

СЛАДКИЕ БЛЮДА



- **Сладкие блюда завершают любой прием пищи, поэтому их еще называют десертными.**
- **Они украшают стол, но требуют умелого оформления.**
- **Для приготовления сладких блюд используют: - -**
 - **сахар,**
 - **плоды,**
 - **ягоды,**
 - **орехи,**
 - **различные фруктово-ягодные соки,**
 - **сиропы,**
 - **яйца,**
 - **молоко, сливки,**
 - **мучные и крупяные изделия.**



- Для улучшения вкуса и ароматизации сладких блюд в них добавляют ваниль, корицу, цедру цитрусовых плодов, лимонную кислоту, кофе, какао, вино, ликеры и т.п.



По температуре подачи сладкие блюда делятся:

холодн



- ▣ свежие фрукты и ягоды, компоты, кисели, желе, муссы, кремы и др.
- ▣ Подают их при температуре около 10°C , но не ниже 6°C .

горячи



**суфле,
пудинги,
шарлотки и т.д.**

**Температура их
подачи примерно 55°C .**

- ❑ Сладкие блюда не только вкусны, но и весьма питательны. Большинство их содержит значительное количество сахаров. Некоторые сладкие блюда, как например сливочное мороженое, крем и др., богаты жирами, а такие блюда, как творожный пудинг,

Кроме того, ряд сладких блюд содержит также белками, витамины, минеральные соли, необходимые организму человека.



- ❑ **Плоды и ягоды содержат витамины А, В1, С, Р, особенно они богаты витамином С.**
- ❑ **Больше всего витамина С имеется в плодах шиповника, незрелых грецких орехах, черной смородине, лимонах, апельсинах.**
- ❑ **Плоды абрикоса, рябины, хурмы, шиповника богаты провитамином А — каротином, который в организме человека переходит в витамин А.**
- ❑ **Витамины группы В содержатся в апельсинах, яблоках и грушах; в лимонах, грейпфрутах, а также в черной смородине имеется витамин Р.**



- ❑ **Витамин С быстро разрушается при нагревании под воздействием кислорода воздуха. Неправильная обработка и варка плодов при изготовлении блюд могут значительно снизить их витаминную ценность.**
- ❑ **Поэтому сохранение витаминов в плодах и ягодах — одна из важнейших задач каждого кулинара**



- **Компоты из свежих плодов и ягод не требуют продолжительной варки; при изготовлении их большинство фруктов достаточно залить прокипяченным горячим сахарным сиропом и дать настояться. Таким образом в компотах сохраняется значительное количество витаминов.**



- ❑ **Большое значение для сохранения витаминной ценности сладких блюд из свежих плодов и ягод имеет правильная обработка фруктов.**
- ❑ **Не следует хранить длительное время очищенные и особенно нарезанные плоды; надо избегать того, чтобы плоды и ягоды соприкасались с железной или медной посудой и т. п.**



- **Большое значение имеет широкое использование консервированных фруктов (сушеных, быстрозамороженных и т. п.).**



□ **Замороженные плоды и ягоды по своим вкусовым достоинствам, питательности, содержанию витаминов почти не отличаются от свежих. В то же время они выгодно отличаются от фруктовых компотов (консервов) тем, что не подвергаются стерилизации, т. е. нагреванию при температуре выше 100°.**

вследствие чего в них лучше сохраняются вкусовые качества и питательные свойства свежих плодов.



- ❑ **Замороженные плоды могут употребляться после размораживания как десерт, а также в качестве полуфабриката для приготовления компотов, фруктовых салатов, мороженого и других сладких блюд.**



- В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе и кремов употребляют желатин, крахмал, главным образом картофельный и значительно реже кукурузный (маисовый).
- Плоды, частично поврежденные, тщательно обрезают и используют для приготовления пюре. Плоды и ягоды промывают два-три раза в холодной питьевой воде.



- Для изготовления большинства сладких блюд плоды предварительно протирают. Перед протиранием яблоки варят или пекут, груши только варят. Сливы, абрикосы, персики и другие косточковые плоды, за исключением вишен, припускают в сиропе в течение 25—30 минут. Землянику, малину и другие ягоды протирают.



- При очистке у яблок и груш удаляют сердцевину с семенной коробочкой, затем очищают кожицу, оставляя у груш плодоножку.



Требования к качеству сладких блюд.

- ❑ Сладкие блюда должны иметь цвет, вкус, запах тех продуктов, из которых они приготовлены.
- ❑ Кисель должен быть однородным, без комков, определенной густоты. Ягодный кисель должен быть прозрачным.
- ❑ У компота - сироп прозрачный, фрукты и ягоды целые, не разваренные.
- ❑ Желе и мусс должны быть однородными, без комков.
Желе должно быть прозрачным.



Практическая работа

Кисель из черной смородины

- ❑ черная смородина - 500 г
- ❑ сахар - 150 г
- ❑ вода - 750 мл
- ❑ крахмал - 50 г
- ❑ лимонная кислота - 1 г



Приготовление киселя

- Смородину перебрать очистить от веточек и листьев, вымыть и протереть через густое сито или через соковыжималку. Если вы используете мясорубку то, отжать через марлю сок. Полученный сок слить в емкость и поставить в холодильник. Мякоть промыть водой и отжать через марлю. Полученный таким образом второй сок дать отстояться и слить прозрачную часть. Часть от этого сока отделить и смешать с крахмалом, а в остальной части растворить сахар и довести на огне до кипения. Непрерывно мешая, влить разведенный крахмал и снова довести до кипения. Снять полученный кисель с огня, долить

Компот из ягод

- 100 г ягод вишни
- 100 г ягод красной смородины
- 100 г ягод ирги
- 1,5 литра воды
- сахар по желанию.



<http://vkusney.ru>

Приготовление:

- ▣ **Замороженные ягоды промыть. Ягоды выложить в кастрюлю, залить водой и поставить варить. После закипания, томить на самом маленьком огне 30-40 минут. Процедить. По желанию можно добавить сахар.**

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА «ЯБЛОКИ В ТЕСТЕ»

