

Холодные блюда и закуски



Значение, классификация ХОЛОДНЫХ БЛЮД И ЗАКУСОК



Холодные блюда обычно подают в начале приема пищи. В этом случае их называют закусками, они дополняют состав основных блюд, украшают стол, утоляют голод, возбуждают аппетит и дополняют пищевую ценность рационов.

Холодные блюда отличаются от закусок тем, что их подают с гарниром, они более сытные (ростбиф, рыба фаршированная).

Холодные закуски имеют меньший выход, подают их без гарнира (икра, шпроты), или с небольшим его количеством (сельдь, килька с луком)



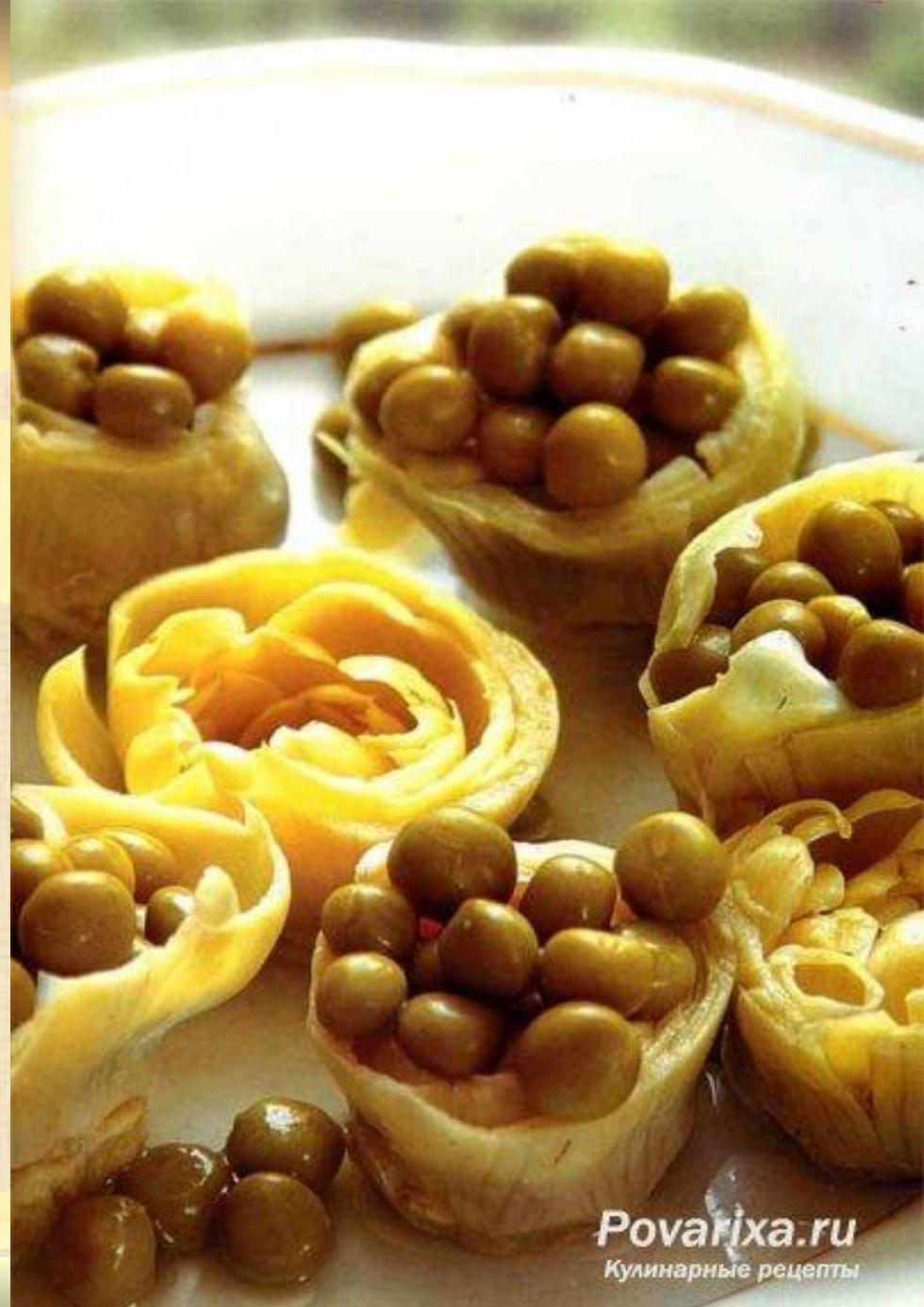
Закуски можно подавать и в горячем виде (горячие закуски). По технологии приготовления горячие закуски сходны с приготовлением основных горячих блюд, но вкус закусок более острый и подают их без гарнира в порционных сковородах, кокотницах.



Горячие закуски включают в меню после холодных.

Холодные блюда, включающие мясо, птицу, рыбу, яйца, бобовые, орехи, богаты белковыми веществами и содержат некоторое количество жира, а также ряд важных витаминов и минеральных веществ. Бобовые обогащают блюда витамином В1, солями кальция, железа. Блюда из печени, икры рыбы, сельди богаты витамином А.

Некоторые холодные блюда готовят из сырых овощей и фруктов, так что витамины и другие ценные вещества в них хорошо сохраняются.



Классификация холодных блюд и закусок

Бутерброды



Салаты,
винегреты

Блюда и закуски
из овощей и
грибов



Закуски
из яиц

Блюда и
закуски из мяса
и птицы



Блюда и закуски
из рыбы и
морепродуктов





Приготовление холодных блюд и закусок не предусматривает тепловой обработки, в связи с этим особое внимание уделяется строгому соблюдению санитарных правил при приготовлении и хранении. В летнее время запрещается приготавливать: заливное мясо, рыбу, студни, паштеты.

БУТЕРБРОДЫ

- **Бутерброды** – это закуска, помещённая на хлеб.
- Их подают как самостоятельное блюдо, как закуску перед обедом или ужином, к чаю или кофе.
- В переводе с немецкого языка **бутерброд**- это хлеб с маслом.
- Отпускают бутерброды на тарелке, блюде или вазе с бумажной салфеткой.



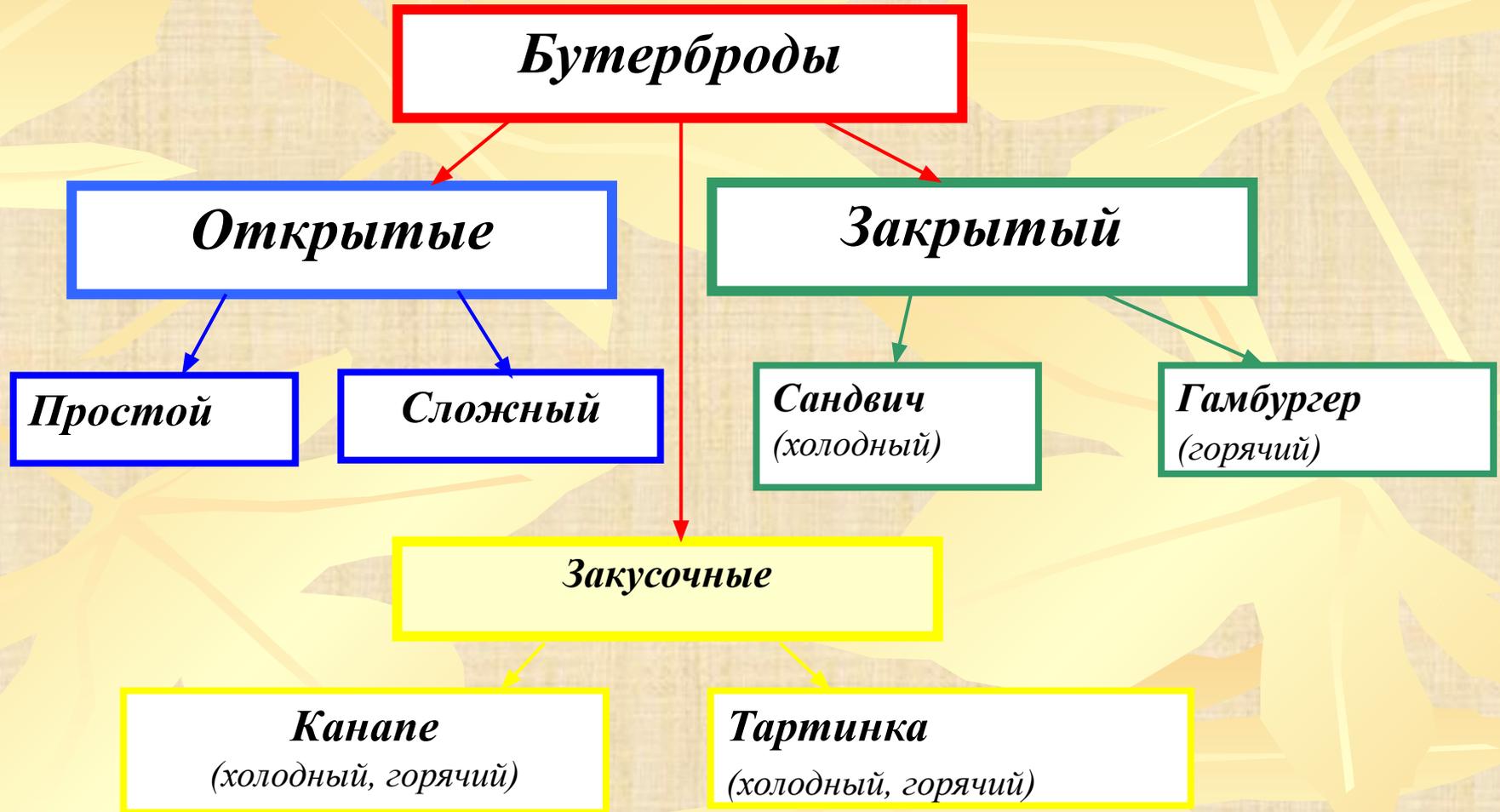
БУТЕРБРОДЫ

Для приготовления бутербродов, заранее подготавливают необходимые продукты:

- ✚ Сыр, ветчину, мясо, колбасу нарезают тонкими ломтиками;
- ✚ Сельдь и солёную рыбу разделяют на филе и нарезают;
- ✚ Яйца варят вкрутую и нарезают ломтиками(или измельчают);
- ✚ Масло размягчают или взбивают;
- ✚ Свежие огурцы, помидоры, лук нарезают кружочками;
- ✚ Зелень, слегка подсушивают полотенцем



Классификация бутербродов



Открытые простые бутерброды

- Для бутербродов используется хлеб пшеничный высшего и 1-го сортов и ржаной, суточной давности или хрустящие хлебцы.
- Хлеб нарезают ломтиками длиной 10-12 см. толщиной 1 -1,5см, массой 40 - 50 г.
- Батоны пшеничного хлеба нарезают наискось.

Простые бутерброды – приготавливают с 1-2 продуктами сочетающимися по вкусу и цвету.

Нарезанные тонкими ломтиками мясные или рыбные продукты укладывают так, чтобы хлеб был покрыт им полностью. Масса продукта должна быть не меньше массы ломтика хлеба. Масло сливочное намазывают на ломтик хлеба (5-10г.) или делают из масла «розочку» и кладут её сверху на продукт



Открытые простые бутерброды

- **К простым открытым бутербродам относятся следующие:** со сливочным маслом (сладким, соленым), с сыром (советским, волжским, степным, голландским и т. д.), с колбасой (вареной, полукопченой и копченой), с ветчиной, со свиным шпиком, с ростбифом, с жареной свининой или телятиной, с языком, с осетриной (белугой, севрюгой), с балыком, с килькой (выпотрошенной, без головы и хвоста), с икрой (кетовой, зернистой, паюсной).
- Открытые бутерброды на ржаном хлебе чаще всего готовят со следующими продуктами: со свиным шпиком, кильками (анчоусами) с яйцом или без него, с красной икрой.



Открытые сложные бутерброды

- К сложным бутербродам, состоящим из двух или нескольких продуктов, сочетающихся по вкусу и цвету.
- Мясные или рыбные продукты дополняют овощами, зеленью, яйцами, маслинами.
- Приготавливают бутерброды с кулинарными изделиями – буженина, паштеты, заливные мясо, рыбу, жареные и отварные рыбные и мясные продукты.
- Украшают сложные бутерброды маслом или масляными смесями, используя кондитерский мешок.



Слоёные бутерброды

Состоят из двух или нескольких наложенных друг на друга ломтиков хлеба, между которыми положены различные продукты.

Хлеб используют мягкий, нарезанный ломтиками толщиной 0,5см.

Для приготовления двухслойного бутерброда хлеб, намазанный маслом, покрывают каким-либо продуктом. Сверху кладут другой кусок хлеба, смазанный маслом. Для начинки используют ломтики различных продуктов или их измельчают и используют в виде паштета. Верхний кусок хлеба украшают кусочками масла, зеленью и красиво нарезанными продуктами. Можно сделать таким образом большой бутерброд, а затем нарезать его на квадратные, треугольные бутерброды



Закрытые бутерброды са(э)ндвичи

Для приготовления закрытых бутербродов используют булочки («Городская», «Школьная»), которые нарезают вдоль на две половинки, так, чтобы они не распались.

Хлеб зачищают от корок, нарезают на полоски шириной 5-6 см, толщиной 0,5 см, смазывают взбитым маслом (или масляными смесями с кетчупом, хреном, горчицей, майонезом). На одну полоску кладут ломтики тонко нарезанных мясных или рыбных продуктов, закрывают второй полоской хлеба, смазанного маслом, плотно прижимают, охлаждают, затем нарезают на бутерброды различной формы.

Сандвичи можно приготавливают с большим количеством слоёв, с использованием кулинарных изделий, различных салатов, омлетов, отварного или жареного мяса или птицы, паштета, бутербродных паст.

Сандвичи могут быть калорийными или лёгкими.

Их подают как закуску или основное блюдо.



Горячие бутерброды

- Гамбургеры, чизбургеры, хот-доги – представляют собой мясной рубленый бифштекс или сосиску, вложенные в разрезанную вдоль на две части круглую или продолговатую булочку с кунжутом.

Гамбургеры дополняют кружочками томата, лука, салата, ломтиками сыра, приправами из чеснока и острых пряностей, майонеза, сметаны, кетчупа, йогурта, оливок, хрена и др.



Горячие бутерброды (грэнки)

Горячие бутерброды готовят как самостоятельное блюдо или промежуточное блюдо, или закуска, а ток же к бульонам, молочным супам, супам–пюре. Едят их в горячем виде или остывшими. Для приготовления горячих бутербродов используют пшеничный или ржаной хлеб (суточной свежести). С хлеба срезают корки, нарезают ломтиками толщиной 0,5-1 см, смазывают маслом, укладывают основные продукты (овощи, колбасу, ветчину, консервы, рыбу и др.). Сверху посыпают тёртым сыром (или кладут кусочек сыра) и ставят на 5 мин. в горячий жарочный шкаф, при температуре 275-300 градусов. До образования золотистой корочки и сразу же подают.



Комбинированные бутерброды (столичные)

- Готовят эти бутерброды на куске пшеничного хлеба массой 40 г. На него красиво укладывают продукты, после чего, бутерброды соответствующим образом оформляют. Столичные бутерброды часто готовят с салатом, зеленью, овощами. Выход составляет 75, 85, 100г



МАЛЕНЬКИЕ БУТЕРБРОДЫ НА ПОДЖАРЕННОМ ХЛЕБЕ (КАНАПЕ)

Для этих бутербродов нарезают пшеничный хлеб без корок в виде небольших прямоугольников, квадратов, ромбов и т. д. Хлеб слегка поджаривают на плите с обеих сторон до образования золотистой корочки, охлаждают, после чего смазывают с одной стороны сливочным маслом.

- На подготовленный хлеб укладывают несколько видов продуктов, которые сочетают по вкусу и цвету. Например, укладывают в виде- полосок отварную осетрину, семгу, паюсную икру, затем опять семгу и осетрину; либо на середину хлеба, нарезанного в форме квадрата или ромба, кладут семгу, по углам — зернистую икру, а по краям размещают мелко нарезанный зеленый лук.
- Продукты можно посыпать измельченной зеленью.
- Эти бутерброды также готовят на хлебе, не поджаривая его.



САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ

Салатом называется холодное блюдо, состоящее из одного вида или смеси различных овощей, как правило, без свеклы, заправленное соусом майонез, заправкой или сметаной. Винегреты являются разновидностью салатов, но приготавливают винегреты обязательно со свеклой и заправляют горчичной заправкой, а иногда сметаной.



- Для салатов и винегретов картофель, свеклу, морковь отваривают в кожице, а репу без кожицы (очищенной), или очищенные и нарезанные овощи припускают с небольшим количеством воды (10 %) до готовности. Отваренные и сырые овощи для салатов и винегретов можно нарезать в виде кубиков, ломтиков, кружочков, соломки. Подготовленные овощи охлаждают до температуры 8—10°.
- Подают салаты и винегреты в салатниках или на блюдах.

Холодная и тепловая обработка

Птицу для приготовления холодных блюд обрабатывают тоже так же, как и для горячих: мороженую птицу оттаивают, обсушивают и опаливают при помощи газовой горелки, после чего отрубают шейку с головой и ножки (выше голенного сустава). Из опаленной птицы удаляют зоб и внутренности, промывают, и, придав тушке удобный для дальнейшей обработки вид, при помощи поварской иглы с ниткой или заправив ножки и крылышки "в кармашек" жарят, а затем охлаждают. Мелкую птицу предварительно обжаривают до образования поджаренной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу. Крупную птицу (индейку, гуся) солят, сбрызгивают жиром и жарят в жарочном шкафу, периодически поливая ее выделяющимся при жарке соком. Птицу старую, с жестким мясом, помещают в глубокую посуду, заливают жиром, в котором она жарилась, добавляют немного воды, накрывают крышкой и тушат до тех пор, пока мясо птицы не станет мягким.

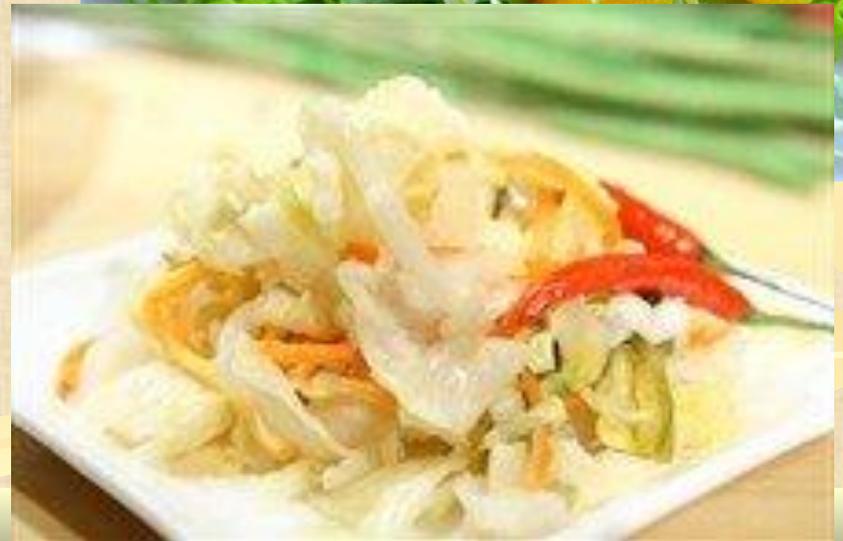


Готовность мяса птицы определяют при помощи поварской иглы или вилки: если игла входит легко в мягкую часть ножки и при этом выделяется прозрачный сок, то мясо птицы готово; если же сок красноватый — мясо птицы еще не готово.

Мясные продукты, подвергнутые тепловой обработке, охлаждают и хранят при температуре 2-6°, нарезают перед подачей.

Подготовка овощей и фруктов для салатов

Для салатов используют преимущественно следующие овощи: сырые — зеленый салат, огурцы, помидоры, редиску, сельдерей, морковь, белокочанную капусту; вареные — картофель, морковь, репу, цветную капусту, спаржу, зеленый горошек.





Сырую морковь для салата следует натереть на мелкой терке и смешать с заправкой (майонезом, сметаной). Такой способ обработки моркови обеспечивает наилучшее усвоение содержащегося в ней каротина, из которого в человеческом организме образуется витамин А.

Из фруктов для салатов чаще всего употребляются яблоки. Кроме них можно использовать груши, апельсины, мандарины, сливы и различные ягоды.

Мясные продукты для салатов берутся отварные или жареные — говядина, телятина, свинина, птица и дичь, рыба — отварная.

Для заправки салатов можно применять, кроме майонеза и сметаны, растительное масло, смешанное с уксусом, солью, перцем и сахаром. Чтобы придать салатам различные вкусовые оттенки, в заправки добавляют горчицу, соус «Южный», соус «Острый» или «Кубанский».

Каждое блюдо можно считать хорошо приготовленным лишь в том случае, если внешний вид его вызывает аппетит. Поэтому о приятном виде салата следует позаботиться так же, как и об его вкусе.



Салат «Весна»



Нарезанные тонкими ломтиками редис, свежие огурцы смешивают с зеленью салата, нарезанной квадратами, зеленым шинкованным луком, заправляют солью, перцем, сметаной, кладут в салатник, украшают фигурно нарезанными яйцами и зеленью. Салат можно приготовить без огурцов с соответствующим увеличением нормы редиса и салата.

Салат «Летний»



Отваренный очищенный молодой картофель и свежие огурцы нарезают ломтиками, соединяют с дольками помидоров и листьями салата, нарезанными на 3–4 части, добавляют мелко нарезанный зеленый лук, зеленый горошек, всё перемешивают и заправляют солью, перцем, сметаной. Укладывают горкой в салатник на листья салата, украшают кружочками свежих огурцов, дольками крутых яиц, помидоров, посыпают зеленью.



Салат из белокочанной капусты



- **Первый способ:** очищенную белокочанную капусту тонко шинкуют, кладут в широкую кастрюлю, добавляют соль (15 г на 1 кг), вливают уксус и нагревают при непрерывном помешивании до тех пор, пока она не осядет и не приобретет равномерный матовый цвет. Осевшую при нагревании капусту снимают с огня и охлаждают. Затем смешивают с клюквой, шинкованным зеленым луком или морковью, добавляют масло растительное, сахар и перемешивают. При подаче посыпают шинкованным зеленым луком. При нагревании нужно следить, чтобы капуста сильно не размягчилась, иначе она не будет иметь хрустящую консистенцию.
- **Второй способ:** капусту шинкуют тонкой соломкой, пересыпают солью, перетирают до появления сока, добавляют сахар, заправляют уксусом и растительным маслом.
- В салат из белокочанной капусты можно добавить свежие или моченые яблоки, маринованные сливы или вишни, виноград, клюкву, свежую морковь. При приготовлении салата с маринованными фруктами часть маринадной жидкости можно использовать вместо уксуса. В этом случае полнее сохраняются пищевые вещества, улучшается вкус блюд, сокращается время обработки продуктов и увеличивается выход. Для приготовления салата лучше использовать белые плотные кочаны капусты. Салат можно готовить и без фруктов.

■ Салат мясной.

Вареное или жареное мясо (говядина, телятина, баранина, свинина) нарезают ломтиками или тонкими пластинками, картофель, соленые огурцы – тонкими ломтиками, перемешивают и заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный». Приготовленный салат укладывают горкой в салатник на листья салата и украшают кусочками мяса, дольками или кружочками яиц, свежими огурцами, помидорами, зеленью, раковыми шейками.



■ Салат столичный.

Вареную мякоть дичи или птицы нарезают ломтиками для заправки и тонкими пластинками для украшения. Отваренный картофель, соленые огурцы или корнишоны режут тонкими ломтиками, зеленый салат – крупными кусочками. Мясо и овощи заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный», перемешивают и укладывают горкой на листья салата в салатник; затем украшают кусочками дичи или птицы, дольками крутых яиц, раковыми шейками или креветками, свежими или солеными огурцами, зеленью. Можно заправить салат соусом майонез со сметаной или белым соусом.

■ Салат рыбный.

Отварной картофель, свежие или соленые огурцы нарезают тонкими ломтиками или кубиками, добавляют зеленый горошек. Все овощи перемешивают и заправляют майонезом и соусом «Южный». Можно положить нарезанные ломтиками кусочки рыбы. Массу выкладывают горкой на листья салата в салатник, украшают кусочками рыбы, свежими огурцами, помидорами и зеленью. Можно подать салат на блюде, на середину которого укладывают горкой заправленные овощи. Затем овощи обкладывают тонкими продолговатыми кусочками рыбы в виде пирамиды, вокруг букетами укладывают оставшиеся овощи и поливают заправкой для салатов. Так же готовят и подают салат из крабов и тресковой печени.



Винегреты являются разновидностью салатов, но готовят их обязательно со свеклой. Свеклу рекомендуется перед смешиванием с остальными продуктами отдельно заправить растительным маслом для сохранения окраски.

Винегрет овощной.

Вареные свеклу, морковь, картофель нарезают ломтиками. Соленые огурцы режут ломтиками, репчатый лук – кольцами или полукольцами, зеленый лук – длиной 1– 1,5 см. Квашеную капусту отжимают от рассола, а если она кислая, промывают в холодной воде и измельчают. Все подготовленные овощи перемешивают, заправляют салатной заправкой или соусом майонез. Кладут винегрет в салатник, украшают карбованной морковью, свеклой, огурцами, листьями салата, посыпают зеленью.

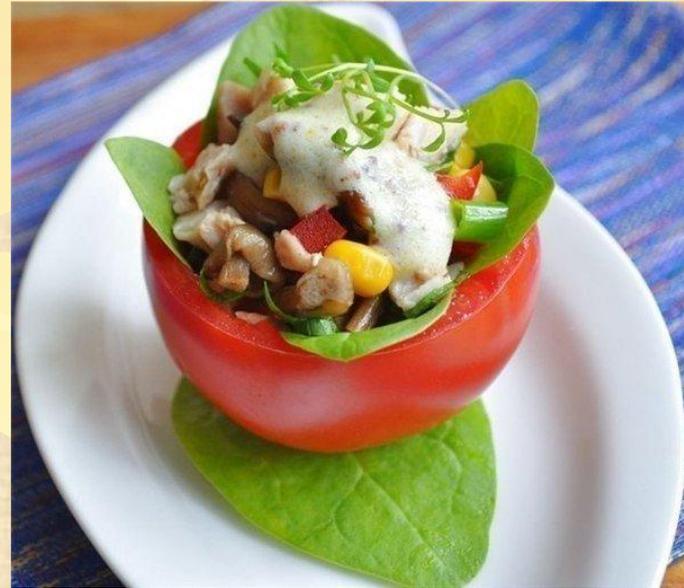
В винегрет можно положить свежие или маринованные помидоры. Можно добавить в винегрет зеленый горошек (от 50 до 100 г) за счет уменьшения количества квашеной капусты или соленых огурцов. Винегрет можно приготовить с мясом, рыбой, грибами, сельдью, разделанной на чистое филе, кальмарами и др.



Помидоры, фаршированные мясным салатом

Для получения салата говядину, овощи, яйца нарезают мелкими ломтиками или кубиками и заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный».

Подготовленные для фарширования помидоры заполняют салатом, сверху украшают яйцом и посыпают мелко нарезанной зеленью. Так же фаршируют помидоры рыбным салатом, яйцом и луком, грибами и т. д.



Яйцо под майонезом с гарниром

- Яйца варят "вкрутую", охлаждают и очищают. Огурцы, свежие помидоры, вареный картофель и морковь нарезают тонкими ломтиками. Половину овощей по норме заправляют соусами майонез и "Южный".
- Соуса майонез берут для этого также половину указанного в рецептуре количества. Заправленные овощи укладывают на тарелку, сверху помещают половинки вареных обсушенных яиц и заливают их оставшимся соусом майонез.
- Блюдо оформляют вокруг листьями салата, желе и овощами. Отпускать блюдо можно и без гарнира из овощей и желе. В этом случае норму овощей уменьшают наполовину.



Яйца, фаршированные сельдью

- Яйца варят "вкрутую" и очищают от скорлупы. Затем у яиц немного срезают с боков белок и разрезают их вдоль пополам. Можно срезать немного концы и разрезать яйца поперек на две части или срезать немного тупой конец, поставить яйцо на срезанную часть и сверху с обеих сторон вырезать под прямым углом две дольки, не трогая полоску белка шириной 7—8 мм. Яйцо в этом случае будет напоминать корзиночку с ручкой. Из всех яиц осторожно вынимают желток.
- Очищенное и мелко нарубленное филе сельди смешивают с желтком, протирают через сито (большое количество пропускают через мясорубку), перекладывают в кастрюлю с размягченным и хорошо выбитым сливочным маслом (или майонезом) и все тщательно перемешивают до получения однородной пюреобразной массы, которую по вкусу заправляют солью. Подготовленные яйца наполняют фаршем с помощью бумажной трубочки, сверху делают сеточку из майонеза, а в центре тарелки или блюда укладывают букетик зелени петрушки.
- Фарш для яиц можно приготовить из филе килек и анчоусов. Кроме того, яйцо фаршируют зернистой или кетовой икрой (при этом вынимают только часть желтка), а также мясным или рыбным салатом. Для приготовления салата соленые или свежие огурцы, помидоры, отварной картофель нарезают мелкими кубиками (3—4 мм), добавляют зеленый горошек, отварное или жареное мясо, птицу, колбасу, рыбу, также мелко нарезанные, и заправляют майонезом или соусом "Южный".



Салат из морской капусты

Сырую морковь натирают на крупной тёрке, яблоки и огурцы (солёные или свежие) шинкуют и всё смешивают с нарезанной морской капустой отварной или консервированной. Салат заправляют солью и поливают сметаной или майонезом.

С маринованной морской капустой можно готовить винегреты, рыбные салаты, подавать её под майонезом, добавлять в икру грибную или овощную, в рубленную сельдь.

