

Мясо и блюда из него



Виды мяса

- Мясо – один из древнейших продуктов питания человека.
- Говядина,
- Свинина,
- Телятина,
- Баранина,
- Мясо д. птицы,
- Мясо дичи.

Состав мяса (энергетическая ценность)

- Белки – 14 - 23%,
- Жиры – 2 – 37%,
- Минеральные соли,
- Витамины,
- Мясной сок



Признаки доброкачественности мяса

- Запах,
- Цвет мяса,
- Цвет жировой ткани,
- Консистенция,
- Внешний вид.

Термическое состояние мяса:



- Остывшее,
- Охлажденное,
- Замороженное.

Этапы обработки мяса:

- Оттаивание
- Обмывание
- Обсушивание
- Разделка
- Обвалка



Тепловая обработка мяса

- Варка,
- Жаренье,
- Запекание,
- Тушение,
- Припускание,
- Пассерование,
- Бланширование,
- Брезирование,
- Копчение.



Словарь терминов

- Брезирование – жарка в жаровочном шкафу предварительно припущенных в бульоне продуктов.
- Пассерование – вид обработки продукта в небольшом количестве жира.
- Припускание – варка мяса в небольшом количестве воды.
- Обвалка – отделение мякоти от костей.
- Бифштекс - изделие округло-приплюснутой формы непанированное.
- Ромштекс – панированное изделие овальной формы.
- Фритюр – жарка в большом количестве жира.

Изделия из рубленной массы



Рубленая натуральная масса:

- 1.Натуральная (мясо, шпик, специи)
- 2.Котлетная (хлеб, молоко, мясо, шпик, специи)

Изделия: бифштексы, котлеты, шницели, ромштексы, люля-кебаб, тефтели, зразы, рулеты, биточки.

Мясные бульоны:



- Костный бульон,
- Мясной бульон,
- Мясокостный бульон,
- Бульон из домашней птицы,
- Бульон из дичи

Первые блюда из мяса:

- Щи,
- Борщи,
- Солянки,
- Рассольники,
- Супы с крупами, макаронными изделиями, грибами, овощами, бобовыми.



Полезные советы

- Отбивные будут нежнее, если перед жареньем их на 1 час положить в воду с добавлением уксуса.

Вторые блюда из мяса:

- **Блюда из отварного и жареного мяса:**

- Натуральные крупнокусковые полуфабрикаты,
- Натуральные порционные полуфабрикаты,
- Мелкокусковые натуральные полуфабрикаты,
- Шашлык,
- Птица (гусь, утка, цыплята)

- **Блюда из тушеного мяса:**

- Мясо, тушеное крупным куском,
- Мясо духовое,
- Гуляш,
- Рагу,
- Плов,
- Азу.

- **Блюда из запеченного мяса:**

- Запеканка картофельная с мясом,
- Овощи, фаршированные мясом,
- Макароны изделия с мясом.

- **Блюда из рубленного мяса:**

- Ромштекс,
- Бифштекс,
- Зразы.



Приятного аппетита

