошливость жареной рыбы (но изделия сохраняют форму);**
- **жареная или запеченная рыба слегка пересушена;**
- **неаккуратно нарезаны порционные куски;**
- **панировка слегка отстает;**
- **в панировке попадаются крупные частицы;**
- **куски деформированы;**
- **соус или гарнир попал на борт посуды;**
- **поверхность жареной рыбы бледная или очень темная (но не подгорелая), бледная корочка у запеченных блюд.**

Жареную рыбу до отпуска хранят на плите или мармите при температуре 60—70°С не более 2—3 ч,

после чего охлаждают до 6—8°С и хранят при этой же температуре до 12 ч.

Перед подачей рыбу прогревают в жарочном шкафу или на плите основным способом, после чего реализуют в течение 1 ч.

Блюда из рыбы фри и запеченные приготавливают по мере спрос



Технологический процесс приготовления блюд из запеченной рыбы и морепродуктов

Запекать рыбу можно целиком и порционными кусками, сырой и предварительно подвергнутой тепловой обработке, с гарниром, соусом и без них.

Также рыбу запекают в специальном рукаве, в конвертах из пергаментной бумаги, фольги (папильот).

Часто перед запеканием рыбы используется прием обертывания.

Например, рыбу можно завернуть в тесто фило, слоеное или сдобное тесто, в бекон или виноградные листья и запечь.

Запечь рыбу можно даже в соли.

Перед запеканием рыбу иногда фаршируют.

При открытом запекании сырой рыбы ее хорошо приправить свежим имбирем и лимонным сорго, цедрой лимона, креветками с чесноком и петрушкой.

Лучше пряности положить внутрь тушки.

Также можно запанировать рыбу в двойной панировке, в панировке с пряной зеленью, в орехах.



- При запекании сырой рыбы целиком температура в жарочном шкафу не должна быть высокой — около 180°C.
- Продолжительность запекания зависит от величины рыбы и составляет приблизительно 30 минут.
- Порционные кусочки сырого филе доходят до готовности за 10-15 минут при 220°C.
- Готовая рыба должна стать насквозь матовой.
- Рыба, подвергнутая предварительной тепловой обработке, не требует длительного запекания, и устанавливаемая температура должна составлять 250-280°C.
- Иногда при приготовлении запеченной рыбы предлагается добавить небольшое количество воды, вина или бульона.

Камбала запечённая с красным вином

Камбала (350-450 г), красное вино, луковица, лавровый лист, петрушка, перец горошком, 1 столовая ложка растительного масла. 2 чайные ложки муки, соль, перец.

- Поместить камбалу на термостойкое блюдо, залить вином, добавить лук, лавровый лист, петрушку, перец и запечь. Готовую рыбу переложить на блюдо. Жидкость, в которой запекали рыбу, процедить, немного уварить и заправить мукой. Подавать с гарниром.



- **В массовом питании таким способом (с добавлением жидкости) обычно готовят на противне в духовом шкафу припущенную рыбу.**
- **Но в отличие от припущенной кожица запеченной (30 минут) тушки рыбы должна стать хрустящей.**
- **Следующий способ запекания также представляет собой нечто промежуточное между**



При запекании рыбы в рукаве из жаропрочного пластика, в пергаментной бумаге или фольге

фактически происходит ее припускание в собственном соку.

В них можно запекать также и креветок.

Конвертики или рукав должны быть плотно закрыты, чтобы пар не выходил во время запекания.

При этом рыба становится сочной и ароматной.

Для улучшения вкуса и аромата блюда рекомендуется перед запеканием добавить также тонко нарезанные овощи, вино и пряности.

Можно использовать веточки кинзы, лимонно-укропную приправу, чеснок, каперсы, перец, лимон, морковь соломкой, белое вино.

- **Во время запекания рыбы рукав и конверт вздуваются. Готовую рыбу в таком виде выносят гостю ресторана и при нем разрезают или разворачивают упаковку, дав насладиться ароматом свежеприготовленного блюда.**
- **Чтобы рыба не пристала к фольге, ее следует смазать растительным маслом.**



- **Иногда рыбу готовят заранее — жарят в гриле или основным способом.**
- **Затем добавляют тонко нарезанные овощи, пряности, плотно заворачивают в фольгу, помещают на слегка смазанный жиром лист и прогревают в горячем духовом шкафу.**
- **Температура запекания в рукаве или конверте должна быть около 200°С.**
- **Для того чтобы рыба равномерно пропеклась, следует выбирать филе одинаковой толщины. Продолжительность приготовления зависит от величины куска.**
- **Например, продолжительность запекания филе лосося массой 600 г составляет около 15 минут.**

Лосось и овощи, запеченные в конверте.

- 600 г филе лосося, 2 моркови, кресс-салат, 125 г грибов, лимонно-укропная приправа.
- Смешать водяной кресс, очищенный от жестких стебельков, тонкие пластинки моркови, грибы, лимонно-укропную приправу. 2/3 смеси выложить на половинку сердечка из пергаменты, сверху положить кусок филе и накрыть его оставшейся овощной смесью.
- Запечатать плотно конверт, положить на противень для выпечки и запекать 15 минут.
- Перед подачей пакет разрезать.



В фольге, пергаменте и пищевой пленке также можно запекать фаршированную рыбу.

Она готовится чуть дольше.

Целую тушку фаршированной рыбы запекают 35-40 минут при более низкой температуре - 180° С.

На решетке барбекю можно запечь фаршированную рыбу, завернув ее в фольгу.

Продолжительность запекания рыбы массой не более 1 кг - 15-20 минут.



Норвежская семга в ореховой корочке с грибным винегретом.

- **(на 4 порции): 700 г филе норвежской семги без кожи 1 ст. л. соли грубого помола 4 ст. л. миндаля, мелко порубить 4 ст. л. фундука, мелко порубить 4 ст. л. семян кунжута 2 ст. л. мелко порубленного кориандра ½ ч. л. перца 1–2 ст. л. оливкового масла.**
- **Грибной винегрет: 300 г шампиньонов 4–8 маленьких луковиц 1 ст. л. сливочного масла 1 ст. л. оливкового масла 2 ст. л. бальзамического уксуса 75 мл воды соль, перец 2 ст. л. мелко порубленной петрушки**

**Норвежскую семгу разрезать на четыре куска
одинакового размера.**

Посолить и дать постоять примерно 5 мин.

Соль смыть, затем рыбу обсушить.

**Жарочный шкаф разогреть до температуры 170 °
С.**

**Смешать миндаль, орехи, семена кунжута,
кориандр и перец и смесь разделить поровну
между порциями семги.**

**Сверху сбрызнуть оливковым маслом, затем
стейки из семги выложить на противень.**



умяге на

Рыбу запекать примерно 8 мин., пока не будет готова внутри.

**Грибы промыть и порезать мелкими кубиками.
Луковицы промыть, оставляя целыми.**

Грибы и лук обжарить в сливочном и растительном масле около 5 мин.

Добавить уксус, воду и тушить, пока луковицы не станут мягкими.

Приправить по вкусу солью и перцем, добавить петрушку и размешать.

Подавать стейки из семги на подогретых тарелках, вокруг стейков выложить **винегрет.**



При запекании рыбы в «соленой рубашке»

она сохраняет сочность и натуральный вкус, имеет хрустящую корочку и берет для себя только необходимое количество соли.

На тушку рыбы весом 900 г нужно около 1300 г морской соли.

Засыпав солью, рыбу сбрызгивают небольшим количеством воды и запекают 30 минут при 220° С.



Судак, запеченный в соли

- петрушка
- 3 яичных белка
- 3 кг соли
- укроп
- лимон (цедра)
- 1 судак весом 1,5 кг

Судака выпотрошить, очистить от чешуи и тщательно промыть; ножницами вырезать жабры.

Соль смешать с белками; добавить немного воды, чтобы получилась пастообразная масса; дать немного постоять.

- **На 1 кг рыбы нужно взять 2 кг соли и 1 белок. Количество воды определяется на глаз. Можно использовать как крупную морскую соль, так и обычную.**
- **Зелень вымыть, обсушить, измельчить.**
- **Цедру мелко нарезать.**
- **Смешать зелень и цедру.**
- **Противень накрыть листом фольги.**
- **Положить на фольгу половину соли.**
- **Выложить на нее рыбу, внутрь брюшка положить зелень с цедрой.**
- **Жарочный шкаф разогреть до 200°C.**
- **Покрыть рыбу сверху оставшейся солью.**
- **Запекать 45 мин.**
- **Затем осторожно разломить соляную корку и подать рыбу к столу.**



Запекать можно также морские гребешки, креветки, омары.

Устриц и мидий запекают в раковинах.

- **Панцирь омара, разрезанный пополам, можно использовать как посуду для запекания.**
- **На тело и хвост омара кладут начинку из базилика, пассерованного лука-шалота, хлебных крошек, соли, перца и запекают 12-15 минут.**



- **Устриц** можно запечь в раковинах под соусом из сливок, устричной жидкости, соли, перца, белой панировки и зелени петрушки или соуса из пассерованного репчатого лука, припущенного шпината, мускатного ореха, соли, перца, аперитива с анисовым вкусом (например "Перно") и сливок.
- Для удобства раковины с устрицами и соусом можно поставить на слой соли.
- Запекать устрицы под соусом следует в течение 10 минут.

В раковинах также запекают **мидии** под слоем начинки из обжаренной хлебной крошки, обжаренного бекона, пассерованного лука, чеснока, перца и петрушки.

Готовить следует 10 минут, пока верх не подрумянится.





Требования к качеству запеченных блюд из рыбы

Качество готовых рыбных блюд оценивают по следующим показателям:

- соответствие вида рыбы названию блюда,
- соответствие вида обработки принятому в калькуляции,
- правильность разделки рыбы,
- правильность нарезки порционных кусков,
- степень готовности,
- консистенция,
- запах,
- вкус,
- оформление блюда.



- Поверхность у **запеченной рыбы** должна быть покрыта тонкой глянцевой румяной корочкой.
- Соус под корочкой не должен быть высохшим.
- Не допускается наличие костей, кроме блюд из мелкой рыбы, запеченной целиком.
- Куски рыбы не должны пригорать и присыхать к сковороде.
- **Запеченную рыбу** готовят с гарниром или без него.
- Блюдо отпускают в порционной сковороде или в виде одного куска квадратной или прямоугольной формы.
- Рыба и гарнир сочные, соус загустевший, на поверхности слегка подсохшая корочка.

При оценке качества блюд следует обращать внимание на следующие дефекты:

- соус не соответствует виду рыбы;
- гарнир подобран неудачно;
- запах специй заглушает аромат рыб лососевых, осетровых пород;
- запах морских рыб (треска, пикша, ставрида и др.) не смягчен ароматическими кореньями и специями;
- изделия слегка недосолены или немного пересолены;
- запеченная рыба слегка пересушена;
- неаккуратно нарезаны порционные куски;
- панировка слегка отстает;
- в панировке попадаются крупные частицы;
- куски деформированы;
- соус или гарнир попал на борт посуды;
- бледная корочка у запеченных блюд.

Ассортимент блюд из фаршированной рыбы

Урок 47. Технологический процесс приготовления блюд из фаршированной рыбы

Приготовление конвертиков

В тонкие куски филе лосося или другой крупной рыбы (эскалопы) заворачивают начинку, приготовив закусочный конвертик.

Закрепляют начинку в эскалопе, перевязав его перышком зеленого лука.

Рыбные конвертики очень нежные, их припускают или осторожно жарят на сковороде.

Приготовление подушечек

Подушечка — это кусок филе, в котором вырезан кармашек для фарша.

Для их приготовления подойдет любая крупная рыба с плотным мясом, например, лосось.

Филе нарезают кусками размером 7,5х4 см.

Отступая и не доходя 1 см до каждого края, прорезают в передней части филе кармашек (не разрезая заднюю, верхнюю и нижнюю части).

Кармашек открывают, закладывают в него немного начинки и перевязывают перышком зеленого лука.

Подушечки нежные, поэтому лучше их

припускать



www.vkusnashki.ru
www.vkusnashki.com
www.vkusnashki.ru
www.vkusnashki.com
www.vkusnashki.ru
www.vkusnashki.com



fotolia
by Adobe

#1337353



Приготовление рулетиков

На кусок чистого филе выкладывают начинку, сворачивают рулет и закрепляют его шпажкой или заворачивают в фольгу.

Другой вариант — завернуть филе в виде стаканчика, кожей наружу.

Хвостовая часть также должна быть снаружи.



СИГ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ И ГРИБАМИ

Сиг свежий - 1 кг; рис - 50г; грибы свежие - 100-200г; масло растительное - 2 ст.л.; соль; для смазывания рыбы: сметана - 1 ст.л.

- **Тушку сига подготавливают к фаршированию.**
- **Для удаления костей просунуть острый нож с острым кончиком под косточки (ребра) и освободить от рыбной мякоти с обеих сторон хребта.**
- **Высвободить хребет с помощью ножа, не пропоров кожу.**
- **Ножницами отрезать хребет у хвоста и головы.**
- **Тушку солить снаружи и изнутри.**

- **Для начинки отварить рис до полуготовности.**
- **Разогреть масло, добавить рис.**
- **Грибы порезать тонкими ломтиками и добавить к рису.**
- **Все слегка обжарить под закрытой крышкой, добавить соль.**
- **Начинить рыбу фаршем и плотно завернуть края брюшка.**
- **Сшить края ниткой.**
- **Смазать тушку сметаной.**
- **Уложить рыбу на смазанный маслом лист фольги, прикрыть рыбу свободными краями фольги и запекать около 30 минут до готовности рыбы.**
- **Готовую рыбу выложить на подогретое блюдо и сразу подать на стол.**

Форель, фаршированная белыми грибами и шпинатом

- **Форель (4 шт.) - 1.4кг, растительное масло - 1/2 ст. л., сметана - 1 ст.л, соус с белым вином - 1 стакан, для фарша: белые грибы - 500г, лук шалот - 1 шт, чеснок - 1 зубчик, миндальная стружка - 2 щепотки, сливки (30%) - 350г, шпинат - 200г, лимона - 1/2 шт, растительное масло - 1 ст.л, сливочное масло - 3 ст.л.**
- **Белые грибы (или шампиньоны), шалот и чеснок мелко порубить, обжарить на растительном масле до полуготовности, добавить миндальную стружку.**
- **Влить сливки и тушить до готовности.**
- **Шпинат взбрызнуть лимонным соком и обжаривать на сливочном масле в течение 2 минут.**
- **Выложить шпинат на бумажное полотенце, промокнуть жир.**

- **Разрезать форель со спины, хребтовую часть подрезать ножом, выстричь ножницами и удалить.**
- **Вычистить внутренности, целыми оставить голову и хвост.**
- **В образовавшийся карман заложить фарш.**
- **Сколочь шпажками разрезанные края форели и перетянуть нитками, чтобы весь сок остался внутри.**
- **Рыбу намазать сметаной и запекать до готовности на противне.**
- **Готовую рыбу выложить на блюдо, полить горячим соусом с белым вином.**
- **Для соуса.**

Смешать сливки, белое вино и рыбный бульон. Выпарить смесь до одной трети объема, добавить пряные травы и лук-шалот.



ТРЕСКА ФАРШИРОВАННАЯ В РАКОВОМ СОУСЕ

Рыба 90, кнельная масса 80, грибы 30, раковые шейки-2шт., гарнир 150, соус 75.

- **Филе рыбы без кожи и костей нарезать лентами шириной 3—4 см и длиной 20—25 см.**
- **Каждую ленту смазать сырой рыбной кнельной массой или выпустить ее из бумажной трубочки.**
- **Ленту свернуть в рулон.**
- **Подготовленную рыбу положить в сотейник, закрыть промасленной бумагой, налить немного бульона и припустить в жарочном шкафу.**
- **Перед подачей на рыбу уложить грибы, раковые шейки, а сбоку рыбы — отварной картофель.**
- **Полить белым соусом с раковым маслом или соусом каперсы.**
- **Так же можно приготовить судака.**

Урок 48. Технологический процесс приготовления блюд из тушеной рыбы и морепродуктов

- Для тушения рекомендуется использовать рыбу с плотным мясом, которая сохраняет форму в процессе термической обработки, например, треску или пикшу.
- Тушить рыбу и морепродукты можно как на плите, так и в жарочном шкафу.
- Если используют тушение в духовке, вначале в глиняное блюдо наливают немного рыбного бульона, белого сухого вина и лимонного сока.
- Укладывают подготовленное филе, накрывают пергаментной бумагой и тушат при 150-200°С в течение 5-10 минут.

Филе камбалы «Берси»

- 2 филе камбалы, масло, 25 г лука-шалота, зелень петрушки, 60 мл рыбного бульона, 60 мл белого сухого вина, сок 1/4 лимона, 250 мл белого соуса (велюте), соль, перец, сливки, сабайон.
- Кусочки филе посолить, поперчить и уложить на глиняное блюдо, смазанное маслом, посыпать пассерованным луком-шалотом и петрушкой, добавить вино, рыбный бульон и лимонный сок.
- Накрыть блюдо сверху пергаментной бумагой и тушить 5-10 минут при 150-200°C.
- Выложить филе и оставить в теплом месте.
- Полученный отвар и велюте уварить.
- Довести до вкуса, процедить, заправить маслом, сливками, сабайоном (уваренная на водяной бане смесь желтков с водой), залить полученной смесью рыбу и глазировать под грилем-саламандрой или в духовом шкафу.

- Если при приготовлении используют лук-шалот, его рекомендуется предварительно пассеровать на сливочном масле.
- Также можно тушить рыбу с добавлением помидоров, измельченной петрушки, грибов.
- Рыбу и морепродукты тушат в горшочке с добавлением обжаренных овощей, томатов, бульона, сухого вина, соли, сахара, перца в течение 5-10 минут.
- Перед тушением рыбу и морепродукты хорошо замариновать в соке лайма и молотого кориандра. Иногда рыбу и морепродукты тушат с добавлением картофеля, шпината, томатов или овощей, томатов и риса.

- Тушить рыбу можно в **сковороде вок**.
- Для этого смешивают и прогревают чеснок, имбирь, соевый соус, сухой херес, заваренный в бульоне кукурузный крахмал, предварительно обжаривают подготовленную тушку, а затем тушат рыбу в соусе в течение 5 минут.
- В конце соус уваривают без рыбы и доводят до вкуса сахарной пудрой, чили и добавляют зеленый лук.
- Также рыбу и морепродукты можно тушить основным способом на



Особенности приготовления и ассортимент блюд из рубленой рыбы

Урок 49. Технологический процесс приготовления блюд из рубленой рыбы.

Для рубленых изделий используются в основном мясистые виды нежирной рыбы: капитан, луфарь, мероу, зубатка, морской угорь, судак, щука, треска и др.

Рубленые изделия, можно приготовить и из мелких рыб (хек, сайда, умбрина, пеламида и др.).

Подходят для этих целей и акулы: мако, катран, акула черноперая и др.

Рекомендуется в фарш добавлять масло или свиное сало из расчета 60-100 г. на 1000 г филе, что улучшает вкус, готовых изделий.

Некоторые виды рыб содержат вещества, придающие горький специфический вкус рубленой массе, для удаления которого мясо нарезают на тонкие кусочки и в течение 6—8 ч выдерживают в слабом содовом растворе.

Вымоченное мясо рыб используют для приготовления разнообразных кулинарных изделий.

Фарш для рыбных котлет, биточков, тефтелей, рулетов, зраз и фрикаделек можно готовить из замороженного рыбного филе.

К рыбным котлетам, биточкам и рулету подают отварной или жареный картофель, политые сливочным маслом овощи и свежие или маринованные салаты.

При подаче рубленые изделия поливают соусом или подают его отдельно в соусниках.

Пудинг из рыбы

- Филе рыбы без кожи и костей пропустить через мясорубку 3—4 раза.
- Приготовить молочный соус средней густоты, дать ему слегка остыть,
- Смешать соус с измельченной рыбой, добавить сырые яичные желтки, заправить солью и молотым перцем, ввести взбитые белки и аккуратно перемешать.
- Полученную массу положить в смазанные маслом металлические формочки, поставить их в посуду с горячей водой и, закрыв посуду крышкой, сварить пудинг на плите или в жарочном шкафу при слабом кипении.
- Выложить пудинг на тарелку, загарнировать сверху вареными грибами, крабами и полить соусом белое вино или белым соусом с добавлением ракового масла.



7440 11
000000



vemmas-nutrition.ru

КЛЕЦКИ ИЗ РЫБЫ В СОУСЕ БЕЛОЕ ВИНО

- В готовую кнельную массу из судака, щуки, трески или налима добавить рубленые шампиньоны, шпинатное пюре, томат-пюре, пюре из моркови или цветной капусты и разделить ее на клецки двумя столовыми ложками:
- в одну ложку набрать кнельную массу, а другой ложкой снимать с первой одинаковые по форме и размерам кусочки и укладывать их рядом в смазанный маслом сотейник, клецки не должны соприкасаться друг с другом.
- В посуду с клецками налить немного бульона и припустить.
- Готовые клецки заправить соусом белое вино и добавить нарезанные кусочки крабов.

Крокеты из рыбы

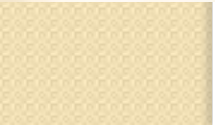
- Филе рыбы, хлеб, замоченный в молоке, лук пропустить через мясорубку.
- Добавить яичные желтки, перец, соль и перемешать.
- Из фарша сформовать крокеты виде шариков, смочить в яйце, запанировать в сухарях.
- Обжарить во фритюре.
- Перед подачей крокеты полить сливочным маслом.
- На гарнир можно подать салат.
- Это блюдо можно готовить в духовке, на сковороде, в мультиварке, в пароварке, в микроволновке, в духовке, в мультиварке, в пароварке, в микроволновке, в духовке, в мультиварке, в пароварке, в микроволновке.





РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ С ГРИБАМИ

- ❖ Подготовленные и обработанные грибы, репчатый лук нарезают мелким кубиком, рубят зелень петрушки.
- ❖ Обжарить на масле, посолить и охладить.
- ❖ На увлажненную салфетку выложить ровный слой котлетной массы толщиной примерно 1,5 см.
- ❖ На середину по всей длине слоя рубленой массы положить грибной фарш.
- ❖ Приподняв салфетку, соединить края фарша и выровнять.
- ❖ На смазанный жиром противень скатить с салфетки рулет швом вниз и выровнять.
- ❖ Смазать сырым яйцом, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и проколоть.
- ❖ Запекают в жарочном шкафу.
- ❖ Подать отдельно в соуснике сметану, на гарнир — отварной картофель.
- ❖ Это блюдо можно приготовить из судака, щуки, трески, умбрины, пелаמידы.



Кальмары, фаршированные креветками с рисом и свинокопченостями

Подготовить кальмары для фарширования.

Приготовить фарш: смешать нарезанные щупальца кальмаров, отваренный рис, очищенные креветки, копчености, измельченную зелень петрушки и базилика. Заправить солью и перцем.

Зафаршировать кальмары, сколоть отверстие шпажкой.

Обжарить кальмары на оливковом масле, добавить вино, томатную пасту, очищенные томаты, чеснок, лавровый лист, розмарин и тушить 10 минут.

При подаче оформить зеленью, лимоном и креветками.



УРОК 33. ОРГАНИЗАЦИЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНОЙ ГОРЯЧЕЙ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ИЗ МЯСА

Товароведная характеристика сырья.

- Мясом называют пищевой продукт, полученный после убоя скота и прошедший послеубойную обработку: обескровливание, боенскую разделку (удаление сбоя, внутренностей, шкур и т. д.), созревание, охлаждение и маркировку.
- Мясо состоит из мышечной, соединительной, костной и жировой тканей.
- В зависимости от вида и возраста животных различают говядину и телятину, свинину и поросят, баранину, козлятину и другие виды мяса.

- **По термическому состоянию мясо может быть охлажденным, мороженым, остывшим.**
- При боенской обработке выход мяса колеблется от 50 до 60% живой массы.
- **По упитанности мясо подразделяют на: говядину, баранину и козлятину I и II категорий, свинину – жирную, беконную, мясную и обрезную.**
- Свойства сырья определяют способ его кулинарного использования, схему механической обработки и количество отходов.
- Так, мороженое мясо требует предварительного размораживания.
- **Количество костей при разделке туш говядины I категории упитанности составляет 26,4%, а II категории – 29,5% и т. д.**
- **На предприятия общественного питания мясо поступает целыми тушами, полутушами, более мелкими частями туш или в виде полуфабрикатов, приготовленных для кулинарного использования.**

Мясо является одним из наиболее ценных пищевых продуктов.

Прежде всего, оно содержит значительное количество белков (в %):

говядина – 18,6-20,

баранина – 15,6 – 19,8,

жирная свинина – 11-12 и т. д.

Большая часть этих белков полноценна.

Они содержат все незаменимые аминокислоты, которые к тому же находятся в соотношениях, близких к оптимальным.

Количество жира колеблется в зависимости от вида мяса и его упитанности в очень широких пределах: от 1-2% в телятине, до 49% в жирной свинине.

Технологический процесс приготовления блюд из отварного и припущенного мяса

Для приготовления блюд из отварного мяса используют

- ◆ **говядину** (лопаточную и подлопаточную части, покромку у туш I категории, мякоть грудинки, а также боковой и наружный куски тазобедренной части),
- ◆ **баранину, козлятину, свинину, телятину** (грудинку и лопаточную часть каждого вида мяса),
- ◆ **а также субпродукты** (языки, мозги, вымя и др.),
- ◆ **колбасные** (сосиски, сардельки, колбасу) **и солено-копченые** (окорок, рулет, корейка, грудинка) изделия.
- ◆ Мясо нарезают кусками массой 1,5-2 кг.
- ◆ Лопаточную часть и покромку сворачивают

У свиной, бараньей и телячьей грудинки с внутренней стороны ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1 – 1,5 л воды) и варят без кипения (97 – 98 °С) до готовности, которая определяется с помощью поварской иглы.

Она должна легко входить в сварившееся мясо, а выделяющийся при этом сок должен быть бесцветным.

С целью улучшения вкуса и аромата мяса в воду при варке кладут коренья и репчатый лук.

- Соль и специи добавляют в бульон за 15-20 мин до готовности мяса, лавровый лист – за 5 мин.

- В среднем время варки составляет:

говядины – 2-2,5 ч,

баранины – 1-1,5,

свинины – 2-2,5,

телятины – 1,5ч.



Отварное мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в бульоне до отпуска (но не более 3 ч) при температуре 60-65 °С.

- Если мясо нужно хранить более длительное время, то его после варки охлаждают, не вынимая из бульона, иначе поверхность сильно потемнеет и подсохнет.
- Потери массы при варке мяса крупными кусками составляют: говядины 38%, баранины 36%,

Бульоны, полученные при варке мяса, используют для приготовления соусов и супов.

Охлажденное мясо нарезают на куски и прогревают в бульоне перед подачей.

На гарнир к отварным мясopодуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис, рассыпчатые каши.

Отварные мясные продукты отпускают с различными соусами: белым основным, томатным, пармезаном, хреном, красным осно



АССОРТИМЕНТ БЛЮД ИЗ ОТВАРНОГО И ПРИПУЩЕННОГО МЯСА

В соответствии с традиционной технологией мясо рекомендуется отваривать крупным куском на медленном огне без кипения.

Для улучшения вкуса ближе к концу варки добавляют коренья и специи.

В ресторанных меню блюда из отварного мяса встречаются значительно реже, чем, например, блюда из мяса жареного.

Потеря экстрактивных веществ во время варки делает вкус мяса менее ярким, длительная тепловая обработка приводит к тому, что оно становится менее сочным.

Жидкости при припускании используют значительно меньше, чем при варке, поэтому потери растворимых веществ за счет диффузии снижаются.

Припускают обычно порционные полуфабрикаты из свинины и телятины, например, котлеты натуральные паровые, а также изделия из рубленной массы.



БАРАНИНА С ЙОГУРТОМ

450 г баранины, 150 мл воды, 4 небольшие луковицы, 225 г густого натурального йогурта, 1 столовая ложка мелко нарезанной свежей мяты, 1 зубчик чеснока, соль, молотый перец.

- **Нарезать баранину кубиками, залить водой и припускать 20 минут.**
- **Добавить целые очищенные луковицы и припускать еще 1 час при закрытой крышке.**
- **Перелить бульон, снять с поверхности жир, добавить йогурт, мяту и толченый чеснок.**
- **Довести до кипения, периодически помешивая.**
- **Добавить мясо, соль и перц.**

Котлеты натуральные паровые

Дно сотейника смазать маслом, уложить подготовленные натуральные котлеты из свинины или телятины (корейки), залить бульоном, так, чтобы он покрывал котлеты на 2/3 их высоты, закрыть котлеты крышкой и припустить в течение 30-35 минут.

За 20 -25 минут до готовности добавить шляпки шампиньонов или белых грибов, нарезанные ломтиками.

На бульоне, оставшемся после припускания, приготовить соус паровой.

При отпуске на котлету положить грибы, полить соусом и гарнировать.

В качестве гарнира к отварному мясу можно подать: рис отварной, рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром или овощи припущенные с жиром.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ. ВОЗМОЖНЫЕ ВИДЫ ДЕФЕКТОВ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Общими для блюд из мяса являются следующие показатели качества.

- Мясо должно быть мягким, сочным, умеренно соленным, свойственных данному виду вкуса и запаха, изделия без нарушения формы.
- Не допускается посторонний вкус и запах несвежего мяса, нарушение формы, розовый цвет на разрезе, сухожилия и грубая соединительная ткань.
- Порционные куски отварного крупными кусками мяса должны быть нарезаны ломтиками поперек волокон.
- Цвет отварного мяса свинины – от светло-серого, говядины и баранины – от серого до темно-серого. Не допускается темный,

Отварные мясные продукты хранятся с небольшим количеством бульона в посуде с закрытой крышкой при температуре 50-60 °С не более 3 ч.

Для более длительного хранения мясо охлаждают и хранят в холодильнике не более 12 ч.



Для более длительного хранения мясо охлаждают и хранят в холодильнике не более 12 ч.



При подаче отварного мяса к столу его укладывают на подогретые фарфоровые тарелки, поливают соусом:

- ◆ белым,
- ◆ белым с яйцом,
- ◆ белым с каперсами,
- ◆ белым с овощами,
- ◆ паровым,
- ◆ белым с грибами,
- ◆ сметанным с хреном,
- ◆ молочным с луком (к отварной баранине),
- красным кисло-сладким,
- луковым,
- грибным,
- грибным кисло-сладким
- к жирному мясу обычно подают более острые соусы.



www.vip-masters.ru

В качестве гарниров к отварному мясу обычно подают отварные и припущенные овощи:

- ▣ капусту отварную всех видов (кроме краснокочанной), заправленную маслом,
- ▣ морковь, припущенную с маслом или молочным соусом,
- ▣ зеленый горошек отварной или консервированный с маслом,
- ▣ лопаточки фасоли и гороха с маслом,
- ▣ кукурузу консервированную с маслом,
- ▣ спаржу с маслом,
- ▣ картофельное и овощные пюре,
- ▣ салаты из свежих овощей и плодов,
- ▣ маринованные и соленые овощи,
- ▣ плоды и ягоды, свежую зелень,
- ▣ отварные грибы, лимон, маслины, оливки.

Урок 57. Технологический процесс приготовления блюд из мяса, жаренного крупными, порционными и мелким кусками

Мясо можно жарить крупными, порционными, мелкими кусками, а также в рубленом виде.

Рубленые изделия в ресторанной практике используются реже.

В настоящее время существует много различных способов жарки мяса:

- ◆ на сковороде,
- ◆ в жарочном шкафу,
- ◆ на гриле и барбекю,
- ◆ во фритюре.

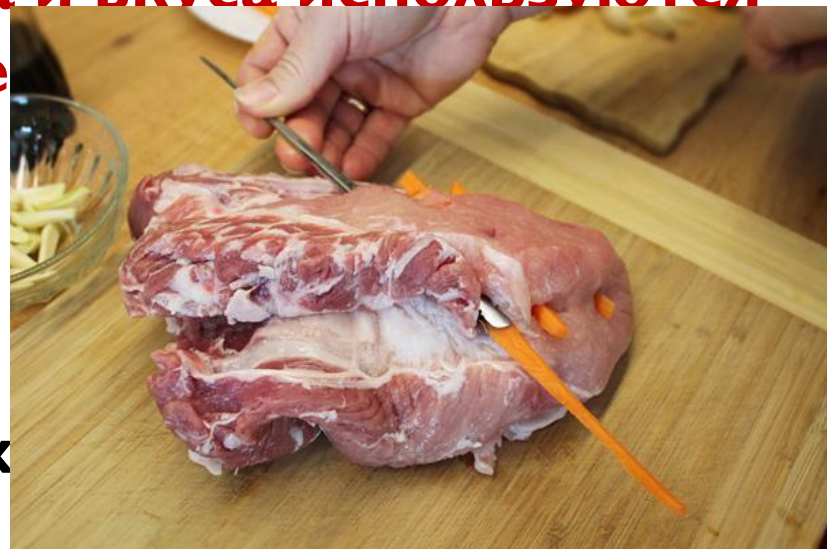


В жарочном шкафу мясо готовят крупным куском.

- **Перед обжариванием его натирают солью и перцем.**
- **Для лучшего сохранения формы мясо (не только фаршированное) иногда перевязывают шпагатом.**

Для придания мясу большей сочности, улучшения его аромата и вкуса используются различные приемы обработки:

- **маринование,**
- **шпигование,**
- **применение различных пряных панировок.**



- При обжаривании свинины крупным куском рекомендуется использовать мякоть с кожей, сделать на ней надрезы в форме ромбиков, смазать растительным маслом, приправами и нашпиговать чесноком.
- Иногда мясо перед обжариванием обертывают свиным салом.



- **Крупные куски мяса жарят в жарочном шкафу по традиционной технологии — сначала при высокой температуре (230-250°С), а затем нагрев снижают (150-180°С), чтобы мясо дошло до готовности внутри.**
- **При жарении бескостных кусков мяса их рекомендуется класть на решетку противня для запекания.**
- **Такой вариант позволяет предотвратить превращение в пар стекающего мясного сока.**
- **Без решетки можно жарить мясо на костях — кости сами испаряют влагу.**



- **Во время жарки мясо поливают вытопившимся сочком.**
- **Для получения хрустящей корочки свинину во время жарения не рекомендуется поливать жиром.**
- **Для определения готовности куска мяса используют специальный термометр. Его вставляют в самую толстую часть куска, но так, чтобы он не соприкасался с костью.**
- **После того как мясо достали из жарочного шкафа, внутри куска температура поднимется еще на 2-5°С. Поэтому и до верхней температуры**

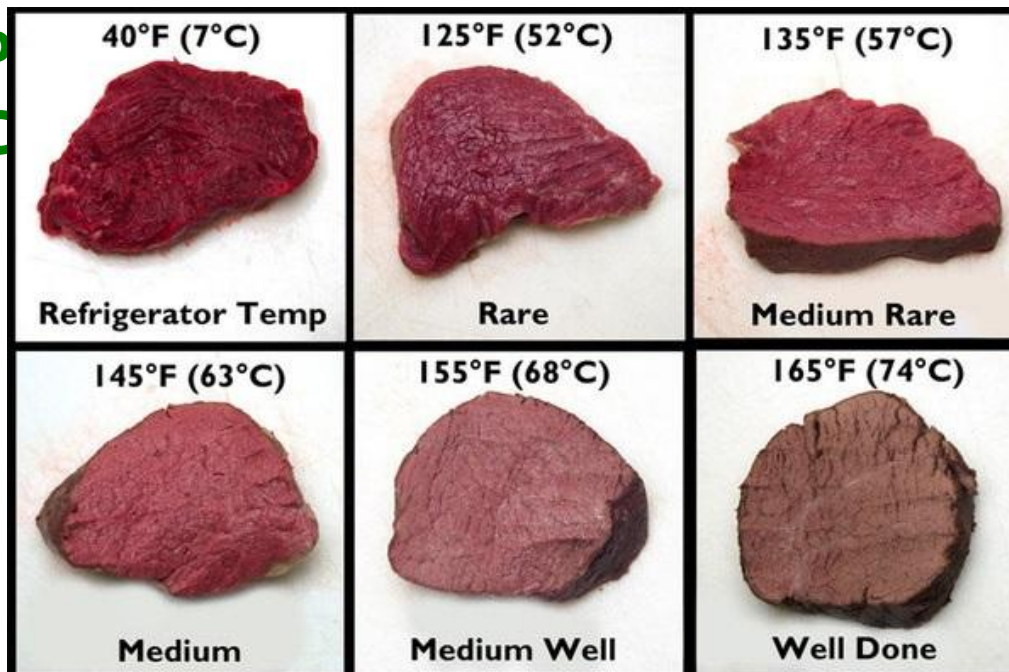


При заказе гость сам определяет степень прожарки мяса (например, ростбифа)

- ✓ хорошо прожаренный,
- ✓ средней степени прожарки (розовый внутри),
- ✓ полусырой (с кровью).

Температура внутри

- ▣ слабо прожаренного куска говядины составляет 55 С.
- ▣ мяса средней пр
- ▣ готового — 75°С



Применительно к мясу можно выделить разную степень готовности в английской терминологии:

- ❖ сырое (rare),
- ❖ полусырое (medium rare),
- ❖ средней прожаренности (medium),
- ❖ розовое внутри (medium well),
- ❖ хорошо прожаренное (well done).



В соответствии с французской терминологией:

- ✓ почти сырое (blue),
- ✓ с кровью внутри (saignant),
- ✓ средней прожаренности (a point),
- ✓ хорошо прожаренное (bein cuit).



Степеней прожарки стейков из говядины существует пять:

Rare (реп) – обжаренный снаружи, красный внутри, температура внутри куска мяса 39-43°C.

Medium rare (медиум реп) – стейк с кровью, красно-розовый внутри, температура – 42-47°C.

Medium (медиум) – средне прожаренный стейк, розовый, 47-50°C. Это наиболее популярная степень прожарки.

Medium well (медиум вэл) – почти прожаренный стейк, светло-розовый, температура 55-57°C.

Well done (вэл дон) – максимально прожаренный стейк, мясо изнутри нагревается выше 60°C.

Самый простой и самый надежный способ определить степень готовности стейка – измерить его температуру при помощи специального термометра.

- **Во Франции баранину обычно готовят слабо- или среднепрожаренную.**
- **Температура внутри куска среднепрожаренной баранины — 70°C, хорошо прожаренной — 80°C.**
- **Любое мясо, не рекомендуется пережаривать.**
- **Степень прожаренности свинины может быть только одна — хорошо прожаренная.**
- **Температура готовности свинины составляет 74-85°C, телятины 67-77°C (для окорока и больших кусков).**
- **Чтобы мясо было сочнее, рекомендуется нарезать его не сразу, а дать вылежаться 15 минут.**

Ростбиф

В соответствии в классической технологией не просто жарят в жарочном шкафу, а укладывают в жаропрочную посуду на слой измельченного лука, моркови и сельдерея, букета гарни, поливают растопленным сливочным маслом, накрывают крышкой и ставят в духовой шкаф с температурой 160- 180°С.

При приготовлении мясо следует поливать мясным соком.

Затем из посуды удаляют овощи и мясо, добавляют мадеру или белое вино, немного бульона, кипятят в течение нескольких секунд и процеживают.

- **Лучшим гарниром к ростбифу считается йоркширский пудинг.**

Его приготовление:

- **3 яйца, 350 мл молока, соль, 225 г муки, 60 мл мясного сока.**
- **Взбить яйца, молоко, соль и муку. Вылить в формочки горячий мясной сок, полученный при жарке ростбифа, добавить подготовленную смесь и выпекать при 230°C в течение 20-25 минут, пока пудинг не поднимется и не станет золотистым.**
- **В настоящее время ростбиф готовят в фольге.**
- **Готовый ростбиф перед нарезкой оставляют в фольге на 15 минут, чтобы мясо получилось сочным и его можно было легче резать.**



Из коллекции рецептов
edimdoma.ru

Едим Дома

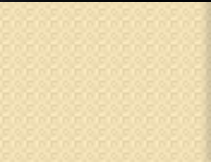
Можно запекать мясо в тесте.

Для приготовления блюда

«Говядина по-велингтонски»

- **говяжье филе обжаривают (можно приготовить слабoproжаренное).**
- **затем мясо смазывают дюкселем (обжаренными с луком грибами),**
- **заворачивают в слоеное тесто и украшают полосками теста.**
- **смазывают яйцом**
- **запекают при 200°С, затем снижают температуру до 180°С.**

- **Баранью ногу можно запечь в пресном сдобном или пресном слоеном тесте.**
- **Для улучшения вкуса мяса, придания ему привлекательного внешнего вида, обжаренное мясо иногда смазывают пастой, приготовленной из смеси различных продуктов.**
- **Так, обжаренную корейку молочного теленка можно смазать пастой, состоящей из мусса телятины, кусочков кураги, замаринованных в марсале, и измельченных орехов.**
- **Баранину можно смазать пастой из зелени, горчицы, специй, чеснока, анчоусов или смесью дижонской горчицы, свежей зелени, панировочных сухарей.**
- **Затем мясо запекают до золотистой корочки.**



Приготовление «Каре из ягненка»

- ❖ удаляют с корейки кожу и жир, оставив слой 1,25 см.
- ❖ затем удаляют жир с ребрышек на 3-5 см от края кости,
- ❖ переворачивают корейку и разрезают между костями,
- ❖ срезают мясо между костями,
- ❖ делают крестообразные надрезы на жире
- ❖ натирают пряностями.
- ❖ сначала корейку обжаривают в жарочном шкафу со стороны жира, затем переворачивают и обжаривают с другой стороны,
- ❖ добавляют мясные обрезки, лук, морковь, чеснок и запекают, наблюдая, чтобы чеснок не пригорел.

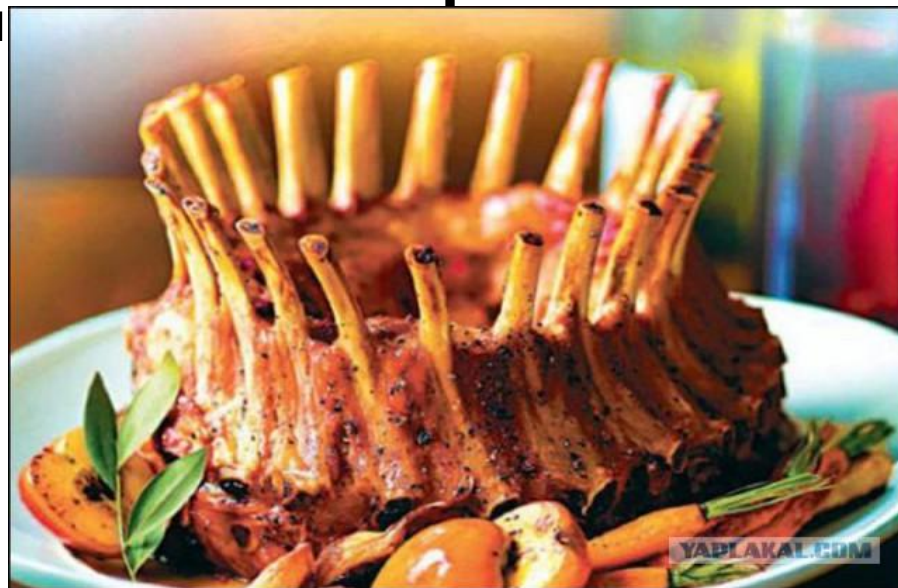


Приготовление «короны»

Для нее подходит не только баранина, но и свинина.

Для этого подготовленный полуфабрикат необходимо натереть солью, перцем и тимьяном, положить концами ребер вниз и жарить 2 часа.

Затем грудинку следует установить ребрами вверх, придав ей форму короны, заполнить полость



Начинка для "короны" из

СВИНИНЫ:

- 450 г хлебной крошки, 100 г рубленого жареного фундука, 100 мл воды, 350 г пюре из клюквы, 100 г сахара, 200 г пассерованного репчатого лука и сельдерея, шалфей, соль, перец.
- В качестве соуса к жаренному в духовке мясу можно подать быстрый соус- уваренную смесь



Основным способом чаще всего жарят порционные и мелкокусковые полуфабрикаты.

- **Перед приготовлением порционные кусочки мяса можно фаршировать.**
- **Например, эскалопы, отбивные и т.п. могут превращаться в рулетики, фаршированные самыми различными начинками.**
- **Для улучшения органолептических свойств мясо перед обжариванием можно мариновать.**
- **Кроме привычных панировочных сухарей существует множество различных видов панировки.**

Чтобы мясо лучше подрумянилось во время обжаривания, его рекомендуется обсушить.

На сковороде не следует класть много мяса, так как оно будет не жариться, а припускаться.

При жарке основным способом рекомендуется использовать не кулинарный жир, а оливковое масло, смесь растительного и сливочного



Жарить мясо лучше на сковороде с толстым дном, так оно равномернее прогревается.

При использовании чугунных сковородок с решетчатым дном мясо можно жарить на плите. Получаемые при этом способе приготовления полоски создают эффект жарки барбекю.

Даже при высоких температурах мясо на таких сковородах не пригорает, поэтому



- Особо нежные части можно жарить, завернув их в свиную желудочную пленку.
- Пленка защищает мясо и делает его сочнее.
- Чем тоньше кусочки мяса, тем меньше времени для обжаривания они требуют.
- Так, эскалопы из баранины жарят 2-3 минуты.
- Часто порционные куски мяса подвергают быстрой жарке основным способом, а далее используется технология, изученная в разделе "Быстрые" соусы" (соусы, приготовленные с использованием мясного сока).



Например, эскалопы из телятины можно быстро обжарить в смеси растительного и сливочного масла и убрать.

В сковороду добавить жирные сливки, марсалу и прокипятить до загустения, а затем довести до вкуса, заправить шалфеем.

Полученным соусом полить мясо при подаче.

При приготовлении эскалопов из баранины в сковороду с мясным соком, полученным при их обжаривании, хорошо добавить сливки, тимьян и сварить соус.



Медальоны из телячьей вырезки с апельсиново-черничным соусом

150 г вырезки, 5 г сливочного масла, 3 мл растительного масла, апельсин, лимон, 5 г сахара, 8 г свежего имбиря, 10 мл вермута, 31 г свежей черники, соль, перец.

- Обжарить медальоны 2-4 минуты на смеси сливочного и растительного масла, переложить в другую посуду.**
- Со сковороды удалить лишний жир, довести до кипения смесь имбиря, апельсинового сока, цедры лимона, вермута и сахара, добавить ягоды и прокипятить еще 4-5 минут на медленном огне, довести до вкуса.**

Бифштекс

является кулинарной классикой и нередко включается в ресторанное меню.

Как известно, это порционный полуфабрикат из вырезки, который чаще всего жарят основным способом.

Также может быть приготовлен рубленый бифштекс из рубленой массы со шпиком.

Огюст Эскофье предлагал несколько вариантов приготовления и подачи бифштекса, имеющих ряд существенных отличий по сравнению с теми, что приняты в отечественной технологии:



• **Бифштекс по-гамбургски.**

Натуральную рубленую массу готовят с добавлением измельченного лука, яйца и мускатного ореха. Ее формуют, панируют в муке, обжаривают.

При подаче сверху на каждый бифштекс жареный во фритюре лук.



• **Бифштекс по-русски**

отличается тем, что на бифштекс подают жареную яичницу-глазунью.



- **Двойной бифштекс ("Шатобриан")** - жареный кусок вырезки массой 350-450 г.
- **«Бифштекс по-гамбургски»** переводят как "бургер". Хотя бургер в современной кухне — это крупно нарубленное мясо с луком и чесноком или другими наполнителями, сформованное в виде биточков, а **"бифштекс по-гамбургски"** - в большей степени способ подачи.
- При приготовлении блюд ресторанной кухни часто используется фламбирование, которое может являться частью технологического процесса приготовления порционных мясных блюд. Техника фламбирования изучена в разделе "Способы и приемы кулинарной обработки", а рецептуры и технология приготовления отдельных блюд предложены ниже.

При приготовлении блюд ресторанной кухни часто используется фламбирование, которое может являться частью технологического процесса приготовления порционных мясных блюд.



Свиная корейка, фламбированная в кальвадосе, с медом, кедровыми орехами и яблоками

250 г свиной корейки, 30 мл кальвадоса, 50 г меда, 50 г орехов, 100 г яблок, 200 мл мясного сочка, соль, перец.

- **Свиную корейку обжарить до полуготовности и нарезать на брусочки.**
- **Фламбировать в кальвадосе,**
- **снять со сковороды,**
- **смазать медом и посыпать рублеными орехами.**
- **На свином жире обжарить яблоки.**
- **На сковороде карамелизовать мед,**
- **добавить мясной сочок и уварить его до загустения,**
- **Добавить соль, перец.**
- **Кусочки корейки уложить колодцем, гарнировать яблоками и подать с соусом.**

Стейк из мраморного мяса, фламбированного в виски, с черешней

340 г стейка, 20 мл виски "Джек Дэниэлс", черный перец, 5 г мяты, 200 мл мясного сочка, 20 г сливочного масла, 60 г черешни, соль, перец.

- Мясо натереть солью, перем и обжарить с двух сторон. Поджечь с виски и снять со сковороды.
- Для приготовления соуса на жире, оставшемся на сковороде, обжарить черный перец, свежую мяту, добавить мясной сочок.
- Уварить до загустения, заправить сливочным маслом.
- Оформить свежей черешней

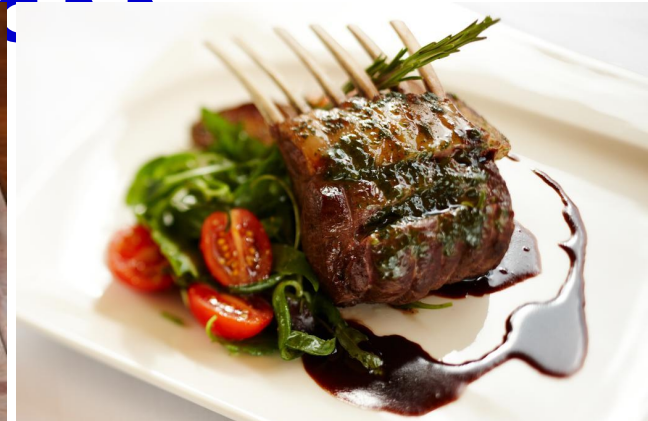
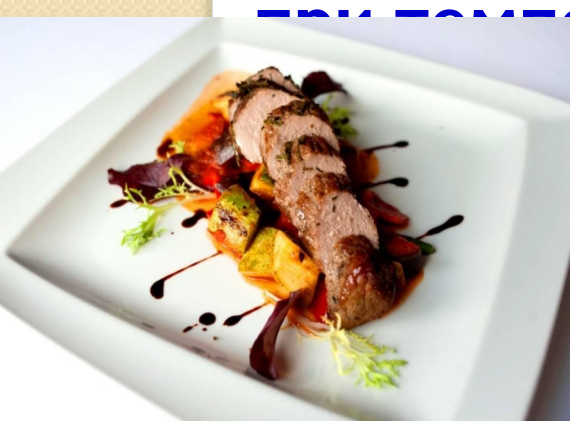


Требования к качеству.

Возможные виды дефектов и способы их устранения

- **Качество мясных блюд определяют по внешнему виду, вкусу, запаху, цвету, консистенции.**
- **Жареное мясо готовят крупными, порционными и мелкопорционными кусками, в соусе или без соуса.**
- **Гарнир, уложенный рядом, поливают маслом.**
- **Консистенция - мягкая, сочная.**
- **Не допускается наличие пленок и сухожилий.**
- **Мясо может быть полностью прожарено или с различной степенью прожаренности (кроме свинины).**
- **Цвет - от серого до светло-коричневого.**
- **Вкус и запах соответствуют данному виду жареного мяса, гарнира и соуса.**

- **Количество соли в изделиях из мяса должно соответствовать норме.**
- **Не допускаются блюда излишне соленые, имеющие на поверхности темную засохшую поджаристую корочку.**
- **Температура подачи мясных горячих блюд 65 - 70°C.**
- **До отпуска готовые жареные блюда хранят в горячем виде на водяном мармите или плите при температуре 65 - 70°C.**



ТЕМА 58. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД ИЗ МЯСА, ЖАРЕНОГО НА ГРИЛЕ, БАРБЕКЮ, СКОВОРОДЕ ВОК

- Мясо с тонкими прослойками жира хорошо подходит для быстрого обжаривания на гриле или барбекю.
- Эти способы также подойдут для бараньей ноги, разделанной в форме бабочки.
- При жарке на гриле или барбекю более тонкие куски следует класть ближе к огню.
- Более толстые, наоборот, отодвигать подальше.
- Не следует покрывать решетку фольгой, так как из-за стекающего жира мясо может загореться.
- Рекомендуется положить фольгу под гриль для облегчения его дальнейшей чистки.
- Мясо не следует протыкать и переворачивать вилкой.
- Для этого лучше использовать специальную лопатку.

- Куски мяса перед приготовлением часто смазывают растительным маслом.
- Стейк перед обжариванием можно смазать масляной смесью, например, лимонным маслом.
- Решетку гриля также рекомендуется смазать маслом.
- Для улучшения аромата и вкуса можно добавить измельченный майоран, розмарин, листья шалфея.
- Мясо перед обжариванием маринуют, иногда шпигуют.



Нередко порционные куски мяса смазывают специально приготовленными пастами.

Так, для телячьих отбивных (гриль) рекомендуются следующие смеси:

- измельченные каперсы, петрушка, дижонская горчица, оливковое масло; сначала отбивные смазывают с одной стороны, обжаривают, а затем переворачивают, смазывают с другой стороны и дожаривают.**



Свинные ребрышки после разрубки рекомендуется смазать глазурью и жарить при 180-220 °С до образования хрустящей корочки, чтобы мясо легко отходило от кости.

При обжаривании ребрышки следует чаще переворачивать, чтобы жир не подгорал.

Как и на сковороде, на гриле или барбекю можно жарить фаршированные порционные полуфабрикаты.



Продолжительность обжаривания в барбекю

- ◆ **стейков из говядины толщиной 2,5 см составляет:**
 - стейки с кровью — 6-8 минут,
 - средней прожарки — 8-10 минут,
 - хорошо прожаренные — 10-12 минут;
- ◆ бургеров толщиной 2 см — 10 минут;
- ◆ отбивных из баранины 10-12 минут;
- ◆ жигу массой 1,3-1,6 кг — 35-45 минут;
- ◆ рулет из бараньей ноги массой 1.3-1.6 кг — 75-90 минут;
- ◆ свиную вырезку целиком 30-35 минут;
- ◆ свиные отбивные — 12-14 минут;
- ◆ свиные ребрышки — 20-30 минут;
- ◆ шашлыки 6-8 минут;
- ◆ бараньей ноги, разделанной бабочкой, — 20-30 минут.
- ◆ нузет из баранины по 5-7 минут с каждой стороны.
- ◆ свиные отбивные — по 6-8 минут с каждой стороны

- **Приготовленное на гриле мясо часто подают с "таблеткой" масляной смеси (например, из масла, чеснока и зелени петрушки или масла и замоченного в красном вине шалота).**
- **Для быстрого приготовления мяса можно использовать вок, обжаривая мясо быстро и равномерно на сильном огне.**
- **Замаринованные тонкие полоски свиной вырезки после маринования обжариваются в считанные минуты.**
- **Для приготовления одной порции (мясо следует жарить небольшими частями примерно по 150 г) достаточно 2-3 минут.**





СВИНИНА, ЖАРЕННАЯ НА СКОВОРОДЕ ВОК

450 г свиной вырезки, луковица, чеснок, перец чили, 125 мл темного соевого соуса, 125 мл кунжутного масла, 10 мл растительного масла, 2 сладких перца, 6 г кукурузной муки.

- **Свинину нарезать полосками, посыпать солью, перцем, чесноком, луком, сбрызнуть соевым соусом, кунжутным маслом и мариновать 30 минут.**
- **вынуть свинину и овощи из маринада и обжаривать на растительном масле несколькими партиями.**
- **добавить перец и жарить 3-4 м**
- **затем налить в вок маринад, см кукурузной мукой, и прогреть д**



Урок 59. Технологический процесс приготовления блюд из тушёного мяса

- Тушить мясо можно крупными, мелкими и порционными кусками на плите при закрытой крышке или в жарочном шкафу.
- Для мяса применим как белый, так и коричневый способ тушения.
- Тушить мясо можно в бульоне, пиве, вине, квасе и т.д.
- Для улучшения вкуса и аромата хорошо добавить лук-порей, репчатый лук, букет гарни.
- Ближе к концу тушения рекомендуется добавить пряности (гвоздику, майоран, черный и душистый перец, лавровый лист, пряные овощи и т.п.).

- Тушить следует на небольшом огне без кипения, иначе мясо станет жестким.
- В жарочном шкафу мясо тушат при низкой температуре (170°C).
- В отечественной кухне бульон, в котором тушилось мясо, принято сливать и готовить на нем красный соус.
- Французские кулинары предлагают иной способ загущения этого бульона.
- Они смешивают в равных количествах муку, сливочное масло, сметану и полученную смесь постепенно вводят при взбивании (не снимая с плиты) в бульон от тушения.
- Тушить мясо можно с овощами, рисом, сухофруктами, измельченной цедрой лимона или апельсина и т.д.

Белое тушение мяса - бланкет

Его готовят только из молочной телятины и молочного ягненка.

Нарезанное мясо предварительно бланшируют, реже обжаривают без образования корочки.

Соус готовят на бульоне от тушения.

Тепловая обработка гарнира осуществляется отдельно.

Для приготовления бланкета из телятины согласно технологии, следует использовать только спелое "белое мясо".



ЖАРКОЕ ПО-ПРОВАНСКИ

900 г говядины, ветчина, петрушка. 4 зубчика чеснока, 4 луковицы, соль, перец, 3 моркови. 1 л красного вина, 1 стакан винного уксуса, 2-3 столовые ложки бренди. 4-5 столовых ложек растительного масла, 100 г бекона, букет гарни, цедра 1/4 апельсина.

- **Говядину нарезать на кусочки,**
- **нашпиговать брусочками ветчины, предварительно панированными в мелко нарезанной петрушке, смешанной со специями и раздавленным зубчиком чеснока.**
- **смешать мясо с половиной лука, морковью, солью, перцем, залить вином, винным уксусом, бренди**
- **мариновать 4-5 часов.**
- **В горшочек добавить растительное масло, растопить бекон с прослойками жира и обжарить на нем оставшийся лук**

- **готовить до появления у мяса золотистой корочки, периодически помешивая.**
- **добавить апельсиновую цедру, букет гарни, оставшийся чеснок, маринад**
- **тушить, пока объем соуса не выпарится наполовину,**
- **затем долить кипяток.**
- **накрыть горшочек крышкой, и тушить в жарочном шкафу при 120°C около**
- **При желании можно добавить грибы**



- Тушить мясо можно также в жарочном шкафу в специальной посуде, которая имеет овальную форму. Для создания большей герметичности места соприкосновения крышки и бортов посуды обмазывают тестом.
- Тесто снимают после приготовления в присутствии гостя.
- Этим способом можно тушить, например, телячьи почки с вином и бульоном.



Свинина в молоке

1 кг свиной корейки, 1 чайная ложка оливкового масла, 0,75 мл молока, 2-3 зубчика чеснока, 1 чайная ложка листьев шалфея, 1 лимон, соль, перец.

- Корейку свернуть рулетом, натереть солью, перцем, обжарить, добавить молоко, чеснок, мелко нарубленные листья шалфея, цедру, сок лимона и тушить 2-2,5 часа при 180°C.**
- При приготовлении свинины, тушенной в молоке, образуется пикантный соус.**
- Им поливают свинину при подаче.**
- Свернувшийся белок молока считается для этого блюда совершенно нормальным явлением.**
- Тушить мясо можно также с пивом или в апельсиновом соке.**

МЯСО, ТУШЕННОЕ С ПИВОМ

400 г говядины, соль, перец, 25 г муки, 25 мл растительного масла, 200 г репчатого лука, 250 мл пива, 10 г сахара, 25 г томатного пюре, 500 мл коричневого бульона.

Нарезать мясо тонкими ломтиками, посолить, поперчить, панировать в муке, быстро обжарить и соединить с пассерованным луком.

Добавить пиво, сахар, томатное пюре и коричневый бульон.

Закрыть посуду плотно подогнанной крышкой и тушить при 150-200°C около 2 часов.

В самом конце довести до вкуса.

Свинина под апельсиновым соусом

250 г корейки, соль, перец, 15 мл растительного масла, 50 мл свежевыжатого апельсинового сока, 18 г имбиря, 3 г чеснока, 45 г красного острого перца, апельсиновая цедра, 5 г сахара, 15 г крахмала.

- **Свиную корейку посыпать солью, перцем, обжарить на масле, добавить апельсиновый сок, имбирь, чеснок, красный перец, цедру, сахар и тушить в духовке в течение 1 часа при 200°C.**
- **Слить жидкость через сито и заварить в ней**





Требования к качеству.

Возможные виды дефектов и способы их устранения

Тушеное мясо в виде порционных или мелких кусков и овощи, тушеные вместе с мясом, сохраняют свою форму.

Запеченное мясо приготавливают с соусом, который должен слегка загустеть, но не высохнуть.

- **Цвет мяса и овощей** - от темно-красного до коричневатого, поверхность блюда покрыта легкой корочкой от темно-желтого до светло-коричневого цвета.
- **Консистенция мяса** - мягкая, сочная.
- **Вкус и запах** - соответствуют данному виду мяса, овощей, соуса.

Урок 60. Технологический процесс приготовления блюд из рубленого мяса ресторанной кухни

Из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины, свинины, баранины или телятины на мясорубке, приготавливают натуральные рубленые изделия

- ❖ без добавления хлеба (бифштексы, шницели, котлеты),
- ❖ с добавлением хлеба (котлеты, биточки, зразы, тефтели).

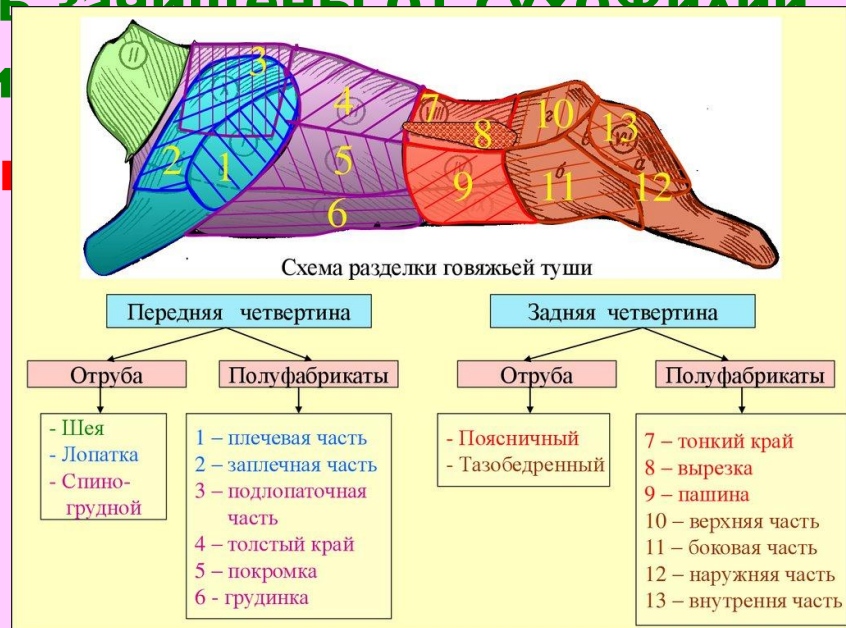


Для изготовления рубленых изделий как с добавлением, так и без добавления хлеба используют следующие куски мякоти:

- ◆ **говядина** - мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделки туши, а также покромка от туши II категории;
- ◆ **баранина, козлятина, телятина** - мякоть шейной части и обрезки;
- ◆ **свинина** – шея, обрезки.

Все куски мякоти должны быть защищены от сухожилий и грубой соединительной ткани

Такое мясо называется котлетным



Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5 - 10 %).

В свином котлетном мясе допускается содержание жировой ткани не более 30 % и соединительной ткани - не более 5 %.

В котлетном мясе из говядины, баранины и телятины содержание жировой, так и соединительной ткани не должно превышать 10 %.



БЛЮДА ИЗ РУБЛЕННОГО МЯСА

При отпуске натуральные рубленые изделия поливают жиром или мясным соком, изделия из котлетной массы - жиром или соусом.

На гарнир отпускают картофель жареный, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные или тушеные, отварные макаронные изделия, каши рассыпчатые.

- Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом I-го или высшего сорта, предварительно замоченным в холодном молоке или воде, добавляют соль, перец (иногда репчатый лук), перемешивают и выцбивают.

- В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо применять меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов:
 - котлетное мясо промывают холодной проточной водой;
 - измельченное мясо и котлетную массу охлаждают, добавляя холодную воду или пищевой лед.
- Сформированные полуфабрикаты сразу направляют в тепловую обработку или помещают в хо +6°C.



Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском.

Полуфабрикаты кладут на сковородку или противень с жиром, нагретым до температуры 150-160°C и обжаривают 3-5 мин. с двух сторон до образования поджаристой корочки,

а затем доводят до готовности в жарочном шкафу (180-200°C / 15-20 мин.).



Готовые рубленые изделия должны быть полностью прожарены:

- температура в центре для натуральных рубленых изделий должна быть не ниже 85°C,
- для изделий из котлетной массы - не ниже 90°C.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока в месте прокола и серый цвет на разр



Рубленые полуфабрикаты должны иметь правильную форму, поверхность, равномерно посыпанную панировочными сухарями, без разорванных и ломанных краев.

Фарш хорошо перемешан.

Запах в сыром виде свойственен доброкачественному сырью,

в жаренном виде вкус, запах свойственный жареному продукту.

Консистенция жареных изделий сочная, некрошливая. Массовая доля влаги от 62 до 68 %, хлеба - от 18 до 20 %, соли - 1,2 до 1,5 %, жира - от 20 до 26 %.



Итальянские биточки в беконе

- ▣ **Лук очищают и измельчают.**
- ▣ **Часть орехов измельчают.**
- ▣ **Петрушку и листики базилика моют, обсушивают и мелко нарезают.**
- ▣ **Рикотту разминают вилкой.**
- ▣ **Разогревают в сковороде половину растительного масла,**
- ▣ **обжаривают лук и орехи, 5 минут.**
- ▣ **Добавляют чеснок, готовят еще 2 минуты.**
- ▣ **Снимают с огня и дают остыть.**
- ▣ **Смешивают измельченную зелень с хлебными крошками, рикоттой, пармезаном, цедрой и яйцом.**
- ▣ **Добавляют рубленую массу и обжаренную смесь лука, орехов и чеснока.**
- ▣ **Добавляют соль, перец и перемешивают.**

- ▣ Ставят в холодильник на 1 час.
- ▣ Формуют биточки.
- ▣ Оборачивают биточки полоской бекона и закрепить конец деревянной шпажкой.
- ▣ Обжаривают биточки в разогретом растительном масле на сильном огне, по 3-4 минуты с каждой стороны.
- ▣ Уменьшают огонь, накрывают крышкой и готовят 10 минут.
- ▣ Отпускают на подогретой порционной тарелке, по 2 шт. на порцию, посыпают жареными кедровыми орехами и оформляют зеленью петрушки и базилика.



Тема 65. Организация технологического процесса приготовления сложной горячей кулинарной продукции из птицы



Урок 69. Технологический процесс приготовления блюд из отварной, припущенной, жареной птицы и дичи

- **Варят птицу обычно целиком в заправленном виде с добавлением моркови, лука, букета гарни (тимьян, лавровый лист, петрушка) в соответствии с требованиями, известными из традиционной технологии.**
- **Отварную птицу можно использовать и как самостоятельное блюдо, но чаще всего в ресторанной кухне мякоть отварной птицы берут для приготовления салатов, различных фаршей, начинок и т.п.**



- Припускают молодых кур, цыплят, филе и изделия из муслина (кнельной) или просто рубленой массы.
- Часто припускают фаршированные рулеты, "кармашки" из птицы.
- Для лучшего сохранения формы перед тепловой обработкой их заворачивают в фольгу или пищевую пленку.
- Для улучшения вкуса и аромата при припускании птицы можно добавить лук, морковь, белое сухое вино,



- Нежное мясо грудки при длительной тепловой обработке становится сухим, поэтому куриное филе обычно припускают 5-10 минут, фаршированные рулеты - около 15 минут.
- Для проверки готовности их следует проткнуть металлической шпилькой, и, если она будет легко проходить, рулеты готовы.



Блюда из жареной птицы, пернатой дичи

Жарят птицу основным способом в жарочном шкафу, на гриле или барбекю, во фритюре, в сотейнике.

В жарочном шкафу птицу жарят как тушками, так и порционными кусками.

Рекомендации по улучшению органолептических свойств жареной птицы:

- **Перед жаркой тушки нежирной птицы можно под кожу положить кусочки сливочного масла, а лучше масла в смеси с измельченными пряными травами.**
- **Перед жаркой утку рекомендуется бланшировать в кипящей воде, чтобы потом ее кожа стала хрустящей.**
- **Для улучшения вкуса и аромата курицы внутрь тушки рекомендуется положить зубчики чеснока.**

- Для придания сочности перед приготовлением в полость тушки можно положить половинку луковицы.

Можно также неплотно завернуть птицу в фольгу или пергаментную бумагу, которую за 20-30 минут до окончания тепловой обработки удалить.

- В бекон можно завернуть рулет из куриного филе перед обжариванием, чтобы он был сочнее и более вкусным.
- У жирной птицы перед обжариванием следует удалить жир из полости и с хвостовой части, положить внутрь тушки лимон или апельсин, проколоть кожу.



- Если птицу жарят целой тушкой, то для облегчения порционирования тушки птицы рекомендуется при первичной обработке удалять косточку-вилку.
- У жирной птицы при жарке следует сливать жир. Жарить такую птицу следует только на решетке, чтобы она не плавала в собственном жире, а жир необходимо удалять с противня. Если кожа подгорает, можно накрыть тушку фольгой.
- В жарочном шкафу обжаривают фаршированную



Рулеты иногда запекают на овощах.

В этом случае их предварительно закручивают и перевязывают, но без оболочки из фольги и пергаментной бумага, а затем натирают маслом и пряностями.

Например, рулет из грудки смазывают оливковым маслом, натирают солью, перцем и жарят в жарочном шкафу.

- **Нашпигованную трюфелями и замаринованную в бренди и мадере гусиную печень рекомендуется обернуть ломтиками свинины, а затем запекать в тесте 30-35 минут при температуре 160°C.**



Птицу часто глазируют во время приготовления или на его последней стадии.

Тушки или порционные куски после обжаривания смазывают глазурью и ненадолго ставят в жарочный шкаф.

Другой вариант — глазурью смазывают почти готовое изделие, обычно за 10-30 минут до готовности.



Жареный фазан с винным соусом

Фазан — около 1 кг, соль, перец, жирный бекон, 5 г муки, 300 мл красного вина.

- **Подготовленную тушку натереть солью и перцем, обмотать полосками бекона и жарить в жарочном шкафу 10 минут при 230°C, а затем 30 минут — при 200°C.**
- **Готовую птицу вынуть из шкафа и накрыть фольгой. На дно жаровни насыпать муку, пассеровать ее и постепенно развести вином, проварить на медленном огне до загустения и довести до вкуса.**
- **Подать фазана с полученным соусом.**

- **Завертывание тушек молодой дичи жирным беконом помогает сделать мясо сочным и более вкусным.**
- **Для приготовления жареной куропатки, тушку птицы необходимо натереть солью, перцем, измельченным тмином, перевязать кусочками бекона и жарить на сковороде, а затем в жарочном шкафу, поливая сочком и жиром.**
- **Жареную куропатку можно полить сочком, посыпать ягодами винограда, цедрой апельсина и дольками очищенного апельсина, прогреть 5-6 минут в закрытой посуде в**



Для смягчения вкуса и аромата рябчика за час до тепловой обработки рекомендуется замочить его в холодном молоке.

Жарят рябчиков так же, как и куропаток.

Тушку можно наполнить моченой или свежей брусникой, смешанной со сливочным маслом и сахаром, обмазать сметаной и жарить до готовности в духовом шкафу.

Также тушку можно вначале обжарить на сковороде, а затем добавить бульон и довести до готовности в духовке.



- **При жарении птицы в сотейнике**
рекомендуется разогреть оливковое масло или смесь сливочного и растительного масла, обжарить куски птицы до румяной корочки, а затем уменьшить нагрев и довести их до готовности.
- Порционные куски утки хорошо жарить в собственном жире.
- **Утиную грудку также можно жарить основным способом без жира, положив на сковороду кожей вниз. Основным способом (на сковороде) обычно жарят порционные и некоторые рубленые полуфабрикаты, например "Пожарские" котлеты.**

КУРИНАЯ ГРУДКА С МЕДОВЫМ СОУСОМ

140 г куриного филе, 60 г лука-порея, 65 г репчатого лука, 5 г горчицы, 30 г сливочного масла, 10 г меда, 20 мл белого сухого вина, соль, перец, мускатный орех, жирные сливки, 35 мл ароматизированного уксуса, 75 мл куриного бульона.

- **Порционные кусочки филе посолить, поперчить, натереть горчицей и быстро обжарить. Снять со сковороды, удалить лишний жир, добавить бульон, уксус, мед и уварить на треть, заправить сливочным маслом.**
- **Отдельно потушить репчатый лук и лук-порей со сливочным маслом, добавить вино, сливки и тушить 15 минут.**
- **В конце довести до вкуса, заправив солью, перцем и**

- **Жарить на сковороде также можно фаршированное филе птицы или дичи.**
- **Так, филе рябчика отбивают и фаршируют кнельной или паштетной массой, панируют в белой панировке и жарят.**
- **Основным способом обжаривают эскалоп из гусиной печени, предварительно панировав его в муке или в двойной панировке.**
- **Жарить эскалоп рекомендуется на сливочном масле.**



В сильно раскаленной сковороде вок жарят обычно мелкокусковые полуфабрикаты, например, тонкие полоски, нарезанные из грудки цыпленка, курицы, индейки или утки.

Предварительно их можно панировать в смеси яичного белка и кукурузного крахмала (1 яичный белок на 1 столовую ложку крахмала).

Аналогично жарят курицу по-индонезийски, но вместо панировки используют маринад, в котором мясо птицы выдерживают в течение 15 минут.

Готовую птицу заправляют заваренным кукурузным крахмалом, в апельсиновом соке и маринаде.

- **Котлеты из филе** фаршируют соусом молочным с грибами, паштетом из печени, панируют двойной панировкой, жарят во фритюре 5-7 минут при температуре 180⁰с и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180-190⁰с.
- Отпускают котлеты на гренке, в качестве гарнира подают картофель пай и зеленый горошек, соус - красный с вином.
- **Гусиная печенка жареная** - печень припускают и жарят на гусином сале с чесноком и луком. Перед подачей печенку вынимают из жира и оформляют зеленью петрушки или кинзы.

Продолжительность жарки:

- цыплят, куропаток, рябчиков - 20-30 минут,
 - тетеревов - 40-45 минут,
 - кур и уток - 40-60 минут,
 - гусей и индеек - 1-1,5 часа.
-
- Кроликов рубят на 4-6 порций, мелкую дичь (вальдшнепов, перепелов, бекасов, дупелей, рябчиков и куропаток) подают целыми тушками.



Рекомендуемые гарниры и соусы

Специфические вкус и запах присущие блюда из птицы, обусловленные относительно высоким содержанием экстрактивных веществ (1,5 - 2,5 %).

При отпуске отварную птицу поливают **соусом** белым с яйцом или подают натуральной, поливают бульоном и растопленным сливочным маслом или жиром птицы.

Гарнир - рассыпчатый рис, картофельное пюре, овощи в молочном соусе или масле.

Гуся или утку при отпуске поливают красным соусом, так как мясо этих птиц тёмное.

Гарнир - тушёная капуста, печёные яблоки, маринованные овощи, салат из краснокочанной капусты.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ, ОТПУСКУ, ХРАНЕНИЮ БЛЮД ИЗ ОТВАРНОЙ И ЖАРЕНОЙ ПТИЦЫ

Требования к качеству, отпуску, хранению блюд из отварной птицы:

- Порционные кусочки отварной птицы должны состоять из части тушки и части ножки.
- Цвет их от серо-белого до светло-кремового;
- Консистенция мягкая, сочная.
- Вкус с меру солёный, без горечи, с ароматом, присущим данному виду птицы.



- **Готовые тушки разрубают пополам в продольном направлении, а затем каждую половинку делят на филейную часть и ножку.**
- **Полученные части рубят на одинаковое количество кусочков.**
- **Отпускают по 2 куска на порцию - кусок филе и ножки.**
- **По мере спроса их нарубают на порции и прогревают в бульоне;**
- **нарубленные порции птицы, если требуется, хранят на ма**



Требования к качеству, отпуску, хранению блюд из жареной птицы:

- **Жареная птица имеет румяную корочку;**
- **цвет филе кур и индеек - белый, окорочков - серый или тёмно-коричневый;**
- **консистенция мягкая, сочная.**
- **Кожа чистая, без остатков пера и кровоподтёков.**
- **Количество мякоти не менее 65% от массы порции.**



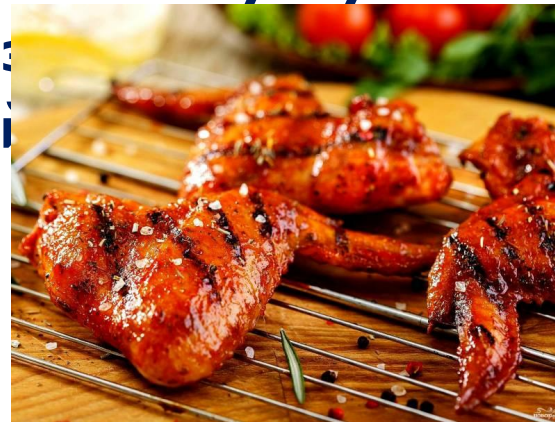
- **Жареные тушки птицы разрубают вдоль на две части, затем каждую половинку делят на филе и ножку и нарубают их на одинаковое количество кусков.**
- **Филе рубят в поперёчном направлении, а ножки - наискось.**
- **На порцию используют по два кусочка (филе и окорочок).**
- **У крупной птицы можно вырубить позвоночник.**
- **Нарубленные куски птицы кладут в сотейник, подливают мясным соком и прогревают 5 - 7 минут. При отпуске поливают мясным соком и сливочным маслом.**
- **Отварную и жареную птицу хранят на мармите 2 часа, в холодильнике при температуре от 2 до 4⁰С, до 12 часов. При температуре 65 - 70⁰С.**

Урок 70. Технологический процесс приготовления блюд из птицы, жареные на решётке гриль, на барбекю

Одним из распространенных способов приготовления порционных полуфабрикатов из птицы, в частности, эскалопов, является жарение на решетке гриля.

Рекомендуется использовать оливковое, ореховое масло или смесь сливочного и растительного масла. Продолжительность жарения эскалопов составляет примерно 5 минут.

Добавив ароматизированный уксус на сковороду, на которой жарились эскалопы, можно приготовить "быстрые"



Гриль следует прогреть в течение 10 минут. Перед тем как обжарить птицу на гриле, ее натирают оливковым маслом с пряностями или маринуют.

- **Очень популярно приготовление на гриле шашлычков (соте) из филе цыпленка.**
- **Тонкие, длинные полоски филе следует замариновать, затем нанизать на замоченные заранее деревянные шпажки (шампуры) и обжарить.**
- **Небольшие тушки обжаривают на гриле.**



ЦЫПЛЯТА-ГРИЛЬ С ЛИМОНОМ

Цыпленок массой около 500 г, соль, сухой розмарин, сухой тимьян, молотый перец, 20 мл сока лимона.

- **Разрезать тушку пополам, натереть солью.**
- **Положив цыпленка кожей вниз, обжарить на гриле (примерно в 15 см от огня) в течение 15 минут, перевернуть, посыпать пряностями и жарить еще 15 минут, поливая вытопившимся соком.**
- **Готового цыпленка выложить на блюдо, слить с противня жир, размешать, зат**



**ок и
1 цыпленка.**

- **Для улучшения вкуса и аромата предварительно тушку можно замариновать. Во время обжаривания птицы ее смазывают глазурью.**
- **Например, для курицы-гриль используют смесь-глазурь, включающую абрикосовый джем (175 г), яблочный уксус (2 столовые ложки), томатный кетчуп (90 г), тертый очищенный свежий имбирь (1 столовая ложка), соевый соус (1 столовая ложка), лук-порей (2 шт.).**
- **Индейка готова, когда температура в бедре достигает 77-79,5°C.**
- **Температура готовой грудки должна быть 72-74,5°C, температура начинки - 74°C, курицы — 74,5 - 77°C.**

Жарка птицы на барбекю

Жарят как целые тушки птицы, так и отдельные ее части.

Перед жарением птицу хорошо натереть специальными маринадами.

Например, тушку цыпленка натирают смесью сока лайма, перца чили, чеснока и оливкового масла.

Индюшачьи эскалопы маринуют в смеси лимонного сока, цедры, растительного масла, соли, черного перца, толченого чеснока и нарубленного



Для придания вкуса и блеска птицу-барбекю натирают глазурью или специальным соусом в последние 10 минут жарки.

Например, куриные ножки натирают смесью абрикосового джема, томатного кетчупа, яблочного уксуса, соевого соуса, зеленого лука и натертого



- **Приготовление на барбекю имеет свои особенности. Утку рекомендуется запекать в фольге грудкой вниз. Дичь и молодую птицу лучше готовить на вертеле или на двух стальных шампурах.**
- **Первый шампур пропускается через крыло, кожу шеи и другое крыло, а другой — через бедра и тушку.**
- **Для шашлыков из индейки берут не только грудки, но и бедра, очищенные от кожи и костей и нарезанные на куски.**
- **В качестве дополнения к птице, приготовленной на барбекю, используются ломтики цитрусовых, также жаренных на барбекю.**

Продолжительность тепловой обработки на барбекю

- ◆ курицы массой 1,3-1,6 кг — 60-90 минут;
- ◆ утки массой 1,8-2 кг — 2 часа;
- ◆ куриных грудок без костей — 10-12 минут;
- ◆ куриных грудок с костями — 30-35 минут;
- ◆ утиных грудок без костей — 10-15 минут;
- ◆ куриных бедер без костей — 8-10 минут,
- ◆ эскалопов из индейки — 6-8 минут.



КИСЛО-СЛАДКИЕ КУРИНЫЕ КРЫЛЫШКИ

6 куриных крыльев (около 450 г). 30 мл красного винного уксуса, 30 мл соевого соуса, 25 г сахара, 7 г кукурузного крахмала, 15 мл кунжутного масла, молотый черный перец.

- **Подготовленные куриные крылышки жарить 25 минут на барбекю, часто переворачивая и смазывая в последние 10 минут кисло-сладким соусом.**
- **Для приготовления соуса необходимо проварить 1 минуту на среднем огне смесь красного винного уксуса, соевого соуса, сахара, кунжутного масла, разведенного в небольшом количестве воды и заваренного кукурузного крахмала.**
- **Довести до вкуса.**

Урок /1. Технологический процесс приготовления блюд из тушёной

ПТИЦЫ

В технологии тушение характеризуется как комбинированный способ тепловой обработки, включающий обжаривание с последующим припусканием в небольшом количестве жидкости.

Степень предварительного обжаривания птицы влияет на вкус блюда.

При обжаривании птицы до румяной корочки с последующим припусканием (коричневое тушение) получают блюдо, в названии которого имеет место термин



Бланкет из курицы по-бургундски

1 курица, 35 г сливочного масла, 45 г муки, соль, перец, 20 небольших луковиц шалота, гвоздика, букет гарни (петрушка, лавровый лист, тимьян), грибы, 2 яичных желтка, 2 столовые ложки сливок.

- **Порционные кусочки курицы заливаю холодной водой и доводят до кипения.**
- **Выложить, промыть холодной водой.**
- **Растопить на сковороде сливочное масло, добавить муку и пассеровать ее.**
- **Выложить курицу, залить горячей водой так, чтобы она покрыла кусочки, довести до кипения.**
- **Добавить немного соли, перца, луковый клутэ (луковица с воткнутой в нее гвоздикой) и букет гарни.**

- **Добавить обжаренные грибы и тушить еще несколько минут.**
- **Выложить курицу на сервировочное блюдо вместе с луком и грибами, удалить букет гарни и заправить взбитыми со сливками яичными желтками.**
- **Белое тушение используется и при приготовлении фрикасе. Сначала птицу припускают с вином и сливочным маслом при открытой крышке, давая алкоголю испариться и передать вкусовой букет, а затем добавляя и закрытой крышке.**



Фрикасе из курицы

1 000 г курицы, букет гарни (петрушка, лавровый лист, тимьян), 150 мл белого вина, бульон, 80 г лука, соль, белый перец, 30 г муки, 30 г сливочного масла, 400 г белых грибов, 70 г жирных сливок, 3 яичных желтка.

- Разделить курицу на порционные кусочки, припустить с добавлением вина и сливочного масла, пока вино полностью не выпарится.**
- Затем добавить бульон, букет гарни, бланшированный лук, соль, перец и прокипятить 6-8 минут.**
- Пассеровать на сливочном масле муку, развести ее бульоном, заправить птицу соусом и припустить на медленном огне в течение 20-25 минут.**
- Удалить букет гарни, добавить обжаренные на**

- Фрикасе также можно готовить с добавлением шампиньонов, трюфелей, сморчков или раков.
- В качестве гарнира использовать отварной рис или картофель. Подать блюдо хорошо с гренками в виде сердечек, обжаренными на масле, или украсить кружочком лимона, панированным в зелени петрушки.
- При приготовлении супрема из курицы также используется белое тушение.



КУРОПАТКА В ВИНЕ

1 куропатка, чеснок, растительное масло, 200 мл красного винного уксуса, 370 мл красного вина, 370 мл воды, лавровый лист, перец, соль, гвоздика, ягоды можжевельника.

- **Куропатку обжарить,**
- **переложить в кастрюлю,**
- **заправить обжаренным на масле чесноком, маринадом из уксуса, вина, воды, лаврового листа, перца, соли, гвоздики, ягод можжевельника**
- **тушить до готовности.**

Утку тушат с хересом, а в курицу добавляют пиво.

- **Тушить можно не только на плите, но и в жарочном шкафу.**
- **Для создания большей герметичности места соприкосновения крышки и бортов посуды *casserole* обмазывают тестом.**
- **Пернатую дичь тушат, если в жареном виде ее мясо жесткое и сухое. Для придания большей сочности и улучшения вкуса перед приготовлением тушку оборачивают в полоски жирного бекона, а также маринуют.**



- **Пернатую дичь можно тушить в красном вине с добавлением лука и моркови.**
- **Куропатку тушат в красном вине с добавлением шампиньонов,**
- **рябчиков, куропаток — в сметане или сметанном соусе.**
- **Тушат как отдельные части птицы, так и целые тушки.**
- **Например, рябчика тушат вместе с шампиньонами, оливками, петушиными гребешками, мясным сочком, красным вином.**
- **К готовому блюду неплохо подать гренки в форме сердца, обжаренные на сливочном масле и смазанные паштетом из печени или из дичи.**
- **Тушить можно также предварительно зафаршированную тушку или рулеты.**

Рулетики из индейки с сельдереем

- 140 г филе индейки, соль, перец, 60 г черешкового сельдерея, 41 г сыра "Рокфор", 42 г окорока варено-копченого, 10 мл растительного масла, 50 мл куриного бульона, 25 мл жирных сливок, 6 г крахмала.
- Филе посолить, поперчить, положить на него кусочки бланшированного сельдерея, окорока, ломтики сыра, скатать, закрепить зубочисткой и обжарить.
- Влить бульон и тушить на медленном огне 25 минут.
- Вынуть филе и поставить в теплое место.
- **Для соуса:** долить в бульон сливки, вскипятить, ввести крахмал и довести до вкуса.
- Можно фаршировать тушку перепелки колбасным фаршем, ежевикой, брусникой, малиной, цедрой лимона и обжарить.
- Добавить бульон и тушить 30 минут с добавлением томата, соли, перца черного и душистого, лаврового листа, белого вина.
- В конце заправить пассерованной мукой.

УРОК 72. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД ИЗ ЗАПЕЧЕННОЙ И РУБЛЕННОЙ ПТИЦЫ

- Тушки запекают целиком или порционными кусками.
- **I способ** - подготовленные тушки формируют, смазывают солью, укладывают на противень, смазанный жиром; противень помещают в жарочный шкаф с температурой 210-220°С на 5-10 минут для образования румяной корочки, затем нагрев уменьшают до 150-160°С и доводят до готовности при такой температуре.

При этом тушки поливают жиром или сочком, который образовался в процессе запекания.

- **II способ (для мелких птиц) -** подготовленные тушки обжаривают на противне с разогретым до температуры 150-160°C жиром до образования румяной корочки, затем помещают в жарочный шкаф с температурой 180° и доводят до готовности.

- **Гусь, утка фаршированные -** подготовленную птицу фаршируют мелким или средним картофелем, черносливом или яблоками и жарят в жарочном шкафу 45-60 минут. При отпуске фаршированную птицу порционируют, укладывают на тарелку, поливают соком и соусом.



- **Котлеты рубленые запеченные** - на середину сформованных котлет укладывают густой молочный соус, посыпают сверху сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.
- Подают в порционной сковороде.
- Отдельно подают соус (красный основной, красный с вином) и гарнир (горошек отварной, картофель отварной).
- **Запеканка из куриного мяса с ветчиной** - куриное мясо и ветчина пропускают через мясорубку, добавляют соус бешамель (молочный соус без масла), выкладывают на порционную сковороду, сверху посыпают тертым сыром и запекают в течение 30 минут при температуре 180-190⁰с.
- К блюду подают картофельное пюре и томатный

КОТЛЕТЫ ИЗ ФИЛЕ КУРИЦЫ "ПОЖАРСКИЕ"

- Мелко нарезают филе, смешивают с замоченным в сливках хлебом, солью, перцем, мускатным орехом и маслом. Формуют котлеты, панируют в муке и обжаривают.
- Для улучшения вкуса, сохранения сочности порционные кусочки птицы маринуют.



Суфле из курицы

- Подготовленную курицу варят, отделяют мясо от костей, пропускают через мясорубку и протерают на протирочной машине, добавляют молочный соус средней густоты, сырые яичные желтки, соль и перемешивают.
- За 15 минут до подачи в массу вводят взбитые белки, укладывают массу на порционную сковороду, смазанную маслом.
- Поверхность выровнивают, посыпают тёртым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.
- Суфле подают на сковороде, а соус с мадерой подают отдельно.
- Суфле из курицы можно приготовить и паровое в маленьких формочках или раковинах.
- Так же можно приготовить суфле из другой домашней птицы и дичи.

Урок 76. Актуальные направления в технологии приготовления и сервировки гарниров

Гарниры, так же как и соусы, являются важным составляющим элементом ресторанного блюда.

Они могут быть относительно простыми и достаточно сложными.

Гарниры часто служат не только вкусовым дополнением, но и важным элементом дизайна блюда.

Для придания формы гарниру нередко используют кольцо, в котором могут чередоваться слои гарнира и основного продукта или нескольких гарниров.

- Например, для цветового контраста можно прослоить картофельное пюре, пюре с зеленым горошком и пюре с томатом. Три вида пюре, разных по цвету, можно разделить двумя столовыми ложками в форме клецек.
- Или — чередовать кружки цуккини со слоями нарезанных мелким кубиком и припущенных овощей или овощей с рисом.
- Картофельное пюре или пюре из шпината совершенно необязательно подавать рядом с основным блюдом. Например, под "косичку" из



- Гарнир достаточно часто выступает в роли постамента для основного продукта, он также может быть "завернут в основное блюдо". Например, в тонкие пластинки обжаренной вырезки неплохо завернуть брусочки из огурца, листочки рукколы и посыпать сверху обжаренным кунжутом.
- При подборе гарниров часто используют классические традиции французской кухни. Так, к говядине по-бургундски подают обжаренные на сливочном масле четвертинки грибов и бланшированного лука, которые



- Наряду с традиционными могут быть использованы и менее привычные для отечественной технологии гарниры, например, салат из цитрусовых, отваренные в вине груши и т.п.
- К жареной свинине хорошо подойдут яблочные ломтики, обжаренные в сливочном масле, к жареному лососю — соте из тропических



- **Классическими гарнирами к дичи являются груши, сваренные в сиропе из красного вина; мини-яблоки, фаршированные сваренной в вине клюквой; мусс из сельдерея; обжаренные грибы; засахаренные каштаны или пюре из каштанов; всевозможные варианты картофеля.**
- **Гарниры к дичи - сморчки, фаршированные нежным муссом из фазана; шартрез из спаржи и черных трюфелей; шарлотка из яблок и сельдерея фламбе.**



В качестве гарнира в ресторанной кухне используются кулинарные изделия, которые обычно подают как самостоятельное блюдо, — несладкие сырники, картофельные блинчики, фаршированные помидоры черри, цуккини или репа, голубцы или вареники с овощными фаршами, ризотто, рататуй и т.п.

Вместо привычного ризотто из риса можно подать



С жареной телятиной или телячьими отбивными, приготовленными на гриле, отлично сочетаются овощные оладьи.

Необычным гарниром к запеченной телятине станет горячий салат из помидоров.

В качестве гарнира также можно использовать овощные рулетики в тесте фило.

Для них следует пассеровать нашинкованный дайкон, вешенки, цуккини, морковь, заправить их соусом "Табаско" и орегано, завернуть в смазанный топленым маслом лист теста фило и запечь 5-7 минут при 220°C.



- **Овощи довольно часто используются в качестве гарниров к различным блюдам. Причем современные тенденции предполагают минимальную их тепловую обработку и степень готовности аль - денте.**
- **Как дополнение к основной части гарнира используют также чипсы из баклажанов, кабачков, топинамбура и т.п.**
- **В том же качестве, а также как часть дизайна блюда выступает расплавленный при температуре 190°C сыр "Пармезан".**
- **Сыр натирают, раскладывают блинчиком на силиконовой коврике и ставят в духовой шкаф.**
- **При желании в теплом виде растопленному сыру легко придать необходимую геометрическую форму.**
- **Иногда к блюду дополнительно подают гренки в форме сердца, верхушки которых панированы в измельченной зелени.**

Урок 77. Технологический процесс приготовления гарниров из картофеля

- **Шато.** Обточить картофель в форме маслин или бочонков высотой 4 см, обжарить на растительном масле, довести до готовности в духовом шкафу, полить растопленным сливочным маслом, посолить, посыпать петрушкой.
- **Помм англез (картофель по-английски).** Картофель нарезать 5-6 см в длину и обточить 7 граней.
- **Нуазет.** Картофель шариками размером с лесной орех обжар



- **Паризьен.** Шарики из картофеля обжарить и глазировать соусом демиглас.
- **Пармонтье.** Кубики картофеля со стороной 1 см обжарить, посыпать солью.
- **Паве.** Кубики картофеля со стороной 2 см обжарить и посолить.
- **Сабле.** То же, но перед окончанием жарки посыпать сухарями.



- **Картофельное пюре.** Картофель сварить, подсушить, протереть, заправить маслом и мускатным орехом. Вместо мускатного ореха пюре можно заправить прогретым в масле измельченным чесноком, рубленой зеленью петрушки и тертой лимонной цедрой.
- **Дюшес.** Завитки или розаны из протертого картофеля с маслом и желтком смазать льезоном и запечь.
- **Св. Флорентен.** Протертый картофель с маслом и желтками соединить с измельченной ветчиной, сформовать жгут диаметром 2 см, г, опустить в фритюр



- **Маркиз.** Протертый картофель с маслом и желтком соединить с томатом и далее готовить, как дюшес.
- **Берн.** Протертый картофель с маслом и желтком в форме абрикоса опустить в льезон, панировать в миндале, обжарить во фритюре.
- **Дофине.** Заварное тесто смешать с протертым картофелем в соотношении 1:3, маслом и желтками, отсадить из кондитерского мешка розаны или обжарить в

13 Dauphine

Ingredients for 10

CHOUX PASTE	150 ml	¼ pt
DUCHESS POTATOES (Recipe No. 14)	900 gm	2 lbs

Mix the choux paste and duchesse potatoes together. Mould the mixture into even-size pieces with the aid of two dessertspoons and place on to greased paper. Drop into deep hot oil and fry until crisp and a golden brown. Drain and serve on a doily-covered dish.



лецки и

- **Лорет.** Массу для дофина сформовать в форме сигар по 60 г, панировать в муке и обжарить во фритюре.
- **Картофель печеный.** Картофель промыть, обсушить, запечь, выложить на салфетку, сделать крестообразный разрез и вставить кусочек масла.
- **Картофель запеченный.** Картофель испечь в духовом шкафу, разрезать пополам, удалить мякоть, сделать из нее пюре, наполнить половинки, посыпать сыром и запечь.
- **Макар.** Запечь картофель, срезать с него верхушку, вынуть мякоть, выложить ее на сковороду с небольшим количеством масла, приправить специями и обжарить до румяной корочки. Затем вновь заполнить картофелины.

- **Соте.** Картофель, не очищая, промыть, обсушить, сварить на пару, нарезать кружочками толщиной 0,5 см, обжарить на растительном масле, посолить, посыпать петрушкой.
- **Провансаль.** То же, но обжарить с чесноком.
- **Лионез.** То же, но с обжаренным луком.
- **Саввой.** Нарезать картофель кружочками, прослоить сыром, приправить тимьяном, майораном, сливочным маслом и запечь.



- **А-ля дофину аз.** Картофель нарезать тонкими кружочками, смешать с молоком, яйцом, сыром, солью, перцем, мускатным орехом. Дно формы смазать маслом, посыпать чесноком, выложить смесь, посыпать сыром, сбрызнуть маслом и запекать 45 минут.
- **А-ля савойар.** То же, но не с яично-молочной смесью, а с бульоном.
- **Анна.** Нарезать картофель тонкими кружочками, выложить в форму для пирожных веером, сбрызнуть маслом, посолить, поперчить, повторить до заполнения формы, запечь 20 минут при 220°C. Готовый картофель извлечь из формочки и залить уваренным до консистенции студня бульоном (соус шато) с маслом и лимонным соком.

- **Нана или Вуазен.** То же, но картофель нарезать соломкой: Вуазен готовить с "Пармезаном".
- **Мэр.** Картофель сварить, очистить, нарезать кружочками или ломтиками, залить молоком (сливками). Добавить соль, перец, мускатный орех, уварить молоко до одной трети первоначального объема, заправить маслом.
- **Метрдотель.** Отварить очищенный картофель, нарезать ломтиками или кружочками, залить бульоном так, чтобы он покрыл картофель, и варить до тех пор, пока бульон полностью не выпарится. Заправить маслом и зеленью.
- **Картофельные оладьи.** Натереть сырой картофель, смешать его с луковой крошкой, яйцом, солью, перцем и мукой.

Печеный картофель всегда вкуснее и полезнее вареного. Картофель, запеченный с сыром, может быть самостоятельным блюдом, а может послужить гарниром к мясу.

Картофель, запеченный с сыром и базиликом

- **Картофель, масло подсолнечное, базилик сухой, соль, твердый сыр, панировочные сухари, зелень.**
- **Очищенный картофель нарезают кружочками. Укладывают "черепицей" на противень, застеленный пергаментом, смазанный маслом. Солят, поливают подсолнечным маслом, посыпают базиликом и сухарями. Ставят в разогретый до 180 °С жарочный шкаф на 40-45 минут. За 10 мин до готовности картофель посыпают сыром, натертым на мелкой терке.**
- **Подают картофель, запеченный с сыром, со свежими овощами, сверху посыпают нарезанной зеленью.**

Морковь, запеченная с сыром

- Морковь, нарезанную кружочками тушат в курином бульоне на медленном огне около 7-9 минут, до полуготовности.
- Сливочное масло соединяют с плавленым сыром, нарезанным кубиками, и готовят в сотейнике на слабом огне, помешивая, до полного расплавления сыра, добавляют сливочный сыр, зеленый лук, соль, перец.
- Готовят, помешивая, до расплавления сливочного сыра.
- Тушеную морковь выкладывают в сотейник с сырной смесью, перемешивают, и выкладывают в смазанную маслом жаропрочную форму.
- Ставят форму с морковью в разогретую до 180 °С духовку и запекают около 20-25 минут.

- **Пюре из сельдерея.** Корень сельдерея нарезать тонкими ломтиками, отварить, подсушить, протереть и добавить 1/3-1/4 от его объема картофельное пюре, заправить маслом.
- **Пюре из топинамбура.** Нарезать топинамбур кубиками и отварить 10-15 минут в подсоленной воде. Слить воду, подсушить и смешать в блендере с уваренными до максимальной густоты сливками.
- **Пюре из цветной капусты.** Капусту отварить, спассеровать, протереть, добавить 1/3 картофельного пюре.
- **Пюре из шпината.** Отварить шпинат в подсоленной воде, слить воду отжать листья, протереть, довести до вкуса и заправить маслом.
- **Пюре из свежемороженого зеленого горошка.** Отварить зеленый горошек в течение 10-15 минут, протереть через сито и заправить маслом.

Урок 79. Технологический процесс приготовления гарниров из овощей и грибов

- **Сельдерейный дюшес.** Смешать картофельное пюре с пюре из сельдерея, заправить сливочным маслом, добавить яичные желтки, соль, перец. На противень отсадить полоски длиной 5 см и выпекать в течение 15 минут.
- **Глазированные овощи.** Лук-сеянец, мелкую морковь, обточенный пастернак, репу, морковь, кабачки посыпать солью, перцем, сахаром, добавить бульон и сливочное масло, плотно закрыть фольгой и запечь. Также можно пр



- **Суфле из шпината.** Протереть через сито приготовленный шпинат (225 г), добавить 3 яичных желтка, 3 столовые ложки тертого сыра, взбитые яичные белки, выложить в форму, посыпать сыром и готовить при 160-180°C в духовом шкафу.
- **Фигурные грибы для гарнира.** Шляпки шампиньонов закарбовать, отварить 3-4 минуты. Также грибы можно зафаршировать



- **Мини-голубцы.** Подаются не только в качестве горячей закуски, но и как гарнир. Для начинки могут быть использованы овощной фарш, копченая утиная грудка с белыми грибами и лисичками, гусиная печень с трюфелями и т.д.
- **Пончики из цветной капусты.** Отваренную цветную капусту замариновать в смеси растительного масла, соли, перца, рубленой петрушки и сока лимона в течение 20 минут, панировать в кляре и обжарить во фритюре.



Урок 66. Технологический процесс приготовления гарниров из овощей и грибов

Кабачковые ленточки с мятой.

Овощерезательной машиной настрогать кабачок на тонкие ленточки. Разогреть масло с чесноком на сковороде, чеснок обжарить и удалить. Обжарить кабачки 2 минуты и посыпать рубленой мятой. Использовать в качестве курицы.



- **Овощные пучки.** Из вареной французской фасоли или побегов спаржи сделать овощные пучки и связать их тонкими полосками бланшированного красного перца. Другой вариант — сырую спаржу обернуть хамоном, обжарить на гриле и посыпать обжаренным кунжутом.
- **Пучки из стручковой фасоли.** Нарезать зеленую стручковую фасоль на кусочки одной длины и бланшировать их в подсоленной воде. Опустить в ледяную воду, чтобы сохранить цвет. Небольшие пучки фасоли завернуть в кусочки бекона, закрепить шпажкой и пассеровать на сливочном масле.



- **Лук-шалот в масле.** Сбрызнуть лук маслом и оставить при 120°C в жарочном шкафу на 1 час или пока луковицы не станут мягкими.
- **Хрустящий лук-порей.** Зеленую часть лука-порея нарезать длинной соломкой и поджарить в жире.
- **Кабачки, запеченные в кольце.** На пергаментную бумагу положить кольцо. В него слоями уложить бланшированный, мелко нарезанный репчатый лук, ломтики бланшированных кабачков, затем помидоры, приправить. Посыпать сверху панировочными сухарями, рубленым тимьяном, полить оливковым маслом и запечь 10 минут при 180°C .

- **Шарики из огурцов.** С помощью "парижской ложки" вырезать шарики, отварить их в подсоленной воде в течение нескольких минут и сотировать на сливочном масле.
- **Соте из тропических фруктов.** Манго, ананас, папайю нарезать мелкими кубиками, смешать с сахаром, винным уксусом и тушить до размягч



- **Горячий салат из помидоров.** Обжарить на оливковом масле мелко нарубленный репчатый лук, добавить половинки небольших помидоров сливовидной формы, соль, перец.

Жарить, изредка помешивая, пока помидоры не станут горячими. Перед подачей посыпать "Пармезаном" и сбрызнуть лимонным соком.

- **Фруктово-ягодное соте (к жареным перепелкам).**

Шарики из яблок или айвы припустить с маслом, черешню (можно консервированную), виноград слегка подогреть с сочком, влить белое вино, немного бульона, добавить джем или желе из черешни, заварить крахмал и проварить 10—15 минут.

Урок 8 I. Технологический процесс приготовления гарниров из круп в ресторанной кухне

Рис отварной

- ❖ Для гарнира лучше использовать рис с длинными зернами. Готовится он в соответствии с традиционной технологией.
- ❖ Белый рис можно подкрасить куркумой, карри или шафраном, смешать с измельченными овощами (морковью, сладким перцем, кабачками и т.п.) и зеленью.
- ❖ Для цветового контраста с белым рисом нередко используется дикий рис. Он варится 30-40 минут, поэтому его следует варить отдельно от белого.
- ❖ В качестве самостоятельного гарнира дикий рис подают к птице, мясу, морепродуктам, овощам, дичи.
Обычно для его приготовления используется откидной способ.

Рис в кокосовом молочке

- ❖ Смешать кокосовое молочко и воду в соотношении 2:1,
- ❖ добавить побеги лимона, соль,
- ❖ довести до кипения,
- ❖ засыпать тайский жасминовый рис
- ❖ варить 20 минут на медленном огне при плотно закрытой крышке.
- ❖ затем дать постоять 5 минут
- ❖ удалить побеги лимона
- ❖ взрыхлить рис вилкой.



РИЗОТТО

В разогретое оливковое масло добавить измельченный лук, прогреть 2-3 минуты без окрашивания, добавить короткозерновой или неполированный рис ("арборио").

Прогреть еще 2-3 минуты, добавить немного бульона и варить на медленном огне при постоянном помешивании.

Периодически нужно добавлять небольшую партию бульона, пока рис не будет готов.

Бульон при этом должен полностью испариться. Готовый рис заправить тертым сыром "Пармезан", довести до вкуса.

В ризотто хорошо добавить грибы или шафран.

Если блюдо готовят с морепродуктами, лучше взять смесь рыбного и куриного бульона.

Может использоваться как самостоятельное блюдо или гарнир для рагу, к жареной курице.

РИЗОТТО

Оливковое масло – 10 г, лук репчатый - 60 г, чеснок - 3 г, сливочное масло– 30 г, томатный сок - 500 мл, рис арборио – 200 г, томатная паста – 25 г, помидоры - 100 г, сушёные помидоры - 10 г, свежие листья базилика - 10 г, соль – 5 г, чёрный перец молотый - 0,03.

Лук и чеснок тушат с добавлением сливочного масла 10 минут.

Доводят томатный сок до кипения. Добавляют рис к луку и готовят ещё 1-2 минуты, перемешивая, пока рис не станет прозрачным.

Частями в рисовую смесь добавляют томатный сок, постоянно перемешивая, пока весь сок не впитается. Готовят еще 10-15 минут, пока рис не станет нежным, добавляя при необходимости воду.

Перемешивают томатную пасту, свежие и сушёные помидоры и листья базилика и добавляют в рис.

При подаче ризотто украшают базиликом и отдельно подают тёртый сыр.

Урок 82. Технологический процесс приготовления гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий.

Нетрадиционные виды гарниров

Полента

Встречается во многих модных ресторанах.

В национальной итальянской кухне поленту готовят в специальных медных сковородах с тяжелым дном и очень высокими стенками.

Для приготовления поленты нужно вскипятить в сковороде 1,8 л подсоленной воды, убавить огонь и постепенно, непрерывно помешивая, добавить 300 г кукурузной крупы.

Варить 20 минут, пока масса не станет отставать от стенок.

Поленту подают к столу со сливочным маслом и сыром "Пармезан".

Чтобы поленту обжарить или приготовить в гриле, не добавляя масло и сыр, следует размазать массу толщиной 2 см на рабочей поверхности и дать ей остыть.

Затем нарезать прямоугольники или заготовки иной формы.

Отделить их друг от друга, смазать оливковым маслом и обжарить до золотистой корочки примерно 6 минут на сковороде или в гриле.

При необходимости добавить растительное масло.

Также при приготовлении поленты можно использовать обжаренный лук-шалот, добавить белое вино.



Полента (Итальянское блюдо из кукурузной муки)

Медленно всыпать (лучше всего через бумажную воронку) 750 г кукурузной муки в сильно кипящую воду и, непрерывно мешая, варить, пока не загустеет.

Снять с огня и взбивать несколько минут лопаткой. Если осталась вода, слить.

Поставить еще на несколько минут на плиту, чтобы испарилась вода, потом выложить массу на доску для раскатывания теста и разрезать ниткой на три части.

Первую часть положить в глубокую посуду, посыпать протертым творогом или овечьим сыром, положить вторую часть, на нее опять сыр или творог и полить горячей сметаной или молоком.

Затем положить третью часть, посыпать сыром или

- **Каштаны отварные.** Очищенные от скорлупы каштаны залить бульоном, положить веточку сельдерея и варить до размягчения. В конце добавить немного масла. Оставшийся бульон уварить и заглазировать им каштаны. Также можно каштаны отварить в подсоленной воде с веточкой фенхеля и подсушить в духовом шкафу 10 минут.

- **Корзинка из вермишели.** Вермишель отварить,



УРОК 83. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС ПРИГОТОВЛЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ГАРНИРОВ

Чипсы из топинамбура

- Топинамбур хорошо моют щеткой, можно очистить.
- Нарезают клубни тонкими ломтиками. Можно овощечисткой или ножом. Раскладывают на листе пергаменты не очень плотно, без нахлеста и ставят подсушиваться в пароконвектомат на 2 часа при температуре 100 °С .
- Золотистые чипсы вынимают и оставляют на пергаменте подсохнуть. Можно приготовить чипсы и добавить любую



Чипсы из баклажанов

- Баклажаны очищают, нарезают тонкими полосками (с помощью овощечистки или слайсера) и заливают на 1-2 часа маринадом состоящим из смеси оливкового масла, яблочного уксуса, морской соли, паприки, молотого острого перца, мёда.

- Сушат в духовке при температуре 100°C около суток



Овощные роллы из теста фило

Тесто фило, морковь, цукини, китайская капуста, пророщенная фасоль, болгарский перец.

Морковь нарезают длинной соломкой. Промывают и обсушивают пророщенную фасоль.

Морковь и фасоль поливают винным уксусом и оставляют мариноваться на 2 часа.

Запекают болгарский перец, снимают кожицу, удаляют семена и нарезают.

Пекинскую капусту моют, обсушивают и нарезают.

Цукини нарезают полосками.

Укладывают на лист фило полоску цукини, морковь, пророщенную фасоль, болгарский перец, пекинскую капусту, заворачивают аккуратно, смазывают водой край и закрепляют.

Обжаривают на раскаленной сковороде в оливковом масле на среднем огне до золотистой корочки со всех сторон.

Подают в горячем виде на порционной тарелке

Урок 86. Товароведная характеристика сырья: яиц и творога

В зависимости от вида птицы различают яйца куриные, утиные, гусиные, индюшинные.

Основной товарной продукцией являются куриные яйца.

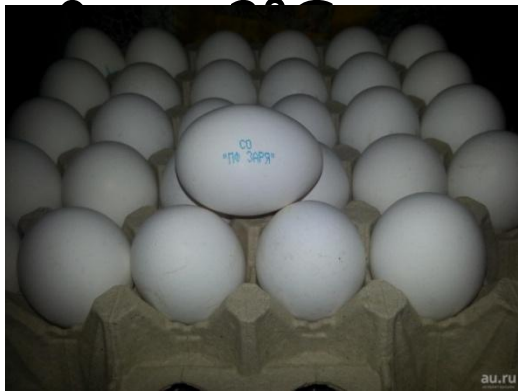
Яйца водоплавающей птицы не используют в общественном питании, так как они могут содержать вредные для организма человека микроорганизмы.



КАТЕГОРИИ ЯИЦ

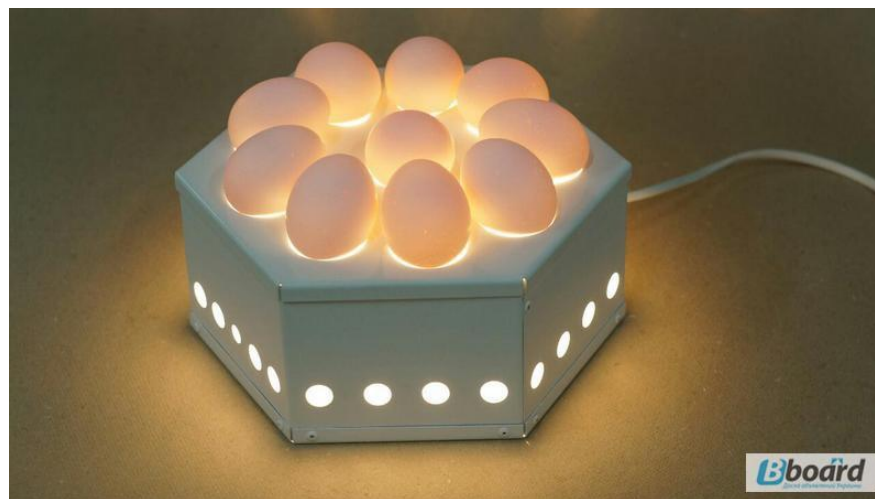
Диетические и столовые яйца в зависимости от массы подразделяют на 3 категории:

- **отборная** - масса одного яйца 65г, обозначаются - 0;
- **первая** - 55г, обозначаются – 1;
- **вторая** - 45г, обозначаются – 2.
- Хранят **диетические яйца** при температуре не выше 20°С и не ниже 0°С;
- **СТОЛОВЫЕ** - при температуре не выше 20°С; в холодильнике яйца хранят при температуре от



Перед использованием куриные яйца необходимо просвечивать через овоскоп, затем мыть в 4^х секционной ванне, так, как яйца могут быть носителем сальмонелл.

Нельзя использовать яйца с пищевым браком, а также яичный меланж, так как в размороженном виде он служит благоприятной средой для развития микроорганизмов.





После обработки яиц, перед их разбивкой работники должны тщательно вымыть руки с мылом. Протезинфицировать их 0,2 %-ным раствором хлорной извести, сменить санитарную одежду.

С целью исключения попадания яиц с запахом и другими пороками в общую массу при разбивке несколько яиц (не более 5 штук) выливают в емкость небольшого объема, а затем переливают в производст его объема.



Перед использованием яичную массу процеживают через сито с ячейками размером не более 3 мм.

Продолжительность хранения яичной массы при температуре 2-6 °С - не более 24 час.

Емкости для сбора и хранения яичной массы должны быть промаркированы; использование этих емкостей для других целей запрещается.

Хранить их следует в помещении для приготовления



ЯИЦ **Яйца, сваренные "в мешочек"**

(пашот)

можно готовить в скорлупе и без скорлупы.

В последнем случае яйца аккуратно выпускают в кипящую подсоленную и подкисленную воду, делая при этом воронку.

В ресторанной кухне при приготовлении этого блюда рекомендуется использовать винный уксус, а для улучшения вкуса добавлять веточку эстрагона.

Яйца должны быть очень свежими. Для варки лучше использовать сотейник.

Готовить более 4 яиц одновременно не рекомендуется. После введения яиц в воду следует уменьшить нагрев и варить без кипения 2-3 минуты или, выключив, накрыть сотейник

ЯЙЦА, СВАРЕННЫЕ В МАРИНАДЕ

Для этого красное вино следует вылить в сотейник, добавить лавровый лист, чеснок и прокипятить 5-6 минут, процедить и сварить в полученном маринаде яйца, как указано выше. На основе маринада можно приготовить соус, которым полить яйца при подаче.



Способы подачи яиц пашот

- **со шпинатом** - отваренные и затем обжаренные листья шпината положить на огнеупорное блюдо, сверху поместить сваренное яйцо, залить соусом бешамель, посыпать сыром и запечь;
- **с лобстером** - мясо лобстера смешать с трюфелями в соотношении 4:1, выложить на дно тарталеток, сверху положить сваренное яйцо и полить соусом бешамель;
- **с креветками** - сваренные креветки смешать с небольшим количеством соуса бешамель и сверху положить сваренное



- ***с пюре из каштанов*** - сваренные яйца поместить на пюре из каштанов и полить небольшим количеством телячьего бульона;
- ***с куриной грудкой*** - в тарталетку положить измельченную куриную грудку, налить немного соуса сюзетт, положить сваренное яйцо и вновь полить соусом сюзетт;
- ***бenedиктин*** - на обжаренный тост положить ломтик ветчины или лосося, затем сваренное яйцо и полить голландским соусом.
- ***по-американски*** - сваренное яйцо положить на запеченный помидор, полить его растопленным сливочным маслом и украсить ломтиками ветчины, поджаренной на рашпере.

Разновидностью яиц, сваренных без скорлупы, являются яйца кокот.

Готовят их в кокотницах, а также в маленькой огнеупорной керамической или фаянсовой посуде, например, в кофейных чашечках.

В разогретую кокотницу кладут кусочек масла и выпускают яйцо, солят, добавляют 1 столовую ложку кипяченых сливок и варят на водяной бане при закрытой крышке.

Белки должны затвердеть, а желток стать полужидким.

Вместо сливок иногда используют соус (бешамель), красное вино, пюре из помидоров.

На дно кокотницы можно укладывать ломтики отварного куриного филе, кусочки трюфелей или костного мозга, а сверху блюдо посыпать "Пармезаном", положить верхушки припущенной в масле спаржи.

- **Вареные яйца имеют разную консистенцию в зависимости от времени варки.**
- **У яйца всмятку белок полужидкий, желток жидкий, у яйца "в мешочек" наружная часть белка загустевшая, остальное содержимое полужидкое.**
- **Яйцо, сваренное вкрутую, имеет загустевший плотный белок и желток.**
- **Блюда из яиц** - вареные яйца, яичную кашку готовят по мере спроса и отпускают сразу же после приготовления.
- **Хранить эти изделия нельзя**, так как при хранении они быстро теряют свой внешний вид, твердеют, ухудшается их вкус.

Блюда из жареных яиц

Яйца можно жарить основным способом и во фритюре (французский способ).

- **Для фритюра лучше использовать оливковое масло. При обжаривании рекомендуется заворачивать белок на желток.**
- **Время приготовления такой "яичницы" - 1 минута. Подают ее на гренках.**
- **Также можно жарить яйца, сваренные без скорлупы. Сваренные яйца следует охладить, запанировать в двойной панировке и обжарить во фритюре.**
- **Подают это блюдо с соусом карри, соусом сюзетт с трюфелями и т.д.**

СКОТЧ (ПО-ШОТЛАНДСКИ)

- предполагает жарку во фритюре сваренного вкрутую яйца.
- Яйцо очищают, панируют в муке, покрывают слоем мясного фарша, а затем панируют в двойной панировке и жарят во фритюре. Подают с томатным соусом.
- В жареном виде приготавливают яичницу и омлет, который отличается тем, что в его состав входит молоко (25-30 г молока на 1 яйцо).
- Сырьем для омлетов служат яйца или яичный порошок. По способу приготовления их делят на натуральные, смешанные (с сыром, зеленью), фаршированные.

ЯИЧНИЦА В ТЕСТЕ ФИЛО

Лист фило раскладывают на тарелку, зрительно делят на две половины, в середину одной из половин разбивают яйцо, добавляют тертый сыр, нарезанную ветчину, соль, перец, заворачивают. Жарят с двух сторон до золотистой корочки.



Яичные "гнезда"

- Аккуратно отделяют белки от желтков.
- Белки взбивают с солью в крутую пену до пиков. Лучше взбиваются белки комнатной температуры.
- Противень застилают пергаментной бумагой. Выкладывают на противень взбитые белки в виде двух "гнезд".
- Посыпают "гнезда" сыром.
- В серединки "гнезд" кладут сырые желтки.
- Помещают в разогретый духовой шкаф на 10-15 минут.
- Подают к завтраку.



Требования к качеству блюд из жаренных яиц.

Условия и сроки их хранения

- В яичнице глазунье желток целый, не потерявший форму, полужидкой консистенции, желтого цвета, без пятен, белок загустевший с неподсушенными краями.
- Блюда из жаренных яиц - яичницу глазунью и др. готовят по мере спроса и отпускают сразу же после приготовления.
- Хранить эти изделия нельзя, так как при хранении они быстро твердеют, ухудшается



й вид,

Классический вариант приготовления омлетов во французской кухне не предусматривает смешивания яиц с жидкостью (молоком или водой).

Считается, что хороший омлет может быть приготовлен только при ручном, а не машинном взбивании яиц.

Яйца не следует "перебивать", так как омлет при этом получается чересчур плотным.

Для тепловой обработки рекомендуется брать толстостенные (предпочтительно чугунные) сковороды.

Жарить омлет лучше на сливочном масле.

Сковороду для омлета необходимо прогреть, растопить масло, дать ему вспениться и лишь затем добавить взбитую массу.

При приготовлении омлета сковороду нужно прокручивать, при этом шумя со ручки и касаясь по ней

- **Готовый омлет должен иметь консистенцию крема, быть нежным, воздушным, сочным и блестящим, а также гладким, без единой складочки, и при этом обладать идеальной формой.**
- **Кроме того, считается, что омлет должен быть достаточно бледным, без яркой искусственной желтизны.**
- **Сковороду, предназначенную для приготовления омлета, не рекомендуется протирать са**



Омлет в японской кухне, так же как и в отечественной, принято готовить с добавлением жидкости (воды) из расчета на 1 яйцо 2 столовые ложки воды.

Взбитую яичную массу выливают тонким слоем на разогретую с растительным маслом квадратную сковороду.

Когда масса начнет пузыриться, омлет аккуратно закручивают в виде рулета.

Готовят омлет (около 1-2 минут).



примерно 1

ОМЛЕТЫ МОЖНО ГОТОВИТЬ НАТУРАЛЬНЫМИ, СМЕШАННЫМИ И ФАРШИРОВАННЫМИ

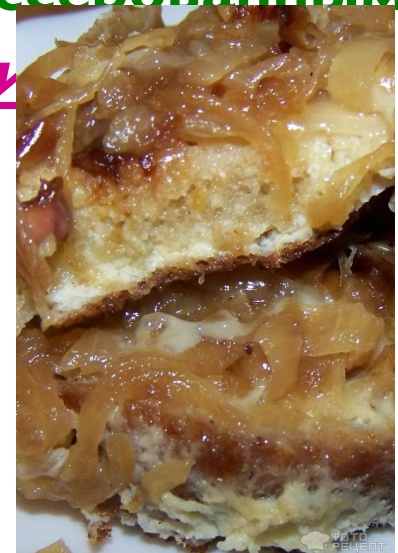
Смешанные омлеты готовят с овощами, измельченной зеленью кервеля, петрушки, шнитт-лука, с "Пармезаном" или с обжаренными лесными, культивируемыми грибами и т.п.

Грибы, так же как ветчина с сыром и картофель, считаются самыми распространенными наполнителями для омлетов.

Классический омлет "Россини" готовят с трюфелями.

Причем при подаче сверху на готовый омлет кладут кусочки обжаренной гусиной печени и поливают демигласом.

- Смешанный **Итальянский омлет фриттата** готовится с добавлением различных овощей (спаржи, рубленой зелени, сладкого перца, артишоков, стручковой фасоли, лука, чеснока) и "Пармезана".
- Сначала омлет жарят на сковороде с добавлением оливкового масла на медленном огне 15 минут, а затем запекают в духовом шкафу до румяной корочки 1-2 минуты.
- При смешивании яичной массы с пассерованным луком получают **Омлет по-лионски**



Испанская интерпретация смешанного омлета — **тортилья** — готовится с добавлением обжаренного на оливковом масле лука, иногда с картофелем.

Омлет обжаривают, как блины, с двух сторон.

Омлет по-андалузски пассерованный красный (сладкий) перец, томаты (без семян) соединяют со взбитой яичной массой и доводят до ГОТОВНОСТИ.



аю



При приготовлении фаршированных омлетов в ресторанной кухне используют различные наполнители.

омлет можно фаршировать:

- икрой с лангустинами;
- креветками с соусом бешамель;
- обжаренной куриной печенью с жю ли (омлет по-турецки);
- полосками копченой ветчины и бланшированными верхушками спаржи;
- мелко нарезанным беконом с обжаренными грецкими орехами и свежими листьями шпината;
- кусочками свежей лосося со свежим укропом;
- обжаренными на сливочном масле ломтиками перца, лука-шалота и грибами.

Наряду с классическими омлетами в меню могут быть включены омлеты на заказ, например, из одних белков.

Можно приготовить омлет фламбе, используя виски, коньяк, арманьяк, кальвадос.

В качестве вкусовой добавки кроме соли и перца при приготовлении омлета можно положить карри, тертый мускатный орех и т.п.



Воздушный омлет

- Желтки отделить от белков.
- Сыр «Пармезан» натереть на терке.
- Подогреть молоко.
- Другую сковороду нагреть с оливковым маслом,
- вылить все белки не размешивая посолить по вкусу и поставить, или в разогретую духовку 170°C на 7 мин, или поставить сковороду на водяную баню под закрытую крышку и готовить до готовности.

- **Пока готовятся белки, делают начинку из желтков.**
- **В сковороде растопить сливочное масло.**
- **Выложить желтки, перемешав венчиком.**
- **Нагреть. Когда масса начнет густеть влить теплое молоко, не переставая помешивать.**
- **Затем выложить сыр, зелень и специи, соль, чеснок и прованские травы, снять с огня.**
- **Аккуратно переложить на пищевую пленку.**
- **В середину выложить начинку из желтка.**
- **Очень аккуратно сворачивают**
- **Посыпают зеленью и нарезают**



Омлеты можно приготовить в специальных контейнерах.

Омлет с сыром, ветчиной и сладким перцем

- ❖ **В отдельной посуде смешать вместе яичные белки с желтками, ветчину, сыр, сладкий перец, соль и перец.**
- ❖ **Разлить полученную смесь в четыре подготовленных формы для варки яиц.**
- ❖ **Отварить в соответствии с инструкцией.**
- ❖ **После готовности вынуть полученный омлет из форм, уложите на блюдо (ломтиками) и сервировать сладкого перца, зелени укропа.**



Омлеты-муссы, омлеты-суфле, сырное суфле

Омлет-суфле в отличие от омлета должен иметь еще более нежную и воздушную консистенцию за счет того, что в его состав входят не взбитые яйца, а желтки и отдельно взбитые белки.

В классической французской кухне омлет-суфле часто делают сладким, для чего желтки растирают с сахарной пудрой, а в качестве ароматизаторов используют ваниль, цедру лимона или апельсина, ром или ликер.

В последнем случае рекомендуется несколько миндальных или песочных печений смочить в алкоголе и положить внутрь омлета.

Поверхность можно карамелизировать, посыпав перед выпечкой сахаром.

Омлет-мусс

встречается также в классической французской кулинарии, который отличается тем, что омлетную массу готовят из смеси яиц, яичных желтков, сливок и взбитых в крепкую пену белков.

В омлетную массу можно добавлять тонкие ломтики трюфелей, верхушки спаржи, тертый сыр и т.д.



Своеобразной разновидностью суфле является **сырное суфле**, технология приготовления которого отличается тем, что яичные желтки проваривают на водяной бане вместе с белым сухим вином до загустения.

Затем их взбивают до охлаждения, вводят взбитые белки и заправляют солью и перцем.

Полученную массу разделяют столовыми ложками в виде кнелей и опускают в формочки из жаропрочного фаянса или керамики, наполненные смесью жирных сливок и тертого легко плавящегося сыра например, "Грюйера".

Сверху формочки посыпают свеженатёртым "Пармезаном" и запекают в течение 10 минут при 180°C.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ ЯИЦ.

УСЛОВИЯ И СРОКИ ИХ ХРАНЕНИЯ

- **Омлеты имеют светло-желтый цвет, пышные, воздушные на разрезе, с нежной корочкой после запекания.**
- **Продукты, предназначенные для гарнира в смешанных омлетах, мелко нарезают и добавляют в массу до тепловой обработки.**
- **Блюда из яиц - омлеты готовят по мере спроса и отпускают сразу же после приготовления.**

Хранить эти изделия нельзя, так как при хранении они быстро теряют свой внешний вид, твердеют, ухудшается

