

**Организация
процесса
приготовления и
приготовление
сложных супов**

Супы- принято называть первыми блюдами, подают их за обедом, после закусок и холодных блюд.

Супы:

- Обеспечивают 25% потребности организма в жидкости и необходимую консистенцию пищевой массы в желудке и кишечнике;
- Возбуждают аппетит экстрактивными веществами и внешним видом;
- Содержат ароматические и вкусовые вещества

При приготовлении супов необходимо:

- Следить за соблюдением установленной формы нарезки продуктов;
- Аккуратно оформлено зеленью, красивой окраской жира;
- Равномерно распределять гарниры при отпуске супов

Супы представляют собой жидкий блюда, в состав которых входит жидкая часть – **ОСНОВА** и плотная - **ГАРНИР**

Классификация супов

- По температуре подачи (на горячие $t-75^{\circ}\text{C}$ и холодные $t-14^{\circ}\text{C}$);
- По способу приготовления (заправочные, пюреобразные, прозрачные);
- По жидкой основе (супы на бульонах (костном, мясокостном, рыбном, из птицы), отварах (овощном, грибном, крупяном, фруктово-ягодном), молоке, квасе, кисломолочных продуктах;
- Разные (молочные, холодные, сладкие супы)

Характеристика основных видов сырья

- Мясо
- Птица
- Рыба
- Костная ткань
- Субпродукты
- Вареные колбасные изделия
- Ветчинные изделия
- Грибы (свежие, сушеные)
- Свежие овощи (картофель, морковь, свекла, репа, капуста, лук, салатно-шпинатные и т.д.)
- Переработанные овощи (квашеные, соленые, сушеные, томатопродукты)
- Плоды
- Крупы, бобовые, макаронные изделия
- Мука и крахмал
- Жиры пищевые
- Вкусовые продукты

Процессы, происходящие при кулинарной обработке

В состав пищевых продуктов входят белки, жиры, углеводы, витамины, ароматические, вкусовые и красящие вещества, минеральные и другие соединения, которые при кулинарной обработке подвергаются глубоким изменениям.

Эти процессы могут существенно влиять на пищевую ценность продуктов, их усвояемость, вкус, запах и внешний вид.

Изменение белков

Дегидратацией называется потеря белками связанной воды при сушке, замораживании и размораживании мяса и рыбы. При тепловой обработке от нее зависит влажность и выход готовых изделий, потеря питательных веществ.

Денатурация белков – это нарушение нативной пространственной структуры белковой молекулы под влиянием внешних воздействий. Это –нагревание (тепловая денатурация), встряхивание, взбивание (поверхностная денатурация), действие кислот, щелочей, ультразвука и другие.

Денатурация сопровождается изменениями важнейших свойств белка, а именно:

- потерей индивидуальных свойств;
- потерей биологической активности ;
- увеличением доступности пищевых ферментов;
- потерей способностей связывать воду (растворение, набухание), что является одной из причин уменьшения массы мяса и рыбы при тепловой обработке;
- потерей устойчивости белковых глобул, что сопровождается их свёртыванием.

Деструкция белков. При длительной тепловой обработке белки подвергаются более глубоким изменениям, связанным с разрушением их макромолекулы. От белковых молекул могут отщепляться такие летучие продукты, как аммиак, сероводород, фосфористый водород, углекислый газ. Эти вещества участвуют в образовании вкуса и аромата готовой пищи. При длительном гидротермическом воздействии происходит деполимеризация белковой молекулы с образованием водорастворимых азотистых веществ.

Примером деструкции денатурированного белка является переход коллагена в глютин.

Деструкция белков может быть целенаправленным приемом кулинарной обработки: использование ферментных препаратов для размягчения мяса, ослабление клейковины теста и др.

Изменение жиров

Свойства жиров определяются составом жирных кислот, которые могут быть насыщенными и ненасыщенными или предельными (пальмитиновая, стеариновая) и непредельными (олеиновая, линолевая и другие).

При варке содержащийся жир в продуктах плавится и переходит в бульон. Количество выделившегося жира зависит от его содержания и характера отложения в продукте, продолжительности варки и от других причин.

Присутствие эмульгированного жира в бульоне – явление нежелательное, т. к. бульон при этом становится мутноватым, кроме того, в результате эмульгирования значительно увеличивается поверхность соприкосновения жира с кипящей водой, что создаёт благоприятные условия для его гидролиза.

Для снижения гидролиза жира не допускается бурное кипение. Необходимо снимать жир с поверхности и солить бульон в конце варки, т. к. ионы калия и натрия способствуют усилению гидролиза жира.

Изменение углеводов

Гидролиз. Дисахариды гидролизуются под действием как кислот, так и ферментов.

Карамелизация. Глубокий распад сахаров при нагревании их выше температуры плавления с образованием темноокрашенных продуктов называется карамелизацией

Меланоидинообразование – взаимодействие восстанавливающих сахаров (моносахариды, дисахариды как содержащиеся в самом продукте, так и образующиеся при гидролизе более сложных углеводов) с аминокислотами, пептидами и белками, приводящее к образованию темноокрашенных продуктов – меланоидинов (от греч. melas – темный).

Бульоны и отвары

Бульон – это отвар, полученный при варке в воде мяса, костей, рыбы, птицы.

Для получения нормального бульона на 1 кг продукта берут 4 л воды, для концентрированного – 1,25 л с выходом 1 л.

1 л концентрированного разводят 3-4 л горячей воды.

Виды бульонов:

- Бульон костный
- Бульон мясокостный
- Мясной бульон
- Бульон из птицы
- Концентрированный бульон
- Рыбный бульон
- Концентраты для бульонов

Виды отваров:

- Грибной отвар
- Овощной отвар
- Фруктовый отвар

Органолептические показатели качества блюд

Наименование блюда	Показатели качества			
	Внешний вид	Вкус, запах,	Цвет	Консистенция
Бульон костный	Бульон прозрачный, без хлопьев свернувшегося белка, допускается слегка мутный	Свойственный используемым костям	Коричневатый	Жидкая
Бульон мясокостный	Бульон прозрачный, без хлопьев свернувшегося белка, допускается слегка мутный	Свойственный используемым костям с выраженным мясным привкусом	От светло-коричневого до коричневатого	»
Бульон из птицы	Бульон прозрачный, без хлопьев свернувшегося белка	Ярко выраженный, свойственный птице	Желтовато-золотистый	»
Бульон рыбный	Бульон прозрачный, без хлопьев свернувшегося белка	Ярко выраженный, свойственный рыбе	Желтовато-белый	»
Отвар грибной	Отвар прозрачный, без мутности	Свойственный грибам	От светло-коричневого до коричневатого	»

Хранение бульонов

- ▣ Мясокостные, костные, рыбные, куриные бульоны, грибные отвары варят заранее.
- ▣ Готовые бульоны и отвары хранят при температуре 4-6 С не более 12 ч, концентрированный бульон – 48 ч.

Заправочные супы подразделяются:

- Щи
- Борщи
- Рассольники
- Овощные супы
- Картофельные
- Супы с макаронными и мучными изделиями
- Супы крупяные
- Солянки

Подготовка продуктов для супов

- Свежие овощи нарезают;
- Квашеную капусту и свеклу тушат;
- Салатно-шпинатные закладывают согласно срокам варки;
- Зеленый лук и зелень для отпуска шинкуют непосредственно перед подачей супа;
- Пассировка овощей;
- Подготовка томатного пюре;
- Подготовка муки;
- Подготовка соевых огурцов;
- Подготовка круп, макарон, бобовых.

Правила приготовления заправочных супов

1. Бульон или отвар доводят до кипения.
2. Подготовленные продукты закладывают только в кипящий бульон или отвар в определённой последовательности в зависимости от продолжительности варки.
3. Быстро доводят до кипения, затем нагрев уменьшают.
4. Варят супы при слабом кипении
5. Продукты, требующие длительной варки, рекомендуют отваривать отдельно.
6. Продукты содержащие кислоту закладывают в последнюю очередь.
7. Пассированные овощи закладывают в суп за 10-15 мин до готовности.
8. Заправляют мучной пассировкой или протертым картофелем за 5-30 мин до окончания варки.
9. Специи кладут в суп за 5-7 мин до его готовности.
10. Мясо, птицу и другие продукты для отпуска супов нарезают на порции непосредственно перед отпуском, заливают бульоном и доводят до кипения.
11. Сваренные супы оставляют без кипения на 10-15 мин для того, чтобы они настоялись, жир всплыл на поверхность и сделался более прозрачным, а суп стал ароматным.

Отпуск заправочных супов

- Отпускают в подогретой тарелке или суповой миске.
- Вначале кладут мясо (птицу, рыбу, грибы), наливают суп, посыпают зеленью (2-3 г на 1 порцию).
- Сметану (соус) кладут в тарелку с супом или подают в соуснике отдельно.
- Норма отпуска 1 порция (500 г, 400 г, 300 г, 250 г)