

**Еттен
жасалатын
тағамдар**

ЕТІҢ ХИМИЯЛЫҚ ҚҰРАМЫ

БЕЛОКТАР
14,5-23%

**МАЙЛА
Р**
2-37%

**ДӘРУМЕН
ДЕР**
А, Д, В тобы

ЕТ

**МИНЕРАЛДЫ
ЗАТТАР**
(Р, Са, Na, Mg, Fe)
0,5-1,3%

ЕТІҢ НЕГІЗГІ ҰЛПАЛАРЫ (ТІНІ):

1. Ет (бұлшық ет) ұлпалары -
жартылай мөлдір қабықпен
жабылған жеке талшықтардан
(сарколеммалардан) тұрады,
негізгі белогы-миозин.

2.Дәнекер ұлпалары - төменгі бағалы
белоктар коллаген мен эластиннен
тұрады, етте неғұрлым көп болса,
соғұрлым бағалы келеді.

3.Май ұлпалары- іші май

талшықтарына толы және дәнекер ұлпасымен қапталған жасушаны құрайды, дәмдік сапасын жақсартып, қоректік бағалығын арттырады.

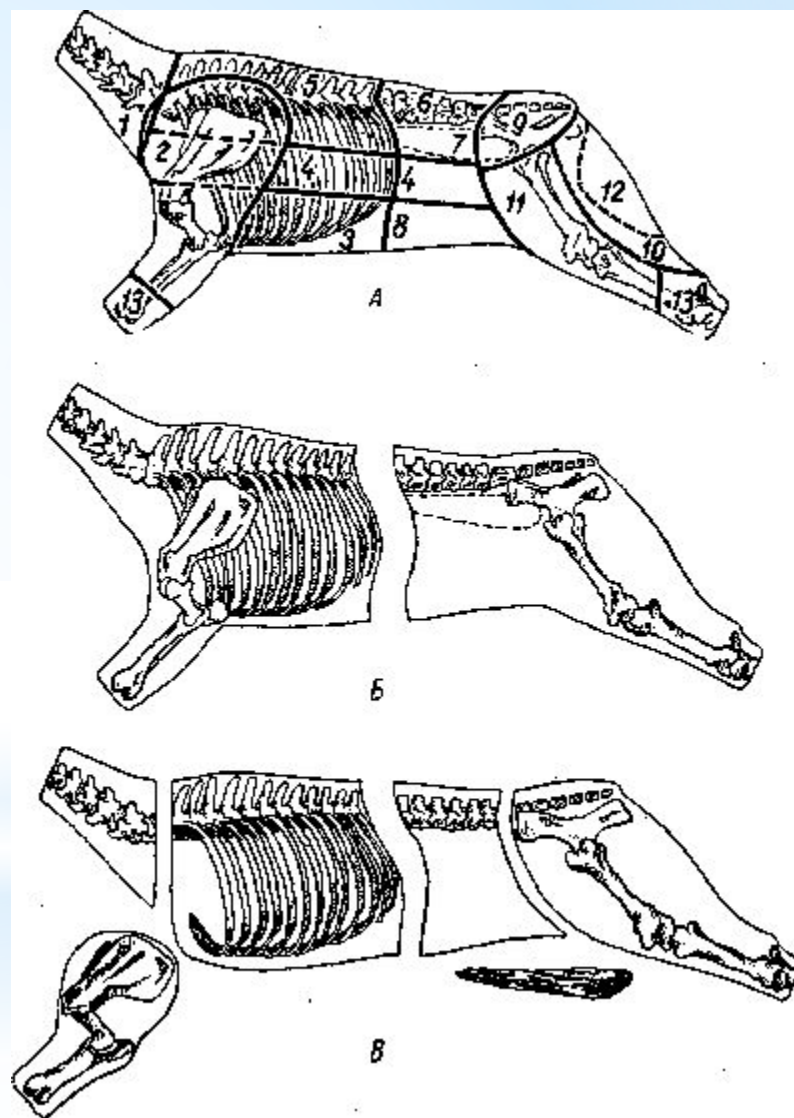
4.Сүйек ұлпалары- ерекше жасушалардан тұрады, негізін оксин құрайды. Құрамындағы заттар пісіргенде сорпаға шығып, оған тұрақтылық және хош иіс береді.

***Жібіту әдістері:**

***Жайлап жібіту: ауа ылғалдығы-90-95%, ауа температурасы: 0-ден 6-8°C дейін.**

***Тез жібіту: ауа ылғалдығы-85-95%, камера температурасы 20-25°C дейін.**

*Тұтас ұшаны мемлекеттік стандартқа сай екі бөлікке - алдыңғы және артқы-қасаптайды. Одан әрі әрбір бөлік жеке жеке омыртқа жотасы бойымен екіге бөлінеді. Кеуде бөлігінен алдыңғы 4/1 бөліктер, $\frac{1}{4}$ бөліктер алынады.

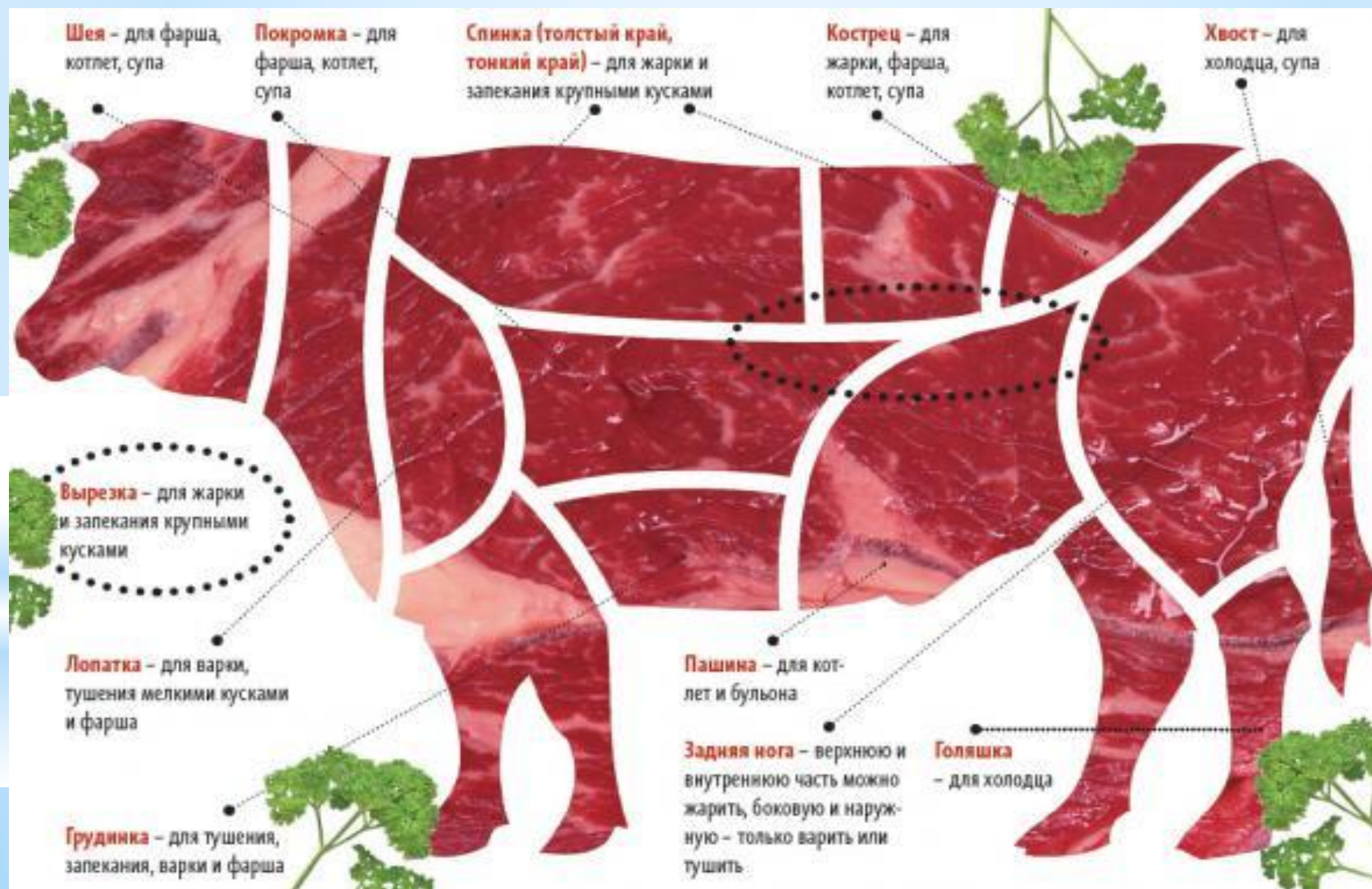


*Құрғату (кептіру)

*Бұл процесс микроорганизмдердің көбеюіне кедергі жасайды және етті бөлшектеу кезінде оның қолдан сырғанап шығып кетпеуіне әсерін тигізеді. Етті қармаққа іледі немесе торкөзге салып астаудың үстіне қояды.

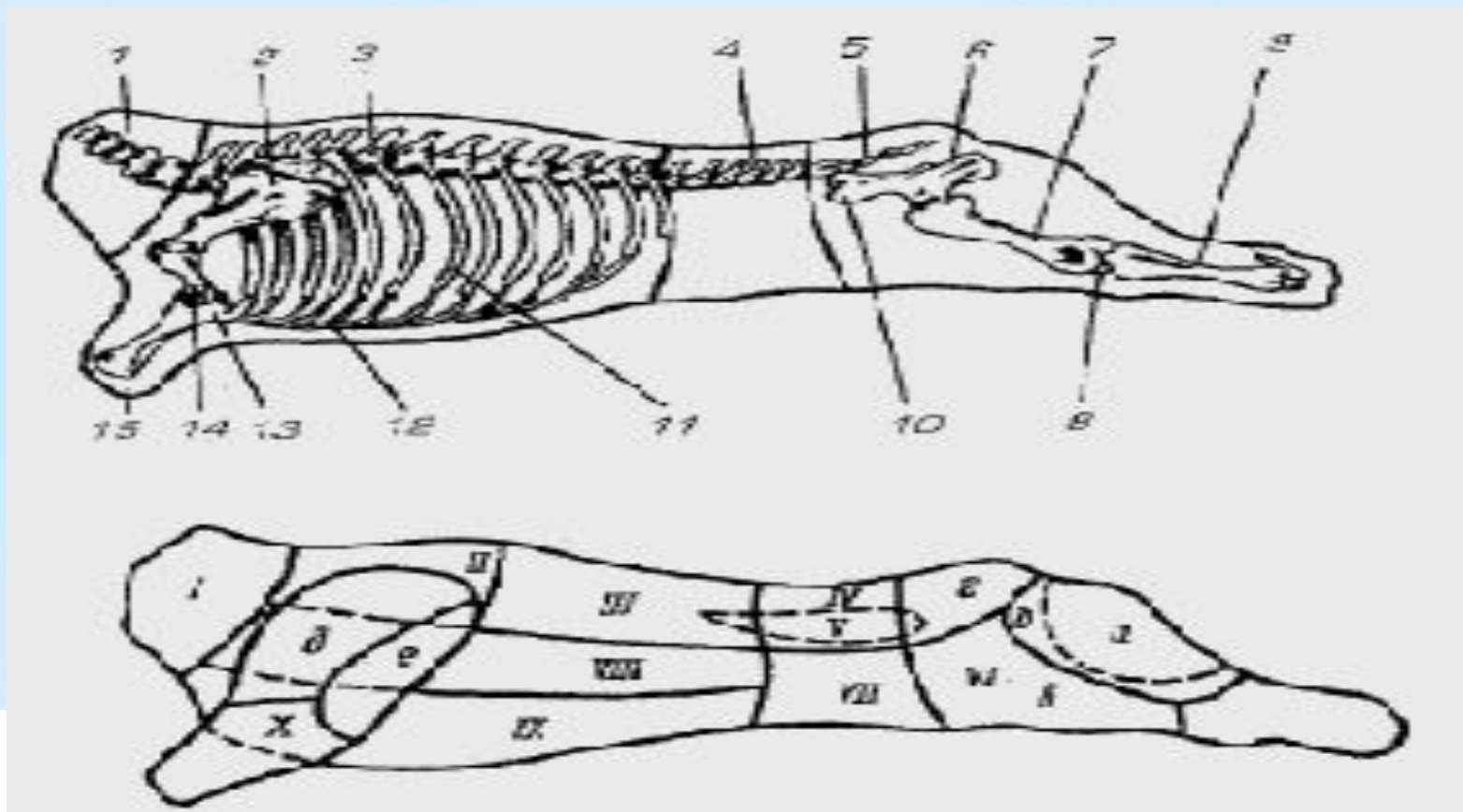


Сиыр етінің пайдалануы



СИЫР ҰШАСЫ





- * А) сүйек атаулары: 1) жеті мойын омыртқалары, 2) жауырын, 3) он үш арқа омыртқалары, 4) алты бел омыртқалары, 5) сегізкөздік, 6) жамбас қалағы, 7) ортан жілік, 8) асықты жілік, 9) тізе шұңқыры, 10) жамбас қалағы шығыңқы жері (маклик), 11) қабырғалар, 12) төс сүйегі, 13) шынтақ сүйегі, 14) иық сүйегі, 15) шыбық сүйегі.



**Сиыр етінен
дайындалатын
шала
фабрикаттар.**

*** Шала фабрикаттарды дайындау үшін төмендегі тәсілдер колданады:**

□Турау;

□Жаншу;

**□Сіңірлерін
тілу;**

□Аунату;

□Дәмдендіру

□Шала

тұздықтау.



Ет шала фабрикаттары:

- 1. Ірі кесекті шала фабрикаттар (ростбиф, бұқтырылған ет, дәмдендірілген ет, піскен ет)**
- 2. Сыбаға шала фабрикаттары (бифштекс, сүбе, лангет, антрекот, ет зразасы, ромштекс)**
- 3. Ұсақ кесекті шала фабрикаттар (бефстроганов, азу, қуырдаққа туралған ет (поджарка), мәскеу кәуабы, кеспек ет (гуляш)).**

Ростбиф



Ростбифті ойынды, жуан және шеттері бөліктерінің тазартылған жұмсақтарының тұтас кесектерінен дайындайды. Олардың бірнеше жерінен сіңірлерін және жарғақтарын кесіп алып тастайды.

Бұқтырылған ет



Бұқтырылған етті жамбас бөлігінің жоғары, ішкі, шеткі, бүйір, сыртқы кесектерінен массасы 1,5-2 кг болатындай етіп әзірлейді. Етті алдын-ала тазалап, сіңірлерінен кеседі.

Дәмдендірілген ет



Массасы 1,5-2кг жамбас-сан бөлігінің жоғары, ішкі, бүйір, сыртқы кесектерінен дайындайды. Етті тазалап, сәбізбен, ақ тамырсабақтарымен толтырып, томарша түрінде талшықтар бойына немесе 450 бұрыш жасай турап дәмдендіреді. Тоңазытылған, салқындатылған шошқа майын етке дәмдеуіне инемен енгізеді.

Сыбаға шала фабрикаттары:

- Лангет;
- Антрекот;
- Ет зразасы;
- Ромштекс;
- Бифштекс;
- Сүбе.



Бифштекс



Жуан бөліктің кесек еттерінен сыбағаға жеке даналап, қалыңдығы 2-3см етіп, жеңіл жаныштап әзірлейді.



Сүбе



Сүбе – қалыңдығы 4-5 см тік бұрыш жасай даналап, жеке сыбаға орта бөліктен кесінділейді. Сосын жаныштамай оған дөңгелек форма береді.

Лангет

Жұқа кесіндісінен
сыбаға сыбағаға
екі данадан,
қалыңдығы 1-1,5
см етіп, 40-45°
бұрыш жасай
турайды, жеңілдеп
жаныштайды.



Антрекот



Жуан (арқа) және жұқа (бел) шеті кесіндісінен, қалыңдығы 1,5-2 см етіп сыбаға кесектеріне турайды. Жеңілдеп жаныштайды. Сіңірлері мен жарғақты кеседі. Формасы сүйірлі сопақтау болады.

Бефстроганов



Бефстроганов (фр. boeuf — сиыр еті және Строганов) — тұздық — сиыр еті және Строганов) — тұздық құйылған, майда — сиыр еті және Строганов) — тұздық құйылған, майда кесілген немесе жоңқаланған еттен — сиыр еті және Строганов) — тұздық құйылған, майда кесілген немесе жоңқаланған еттен дайындалған, қаймақты — сиыр еті және Строганов) — тұздық құйылған, майда кесілген немесе жоңқаланған еттен дайындалған, қаймақты тұздыққа бұқтырылған ет

А 3 У



**Жамбас сан
бөлігінің бүйір және
сыртқы
кесектерінен,
қалыңдығы 1,5-2см
сыбаға кесектеріне
томарша тәрізді
турайды. Массасы
10-15г.**

МӘСКЕУ КӘУАБЫ



**Кесіндіден
массасы 30-40г,
текшешелерге
турайды және
жайлап
жаншиды.**



Кеспек ет (гуляш).



Жауырын және
жауырын асты
бөліктерінен, жиек
етінен, төстіктен
текшешелеп,
массасы 20-30г , әр
сыбағаға 4-5
данадан келетіндей
етіп кесектерге
турайды.

**Қой және шошқа
еттерінен
дайындалатын
тағамдар**

Қой және шошқа еттерінен алынатын шала фабрикаттар:

Ірі кесекті шала фабрикаттар- «төстік тартымы», «қуырылған қой, шошқа еттері».

Сыбаға шалафабрикаттары-табиғи котлет, эскалоп, кәуап карша, жанышталған шницель.

Ұсақ кесекті шала фабрикаттар- кавказша кәуап, турам ет (рагу), палау (плов), кеспек ет (гуляш), қуырдақтық ет (поджарка).

Төстік тартымы



ЭСКАЛОП



Шошқа етінің арқа бел бөлігінің қабырға сүйексіз етінен, қалыңдығы 1,5-2см етіп сыбаға кесектеріне кесіп, дайындалады.



Жанышталған шницель



Жамбас сан бөлігінен қалыңдығы 1,5-2см сыбаға кесектері түрінде дайындалады. Алынған жұмсақты жаншиды, сіңірлерін кеседі де тұз, бұрыш сеуіп, льезонда ылғалдайды, кепкен нан аунатпасында аунатады, белгілі-бір форма береді.

Кавказша кәуап



**Арқа-бел және
жамбас-сан
бөліктерінен
массасы 30-40г
текшеше
формада
кесектерге
туралады.**

Турам ет (рагу)



Қой, шошқа төстік етінен, массасы 30-40г, текшеше формадағы сүйекті кесектер түрінде дайындалады. Әр сыбағаға 3-4 данадан келеді.



Палау



**Жауырын
бөлігінен, төстік
еттен текшеше
формалы, массасы
15-20г болатын
кесектер
дайындайды. Әр
сыбағаға
6-8данадан
ұсынылады.**

Кеспек ет



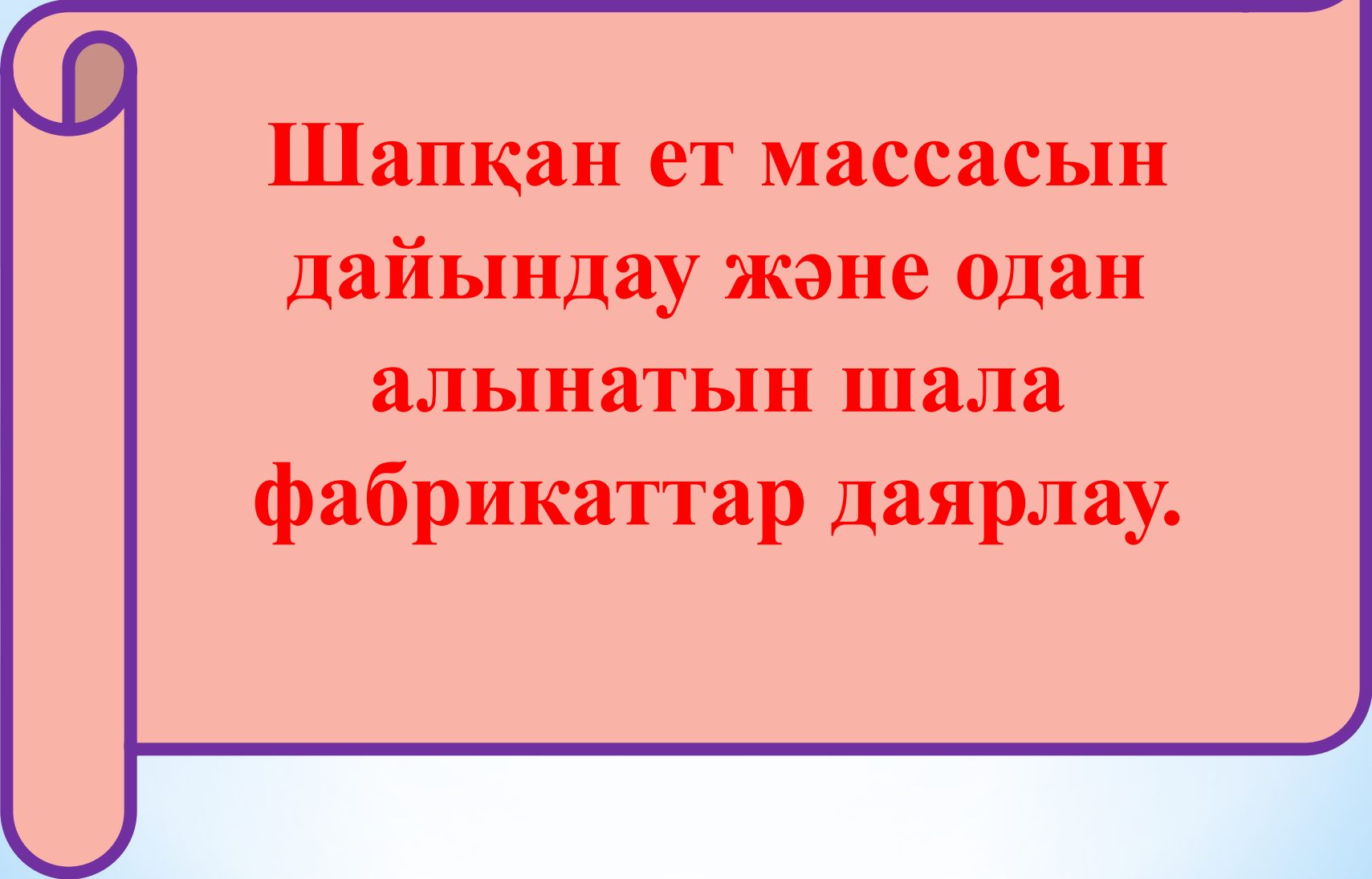
**Жауырын және
шошқаның мойын
бөліктерінен, текшеше
формасында, массасы
20-30г, құрамындағы
май 20%-тан аспайтын
кесектер.**



Қуырдақтық ет



**Арқа-бел,
жамбас-сан
бөліктерінен,
томарша
формада, массасы
10-15г болатын
кесектер.**



**Шапқан ет массасын
дайындау және одан
алынатын шала
фабрикаттар даярлау.**

Шабылған ет массасының құрамы:

800г-ет

120-май

70г-сүт

Шабылған ет массасынан төмендегі шала фабрикаттар дайындалады:

- Шабылған ет бифштексі
- Шабылған ет табиғи котлеттері
- Шабылған ет табиғи шницелі
- Фрикаделькалар
- Люля-кебаб

Шабылған ет бифштексі



Бифштекс (ағылш. *beef* - ет және *steak*—кесек) — ағылшындардың ұлттық тағамы. Таза еттен немесе фарштан жасалатын қою тағам. Шошқа майын ұсақтап текшешелеп турап, шабылған ет массасына қосады, сыбаға кесектеріне бөліп, бұйымға жалпақ-дөңгелек форма беріп, қалыңдығы 2см етеді. Әр сыбағаны 1 данадан әзірлейді.





Шабылған ет табиғи котлеттері



Массаны сиыр етінен дайындайды. Оған ұсақ текшешелеп туралған май қосады және ұсақталып туралған сарымсақ қосып араластырады, котлет формасын беріп, кепкен нан аунатпасында аунатады.





Шабылған ет табиғи шницелі



Шабылған ет массасынан
сыбағаларды 1см
қалыңдықпен сопақша
формада әзірлеп, лезонда
ылғалдап, кепкен нан
аунатпасында аунатады.





Фрикаделькалар



Фрикаделькалар (бұршағы ет) еттартқыштан өткізілген тартымға ұсақталынып туралған шикі басты пияз , шикі жұмыртқа, бұрыш ұнтағын, тұз, су қосып, араластырады. Салмағы 7-10г шарик формасында дайындайды.





Люля-кебаб



Шабылған қой еті
массасынан
дайындайды. Дайын ет
массасын шала
тұздықтау үшін 2-3сағат
бойы тоңазтқышқа
салып қояды, содан соң
кішкентай шұжық
формасын беріп
сыбағалайды да,
кәуапсымға бекітеді. Әр
сыбағаға 2-3данадан
пайдаланады.



Котлет массасынан дайындалатын шала шабрикаттар:

- 1. Шабылған ет котлеттері**
- 2. Шабынды ет биточкалары**
- 3. Шабылған ет шницелі**
- 4. Шабылған ет зразасы**
- 5. Тефтелдер**
- 6. Орама (рулет)**

Шабылған ет котлеттері



Массасы әр сыбағаға 57г ет өлшеп алып, қызыл аунатпада аунатады. Қалыңдығы 2-2,5 см, ұзындығы 10-12см, ені 5см болатын, бір ұшы сүйірленген сопақшалау-жалпақ формада дайындалады. Әр сыбағаға -1-2данадын.

Шабьнды ет биточкалары

Массасы 57г етті
өлшеп алып,
аунатпада
аунатады,
қалыңдығы 2-2,5
см, диаметрі 6см
етіп жалпақтау-
дөңгелек формада
әзірлейді, әр
сыбағаға 2 данадан.



Шабылған ет шницелі



**Массаны сыбағалап,
аунатпада аунатады.
Қалыңдығы 1см етіп,
сопақша-жалпақтау
форма беріп
даярлайды. Әр
үлестірме сыбағаға 1
данадан.**

Шабылған ет зразасы

© Алынған массада
қалыңдығы 1см,
дөңгелек формал, оның
ортасына тартымдар
салып, ұштарын
қайырып қосады да
қызыл аунатпада
аунатып, сопақша келген
шеті бар кірпіш
формасындағы өнім
дайындалады. Әр
үлестірме сыбағаға
1-2данадан
пайдаланылады.

