

министерство образования и науки Амурской области  
государственное профессиональное образовательное автономное  
учреждение  
среднего профессионального образования Амурской области  
«Амурский колледж сервиса и торговли»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ЛАБОРАТОРНЫХ  
РАБОТ ПО МДК 03.01  
ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНОЙ ГОРЯЧЕЙ  
КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ**

**для специальности 19.02.10 Технология продукции  
общественного питания**

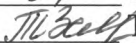
Благовещенск, 2015 г.

---

Методические указания для студентов по выполнению лабораторных работ по МДК 03.01 Технология приготовления сложной горячей кулинарной продукции разработаны на основе рабочей программы, разработанной в ГПОАУ «Амурский колледж сервиса и торговли»

Рассмотрена на заседании ПЦК технологических дисциплин

Протокол № 8 от 26.04 2015 г.

Председатель ПЦК  Т.А.Завражина

Автор: Курьянова Н.Г., преподаватель технологических дисциплин, первой категории ГПОАУ «Амурский колледж сервиса и торговли»



## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
ОРГАНИЗАЦИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО МДК 03.01	6
ТЕМА 1.1. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ СУПОВ	10
Лабораторная работа № 1. Приготовление и презентация супов: заправочных, пюре, прозрачных, национальных.....	16
ТЕМА 1. 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ СОУСОВ.	23
Лабораторная работа № 2 Приготовление и презентация соусов для горячих блюд. ....	26
ТЕМА 1. 3. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ, ГРИБОВ И СЫРА.	
Лабораторная работа № 3 Приготовление и презентация блюд из овощей, сыра.	35
Лабораторная работа № 4. Приготовление и презентация блюд из круп и макаронных изделий	39
ТЕМА 1. 4. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ БЛЮД ИЗ РЫБЫ, МЯСА И СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ	43
Лабораторная работа № 5. Приготовление и презентация блюд из рыбы отварной, припущенной, тушеной, и морепродуктов .....	70
Лабораторная работа № 6 Приготовление и презентация блюд из жарен ой, рубленой рыбы .....	74
Лабораторная работа № 7. Приготовление и презентация блюд из отварного припущенного, тушеного мяса и птицы. ....	79
Лабораторная работа № 8 Приготовление и презентация блюд из жарен ого и рубленого мяса и птицы. ....	81
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ	86
ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	87

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка специалиста предполагает формирование у него определенных умений и навыков учебно-познавательной деятельности, а также навыков самообразования, которые пригодятся ему в будущем. Основные умения, которыми должен обладать будущий специалист индустрии питания, являются умения разрабатывать ассортимент, организовывать технологический процесс, приготовить, сервировать и оформить сложную горячую кулинарную продукцию с применением различных технологий, современного оборудования и инвентаря.

В результате освоения модуля обучающийся должен **уметь:**

- органолептические оценивать качество продуктов для приготовления сложной горячей кулинарной продукции;
- принимать организационные решения по процессам приготовления сложной горячей кулинарной продукции;
- проводить расчеты сырья по формулам;
- безопасно пользоваться тепловым технологическим оборудованием и производственным инвентарем при приготовлении сложной горячей кулинарной продукции: супов, соусов, блюд из овощей, грибов и сыра, рыбы, мяса и птицы;
- выбирать различные способы и приемы приготовления сложной горячей кулинарной продукции;
- выбирать температурный режим при подаче и хранении сложной горячей кулинарной продукции;
- оценивать качество и безопасность готовой продукции различными способами;
- эксплуатировать тепловое оборудование с соблюдением правил техники безопасности.

Данные методические указания разработаны с целью закрепления теоретических знаний по МДК 03.01 Технология приготовления сложной горячей кулинарной продукции, освоения рациональных приемов при приготовлении различных блюд и кулинарных изделий, приобретения необходимых практических навыков.

В указаниях изложена методика проведения лабораторных занятий, приведен теоретический материал по темам МДК,

описывается технология, приводятся рецептуры, выход блюд, гарниров и соусов к ним.

Номера рецептур, нормы вложения сырья и выход блюд указаны по Сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (2009г.) На практических занятиях блюда готовятся в расчете на три порции.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО МДК 03.01

Работа в лаборатории ведется бригадами численностью три-пять человек.

Каждая бригада имеет постоянное место — стол и плиту, инвентарь и посуду. В бригаде назначается бригадир, в обязанности которого входит проверка личной гигиены членов бригады и распределение обязанностей; проверка в ходе работы соблюдения санитарно-гигиенических требований по производству продукции общественного питания. Бригадир несет ответственность за качество приготовленных блюд, выход готовой продукции, следит за чистотой рабочего места во время работы. Для привития навыков организаторской работы бригадирами должны быть все члены бригады поочередно.

Перед началом занятий преподавателем назначается дежурная бригада, которая в ходе проведения работы следит за чистотой рабочих мест всех бригад.

Перед началом проведения очередной лабораторной работы студенты заранее выполняют домашнее задание, которое состоит из технологических карт (таблица 1) на все блюда, расчета требования-накладных, с указанием сырья необходимого для приготовления лабораторных работ (таблица 2), и заполненной таблицы в форме бракеражного журнала (таблица 3). Задание выполняется в тетради для лабораторных работ.

В начале занятия бригадиры докладывают преподавателю о выполнении учащимися письменного домашнего задания, а преподаватель проводит опрос и определяет последовательность операций при выполнении работы.

Преподаватель предлагает одному из бригадиров зачитать требование-накладную и в случае необходимости корректирует ее.

Бригадиры подготавливают к работе посуду, инструменты и инвентарь.

Готовые изделия хранят на плите для поддержания необходимой температуры до времени дегустации. Студенты под руководством бригадира проводят бракераж и заносят данные в тетрадь для лабораторных работ (таблица 3).

Затем определяют выход готовых изделий, процент потерь при тепловой кулинарной обработке основного продукта и сравнивают с нормами, указанными в Сборнике рецептур. Результаты записывают в таблицу 4.

Таблица 1

**Технологическая карта N \_\_\_\_\_**

наименование блюда (изделия)

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г, кг	Масса нетто на, кг
				3 порции
ВЫХОД на 1 порцию				
ВЫХОД на 1 кг				

Зав. производством: \_\_\_\_\_ Калькулятор: \_\_\_\_\_

Таблица 2.

**Требование-накладная**

от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

Наименование сырья	/наименование основного блюда/		/наименование гарнира /		/наименование соуса /		ИТОГО, кг
	Норма сырья на 1 порцию, г	Масса сырья на 3 порции, кг	Норма сырья на 1 порцию, г	Масса сырья на 3 порции, кг	Норма сырья на 1 порцию, г	Масса сырья на 3 порции, кг	

Таблица 3

**Бракеражный журнал**

п/п	Наименование изделий	Требования к качеству	Замечания		Оценка	Ответственный исполнитель
			в период брака	преподавателя		
		Эта графа заполняется во время выполнения домашнего задания				

Таблица 4.

**Потери при тепловой обработке**

Наименование продуктов	Масса нетто 1 порции	Фактический выход порции	Процент потерь		Причины отклонения
			фактический	по Сборнику рецептур	

Оценку качества готовых блюд начинают с установления соответствия их внешнего вида предъявляемым требованиям. При этом обращают внимание на правильность оформления блюд, формы нарезки продуктов, состояние поверхности порционных кусков (мяса, рыбы, птицы), консистенцию.

Выявляют причины обнаруженных отклонений (нарушение режима обработки или хранения и др.).

Следующим показателем качества является цвет блюда. В требованиях указан цвет, присущий правильно приготовленному блюду. При обнаружении окраски, не свойственной изделию, выясняют причины, вызвавшие изменение цвета.

Для определения цвета на разрезе изделие следует разделить на части вилок или разрезать.

Особое внимание следует уделить оценке вкуса и запаха блюд. Оценку начинают с блюд, имеющих более слабый запах. Как правило,



не свойственные блюду запахи являются следствием нарушения технологии его приготовления.

После оценки запаха определяют вкус блюд, начиная с менее острых.

При оценке качества обращают внимание на температуру блюд.

Блюда, не имеющие отклонений от предъявляемых к ним требований, оцениваются как отличные; при незначительных отклонениях внешнего вида (форма нарезки и др.) они считаются хорошими. Если отклонения от требований отличаются по нескольким показателям (внешний вид, консистенция и др.), блюдо считается приготовленным удовлетворительно.

Во всех остальных случаях (пересоленные, подгоревшие изделия и др.) блюдо оценивается как неудовлетворительное.

После проведения бракеража обучающиеся подготавливают изделия для дегустации и выставляют их в том порядке, в котором следует проводить дегустацию: сначала те, которые обладают более нежным вкусом, а затем более острые. Рядом ставят посуду с горячей водой и столовые приборы.

Принимая работу, преподаватель учитывает, с одной стороны, правильность приготовления и оформления блюд и, с другой стороны, теоретические знания студентов по данному разделу.

Студенты должны выполнить все лабораторные работы в соответствии с учебным планом. Отработка каждого пропущенного занятия обязательна и проводится по общей методике.

Правила личной гигиены. К работе в лаборатории допускаются студенты только после прохождения исследования на бациллоносительство и медицинского осмотра.

Перед началом работы студенты должны тщательно мыть руки с щеткой и мылом и ополаскивать осветленным 0,2%-ным раствором хлорной извести. Эту процедуру необходимо повторять после перерыва в работе, при переходе от одного вида работы к другому (особенно при переходе от разделки сырых продуктов к операциям с продуктами, прошедшими термическую обработку или подготавливаемыми к отпуску). Ногти должны быть коротко острижены, без лака. Часы, кольца, броши и другие украшения следует снять.

Санитарная одежда состоит из халата или куртки, колпака или косынки, фартука из белой хлопчатобумажной ткани и полотенца. Она должна прикрывать домашнюю одежду и волосы. В санитарной одежде из помещения лаборатории выходить нельзя.

Студенты должны иметь сменную обувь на низком каблучке.

После окончания занятий студенты убирают рабочее место, моют стол водой с содой, а также инвентарь, инструменты и посуду. Дежурная бригада проверяет качество уборки рабочих мест и производит уборку помещения.

Работу дежурных принимает и контролирует лаборант.

*Правила техники безопасности.* Перед началом первой лабораторной работы заведующий лабораторией проводит инструктаж по технике безопасности на рабочем месте. Знакомит с правилами эксплуатации теплового оборудования, показывает правильные приемы зажигания газовой аппаратуры (плит, жарочных шкафов), включения электрических машин и аппаратов, кипятильника, проверки соединения их корпусов с системой защитного заземления; показывает основные приемы работы с мясорубками, овощерезками и др.

В журнале инструктажа все студенты подписью подтверждают ознакомление с правилами техники безопасности.

Для оказания первой помощи при порезах и ожогах в лабораторной аптечке должны быть йод, бинты, мазь от ожогов и другие медикаменты.

## **ТЕМА 1.1 ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ СУПОВ**

По характеру жидкой основы все супы делятся на супы на бульонах (мясокостном, костном, из птицы, рыбном), на молоке, квасе и различных отварах (овощных, крупяных, фруктовых, грибных).

По температуре подачи их делят на горячие (температура при подаче не менее 75°C) и холодные (температура при подаче не выше 14°C).

По способу приготовления выделяют заправочные, прозрачные, супы-пюре и прочие. Основой большинства супов являются бульоны.

### **Приготовление бульонов**

*Костный бульон.* Для приготовления костного бульона используют говяжьи тазовые, трубчатые и грудные кости, а также свиные и телячьи кости. Бараньи кости рекомендуется использовать для приготовления национальных супов (харчо, пити и др.).

Подготовленные кости промывают, измельчают, закладывают в котел, заливают холодной водой в соотношении 3—5 л на 1 кг костей, доводят до кипения, снимают пену и продолжают варку при слабом кипении в посуде с открытой крышкой. При варке в посуде с закрытой крышкой бульон сильно кипит, хлопья пены разбиваются на мелкие частицы, а жир подвергается эмульгированию. Бульон становится мутным, вкус ухудшается, появляется неприятный салостый привкус. Пену и жир периодически удаляют с поверхности бульона. Жир, снятый с бульона, кипятят, процеживают и используют при пассеровании овощей.

Бульон из говяжьих костей варят около 4 ч, свиных и телячьих — 2—3 ч. За 30—40 мин до окончания варки кладут ароматические корни, морковь, лук, крупно нарезанные и поджаренные без жира на сковороде. Готовый бульон процеживают через частое сито.

*Мясокостный бульон.* Для варки мясокостного бульона используют: у говяжьих туш — лопаточную и подлопаточную части, грудинку и покромку, у туш мелкого скота — лопатку и грудинку. Кости требуют большей варки, чем мясо, поэтому сначала варят костный бульон, а за 2—2,5 ч до окончания варки кладут в него мясо кусками массой 1,5—2 кг, грудинку — кусками массой до 3 кг. Закладывать мясо одновременно с костями не рекомендуется, так как при длительной варке мяса качество бульона ухудшается. В отдельных случаях бульоны варят из одного мяса.

Бульон солят за 30 мин до готовности мяса. Морковь, лук и ароматические корни закладывают в бульон за 30—40 мин до окончания его варки.

Готовность мяса определяют поварской иглой. Готовый бульон процеживают. Мясо для супов нарезают на порции, кладут в неглубокую посуду, заливают бульоном, доводят до кипения и кипятят 3—5 мин. Если мясо реализуется не сразу, то его хранят в холодном крепко подсоленном бульоне.

**Рыбный бульон.** Этот бульон варят главным образом из пищевых отходов рыбы (голов, костей, плавников, хрящей рыб осетровых пород и др.). Не рекомендуется использовать для варки бульонов отходы рыб семейства карповых, так как бульоны получаются горькими и мутными. Перед варкой из голов удаляют жабры и глаза, крупные головы и кости разрубают на 2—4 части. Подготовленные промытые пищевые отходы заливают холодной водой (4—5 л на 1 кг), быстро доводят до кипения, снимают пену и варят при слабом кипении в течение 30 мин, периодически снимая пену и жир. В бульон вводят ароматические корни, лук и стебли пряных растений. Готовый бульон процеживают.

Бульон из головизны (головы рыб осетровых пород) варят 30—40 мин, затем вынимают головы, отделяют от них мякоть, а хрящи продолжают варить еще 30—40 мин.

Наилучшими являются бульоны, приготовленные из отходов судаков ил и рыб осетровых пород, а также из речных окуней, ершей и налимов.

Хорошие бульоны получаются из отходов глубоководных океанических рыб — нототении, угольной, пристипомы. В бульоны из отходов океанических рыб за 5—7 мин до окончания варки кладут лавровый лист и душистый перец горошком.

Бульоны готовят также из рыбы: осетрины, севрюги, судака, сома (кроме океанического), зубатки пятнистой, ставриды, скумбрии и др.

Рыбу разделяют на филе с кожей и реберными костями, осетровые рыбы — на куски с кожей и хрящами, затем нарезают по 1—2 куску на порцию, складывают в посуду с низкими бортами в один ряд, заливают холодной водой, кладут ароматические корни и лук, доводят до кипения и варят при слабом кипении в течение 12—15 мин.

**Грибной отвар.** Сушеные грибы перебирают, промывают несколько раз холодной водой. Промытые грибы заливают семикратным количеством холодной воды и оставляют на 3—4 ч для набухания, а затем варят в той же воде до готовности. Отвар процеживают, грибы тщательно промывают для удаления остатков песка, после чего шинкуют.

## Заправочные супы

Отличительной особенностью заправочных супов является то, что в бульонах или отварах овощей и круп проваривают разнообразные продукты, составляющие гарнир супа.

Гарнирами для заправочных супов служат овощи, крупы, бобовые, макаронные изделия. Во многие заправочные супы добавляют пассерованную муку. Все заправочные супы заправляют пассерованными кореньями и луком. В некоторые из них вводят пассерованное томатное пюре.

В гарнир супа входят обычно несколько видов продуктов, поэтому в кипящую подсоленную жидкость (бульон, крупяные и овощные отвары) их закладывают в такой последовательности, чтобы они были одновременно готовы. Продукты закладывают сырыми или подвергают предварительной тепловой обработке.

Сырыми закладывают картофель, свежую капусту, корнеплоды, если они входят в состав компонентов, а не являются заправкой, а также свежемороженые овощи. Сырыми закладывают также крупы (кроме перловой, которую предварительно распаривают) и макаронные изделия.

Свеклу и квашеную капусту вводят тушеными, свеклу предварительно пассеруют (это способствует более длительному сохранению цвета). Шпинат для сохранения окраски варят в большом количестве бурнокипящей воды в посуде с открытой крышкой.

Щавель припускают для сохранения минеральных веществ и витаминов. Для пассерования используют кулинарный жир, свиное сало (для борщей и щей из квашеной капусты), растительное масло (для грибных, рыбных и вегетарианских супов), сливочное масло (для солянок, в детском и лечебном питании), сливочное масло и маргарин (для картофельных и овощных супов и супов с макаронными изделиями).

Во многие супы (кроме картофельных, супов с крупами и макаронными изделиями) вводят пассерованную муку. Мучная пассеровка придает супам большую вязкость, способствует равномерному распределению гарнира, повышает калорийность и является стабилизатором витамина С.

Мучную пассеровку для супов готовят без жира. Для этого муку 1-го, высшего сорта просеивают, насыпают на противни слоем не более 4—5 см и пассеруют, т. е. подсушивают без изменения цвета при температуре 120°С (до исчезновения запаха сырой муки).

Сухую мучную пассеровку охлаждают, разводят небольшим количеством охлажденного бульона, доводят до кипения, процеживают и вводят в суп одновременно с овощами.

Если в рецептуру супа входят продукты, содержащие кислоты (соленые огурцы, помидоры, щавель, квашеная капуста) или уксус, то их закладывают после того, как картофель почти сварится. Это обусловлено тем, что в кислой среде превращение протопектина в пектин, которое происходит при варке картофеля, замедляется.

Пассеруют лук репчатый, морковь, репу, реже белые корни. Равномерно нарезанные овощи кладут слоем не более 4 см в посуду с разогретым до температуры 130—140°С жиром, хорошо перемешивают и пассеруют при температуре 100—110°С. Количество жира составляет 10—15 % массы овощей. Эфирные масла лука в процессе пассерования растворяются в жире, хорошо сохраняются при варке супов и придают им аромат. Красящие вещества моркови при пассеровании окрашивают жир в приятный оранжевый цвет. Жир собирается на поверхности супов и придает им привлекательный вид.

За 5—10 мин до готовности супы заправляют по вкусу солью и специями. Кроме того, в борщи добавляют сахар, в рассольники и солянки вводят при необходимости прокипяченный огуречный рассол.

Сваренным супам дают постоять 10—15 мин без кипения, чтобы жир всплыл и стал прозрачным. При отпуске заправочных супов в тарелку или порционную миску кладут нарезанные куски мяса, птицы, наливают порцию супа, добавляют сметану, если она предусмотрена рецептурой, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, сельдерея и зеленым луком.

### **Прозрачные супы**

Жидкой основой супов этой группы являются прозрачные бульоны консоме (мясные, рыбные или бульоны из птицы), которые готовят из обычных бульонов путем осветления их оттяжкой. Прозрачные супы отпускают с гарниром.

Для приготовления мясного прозрачного бульона используют оттяжку из котлетного мяса с наибольшим содержанием крови (голяшка, зарез, шея). Мясо измельчают на мясорубке, заливают холодной водой (2 л воды на 1 кг мяса) и настаивают в холодильнике в течение

1-2 ч. В оттяжку добавляют соль, яичные белки.

Куриный бульон обычно получается прозрачным, и его достаточно только процедить. Если бульон мутный, то его осветляют оттяжкой из измельченных костей птицы. Их заливают холодной водой, добавляют соль, выдерживают в холодильнике 1—2 ч и затем добавляют яичные белки.

Рыбный бульон осветляют яичными белками. Их слегка взбивают, разводят пятикратным количеством холодного бульона.

Кроме того, для осветления прозрачных бульонов можно рекомендовать оттяжку, приготовленную из смеси моркови с яичными белками.

Для осветления 1 л бульона необходимо взять 100 г моркови и 60 г яйца. Очищенную морковь натирают, добавляют слегка взбитые белки яиц и тщательно перемешивают.

Гарниры к прозрачным супам подают вместе с бульоном или отдельно на пирожковой тарелке.

Вместе с бульоном подают следующие гарниры: фрикадельки, пельмени, равиоли, клецки, лапшу, вермишель, фигурные макаронные изделия, овощи, яйцо, омлет паровой, рис запеченный, рис, запеченный с овощами, и др.

Такие гарниры, как гренки, профитроли, пирожки, кулебяки, расстегаи, блинчики и др., подают к бульону отдельно на пирожковой тарелке.

### **Супы-пюре**

Эти супы готовят из овощей, круп, бобовых, птицы и дичи, печени, рыбы.

Отличительной особенностью супов-пюре является то, что для их приготовления продукты протирают. Супы имеют однородную консистенцию густых сливок. Продукты, входящие в состав супа, должны иметь предварительно припущенными или отваренными. Для того чтобы протертые частицы продуктов находились во взвешенном

состоянии, в супы-пюре вводят белый соус и заправляют их льезоном. Супы с крупами мучной пассеровкой не заправляют.

Для приготовления льезона сырые яичные желтки кладут в посуду с толстым дном, тщательно размешивают, постепенно вливают теплое кипяченое молоко или сливки и проваривают смесь при температуре 70-75°C до загустения на водяной бане, затем процеживают. Льезон вводят при отпуске во все супы, кроме супов-пюре из бобовых.

Готовые супы-пюре заправляют сливочным маслом и хорошо вымешивают, чтобы масло подверглось полному эмульгированию и не всплывало на поверхность. Во избежание свертывания льезона температура супов при отпуске не должна превышать 75°C. Отпускают супы с гренками из пшеничного хлеба, которые лучше подавать отдельно на пирожковой тарелке.

### **Холодные супы**

Жидкой основой для холодных супов являются хлебный квас, свекольные отвары, смесь хлебного кваса и свекольного отвара, фруктовые отвары. К ним относятся супы на квасе (окрошка, ботвинья), на свекольном отваре (свекольники, борщи холодные) и на фруктовых отварах. Гарнирами для этих супов служат вареные мясопродукты, вареная свекла, морковь, картофель, яйца, свежие огурцы, зеленый лук, редис, укроп, щавель, шпинат. При отпуске холодные супы посыпают зеленью. Сметану кладут во все супы, кроме ботвиньи. К ботвинье подают холодную вареную рыбу осетровых пород или балычные изделия с гарниром (из свежих огурцов, салата) и хреном.

## **Лабораторная работа № 1. Приготовление и презентация супов: заправочных, пюре, прозрачных, национальных.**

**Задание:** приготовить и презентовать солянку сборную мясную жидкую, суп харчо, бульон прозрачный с запеченным рисом и яйцом «в мешочек», бульон-борщок с острыми гренками, суп-пюре из птицы.

### **Определить:**

- массу мясного набора на порцию супа и выход готовых блюд;



- потери при тепловой обработке курицы, говядины и выход готовых блюд.

### **Инструменты, инвентарь и посуда**

Кастрюля вместимостью 3 л для варки бульона, кастрюли емкостью 1 л для бланширования огурцов и приготовления бреза, варки супа- харчо, для приготовления оттяжки, приготовления соуса белого, варки риса; сковорода для пассерования овощей, шумовка; ложки разливательная и столовая, дуршлаг; сито волосяное или капроновое; суповые миски, тарелки глубокие и пирожковые, марля, ножи поварские, лопатки деревянные, нож желобковый, доски разделочные «ОС» и «МВ», «МС».

### **Солянка сборная мясная (№174)**

Говядину сварить в костном бульоне. Репчатый лук нашинковать тонкой соломкой и спассеровать на масле, добавить томатное пюре и продолжать пассерование до окрашивания масла. Солёные огурцы, очищенные от кожицы и семян, нарезать ломтиками и припустить в бульоне в течение 10—15 мин, соединить с пассерованным луком и томатным пюре. Полученную смесь называют брезом. Вареные говядину, ветчину и сосиски нарезать тонкими ломтиками.

В суповые миски положить брез, мясные продукты, каперсы, отжатые от рассола, залить мясокостным бульоном, довести до кипения, проварить 5—7 мин при слабом нагреве и заправить по вкусу. При отпуске в солянку положить маслины, сметану, зелень. Ломтик лимона, очищенный от кожицы, лучше подать отдельно на розетке, а сметану — в соуснике.

Для приготовления большого количества солянки в посуду с мясокостным бульоном вводят брез и каперсы. Мясной набор порционируют и хранят в холодильнике. Перед отпуском в суповую миску кладут мясной набор, заливают солянкой, кипятят 5—7 мин и порционируют в глубокие тарелки. При отпуске добавляют сметану и мелко нарезанную зелень.

Кости говяжьей 120, говядина 2-го сорта 55/41, окорок 27/ 20, сосиски или сардельки 21/20, почки говяжьей 37/32, лук репчатый 54/45, огурцы солёные 50/30, каперсы 20/10, маслины 20, томатное

пюре 20, масло сливочное 10, лимон 7/4, сметана 25, бульон 400, морковь 4/3, лук репчатый 4/3, петрушка 3/2. Выход 500/80/25/4.

#### **Требования к качеству.**

Мясные продукты, лук, огурцы сохранили форму нарезки, на поверхности блестки жира, зелень, сметана, кружок лимона без кожицы. Вкус солянки острый, в меру соленый, аромат бульона и входящих в состав солянки продуктов. Цвет оранжевый с молочным оттенком, консистенция мясopодуктов мягкая, огурцов — слегка хрустящая.

#### **Суп- харчо (грузинское национальное блюдо № 173)**

Мясо обмыть, нарубить по 2—3 куска на порцию, залить холодной водой, довести до кипения, посолить и варить в течение 30—40 мин при слабом нагреве, периодически удаляя пену и жир. Добавить перебранный и промытый рис, положить пассерованный лук и варить до готовности еще 25—30 мин.

За 5—10 мин до готовности добавить соус ткемали, пассерованное томатное пюре, перец, лавровый лист и рубленую зелень. Суп заправить солью, хмели-сунели, толченым чесноком, разлить его в посуду и посыпать рубленой зеленью петрушки, кинзы или зеленым луком.

Говядина (грудинка) 110/81 или баранина (грудинка) 109/78, вода 500, рис 35, лук репчатый 48/40, маргарин 20, томатное пюре 15, соус ткемали 15, чеснок 1/3, кинза, петрушка 21/15, хмели-сунели 0,5. Выход 500/50.

**Требования к качеству.** Суп острый, пряный, запах баранины и чеснока; цвет оранжевый; консистенция густая, рис непереваренный.

#### **Бульон мясной прозрачный консоме. (№ 191)**

Сварить костный бульон, снять с него жир и процедить. Приготовить мясную оттяжку. Котлетное мясо (шея, голяшка) без жира измельчить на мясорубке, залить холодной водой из расчета 1,5—2 л на 1 кг, добавить соль и поставить в холодильник на 1 — 1,5 ч. За это время из измельченного мяса эстрагируются водо- и солерастворимые белки. Перед окончанием настаивания в оттяжку ввести яичные белки.

Готовый бульон охладить до температуры 50—60 ° С, ввести оттяжку и хорошо перемешать, добавить крупно нарезанные

подпеченные коренья и лук. Бульон с оттяжкой осторожно нагреть, довести до кипения; затем следует ослабить нагрев и варить бульон в течение 1 ч, сдвинув посуду на борт плиты, чтобы кипение происходило с одной стороны до тех пор, пока оттяжка не осядет на дно. При этом бульон не только осветляется, но и обогащается экстрактивными веществами и глютином.

Готовый бульон процедить через ткань, уложенную на сито или дуршлаг. С бульона удалить жир бумажной салфеткой и довести до кипения.

Кости пищевые 300, говядина (котлетное мясо) 119/88, яйцо 1/4, морковь 10/8, петрушка (корень) 9/7, лук репчатый 10/8, вода 1120. Выход 800.

#### **Требования к качеству.**

Вкус в меру соленый, слегка острый, с ярко выраженным запахом свежесваренного мяса и ароматом овощей. Цвет светло-коричневый, без хлопьев свернувшегося белка мяса; жир на поверхности отсутствует.

#### **Рис запеченный (№ 194)**

Рис перебрать, промыть и припустить с добавлением масла (соотношение крупы и воды 1:2) и томатного пюре, затем охладить, ввести сырые яйца, половину тертого сыра и перемешать.

Порционную формочку смазать маслом, выложить подготовленную массу, поверхность оформить в виде невысокой горки. Сверху посыпать оставшимся тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь.

Рис 40, масло сливочное 12, яйца 1/5, томатное пюре 5, сыр 11/10. Выход 120.

**Требования к качеству.** Вкус и запах — свойственные входящим в состав гарнира компонентам, цвет золотистый, консистенция плотная, но не жесткая.

#### **Яйцо «в мешочек»**

Яйцо промыть сначала теплой водой с 1—2%-ным содержанием кальцинированной соды, затем 0,5%-ным раствором хлорамина, после чего ополоснуть чистой водой. Погрузить яйцо в кипящую подсоленную воду (4—5 г соли на 300 г воды) и варить в течение

4,5—5,5 мин. После варки яйцо сразу же погрузить в холодную воду и очистить.

Яйцо 1 шт.

Отпуск прозрачного бульона с гарнирами. В подогретые тарелки положить запеченный рис и очищенное от скорлупы яйцо, залить бульоном.

### **Борщок с гренками (№ 193)**

Сварить костный бульон. Сырую свеклу мелко нашинковать или натереть на терке, сбрызнуть уксусом, хорошо прогреть без жира в жарочном шкафу для удаления запаха сырой свеклы и охладить.

В мясную оттяжку добавить измельченные кости свинокопченостей. Соединить оттяжку со свеклой, дать настояться и осветлить бульон обычным способом.

В процессе варки борщка с оттяжкой добавить обжаренные без жира коренья и лук. В процеженный бульон добавить красный острый перец и для улучшения вкуса можно ввести вино (типа мадеры).

Кости 200, кости свинокопченостей 50, говядина 3-го сорта (котлетное мясо) 60/44, яйца 1/в шт., морковь 7/5, 1 петрушка (корень) 7/5, сельдерей (корень) 5/3, лук репчатый 6/5, уксус 3%-ный 8, свекла 125/100, вода 750. Выход 500.

### **Требования к качеству.**

Борщок имеет вкус мясного бульона с легким кисло-сладким привкусом, аромат экстрактивных веществ мяса, обжаренных овощей и вареной свеклы; цвет бордовый; жир на поверхности отсутствует.

### **Гренки острые (№ 831)**

С пшеничного батона срезать корки, нарезать хлеб полосками толщиной 7—8 мм, из которых ножом или выемками вырезать небольшие кусочки прямоугольной, круглой или другой формы и обжарить их на сливочном масле.

Томатную пасту соединить с сырыми желтками, тертым острым сыром, сливочным маслом, красным перцем, все хорошо вымесить, намазать этой смесью кусочки обжаренного хлеба и запечь в жарочном шкафу.

Хлеб пшеничный 67, сыр 23, яйца (желтки) 1/5 шт., томатная паста 5, масло сливочное 4. Выход 60.

Требования к качеству. Вкус острый, солоновато-кислый, запах сыра и томата; цвет оранжевый, с блеском, гренки хрустящие.

Отпуск борща с гренками.

Налить борщок в бульонную чашку, а гренки подать на пирожковой тарелке.

### **Суп-пюре из птицы (№ 189)**

Обработанную курицу залить холодной водой (400 г), отварить, бульон процедить. Курицу охладить и отделить мясо от костей. Мякоть пропустить через мясорубку с мелкой решеткой 2—3 раза, развести небольшим количеством охлажденного бульона и протереть на протирочной машине или через сито. Протертую массу хранить в холодильнике.

Приготовить белую мучную пассеровку, развести её оставшимся бульоном и варить 25—30 мин, периодически помешивая и удаляя образующуюся пену. Затем процедить, довести до кипения, ввести соус в протертую курицу и проварить без кипения 3—5 мин, после чего заправить маслом. Если суп с протертой курицей прокипятить, разрушится его однородная консистенция и образуются крупинки. Солить суп следует сразу же после того, как в него положат курицу.

Приготовить льезон и заправить им суп, охлажденный до температуры 70°C. Приготовить гренки.

Суп в тарелке подать вместе с гренками, а к супу, налитому в суповую миску, гренки подать на пирожковой тарелке. В суп можно положить нарезанные кусочки куриного филе.

Курица 109/75, морковь 13/10, лук репчатый 12/10, мука пшеничная 20, масло сливочное 20, молоко 75, яйца 1/8 шт., вода 400, гренки (№ 831) 20. Выход 500/20.

### **Требования к качеству.**

Вкус и запах вареной курицы; цвет бледно-желтый; консистенция однородная, близкая к сметане средней густоты.

### **Задание на дом**

1. Составить технологические карты на соус красный кисло-сладкий, соус красный с луком и грибами, соус белый с каперсами, соус майонез с корнишонами «Тар-тар».

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

## Вопросы для самопроверки

1. Почему бульон в процессе варки может стать мутным, как этого избежать?
2. С какой целью кости для приготовления бульона обжаривают?
3. Почему при варке бульонов кости заливают холодной водой?
4. Почему мясо при варке мясокостных бульонов закладывают за 2—2,5 ч до окончания варки?
5. Цель пассерования кореньев, томатного пюре, муки.
6. Какова роль свеклы при изготовлении бульона-борщка?
7. Особенности приготовления супа харчо. Какие бульоны используют для приготовления прозрачных супов?
8. Почему прозрачные супы называются бульонами «двойной» крепости?
9. Назовите виды оттяжки, используемые для приготовления мясного, рыбного, куриного прозрачных бульонов и бульона из дичи, а также технологию их приготовления.
10. Объясните цель настаивания оттяжки для бульонов мясного, куриного и бульона из дичи.
11. Расскажите о процессах, происходящих при настаивании оттяжки; назовите правила соединения бульона и оттяжки.
12. Назовите правила варки бульона с оттяжкой, расскажите о процессах, происходящих при варке.
13. Объясните отличительные особенности приготовления супов-пюре и супов-кремов.
14. Объясните, почему для супов-пюре и супов-кремов рекомендуется готовить белую мучную пассеровку без сливочного масла (сухую).
15. Объясните, как обеспечить устойчивость суспензии при изготовлении супов-пюре.
16. Расскажите, как готовят льезоны, какой температурный режим приготовления и введения льезонов в супы-пюре.
17. В чем заключаются особенности приготовления супов-пюре из мясных продуктов?
18. Назовите температуру подачи супов-пюре и супов-кремов.

## ТЕМА 1. 2 ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ СОУСОВ.

Соусы имеют большое значение в питании, так как являются составной частью горячих и холодных блюд из мяса, рыбы, овощей, круп и других продуктов. Их подают к блюдам при отпуске, с соусами тушат мясо и овощи, под ними запекают различные продукты, их используют как фарш (котлеты «маршаль»), соусами заправляют гарниры, супы, холодные блюда и закуски.

Соусы разнообразят блюда. Используя различные соусы, можно приготовить из одного и того же продукта разнообразные по внешнему виду и вкусу блюда. Например, рыбу припущенную можно подать с соусом паровым, белое вино, рассол, русским, томатным. Каждый из этих соусов придает блюду своеобразный цвет и вкус.

Соусы дополняют пищевую ценность блюда и повышают его калорийность, так как в состав многих соусов входят масло, яйца и сметана.

Блюда подают с соусом или под соусом. В первом случае соус подают в соуснике или подливают его рядом с основным продуктом. Во втором случае соусом заливают основной продукт или приготавливают изделие вместе с соусом.

В зависимости от способа использования соусы могут быть густыми (фарши), средней густоты (для запекания) и жидкими (для подачи блюд с соусами).

Соусы делятся на две группы — горячие и холодные. Горячие подают к горячим блюдам, а холодные — к холодным и горячим (рыба, жаренная во фритюре). Кроме того, горячие соусы классифицируются в зависимости от исходных продуктов (жидкой основы) — соусы на мясном, рыбном бульонах и грибном отваре, сметане, молоке, сливочном масле. Соусы на бульонах подразделяются на красные и белые. Красные соусы готовят на коричневом бульоне, а белые соусы — на мясокостном, рыбном и др.

К холодным соусам относятся майонезы, маринады и овощные соусы, салатные заправки.

Для приготовления соусов используют различные бульоны, жидкость (фон) от припускания птицы, рыбы; мясной сок; мучную пассеровку, пассерованные или припущенные корни; пассерованное

томатное пюре; вкусовые и ароматические приправы (черный и душистый перец, вино, лимонный сок, мускатный орех, уксус, зелень петрушки, сельдерея и т. д.).

Ароматические приправы вводят в соус за 10 мин до окончания варки, а молотый красный и черный перец - в готовый соус.

Готовые соусы заправляют сливочным маслом или: маргарином, которые кладут кусочками массой по 3—5 г и тщательно перемешивают до полного соединения масла с соусом. Затем нагревают до температуры 80—85°C, но не кипятят, так как масло может всплыть на поверхность соуса. На заправку соуса расходуется 70—80% жира, указанного в рецептуре. Остальной жир добавляют в соус при его хранении на мармите, чтобы не допускать образования пленки на поверхности соуса. Горячие соусы хранят в посуде, закрыв крышкой, на мармите при температуре 75—80°C.

Сроки хранения горячих соусов на мармите: красных и белых — 3 ч, сметанных и молочных — 1 ч 30 мин.

**Приготовление бульона для соусов.** Для приготовления красных соусов используют коричневый бульон. Кости говяжьи, бараньи, свиные, птицы и дичи для более полного извлечения из них растворимых веществ рубят на куски длиной 5—7 см, моют, укладывают на противень, добавляют морковь, лук, петрушку, крупно нарезанные, и обжаривают в жарочном шкафу до светло-коричневого цвета при температуре 160—180°C. Жир, выделившийся из костей, сливают и используют для пассерования овощей. Кости кладут в котел, заливают холодной водой из расчета 1—1,5 л на 1 кг костей, доводят до кипения и варят в течение 5—6 ч, периодически снимая пену и жир. В бульон для улучшения вкусовых качеств добавляют отходы корней и зелени, мясной сок (сочок), который приготавливают, растворяя небольшим количеством бульона экстрактивные вещества, оставшиеся на противне после обжаривания натуральных полуфабрикатов из мяса.

#### **Приготовление концентрированного бульона (фюме).**

Приготовленный коричневый бульон уваривают в 8-10 раз при слабом кипении, затем охлаждают и хранят в холодильном шкафу. В охлажденном виде фюме представляет собой студнеобразную массу коричневого цвета. Он хорошо сохраняется при температуре 4-6° С в



течение 5-6 суток. Фюме используют в качестве полуфабриката для приготовления коричневого бульона, разведя его в 8-10 кратном количестве воды.

*Для приготовления белых соусов* используют бульоны, полученные при варке или припускании домашней птицы (кур, индеек), телятины, говядины, или бульоны из необжаренных костей.

*Для приготовления рыбных соусов* используют бульоны, полученные при варке или припускании рыбы.

**Приготовление мучной пассеровки.** Красную мучную пассеровку приготавливают для красных соусов, а белую пассеровку — для белых соусов. Муку пассеруют с жиром или без жира. Для красной пассеровки используют пищевые жиры, для белой пассеровки — сливочный маргарин. Лучше пассеровать муку с жиром, так как обеспечивается более равномерное прогревание муки благодаря низкой теплопроводности жира.

При пассеровании муки исчезают запах и вкус, свойственные сырой муке, белок муки денатурируется (теряет способность к набуханию) и при соединении с бульоном не образует клейковины.

Для получения красной пассеровки муку просеивают и насыпают на противни слоем 3 см, ставят в жарочный шкаф с температурой 160°C и прогревают при постоянном помешивании до появления светло-коричневого цвета.

Для белой пассеровки муку просеивают, всыпают в растопленное сливочное масло или маргарин и, помешивая, прогревают при температуре 120°C до легкого пожелтения.

### **Наполнители, вкусовые и ароматические приправы.**

Соусы бывают однородной консистенции и с гарнирами (наполнителями). Если соус приготавливают с наполнителями, то в процеженный основной соус вводят дополнительные продукты. Такими продуктами могут быть грибы, овощи, огурцы, хрящи, каперсы, зелень, яйца и др.

Наполнители придают соусу соответствующие вкус и аромат. Дополнительные продукты вводят в соус чаще всего предварительно подвергнутыми тепловой обработке. Например, яйца для соуса польского варят и шинкуют, а желтки яиц для соуса белого с яйцом

или соуса белое вино проваривают на водяной бане со сливочным маслом.

Распространенными приправами к соусам являются вино, лимонная кислота, мускатный орех, уксус и др. В красные соусы добавляют красное вино типа мадеры, в белые соусы — белые сухие вина. Вина и уксус, как правило, вводят в соус предварительно прокипяченными для создания требуемого вкуса и запаха. Лимонную кислоту разводят небольшим количеством воды. Мускатный орех натирают на мелкой терке.

Морковь, петрушку и лук для красных мясных соусов мелко шинкуют и пассеруют. Томатное пюре вводят в соусы пассерованным, а соусы «Южный», «Восток», «Кубанский» — без тепловой обработки (ими заправляют соусы).

## **Лабораторная работа № 2 Приготовление и презентация соусов для горячих блюд.**

**Задание:** приготовить и презентовать соус красный кисло-сладкий, соус красный с луком и грибами, соус белый с каперсами, соус майонез с корнишонами «Тар-тар».

**Определить:** массу сырьевого набора и специй для приготовления 200г. соуса.

### **Инструменты, инвентарь и посуда.**

Две кастрюли вместимостью 3 л для варки бульона коричневого и красного, кастрюли или сотейники емкостью 1 л для приготовления соуса белого, соуса красного основного, соуса майонез. варки чернослива; сковорода для пассерования овощей, припускания грибов, прогрева каперсов, шумовка; ложки разливательная и столовая, дуршлаг; сито волосяное или капроновое; марля, ножи поварские, лопатки деревянные, доски разделочные «ОС» и «МС».

### **Соус красный кисло-сладкий (№ 564).**

*Варят коричневый бульон.* Для этого сырые кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5-7 см, жарят на противне в жарочном шкафу при 160-170 °С с добавлением моркови, петрушки, лука репчатого, нарезанных на куски произвольной формы. Кости бараньи, телячьи, свиные, птицы и дичи обжаривают 30-40 мин, говяжьи - 1-1,5 ч, переворачивая их. Когда кости приобретут светло-коричневый цвет, обжаривание прекращают, а жир, выделившийся из костей, сливают.

Обжаренные кости с подпеченными кореньями и луком репчатым кладут в кострюлю, заливают горячей водой и варят 5-6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену. В бульон коричневый для улучшения его качества можно добавить мясной сок, полученный после обжаривания мясных продуктов. Для этого на противень, на котором обжаривались мясные продукты, наливают немного бульона мясного или воды и кипятят 2-3 мин. Готовый бульон процеживают.

Кости пищевые 1000г, вода 1500г, морковь 15/12г, лук репчатый 14/12г, корень петрушки 16/12г. Выход: 1000г.

*Готовят соус красный основной.* Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10-15 мин. Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160 °С, периодически помешивая в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета. Охлажденную до 70-80 °С мучную пассеровку разводят теплым коричневым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45-60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Бульон коричневый 1000, жир животный 30, мука пшеничная 50, томатное пюре 200, морковь 100, лук репчатый 48, петрушка корень 27, сахар 25.

*Соус красный кисло-сладкий.* Сухофрукты перебирают и моют. Чернослив варят в небольшом количестве воды и освобождают от косточки. Орехи очищают от скорлупы и оболочки и нарезают на кусочки. Подготовленные сухофрукты и орехи кладут в отвар от чернослива, добавляют перец душистый горошком и тушат под крышкой 7-10 мин, соединяют с соусом красным основным, доводят до кипения, вводят подготовленное вино или уксус. Подают соус к блюдам из отварного тушеного мяса и птицы.

Соус красный основной 750г, чернослив без косточек 107/120г, изюм без косточек 51/50г, орехи грецкие очищенные 111/50, уксус 9%-ный 50г. Выход: 1000г.

**Требования к качеству.** Соус однородной массы, без комков, консистенция полужидкая, нежная, красновато-коричневого цвета. Вкус и запах насыщенного мясного бульона, с кисло-сладким привкусом и ароматом пассированных овощей и специй.

#### **Соус красный с луком и грибами (563а).**

Готовят на основе красного основного соуса. Его называют охотничьим и используют при запекании рыбы, мяса и овощей.

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют на масле или маргарине, добавляют нарезанные мелкой соломкой вареные грибы и пассеруют вместе еще 3-5 мин. Затем лук и грибы кладут в красный соус, добавляют перец горошком, лавровый лист и варят 10-15 мин. В конце варки в соус добавляют подготовленное белое сухое вино, нарезанную зелень эстрагона, петрушки. Можно готовить соус без вина.

Соус красный основной 800г, лук репчатый 357/300г, грибы белые сушеные 50г, маргарин 60г, вино (белое сухое) 100г. Выход: 1000г.

**Требования к качеству.** Соус однородной массы, без комков, консистенция полужидкая, нежная, от светло до темно-коричневого цвета. Вкус и запах насыщенного мясного бульона, острый, с ароматом лука и грибов.

#### **Соус белый с каперсами (573).**

Варят косный бульон и на его основе готовят соус белый основной. Для этого просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают до 60-70 °С, вливают четвертую часть воды или бульона и вымешивают до образования однородной массы; затем постепенно вводят оставшуюся жидкость. Вымешивают, доводят до кипения. После этого в соус кладут нарезанные лук репчатый, петрушку и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль.

Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используется как

самостоятельный, его заправляют лимонной кислотой (1 г) и маслом сливочным (30 г). Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы, а также используют для приготовления других соусов.

Бульон 1100г, маргарин 50г, мука пшеничная в/с 50г, лук репчатый 48/40г, петрушка свежая (корень) 40/30г. Выход: 1000г.

Готовый соус белый основной заправляют солью, кислотой лимонной, красным перцем, добавляют прогретые каперсы без рассола и заправляют жиром. Подают соус к блюдам из отварной свинины, баранины, блюдам из кролика.

Соус белый основной 750г, каперсы консервированные 400/200г, кислота лимонная 1г, маргарин столовый 50г. Выход: 1000г.

**Требования к качеству.** Соус однородной массы, без комков, консистенция полужидкая, эластичная, белого или слегка сероватого цвета. Вкус и запах насыщенного мясного бульона, нежный с ароматом каперсов и специй.

### **Соус майонез с корнишонами «Тар-тар» (№ 598).**

В растертые сырые яичные желтки с солью, сахаром и горчицей постепенно тонкой струйкой при непрерывном помешивании вливают растительное масло. Когда масло соединится с желтками и смесь превратится в густую однородную массу, вливают уксус. Огурцы маринованные (корнишоны) мелко режут, соединяют с майонезом, добавляют соус "Южный" и перемешивают. Подают соус к холодным и горячим блюдам из мяса и рыбы.

Масло растительное 750/750г., яйца (желтки) 6шт./96г, горчица столовая 25/25г, сахар 20/20г, уксус 3%-ный 150/150г. Выход: 1000г.

**Требования к качеству.** Густая масса с кусочками измельченных корнишонов. Консистенция густой сметаны, эластичная. Цвет- светло-коричневый. Вкус- острый.

### **Задание на дом**

1. Составить технологические карты на запеканку или рулет картофельные, перец фаршированный
2. Выписать требование-накладную.
3. Ответить на вопросы для самопроверки.

### **Вопросы для самопроверки**

1. Для чего предназначены соусы?
2. Как классифицируются соусы по температуре подачи и их использование?
3. По каким признакам классифицируют соусы?
4. Какие существуют виды пассеровок?
5. Перечислить производные от красного основного соуса и белого основного?
6. На какие группы делятся соусы по консистенции и каково их использование?

## **ТЕМА 1. 3. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ, ГРИБОВ И СЫРА.**

### **Варка овощей**

Для варки можно использовать все овощи. Их варят в воде или на пару. Овощи (кроме корнеплодов и зеленого горошка) обрабатывают, закладывают в котел с кипящей подсоленной водой так, чтобы они были полностью покрыты водой, и варят при слабом кипении, закрыв крышкой. Корнеплоды и зеленый горошек варят без соли, так как соль удлиняет процесс разваривания и придает овощам неприятный вкус, особенно свекле.

Зеленые овощи (стручки фасоли, гороха, листья шпината, спаржу, артишоки) для сохранения цвета варят в большом количестве бурнокипящей водой (3—4 л на 1 кг) в посуде с открытой крышкой. Свежезамороженные овощи закладывают в кипящую воду, не размораживая.

Отварные овощи используют в качестве гарниров к мясным и рыбным блюдам, как самостоятельные блюда (капуста отварная под сахарным соусом, спаржа под соусом голландским и др.), а также для приготовления других блюд из овощей, например, котлет, запеканок, крокетов и др.

### **Припускание овощей**

Припускают морковь, репу, брюкву, тыкву, кабачки, шпинат, щавель и другие овощи.

Корнеплоды нарезают кубиками, соломкой, укладывают в сотейник слоем не более 20 см, добавляют бульон или воду (15—20% массы овощей), сливочное масло и припускают в посуде с закрытой крышкой. Если к концу припускания осталось много жидкости, то ее

сливают и отдельно уваривают, а затем соединяют с готовыми овощами.

Капусту белокочанную нарезают крупными дольками вместе с кочерыжкой или свертывают в виде кочешков из отдельных листьев, предварительно отваренных, цветную капусту припускают кочешками.

Тыкву и кабачки нарезают крупными кусками, укладывают в один ряд, подливают жидкость, солят и припускают.

Огурцы соленые очищают от кожицы и семян, нарезают ромбиками и припускают.

Припущенные овощи заправляют маслом или молочным соусом и используют как самостоятельное блюдо в качестве гарнира. Из припущенных овощей приготавливают котлеты и другие изделия.

### **Жарка овощей**

Овощи жарят сырыми и вареными, с небольшим количеством жира (основным способом) или во фритюре. Сырыми можно жарить картофель, кабачки, тыкву, баклажаны, репчатый лук, помидоры. Протопектин этих овощей малоустойчив, а овощи содержат достаточное количество влаги для его гидролиза. Поэтому за время образования на их поверхности корочки овощи достигают полной кулинарной готовности.

Подготовленные для жарки овощи нарезают кружочками, брусочками, дольками в зависимости от вид овощей.

При жарке с небольшим количеством жира (основным способом) подготовленный продукт кладут в посуду (сковороды, сотейники, противни) с хорошо разогретый жиром (150—160°С) и жарят на плите, переворачивая до появления колера. Иногда овощи дожаривают в жарочном шкафу.

При жарке основным способом берут жира 5—10% массы обжариваемых продуктов.

Овощи лучше жарить на топленом масле, на свином и говяжьем сале, растительном масле; комбижиры и придают овощным блюдам неприятный привкус.

При жарке во фритюре количество жира должно в 8 раз превышать количество обжариваемого продукта.

Для жарки во фритюре используют фритюрницы, электросковороды и наплитную посуду с бортом 25 см. Жир нагревают до температуры 170—180°C. Непанированные изделия (картофель), зелень обсушивают чистой тканью. Погружение в разогретый жир продуктов с влажной поверхностью приводит к разбрызгиванию и вспениванию жира. Овощи погружают в жир непосредственно или в металлической сетке. Для предотвращения слипания и неравномерного прожаривания картофель периодически перемешивают, другие продукты по мере образования колера переворачивают металлической лопаткой. Обжаренные изделия вынимают шумовкой и откидывают на дуршлаг, грохот или сито для стекания лишнего жира. Картофель, крупно нарезанный, дожаривают в жарочном шкафу.

### **Тушение овощей**

Тушат картофель, корнеплоды, свежую и квашеную белокочанную капусту и другие овощи. Предназначенную для тушения капусту шинкуют соломкой, а для рагу нарезают шашечками. Картофель, морковь, репу, брюкву и белые корни нарезают дольками или кубиками и обжаривают. Без предварительной тепловой обработки тушат капусту и помидоры.

Овощи тушат в бульоне или соусе (красном, томатном, сметанном) с добавлением лука, ароматических корней, томатного пюре, специй, соли и сахара в течение 20—25 мин. Капусту тушат около 1 ч.

Как правило, продукты заливают жидкостью на 1/3 или 1/2 их высоты. Количество жидкости зависит от жесткости и влажности продукта.

Тушеные овощи подают как самостоятельное блюдо или используют как гарнир к мясным блюдам.

### **Запекание овощей**

Запекают овощи, чаще всего предварительно подвергнутые тепловой обработке. Исключение составляют баклажаны и помидоры, которые запекают сырыми.

Запекают овощи нефаршированными (капуста цветная отварная, картофель жареный или отварной, кабачки жареные), фаршированными (перец сладкий, баклажаны, голубцы, помидоры,



кабачки), измельченными или протертыми (рулеты, запеканки). Подготовленные изделия помещают на порционные сковороды или противни, смазанные маслом, поверхность изделия смазывают яйцом или маслом, сметаной или поливают соусом, посыпают тертым сыром и запекают при температуре 250—275°C до появления румяной корочки.

Запекают овощи со сметанным, сметанным с томатом, молочным или томатным соусами. Запеченные овощи подают как самостоятельное блюдо.

### **Варка бобовых**

Перед варкой бобовые перебирают, промывают и для сокращения сроков варки замачивают: фасоль — 8—10 ч, чечевицу — 5—6, круглый горох — 4—5 ч. Лущеный горох не замачивают.

Предварительное замачивание не только ускоряет сроки варки, но и способствует сохранению целостности бобовых при варке. После замачивания воду сливают, заливают бобовые холодной водой (3 л на 1 кг) и варят, периодически помешивая. Фасоль варят 1—2 ч, горох — 1—1,5, чечевицу — 1 ч. Солят бобовые незадолго до окончания варки, так как соль замедляет разваривание. В процессе варки можно добавлять ароматические овощи.

При варке цветной фасоли после 10—15-минутного кипения воду сливают и затем бобовые снова заливают горячей водой. Это делается для осветления готовых блюд и удаления горьковатого вяжущего привкуса фасоли. Отпускают бобовые в качестве самостоятельного блюда с маслом, пассерованным луком, томатным или молочным соусами. Приготавливают пюре и смешивают с копченостями, нарезанными мелкими кубиками. Отварную фасоль используют на гарнир к баранине.

### **Варка каш**

Из круп готовят каши, котлеты, биточки, крупеники, запеканки, пудинги и другие изделия.

По консистенции каши подразделяются на рассыпчатые, вязкие и жидкие. Консистенция каш зависит от соотношения воды и крупы. Нормы жидкости для варки каш различной консистенции в котлах вместимостью 30—60 л приведены в таблице. 8 стр. 179 Сборника рецептур, 1981г. В небольших котлах или кастрюлях жидкость

выкипает быстрее, в этих случаях жидкости берут на 5—10% больше нормы. Крупа, промытая перед варкой, поглощает значительное количество воды (10—30% массы крупы). Это количество воды следует учитывать при расчете, используя таблицу.

При механической кулинарной обработке крупы просеивают или тщательно перебирают для удаления посторонних примесей и промывают. Не промывают крупы из дробленого зерна («Геркулес», манная и др.), искусственные крупы повышенной биологической ценности («Сильная», «Здоровье», «Пионерская» и др.) и гречневую крупу.

Варят каши на воде, бульоне и молоке. На воде и бульоне приготавливают рассыпчатые каши.

Процесс изготовления каш можно разделить на две стадии. На первой стадии подготовленную для варки крупу засыпают в кипящую подсоленную воду и при периодическом помешивании варят до загустения в течение 15—20 мин. Крахмал в крупах клейстеризуется, и консистенция каши изменяется. На второй стадии каша должна достигнуть кулинарной готовности. Перемешивание прекращают, добавляют часть жира, положенного по рецептуре, поверхность каши выравнивают, посуду плотно закрывают крышкой и, ослабив нагрев, продолжают варить до готовности. Для предотвращения пригорания и образования корки кашу рекомендуется варить на водяной бане. Время упревания каши зависит от свойства протопектина и соотношения воды и крупы. Для повышения рассыпчатости каши рекомендуется добавлять жир перед закладкой круп. Так варят гречневую, пшеничную, пшеничную, перловую и ячневую крупу. Подают рассыпчатые каши как самостоятельные блюда или используют в качестве гарнира. Рассыпчатые каши можно подавать горячими с маслом, луком, рублеными яйцами, сваренными вкрутую, свиным или бараньим салом, а также холодными с сахаром, молоком или сливками

Вязкие и жидкие каши готовят на воде, на цельном молоке или на молоке, разведенном водой. Если каши варят на молоке (рисовая, пшеничная, овсяная, перловая, пшеничная), крупу сначала засыпают в подсоленную кипящую воду, проваривают до загустения, затем вливают горячее молоко, хорошо размешивают, ослабляют нагрев и

доводят до готовности, закрыв посуду крышкой. Жидкие каши обычно варят сладкими. Сахар закладывают одновременно с солью. В каши, приготовленные на воде, кладут 10 г соли, а в молочные и сладкие каши — 4—5 г на 1 кг готовой каши. При варке вязких каш на 1 кг готовой каши сахара кладут от 10 до 30 г.

Отпускают вязкие и жидкие каши горячими с маслом, сахаром и вареньем. Вязкие каши широко используют для приготовления запеканок, биточков, пудингов и других изделий из круп.

Рис и манную крупу можно приготовить рассыпчатыми припусканием. Растопить сливочное масло в сотейнике, положить манную или рисовую крупу, хорошо прогреть, ввести кипящий бульон в количестве, необходимом для приготовления рассыпчатой каши, и, когда крупа впитает всю жидкость, закрыть крышкой и довести до готовности на водяной бане или в жарочном шкафу.

Рис припущенный используют для гарниров, манную кашу — для фаршей.

### **Варка макаронных изделий**

Перед варкой макаронные изделия просматривают и удаляют посторонние примеси.

Варят макаронные изделия двумя способами. В первом случае воды берут 6—7 л на 1 кг сухого продукта и в кипящую подсоленную воду закладывают макаронные изделия. Варят до готовности, периодически помешивая. Макароны варят 20—30 мин, лапшу — 20—25, вермишель — 10—12 мин. Готовые продукты откидывают на сито или дуршлаг и, не промывая, заправляют сливочным маслом. Отвар используют для приготовления супов и соусов.

Во втором случае (главным образом для приготовления изделий запеченных) макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду (2,2 л на 1 кг) и варят до готовности. Готовый продукт поглощает всю воду, взятую для варки. Готовые макаронные изделия заправляют маслом, яйцами, сахаром, творогом и используют для приготовления запеканок, лапшевников, макаронников.

## **Лабораторная работа № 3 Приготовление и презентация блюд из овощей, сыра.**

**Задание:** приготовить и презентовать рулет или запеканку картофельную и соус грибной, рагу из овощей.

Определить:

- продолжительность тушения овощей, запекания рулета или запеканки и процент потерь при тепловой обработке;
- процент отходов крупы при механической кулинарной обработке, продолжительность варки круп и макаронных изделий и процент привара.

### **Инструменты, инвентарь и посуда**

Пять кастрюль вместимостью 1 л для варки бульона, картофеля, соусов, варки макарон; одна порционная сковорода для запеканки; сковороды для пассерования томатного пюре, лука и овощей; поварские ножи; шумовка; соусная ложка, дуршлаг; сито; разделочные доски «ОС», «ОВ»; лопатки деревянные; баранчик; тарелки мелкие столовые

### **Рулет или запеканка с овощами и грибами (№ 262)**

Картофель очистить, отварить, слить воду, подсушить, протереть через волосяное или капроновое сито и выложить на чистую, смоченную водой салфетку. На середину массы положить фарш и придать форму рулета. Затем рулет переложить с салфетки швом вниз на смазанный жиром противень; смазать сметаной, посыпать сухарями, затем ножом сделать 2—3 прокола вдоль рулета, сбрызнуть жиром и запечь.

Для фарша: лук репчатый нашинковать соломкой и спассеровать. Сушеные грибы отварить, нашинковать и обжарить. Свежие грибы обжарить. Подготовленные грибы и лук перемешать, заправить солью, перцем, зеленью петрушки или укропа (5 г нетто).

Фарш можно приготовить из белокочанной капусты и репчатого лука. Капусту нарубить и обжарить, соединить с пассерованным репчатым луком, перемешать, заправить солью, перцем, зеленью петрушки или укропа.

Приготовить грибной соус. Сухие грибы перебрать, хорошо промыть и замочить в холодной воде на 1—2 ч. Грибы еще раз промыть, а воду процедить и варить в ней грибы до готовности без соли. Приготовить белую мучную пассеровку, постепенно развести ее горячим грибным бульоном и варить 5—7 мин. Лук мелко нарубить и спассеровать вместе с нарубленными белыми грибами, соединить с

соусом и варить при слабом нагреве в течение 5—7 мин. Готовый соус заправить сливочным маслом или маргарином.

При изготовлении запеканки картофельную массу разделить пополам. Одну половину положить в порционную сковороду, смазанную жиром и посыпанную сухарями, равномерно распределить фарш и покрыть его оставшейся картофельной массой. Поверхность изделия разровнять, смазать сметаной, ложкой нанести узор, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром и запечь в жарочном шкафу при температуре 250°C в течение 10—15 мин.

Готовое блюдо поставить на мелкую тарелку или переложить на подогретую тарелку для вторых блюд, подлить сметану или соус. Соус можно подать отдельно.

Картофель 240/180, капуста белокочанная 50/40 или грибы сушеные 15/15, или свежие 61/46, лук репчатый 24/20, маргарин 10, сметана 5, сухари 5, соус грибной 75 или сметана 20. Соус грибной (№ 868): грибы сушеные 2,3, маргарин 6,4, мука 3, лук репчатый 22. Выход 275 (с соусом), 220 (со сметаной).

#### **Требования к качеству.**

Поверхность запеканки ровная без трещин, имеет румяную корочку. Вкус и запах свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом овощей и специй. Цвет на разрезе белый или светло-белый. Консистенция запеканки рыхлая, начинки — сочная. Соус подлит сбоку или подан отдельно в соуснике.

#### **Перец, фаршированный овощами (№ 269)**

Сладкий стручковый перец обмыть, сделать кольцевой надрез вокруг плодоножки и удалить её вместе с семенами, а затем сбланшировать. Очистить лук и морковь, нарезать мелким кубиком, пассеровать. Отварить рис до полуготовности в большом количестве воды, откинуть. Помидоры нарезать дольками, обжарить.

Зафаршировать перец. Подготовить соус сметанный с томатом средней густоты. Белую мучную пассеровку развести прокипяченной сметаной, проварить 3-5 минут, добавить пассерованный томат, довести до кипения, заправить по вкусу солью и перцем и процедить. Перец поместить в сотейник или неглубокую сковороду, залить соусом и поставить в духовой шкаф. При отпуске уложить на тарелки и посыпать мелко порезанной зеленью.

### **Требования к качеству.**

Вкус и запах перца, пассерованных овощей и сметаны; перец и фарш мягкие, соус держится на поверхности изделия; цвет, свойственный виду перца, соус розовато-оранжевый.

Перец сладкий 120/90г. Для фарша: морковь 110/60г., петрушка (корень) 11/5г., лук репчатый 48/20, томатное пюре 10/10г., масло растительное 10/10г., сахар 5/5г., уксус 3%-ный 20/20г. Выход: 150

### **Рагу из овощей (№ 233)**

Картофель, морковь, репу или брюкву, лук репчатый нарезать дольками и обжарить отдельно. Цветную капусту отварить и разобрать на соцветия, белокочанную капусту нарезать шашечками (3X3 см) и припустить.

Обжаренные корнеплоды соединить, залить красным соусом и тушить 20 мин, после чего добавить обжаренный картофель. Тыкву или кабачки нарезать крупными кубиками, обжарить, ввести в рагу вместе с обжаренным луком и вновь тушить до готовности. Перед окончанием тушения положить капусту, зеленый горошек (консервированный), специи. Готовое рагу можно заправить растертым чесноком.

На подогретую тарелку или баранчик положить рагу горкой, посыпать зеленью и сверху положить кусочек сливочного масла.

Картофель 67/50, морковь 50/40, петрушка 13/10, лук репчатый 36/30, репа 53/40, капуста белокочанная 38/30, жир 10, тыква или кабачки 43/30, чеснок 1/08. Соус (№ 824): кости 56, морковь 4, лук 1, петрушка 2, жир 2, мука 4, томатное пюре 8, сахар 1, масло 5. Выход 250/5.

### **Требования к качеству.**

Вкус и запах слегка острый с ароматом овощей, специй, чеснока и соуса. Цвет светло-коричневый или светло-оранжевый. Консистенция мягкая,

### **Задание на дом**

1. Составить технологические карты на запеканку рисовую с творогом, крупеник, макароны с томатом и котлеты пшеничные.

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

Вопросы для самопроверки

1. Расскажите о правилах варки овощей.
2. Каковы особенности механической кулинарной обработки и варки цветной капусты?
3. Назовите соусы, рекомендуемые для блюд из овощей, поясните правила подбора соусов к овощным блюдам.
4. Объясните, почему для приготовления рулетов картофельных картофель протирают в горячем виде?
5. Назовите причины размягчения продуктов растительного происхождения при тепловой обработке и укажите факторы, влияющие на продолжительность тепловой обработки.
6. Объясните последовательность закладки овощей при изготовлении рагу из овощей.

#### **Лабораторная работа № 4. Приготовление и презентация блюд из круп и макаронных изделий**

**Задание:** приготовить и презентовать крупеник, запеканка рисовая с творогом, макароны с томатом, котлеты пшеничные.

**Определить:** процент отходов крупы при механической кулинарной обработке, продолжительность варки круп и макаронных изделий и процент привара.

**Инструменты, инвентарь и посуда.** Кастрюли вместимостью 1 л для варки круп и макарон, грибов и соусов; сковороды для пассерования томатного пюре, лука и обжаривания грибов; ножи поварской тройки; шумовка; дуршлаг; порционная форма для пудинга; порционная сковорода для крупеника; соусная ложка; разделочная доска «ОС»; деревянные лопатки; металлические порционные блюда; кроншели, тарелки, креманки.

##### **Крупеник (№ 290)**

Гречневую крупу перебрать, подсушить и засыпать в кипящую подсоленную воду, перемешать и снять шумовкой всплывшие оболочки зерен. Как только крупа впитает воду, влить горячее молоко и варить, помешивая, до загустения, затем положить половину маргарина, размешать, закрыть кастрюлю крышкой и довести до готовности на водяной бане или в жарочном шкафу.

Творог протереть, добавить в него яйца и сахар, перемешать. Соединить с охлажденной гречневой кашей, перемешать и выложить невысокой горкой на порционную сковороду, смазанную маргарином

и обсыпанную сухарями. Поверхность смазать сметаной и сбрызнуть маргарином или маслом. Запечь крупеник при температуре 250°C, время запекания 15 мин. Готовность определить по колеру и отставанию крупеника от краев сковороды. Разрезать крупеник на четыре части. Куски уложить на подогретое блюдо или тарелку так, чтобы острый конец одного куса покрывал тупой конец другого. Сметану подавать в соуснике, при подаче на тарелке сметану подлить сбоку.

Крупа гречневая 74, молоко 50, вода 70, творог 86, сахар 10, яйца 1/4 шт., маргарин 5, сухари 5, сметана 5, сметана для подачи 30. Выход 280.

Требования к качеству. Вкус крупеника сладковатый. Запах гречневой каши и творога. Цвет светло-коричневый, консистенция плотная.

### **Запеканка рисовая с творогом (№ 292)**

Рис перебрать, промыть и сварить вязкую рисовую кашу. Готовую кашу слегка охладить.

Яйца обмыть, разбить скорлупу пополам и отделить желток от белка. Белки положить в глубокую тарелку и поставить в холодильник.

Изюм перебрать, промыть теплой водой и ввести в охлажденную рисовую кашу, добавить ванилин и хорошо размешать. Взбить охлажденные яичные белки. Взбивать сначала медленно, а затем более быстро до образования пышной белой массы. На поверхности массы должны устойчиво сохраняться складки, при поднятии на веничке масса удерживается и не выливается из посуды при ее перевертывании. Процесс взбивания белков должен производиться при полном отсутствии жира. Поэтому веничек и посуду для взбивания необходимо тщательно вымыть горячей водой, а затем охладить холодной.

Взбитые яичные белки в два приема ввести в заправленную рисовую кашу, аккуратно перемешивая лопаткой снизу вверх.

Подготовить формы. Для этого обе формы смазать маслом, форму для запекания обсыпать сухарями, а для варки на пару — сахарным песком. Заполнить формы подготовленной массой не более



чем на 2/3 высоты формы. Первую порцию запечь при температуре 250°C, а вторую сварить на водяной бане.

Готовность пудинга определяется по увеличению его объема и упругой консистенции. Края пудинга начинают отставать от стенок формы.

Приготовить абрикосовый соус: курагу перебрать, промыть и замочить в течение 30 мин в холодной воде. Сварить курагу в этой же воде до полной мягкости, протереть, ввести сахар и уварить до загустения.

Готовый пудинг слегка охладить, не вынимая из формы, и выложить на десертную тарелку. Соус подать отдельно или подлить вокруг пудинга.

Рис 48, молоко 55, вода 75, сахар 15, яйца 1/2 шт., масло 10, изюм 10, сухари 5, сметана 5, ванилин 0,01. Для соуса (№ 903): курага 6, сахар 30. Выход 250.

#### **Требования к качеству.**

Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом молока, изюма, ванилина. Цвет на разрезе — кремовый, виден изюм. Консистенция рыхлая, пышная. Вкус соуса кисло-сладкий, цвет спелых абрикосов с блеском.

#### **Макароны с томатом (№ 302)**

Макароны просмотреть, разломать на куски длиной 4—5 см, отварить в кипящей подсоленной воде (6 л воды и 50 г соли на 1 кг сухих макаронных изделий) в течение 20—30 мин. Сваренные макароны откинуть на дуршлаг или сито, переложить в кастрюлю и заправить сливочным маргарином.

Овощи нарезать соломкой и спассеровать, добавить томатное пюре, развести его отваром от макарон и продолжить пассерование, затем хорошо прогреть и соединить с макаронами.

Готовые макароны выложить в кроншель или мелкую тарелку, посыпать мелко нарубленной зеленью.

Макароны 70, морковь 25/20, петрушка (корень) 9/7, лук репчатый 19/16, томатное пюре 15, маргарин 20. Выход 250.

### **Требования к качеству.**

Вкус макарон слегка кисловатый, в меру соленый. Запах овощей, лука и пассерованного томата. Цвет розоватый, макароны мягкие, сохранившие форму.

### **Биточки пшениные (№ 297)**

Пшеничную крупу перебрать, промыть 3—4 раза в горячей воде.

В кипящую воду добавить соль, сахар, всыпать подготовленную крупу и варить, помешивая, до полного поглощения воды крупой, затем влить горячее молоко и варить крупу до полной готовности. Готовую кашу слегка охладить, добавить сырые яйца, сформовать биточки и запанировать их в сухарях. Обжарить биточки основным способом и поставить на 3—5 мин в жарочный шкаф.

Приготовить грибной кисло-сладкий соус. Приготовить белую мучную пассеровку, постепенно развести ее горячим грибным отваром и варить 5—7 мин. Лук мелко нарубить и спассеровать вместе с нарубленными вареными грибами, соединить с соусом и варить при слабом кипении в течение 5—7 мин, добавить промытый изюм, чернослив без косточек, нарезанный на кусочки, сахар и продолжать варку еще 5 мин. Влить винный уксус, добавить пассерованное томатное пюре, специи и варить 5—7 мин. Готовый соус заправить сливочным маслом или маргарином.

На подогретую мелкую тарелку уложить биточки, сбоку подлить соус.

Пшеница 62, молоко 50, вода 125, сахар 8, яйца 1/5 шт., сухари 8, жир 8. Соус грибной кисло-сладкий (№ 870): бульон грибной 60, маргарин 7, мука пшеничная 3, лук репчатый 22, грибы сушеные 2, изюм 2, чернослив 3, томатное пюре 8, винный уксус 3%-ный 0,8, сахар 1. Выход 275.

### **Требования к качеству.**

Вкус биточков слегка сладковатый с ароматом пшеницы. Цвет поверхности золотистый, на разрезе — желтый. Консистенция рыхлая, однородная. Вкус соуса в меру соленый, с ароматом грибов, чернослива, специй. Цвет темно-коричневый. Консистенция жидкой сметаны, однородная, эластичная.

### **Задание на дом**

1. Составить технологические карты на рыбу отварную, соус польский; рыбу в рассоле; рыбу запеченную по-московски; рыбу припущенную по-русски.

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

### **Вопросы для самопроверки**

1. Правила варки каш для котлет, крупеника и пудинга. Объясните процессы, происходящие при варке каш.

2. Объясните цель протираания творога для крупеника.

3. Почему при изготовлении пудинга рис отваривают до полуготовности в воде, а затем добавляют горячее молоко и варят до готовности?

4. Объясните причины увеличения массы круп при варке каш различной консистенции.

5. Каковы правила взбивания белков яиц? Объясните процессы, происходящие при взбивании.

6. Расскажите, как подготовить формы для приготовления пудингов — запеченного и парового.

7. Объясните причину увеличения объема пудинга в процессе запекания.

8. Назовите процессы, способствующие закреплению пористой структуры пудингов во время запекания или варки.

9. Назовите температуру и время запекания пудинга.

10. Расскажите правила варки макаронных изделий для блюд и гарниров.

11. Объясните, с какой целью бобовые перед варкой замачивают в холодной воде.

## **ТЕМА 1. 4. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЛОЖНЫХ БЛЮД ИЗ РЫБЫ, МЯСА И СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ (ДОМАШНЕЙ) ПТИЦЫ.**

### **Рыба отварная**

Варить можно любую рыбу, однако рыбы семейства карповых, корюшка, навага, серебристый хек, рыба-сабля вкуснее в жареном виде.

### **Подготовка рыбы к варке**

Для варки рыбу разделяют целыми тушками с головой и без головы для этого ее очищают от чешуи, потрошат, удаляют жабры глаза и промывают.

Рыбу среднего размера массой 0,5—1,5 кг очищают от чешуи, срезают плавники, удаляют голову вместе с внутренностями, промывают и нарезают порционные куски под углом 90° (кругляши).

Рыбу массой 1,5 кг и более пластуют. Вначале ее очищают от чешуи, затем потрошат, разрезая брюшко. Промывают, отрубают голову и хвост и вырезают спинные плавники (у таких рыб, как судак, ерш, окунь, эту операцию следует произвести в начале обработки, так как уколы плавников могут вызвать гнойничковые заболевания), отрубают остальные плавники.

Затем тушку кладут на разделочную доску спинкой вверх и срезают филе по направлению от головы к хвосту. Нож следует вести по позвоночнику, перерезая у основания реберные кости.

Для получения второго филе тушку рыбы переворачивают и срезают его с позвоночной кости. Из полученного филе нарезают порционные куски под углом 90 градусов. Исключения из общей технологической схемы первичной обработки рыбы с костным скелетом составляют такие виды рыб, как камбала, крупные экземпляры сома, навага, угорь, налим и др.

У камбалы счищают чешую со светлой стороны, а темную кожу удаляют, затем срезают плавники, отрезают голову и через образовавшееся отверстие потрошат. Рыбу промывают и нарезают на порционные куски под углом 90°.

Рыбу бесчешуйчатую потрошат, промывают, делают круговой надрез кожи у головы и снимают ее чулком (у крупных экземпляров).

Рыбу с хрящевым скелетом обрабатывают следующим образом. У рыб осетровых пород срезают спинные жучки и плавники и отрубают голову вместе с грудными плавниками. Затем делают круговой надрез мякоти у хвоста, перекручивают хрящ правой рукой и удаляют визигу, придерживая рыбу левой рукой.

После удаления визиги рыбу разрезают точно посередине жировой прослойки по спине в продольном направлении на две равные части, которые называются звеньями, затем рыбу ошпаривают водой температурой 85—90°С в течение 5—8 мин. Визигу можно удалять из звеньев после пластования.

В процессе ошпаривания пробуют ножом, легко ли отходят боковые жучки.

У ошпаренных звеньев зачищают ножом боковые и брюшные жучки и смывают свернувшиеся сгустки белка.

Если звенья предназначены для варки в целом, хрящ в нескольких местах разрезают, подвертывают брюшко (тешку) внутрь и перевязывают звено шпагатом.

### **Варка рыбы**

Порционные куски рыбы укладывают для варки в один ряд в сотейники или противни с высокими бортами (кожей вверх), заливают двукратным количеством горячей воды, кладут соль, специи, коренья и лук, доводят до кипения, после чего нагрев уменьшают и варят рыбу без кипения 12—15 мин.

Целые тушки и звенья осетровых рыб укладывают на решетку рыбного котла (кожей вниз), заливают холодной водой, чтобы они равномерно нагревались, доводят до кипения, кладут соль и варят при слабом кипении почти до готовности. Рыба доходит до готовности при остывании.

Для сохранения сочности рыбу охлаждают в собственном отваре. Стерлядь варят целиком, придавая ей форму кольца, прорезав мякоть у хвоста и вставив туда нос рыбы. Спинные жучки удаляют после варки

### **Отпуск отварной рыбы**

На гарнир к рыбе отварной подают отварной картофель. При порционной подаче картофель обтачивают в виде бочонков или груш либо придают ему форму шариков с помощью выемки; при массовом отпуске подбирают для варки некрупные клубни картофеля приблизительно одинакового размера. Можно использовать на гарнир к отварной рыбе и картофельное пюре. Картофель поливают растопленным маслом и посыпают зеленью. К отварной рыбе рекомендуются следующие соусы: польский, голландский, томатный,

раковый. Его подливают сбоку или покрывают им рыбу полностью в зависимости от внешнего вида куска. Можно соус подать отдельно в соуснике.

Для отпуска рыбы отварной используют овальные блюда или тарелки.

### **Рыба припущенная**

Припускают рыбу целиком (сиг, форель, стерлядь), крупными кусками (звеньями) — рыбу осетровых пород, а также порционными кусками из филе с кожей, без реберных костей или из филе без кожи и реберных костей, нарезанными под углом 30°.

### **Припускание рыбы**

Порционные куски рыбы укладывают в сотейник в один ряд кожей вниз. Дно сотейников смазывают маслом. Подливают бульон (примерно 0,3 л на 1 кг рыбы), кладут соль, белые коренья, лук, закрывают сотейник крышкой, доводят до кипения и припускают в течение 10—12 мин при слабом нагреве. В бульон в зависимости от соуса, с которым рыба будет подаваться, в процессе припускания добавляют лимонный сок, белое виноградное сухое вино, шампиньоны, огуречный рассол.

### **Отпуск припущенной рыбы**

На гарнир к припущенной рыбе подают отварной картофель, обточенный бочонками, в виде груш или шариков, а также картофельное пюре.

На подогретые тарелки, овальные баранчики или блюда укладывают куски припущенной рыбы и покрывают их соусом, сбоку укладывают гарнир. Картофель поливают растопленным маслом, посыпают зеленью.

При порционной подаче на рыбу кладут ломтик лимона без цедры и семян и веточку зелени петрушки. Можно положить на рыбу также отварные белые грибы или шампиньоны, кусочки консервированных крабов.

Соленые огурцы и корнишоны, входящие в состав гарнира, вводят в соус непосредственно перед отпуском так как длительное хранение в соусе вызывает потемнение огурцов. Маслины укладывают на рыбу при ее оформлении.

### **Рыба жареная**

Рыбу жарят целиком, звеньями и порционными кусками. Жарят рыбу с небольшим количеством жира, во фритюре и на открытом огне.

Подготовка рыбы к жарке. Для жарки основным способом мелкую рыбу используют целиком с головой и без головы, рыбу среднего размера чаще всего в виде кругляшей, крупную — разделанной на филе с кожей и реберными костями или на филе с кожей, без реберных костей. Перед жаркой рыбу солят, посыпают перцем и панируют в муке. Для жарки используют топленое масло, растительное рафинированное масло, растительное сало.

Для жарки во фритюре рыбу разделяют на филе без кожи и костей и готовят из него следующие полуфабрикаты: рыбу фри, рыбу бантиком, восьмеркой, рыбу в тесте. Во фритюре жарят также тельное, приготовленное из котлетной массы.

Для получения филе без кожи и костей потрошеную рыбу, не очищая от чешуи, разделяют на филе с кожей и реберными костями, после чего удаляют реберные кости и затем, начиная с хвоста, срезают мякоть с кожи. Полученное чистое филе используют для приготовления котлетной и кнельной массы, для фарширования рыбы, а также для изготовления изделий, жаренных во фритюре и на открытом огне.

Порционные куски нарезают плод углом  $30^\circ$ , солят, посыпают перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне и снова панируют в белом тертом хлебе. Порционные куски рыб осетровых пород отпаривают в горячей воде 2—3 мин, обмывают холодной водой, затем посыпают солью, перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне и панируют в белой панировке.

Для приготовления полуфабриката «Зразы донские» порционные куски из чистого филе слегка отбивают, укладывают на них фарш, формируют изделия в виде сигары, панируют в муке, смачивают в льезоне и панируют белой панировке. Для фарша лук репчатый шинкуют соломкой, пассеруют, добавляют рубленые вареные яйца, зелень. В фарш можно ввести обжаренные грибы.

Для жарки на вертеле рыбу без кожи и хрящей нарезают по 2—4 куска на порцию под углом  $90^\circ$ , ошпаривают, промывают, посыпают солью и перцем, нанизывают на шпажки.

Для жарки на решетке рыбу с костным скелетом, нарезанную из филе без кожи и костей, или порционные куски рыб семейства осетровых без кожи и хрящей маринуют в течение 10—20 мин.

### **Жарка рыбы**

Для жарки основным способом жир на сковороде разогревают до температуры 150°, рыбу жарят сначала с одной стороны до образования румяной корочки, а затем с другой, доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 8—10 мин (в зависимости от толщины кусков).

Для жарки во фритюре жир разогревают до температуры 160—170°C, жарят в нем рыбу до образования румяной золотистой корочки с обеих сторон. Обжаренную рыбу вынимают, откидывают на дуршлаг, дают стечь жиру и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Жарку на открытом огне производят в специальных печах над горящими углями или над раскаленными электроспиральями в электрогрилях. Угли следует использовать березовые или других лиственных пород. На открытом огне жарят только мясо и рыбу.

Перед жаркой решетку просушивают, разогревают и смазывают свиным шпиком, затем укладывают продукт и обжаривают с обеих сторон, регулируя температуру расстоянием решетки от углей, а в гриль-аппарате — с помощью переключателя.

Перед жаркой на вертеле куски рыбы вынимают из маринада, нанизывают на шпажку, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и жарят над древесными углями или в электрогриле, периодически смазывая маслом. В процессе жарки шпажку поворачивают.

### **Отпуск жареной рыбы**

На гарнир к жареной основным способом рыбе используют картофель жареный из отварного или отварной, заправленный сливочным маслом и посыпанный зеленью.

На овальное подогретое блюдо или тарелку укладывают невысокой горкой гарнир, рядом, слегка прикрывая гарнир, кладут кусок жареной рыбы, поливают маслом (или маслом с лимонным соком) и украшают ломтиками лимона и зеленью (рыба «меньер»).



При массовом отпуске на тарелку кладут гарнир (картофель жареный, отварной, картофельное пюре, гречневую кашу), рядом помещают кусок жареной рыбы и сбоку (к рыбе) подливают томатный соус. Рыбу можно полить сливочным маслом. На гарнир к рыбе, жаренной во фритюре и на решетке, отпускают картофель фри или жареный из отварного либо картофель молодой отварной, посыпанный зеленью укропа и заправленный маслом.

На подогретое овальное блюдо укладывают гарнир, рядом рыбу, украшают ломтиками лимона и зеленью петрушки. Отдельно в соуснике подают горячий томатный соус, майонез с корнишонами или майонез с зеленью. К рыбе, жаренной на вертеле, подают лимон, нарезанный дольками, свежие помидоры и огурцы, лук зеленый, крупно нарезанный, а также репчатый лук, нашинкованный кольцами или маринованный, зелень.

### **Рыба запеченная**

Рыбу запекают сырой, припущенной или жареной. Сырую рыбу запекают под белым соусом, припущенную — под молочным или томатным, жареную — под сметанным или томатным с грибами.

Для запекания рыбу разделяют на порционные куски из филе с кожей и без реберных костей, мелкую рыбу запекают целиком, рыбу осетровых пород — на порционные куски без хрящей.

Порционные сковороды смазывают маслом, наливают небольшое количество соуса, затем (в большинстве случаев) укладывают гарнир, на него — подготовленную рыбу, поливают соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в течение 15—30 мин при температуре 250—280°C. Сырую рыбу запекают при более низкой температуре (200—220°C), а соус готовят более жидким. Готовность запеченной рыбы определяют по образованию на поверхности блюда румяной корочки.

Гарнир может быть расположен различными способами. Жареный картофель укладывают вокруг рыбы веером. Бланшированный картофель для рыбы по-русски помещают на дно сковороды и поверх рыбы.

При запекании с гречневой кашей и макаронами рыбу кладут поверх гарнира. В солянке рыбу и острый гарнир помещают между

двумя слоями тушеной капусты. Запеченную рыбу подают в той же посуде, в которой она запекалась.

### **Блюда из рыбной котлетной массы**

Из рыбной котлетной массы готовят котлеты или биточки, шницель рыбный, натуральный, рулет, зразы рубленные, тельное, хлебцы рыбные, тефтели, фрикадельки.

Для приготовления котлетной массы рыбу разделяют на филе без кожи и костей или на филе с кожей и без костей. Для увеличения рыхлости в массу можно положить 25—30 % измельченной вареной рыбы.

При приготовлении котлетной массы из рыб, имеющих недостаточное количество связывающих клейдающих веществ, можно добавить яйца из расчета 1/10 или 1/20 шт. на порцию.

### **Котлеты и биточки**

Котлеты имеют овальную с заостренным концом форму, биточки — круглую форму, панируют их в сухарях, обжаривают основным способом, доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

На предприятиях общественного питания биточки могут поступать в виде полуфабриката «Биточки рыбные». Биточки формуют и панируют в сухарях (масса 1 шт. — 58 г), укладывают одним слоем в функциональные емкости, смазанные жиром, и охлаждают. Срок хранения 12 ч.

На предприятиях- доготовочных биточки жарят в этих же емкостях в жарочном шкафу в течение 8—10 мин при температуре 220—250°C. Содержание хлеба должно быть не более 26 %, соли — 1,5 %.

Отпускают котлеты и биточки с отварным или жареным картофелем, картофельным пюре, отварными и припущенными овощами. Соусы подают томатные, сметанные с луком. Котлеты при отпуске поливают маргарином, а соус подливают сбоку, биточки поливают соусом.

### **Тефтели**

Из котлетной массы с добавлением репчатого лука формуют шарики по 3—5 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, заливают соусом и тушат 10—15 мин. Отпускают с отварным рисом,

отварным картофелем, картофельным пюре. Соусы к рыбе подают томатные, томатные с овощами, сметанный с томатом.

### **Тельное**

На мокрую ткань укладывают массу в виде лепешки, на середину — фарш из пассерованного репчатого лука с вареными грибами и яйцами, молотыми сухарями, заправленный солью и перцем. Изделию придают форму полумесяца, смачивают во взбитых яйцах, панируют в сухарях или белой панировке и жарят во фритюре, после чего в течение 4—5 мин доводят до готовности в жарочном шкафу.

Гарнируют картофельным пюре, картофелем жареным, сложным гарниром. Соусы подают отдельно в соуснике или подливают сбоку тельного.

### **Нерыбные морепродукты**

Из нерыбных продуктов моря на предприятия общественного питания могут поступать: двустворчатые моллюски (устрицы, мидии, морской гребешок), ракообразные (крабы, креветки, омары, langoustes, речные раки), головоногие моллюски (осьминоги, кальмары), иглокожие (трепанги, морской еж, морская звезда), водоросли (морская капуста, хлорелла). Эти продукты богаты легкоусвояемыми полноценными белками, а также содержат жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины. В белках ракообразных содержатся следующие незаменимые аминокислоты: аргинин, лизин, триптофан, гистидин, цистин, аспарагиновая и глутаминовая кислоты, тирозин. Содержание белков у ракообразных достигает 20 % и более. Из минеральных веществ в ракообразных имеются кальций, фосфор, железо, медь, магний, цинк, йод и др. Блюда из нерыбных продуктов моря обладают нежным и своеобразным вкусом, а некоторые из них — лечебным и тонизирующим свойством.

### **Ракообразные**

Ракообразные поступают сыромороженными и вареномороженными, консервированными и живыми. Креветкообразный рачок криль поступает после предварительной обработки в виде белкового продукта -пасты «Океан».

Мороженые ракообразные варят в кипящей подсоленной воде, пока они не приобретут оранжевого цвета. У крабов в пищу

используют мясо брюшка и конечностей, у креветок и лангустов — шейки, у омаров и речных раков — клешни и шейки.

Ракообразные употребляют в натуральном виде, готовят из них салаты, заливные, вторые горячие блюда и закуски (креветки, жаренные в тесте, лангусты, запеченные под сметанным соусом, омары, тушенные с овощами в томате, и др.).

### **Устрицы и мидии**

Устрицы и мидии поступают замороженными, живыми или консервированными. Створки раковин устриц и мидий должны быть плотно закрыты. Устриц подают сырыми, запеченными, мидий — отварными, жареными и запеченными. Мидий размораживают в холодной воде, удаляют биссус (питательный орган), смывают с раковин песок и зачищают их от прилипших ракушек.

Затем их замачивают в холодной воде в течение 2—3 ч и промывают. Мидий варят с добавлением соли, кореньев, репчатого лука при слабом нагреве в течение 5 мин. Вареное мясо освобождают от раковин, промывают в теплой воде для удаления песка и обжаривают до исчезновения запаха сырости, затем тушат, запекают или используют для приготовления первых блюд. Из мидий готовят салаты, винегреты, щи, борщи, рассольники, гуляш, плов, голубцы и др.

### **Морской гребешок**

Мускул морского гребешка поступает замороженным в блоках и в виде консервов. Блоки размораживают на воздухе при температуре 18—20°C в течение 1—1,5 ч. Морской гребешок варят в кипящей подсоленной воде (1:1,5), добавляют перец горошком, коренья. Время варки не более 15—20 мин. Из мускула морского гребешка готовят заливные салаты, подают его под маринадом, употребляют для приготовления острых супов, жарят в натуральном виде, в сухарях и кляре, запекают под различными соусами.

### **Кальмары**

Кальмары поступают на предприятия общественного питания замороженными блоками, разделанными на филе. Оттаивают их в холодной воде, опускают на 3—6 мин в горячую воду (60—65°C) и удаляют кожицу. Промывают 2—3 раза, опускают в кипящую подсоленную воду и варят не более 5 мин. Из кальмаров готовят

салаты, заливные, подают их под майонезом или маринадом, добавляют в щи, борщи, рассольники, окрошки, в котлетную массу из рыбы. Кальмаров запекают под соусами, фаршируют рисом, овощами и другими продуктами.

### **Трепанги**

Трепанги поступают сушеными. Их промывают в холодной воде, освобождая от угольного порошка, и замачивают в течение 24—30 ч, 2—3 раза меняя воду. После замачивания трепангов разрезают вдоль, удаляют внутренности, заливают холодной водой и доводят до кипения, затем, не вынимая из отвара, охлаждают. Затем их промывают, нарезают и используют для приготовления фаршей, рыбных соусов, холодных закусок, первых и вторых горячих блюд.

### **Морская капуста**

Морская капуста поступает в сушеном, мороженом виде и в виде консервов. Сушеную морскую капусту просматривают, освобождают от механических примесей, замачивают в холодной воде в соотношении 1:8, а затем промывают. Свежемороженую морскую капусту размораживают в течение 1 ч в холодной воде.

При варке заливают холодной водой (1:2), доводят до кипения и варят 2 ч. Затем воду сливают, капусту вторично заливают водой, операцию повторяют еще раз.

### **Блюда из мяса**

Для приготовления блюд из мяса используют все виды тепловой обработки.

### **Мясо отварное**

Для приготовления вторых блюд из вареного мяса используют говядину, свинину, телятину и баранину. Кроме того, в отварном виде подают различные субпродукты, соленые и копченые продукты — солонину, копченую грудинку и корейку, окорок, а также колбасные изделия — сосиски, сардельки, колбасу.

У говяжьей туши целесообразно использовать для варки грудинку, покромку, лопаточную и подлопаточную части, боковую и наружную части задней ноги. У туш мелкого скота — лопатку и грудинку.

Мясо отваривают крупными кусками массой от 1,5 до 2 кг, закладывая в горячую воду (1 — 1,5 л воды на 1 кг мяса). Более

крупные куски провариваются неравномерно. Когда вода закипит, нагрев уменьшают и варку продолжают при очень слабом кипении или без кипения при температуре 85—90°C. Перед отвариванием с внутренней стороны грудинки прорезают пленку вдоль ребер; мякоть лопатки и покромки сворачивают рулетом и перевязывают шпагатом.

За 40 мин до окончания варки кладут репчатый лук, петрушку, сельдерей, морковь и за 30 мин до готовности мясо солят. Готовность мяса определяется проколом поварской иглы, которая должна свободно входить в мясо и так же свободно выходить, вытекающий из прокола сок должен быть прозрачный.

Готовое мясо (говядину) нарезают на порции поперек волокна и отпускают с вареным картофелем, сложным гарниром из вареных и припущенных овощей, картофельным пюре и соусами сметанным с хреном или паровым. Телятину отпускают с припущенным рисом, картофельным пюре, овощами в молочном соусе и соусами паровым или белым с яйцом. К свинине подают тушеную капусту или картофельное пюре и соус красный с луком и горчицей. Баранину отпускают с вареным картофелем припущенным рисом, рассыпчатой гречневой кашей, мясо поливают бульоном.

Вареное мясо до отпуска хранят в небольшом количестве бульона при температуре 50—60°C в посуде с закрытой крышкой.

Из субпродуктов чаще всего отваривают языки, мозги, почки, рубцы. Языки обрабатывают, промывают, заливают горячей водой и варят, как мясо для вторых блюд. Готовые языки перекладывают в холодную воду на 3—5 мин и зачищают от кожи. Нарезают на порционные куски по 2—3 кусочка, заливают бульоном и доводят до кипения. Нарезку порционных кусков начинают с тонкой части языка. Подают язык с картофельным пюре или зеленым горошком и соусами красным с вином или сметанным с хреном.

Мозги замачивают в холодной воде для обескровливания и снятия пленки. Заливают подкисленной и подсоленной холодной водой и варят с добавлением ароматических кореньев и лука в течение 20—25 мин с момента закипания. Хранят мозги в отваре.

При отпуске мозги порционируют, сверху кладут отварные шампиньоны или белые грибы, нарезанные ломтиками, и заливают соусом паровым или белым с яйцом.

Почки говяжьих зачищают от пленок и жира, нарезают вдоль и вымачивают в холодной воде в течение 2—3 ч, затем заливают холодной водой и доводят до кипения отвар сливают, после чего снова заливают холодной водой и варят 1—1,5 ч при слабом кипении.

Готовые почки промывают и используют для приготовления блюда «почки по-русски».

Рубцы вымачивают, ошпаривают, очищают, промывают, закладывают в холодную воду (3 л на 1 кг) и варят 4—5 ч. За 30 мин до окончания варки добавляют коренья, лук, специи. Отварные рубцы используют для приготовления блюда «рубцы, тушеные в белом или томатном соусе».

Сосиски или сардельки кладут в кипящую подсоленную воду (15 г соли на 1 л воды). На 1 кг сосисок или сарделек берут 2—3 л воды. Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают. Когда вода вновь закипит, нагрев ослабляют и сосиски без кипения прогревают 5 мин, сардельки — 7—10 мин. Подают сосиски и сардельки с картофельным пюре, тушеной капустой, рассыпчатой гречневой кашей, вареными макаронами. Можно подать соус красный с луком и горчицей.

### **Мясо жареное**

Мясо жарят крупными, порционными и мелкими кусками, а также в виде изделий из котлетной массы.

Жарка крупными кусками. Крупными кусками жарят вырезку, толстый и тонкий края (говядина). Из туш мелкого скота — окорок, корейку, лопатку и грудинку.

Жарят мясо крупными кусками двумя способами: традиционным и с предварительным посолом.

*Первый способ.* Крупные куски мяса массой от 1,5 до 2 кг зачищают, натирают солью, перцем и укладывают на противни или сковороды с хорошо разогретым жиром (160°C) на расстоянии 4—5 см. Вначале мясо обжаривают на плите до образования румяной корочки, после этого дожаривают в жарочном шкафу при температуре 175—180°C. В процессе жарки каждые 10—15 мин мясо поливают жиром. Готовность узнают по упругости мяса и по цвету сока, вытекающего при проколе поварской иглой (при полном

прожаривании сок прозрачный). Время обжаривания зависит от размеров кусков и вида мяса.

*Второй способ (с предварительным посолом).* При этом способе жарки получают вкусное и сочное мясо, так как потери питательных веществ на 1 — 2 % ниже, чем в первом случае.

Главное заключается в том, что мясо солят заранее (за 6—8 ч), укладывают в два слоя в лотки и оставляют в холодильной камере. В один слой укладывают окорока. Лопатки и грудинки для равномерного посола формируют в виде рулетов и перевязывают шпагатом.

Перед жаркой полуфабрикатов из говядины противни хорошо смазывают жиром и укладывают примерно одинаковые по величине куски на расстоянии не более 0,5 см. Противни с мясом помещают в жарочный шкаф с температурой 260—275°C на 20 мин. За это время на поверхности мяса образуется румяная корочка, после чего нагрев уменьшают до температуры 160—175°C и мясо дожаривают до готовности (В существующих тепловых аппаратах невозможно быстро снизить температуру, поэтому кроме переключения на слабый нагрев необходимо открыть дверцу на 10—15 мин.).

При жарке крупных кусков свинины их следует выкладывать на противни жирной стороной вверх, тогда поверхностный слой покрывается золотисто-коричневой корочкой. Для сбора выделяющегося сока следует брать противни с высокими бортами (6—7 см). Поливать мясо соком и жиром в процессе жарки через определенные промежутки времени не обязательно.

Хранят жареное мясо на противнях при температуре 50—60°C и по мере спроса нарезают поперек волокон тонкими широкими кусками. Подают говядину жареную (ростбиф) с картофелем, жаренным во фритюре, и строганым хреном или сложным гарниром. Сбоку к мясу подливают мясной сок.

Свинину подают с жареным картофелем, тушеной капустой, картофельным пюре, со сложным гарниром, в состав которого включают тушеную капусту. Мясной сок подливают сбоку.

Баранину подают с жареным картофелем, рассыпчатой гречневой кашей, фасолью, запавленной маслом, или сложным



гарниром. Сбоку к баранине подливают мясной сок или в соуснике подают молочный соус с луком (субиз).

Жарка порционными кусками. К натуральным жареным мясным порционным изделиям относятся бифштексы, филе, лангеты, эскалопы, антрекоты, котлеты натуральные; к панированным — ромштексы, шницели, котлеты панированные. Жарят натуральные и панированные полуфабрикаты основным способом. Для жарки используют обычно чугунные сковороды или сотейники. Жиры берут для жарки 5—10% массы изделий. Жир разогревают до температуры 160°C.

Подготовленные полуфабрикаты кладут на сковороды на некотором расстоянии друг от друга и обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки. Доводят до готовности натуральные изделия, уменьшив нагрев, а панированные изделия — в жарочном шкафу. Продолжительность жарки порционных кусков составляет 10—15 мин. Порционные мясные изделия жарят перед подачей блюда.

Мясо, жаренное порционными кусками, отпускают следующим образом.

Бифштекс натуральный подают со сложным гарниром и строганным хреном, сбоку подливают мясной сок, сверху поливают растопленным маслом. Можно отпускать бифштекс с яйцом (яичница-глазунья) и жареным картофелем или с луком (по-деревенски) и картофелем, жареным кружочками, располагая его в виде веера, а сверху на бифштекс кладут лук фри.

Филе и лангеты подают натуральными и в соусе. В натуральном виде эти изделия подают со сложным гарниром и мясным соком. При подаче в соусе филе и лангет гарнируют картофелем, жареным во фритюре.

Филе укладывают на крутон, покрытый ломтиками ветчины или вареного языка.

Антрекоты гарнируют жареным картофелем или картофелем в молоке и строганным хреном, на антрекот кладут кусочек зеленого масла.

Эскалопы подают натуральными и в соусе. К натуральному эскалопу подают сложный гарнир и сбоку подливают мясной сок.

Эскалоп в соусе подают на крутоне, поливают соусом и сверху помещают жареные помидоры, гарнируют жареным картофелем.

Натуральные котлеты отпускают со сложным гарниром и мясным соком. К бараньим котлетам можно подать соус молочный с луком (субиз).

Панированные изделия обычно подают со сложным гарниром или жареным картофелем и поливают растопленным сливочным маслом.

Жарка мелкими кусками. К натуральным мясным изделиям, жареным мелкими кусками, относятся бефстроганов, поджарка, шашлыки. Мясо нарезают соломкой (бефстроганов), брусочками (поджарка) и кубиками (шашлыки). Мясо для бефстроганов и поджарки обжаривают основным способом, солят, посыпают перцем, заливают соусом и доводят до кипения. Шашлыки, как правило, жарят на открытом огне.

Бефстроганов и поджарку отпускают с картофелем жареным. Шашлык по-кавказски гарнируют лимоном, помидорами, крупно нарезанным зеленым луком, зеленью. Отдельно подают соус Ткемали, Восток, Южный, толченый барбарис.

### **Мясо тушеное**

Тушат мясо крупными, порционными и мелкими кусками. Применяют тушение обычно в тех случаях, когда нужно размягчить мясо с более плотной и грубой соединительной тканью. Поэтому при тушении используют кислые соусы, томатное пюре, кислые вина, маринованные ягоды и плоды, так как кислоты способствуют более быстрому распаду коллагена и переходу его в глютин.

Для придания мясу особого вкуса и аромата во время тушения добавляют пряности и ароматические овощи.

Тушение мяса крупными кусками. Тушат крупными кусками боковую и наружную части задней ноги говяжьей туши, а у мелкого скота — лопатку. Подготовленное мясо нарезают на куски массой не более 2 кг, солят, посыпают перцем и обжаривают со всех сторон основным способом до появления румяной корочки. Говядину (перед обжариванием) можно шпиговать морковью, петрушкой или шпиком.

Обжаренное мясо перекладывают в сотейник, заливают бульоном и тушат до готовности с добавлением пассерованных

ароматических кореньев, лука и томатного пюре. На бульоне от тушения готовят красный соус. При отпуске мясо нарезают поперек волокон по 1—2 куса на порцию и подают с вареными макаронами, картофельным пюре, вареным картофелем. Мясо поливают соусом красным. Свинину тушеную подают с тушеной капустой.

Тушение мяса порционными кусками. Порционными кусками тушат говядину, баранину, свинину духовую, зразы отбивные, говядину в кисло-сладком соусе.

Для мяса духового и говядины в кисло-сладком соусе мясо нарезают по два куса на порцию, посыпают солью и перцем (для зраз мясо отбивают), обжаривают основным способом и тушат в бульоне до полуготовности с добавлением пассерованных кореньев, лука и томатного пюре. На бульоне, полученном при тушении, приготавливают красный соус, заливают им мясо, вводят подготовленные обжаренные овощи и продолжают тушение.

Мясо духовое подают в порционных глиняных горшочках или баранчиках, посыпав зеленью. Зразы отбивные отпускают с рассыпчатой гречневой кашей, поливают красным соусом. Говядину в кисло-сладком соусе подают с вареными макаронами и картофелем. При отпуске посыпают зеленью.

Тушение мяса мелкими кусками. Из говядины приготавливают гуляш и азу; из баранины — плов и рагу; из свинины — рагу по-домашнему и гуляш.

Мясо для азу нарезают брусочками толщиной 1 см и длиной 3—4 см, используя боковую и наружную части задней ноги. Для гуляша мясо нарезают кубиками массой 20—30 г, используя покромку I категории упитанности, мя- 3 коть говяжьей и свиной лопатки и шейную свиную мякоть. Плов приготавливают из бараньей лопатки. Нарезают мякоть лопатки кубиками массой 15—20 г. Рагу нарубают из бараньей грудинки по два куса на порцию вместе с плоскими костями.

Мясо обжаривают основным способом, солят, посыпают перцем, заливают бульоном и тушат с добавлением пассерованного томата. На бульоне от тушения приготавливают красный соус и продолжают тушение в соусе. Азу и рагу тушат вместе с гарниром. Мясо для плова обжаривают и тушат в бульоне вместе с пассерованной морковью,

луком, томатным пюре и рисом. Гуляш отпускают с макаронными изделиями, рассыпчатыми кашами, картофельным пюре и вареным картофелем.

Азу, рагу и плов подают с теми же гарнирами, с которыми они готовились. При отпуске посыпают зеленью.

### **Мясо запеченное**

Перед запеканием мясо тушат, отваривают или жарят крупными кусками. Подготовленное мясо нарезают на порционные куски и запекают с соусами и гарнирами на порционных сковородах, металлических блюдах или противнях, посыпав тертым сыром и сбрызнув растопленным маслом, при температуре 280°С. Некоторые изделия запекают без соуса (рулеты и запеканки с мясным фаршем), рулеты мясные запекают сырыми при температуре 200—220°С.

Изделия из запеченного мяса отпускают с теми же гарнирами и соусами, с которыми их запекают.

### **Рубленые изделия из мяса**

Для приготовления рубленых изделий используют следующие части туш: говяжьей — мякоть шеи, пашину, покромку II категории питанности, обрезки; бараньей и козлиной — шею и обрезки; свиной — обрезки. Обрезки используют зачищенными от сухожилий. Такое мясо называется котлетным. Из котлетного мяса приготавливают два вида мясной рубки: с добавлением белого хлеба (котлетная масса) и без добавления белого хлеба (натуральная рубка).

Мясо нарезают на куски и пропускают через мясорубку. Если мясорубка с одной решеткой, то мясо пропускают два раза, а если с двумя решетками, то один раз. В измельченное мясо добавляют замоченный в холодной воде и хорошо отжатый черствый белый хлеб, соль, перец и снова пропускают через мясорубку. В котлетную массу вводят холодную воду, все хорошо перемешивают и выбивают до получения пышной однородной консистенции, затем формируют котлеты, биточки, шницели.

Для изготовления тефтелей, зраз и рулетов массу готовят таким же образом, но с меньшим количеством хлеба. Кроме того, в массу для тефтелей добавляют пассерованный лук. Условно принято называть массу для котлет, биточков и шницелей 25%-ной рубкой (25% составляет хлеб к массе мяса), а массу для рулетов, зраз,

тефтелей — 18—20%-ной рубкой. Котлетам придают овальную приплюснутую форму с одним заостренным концом толщиной 1,5—2 см, шницелям — овальную плоскую форму толщиной 0,6—0,7 см, биточкам — круглую приплюснутую форму толщиной 2 см. Изделия панируют в сухарях, обжаривают основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Для приготовления зраз рубку разделяют в виде лепешек, на середину кладут фарш, края лепешек соединяют и формируют изделия овально-приплюснутой формы, панируют в сухарях, жарят основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу. Фарш приготавливают из нашинкованных вареных яиц, пассерованного репчатого лука, рубленой зелени и молотых сухарей.

Тефтели формируют в виде шариков диаметром 3 см, панируют в муке, обжаривают и доводят до готовности в соусе красном с кореньями, или томатном, или сметанном, или сметанном с томатом.

Для приготовления рулета рубку укладывают тонким слоем (1,5—2 см) на мокрое полотенце или ткань, придав форму прямоугольного пласта, на середину по всей длине кладут фарш, края рулета соединяют с помощью ткани, придают рулету правильную форму и перекладывают на противень, смазанный жиром, швом вниз. Поверхность изделия смазывают льезоном, посыпают сухарями и делают ножом несколько проколов, чтобы при запекании мог выходить пар и рулет не трескался. Подготовленный рулет запекают в жарочном шкафу.

Котлеты отпускают с жареным картофелем, картофельным пюре, отваренными макаронными изделиями или рассыпчатыми кашами, поливают растопленным сливочным маслом или сбоку подливают соус красный или луковый с горчицей.

Биточки отпускают с рисом припущенным, вареным картофелем или картофельным пюре и поливают соусами сметанным, томатным, красным с луком и корнишонами.

Шницели подают со сложным гарниром или жареным картофелем и поливают маслом.

Зразы отпускают с рассыпчатой гречневой кашей и поливают маслом или подливают сбоку красный соус.

Тефтели отпускают с припущенным рисом, с рассыпчатой гречневой кашей, с картофельным пюре и соусом, в котором они тушились.

Рулет нарезают по одному-два куска на порцию, поливают маслом или сбоку подливают красный соус.

Натуральную рубку приготавливают следующим образом: котлетное мясо нарезают на куски и измельчают на мясорубке, вводят нарезанный кубиками шпик или сало, воду, соль, перец и хорошо перемешивают. Из натуральной рубки готовят бифштексы, шницели, люля-кебаб, фрикадельки и фарш для блюд из овощей.

Бифштексам придают круглую приплюснутую форму толщиной 1,5—2 см, обжаривают основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Люля-кебаб приготавливают из баранины. Рубку маринуют, придают изделию форму валика, надевают на шпажку и жарят на открытом огне.

Из натуральной рубки без сала, но с добавлением сырых яиц приготавливают фрикадельки, которые служат гарниром к первым блюдам.

Бифштекс рубленый отпускают так же, как бифштекс натуральный, люля-кебаб — как шашлык кавказский.

### **Блюда из птицы и дичи**

#### **Птица отварная**

Для вторых блюд сельскохозяйственную птицу и пернатую дичь варят, припускают, жарят и тушат. Варят кур, цыплят и индеек. Дичь обычно жарят, а гусей и уток чаще всего жарят и тушат.

Механическая кулинарная обработка птицы. Птица на предприятия общественного питания поступает остывшей, охлажденной или мороженой в ошипанном виде потрошеной или полупотрошеной. Размораживание птицы производят на столах или стеллажах, укладывая тушки в один ряд так, чтобы они не соприкасались друг с другом (при температуре 0—8°С и относительной влажности воздуха 90—95%).

Опаливают птицу для удаления мелкого пуха и волосков. Для этого ее обсушивают тканью, натирают отрубями или мукой и

опаливают над газовой горелкой или на специальных горнах, держа птицу за ноги и голову.

Затем у тушки удаляют пеньки, отрезают голову на уровне второго шейного позвонка. У тушек цыплят оставляют всю кожу шеи, у потрошенной птицы отделяют 2/3 части кожи шеи. Ножки отрубают по заплюсневый сустав. Если отрубить ножки по заплюсневый сустав, то при тепловой обработке мышечная ткань сожмется, обнажив большой конец кости.

Для удаления шеи со стороны спинки делают продольный разрез кожи на шее, обнажают ее и отрезают на уровне второго шейного позвонка. Через образовавшееся отверстие удаляют зоб с пищеводом и дыхательное горло. Остальные внутренности удаляют через анальное отверстие, которое предварительно вырезают.

Промывают птицу в проточной воде, удаляя оставшиеся пеньки.

Обработанную птицу заправляют «в кармашек»

Заправка «в кармашек». На брюшке птицы делают надрезы и вставляют в них ножки. Кожу шеи завертывают на спинку, прикрыв ею шейное отверстие, выворачивают крылья и прижимают их к спинке, закрепляя кожу. Заправку осуществляют для того, чтобы в процессе тепловой обработки все части тушки равномерно прогревались, а также для удобства нарезки их на порционные куски после тепловой обработки.

### **Обработка потрохов**

У печени срезают желчный пузырь, стараясь не повредить его и не дать растечься желчи, после чего печень промывают. Если на печени имеются следы желчи, их необходимо срезать. У желудка удаляют содержимое с оболочкой. Для этого желудок надрезают до середины, выворачивают, удаляют его содержимое и промывают. У сердца удаляют внутренние сгустки крови и промывают. Ножки погружают на 2—3 мин в кипяток, после чего соскабливают кожу, обрубают и промывают.

Петушине гребешки обрезают, ошпаривают кипятком и оставляют в нем на 1—2 мин, затем протирают солью и удаляют кожу.

Головки ошпаривают, ощипывают перья, отрубают клюв с нижней челюстью, вынимают глаза и промывают.

Шейки и крылышки зачищают от пеньков. Шею освобождают от пищевода и трахеи и промывают.

Все перечисленные полезные отходы (потроха), кроме печени, используют для варки. Желудки и сердце иногда тушат. Печень жарят.

### **Варка птицы**

Подготовленную к варке птицу кладут в горячую воду (2—2,5 л жидкости на 1 кг) и нагревают до кипения. После закипания с бульона снимают пену, добавляют нарезанные корни, лук репчатый, соль и варят при слабом кипении до готовности. Готовность тушки птицы определяют прокалыванием утолщенной части ножек поварской иглой. Время варки зависит от возраста птицы, ее пола и массы. Молодых кур и цыплят варят около 1 ч, старых кур и петухов — около 2 ч.

### **Порционирование птицы**

Сваренную птицу вынимают из бульона, охлаждают и нарубают на порции. Тушку кладут на разделочную доску спинкой вниз. Средним ножом поварской тройки делают надрез ткани под килевой костью до позвоночника, переламывают позвоночник и перерезают кожу на спинке. Таким образом отделяют нижнюю часть тушки. Ножки отрезают, отрубают заплюсневый сустав и в случае надобности (в зависимости от требуемой массы порций) перерезают пополам.

У верхней части тушки перерубают косточку-вилку, вырубают позвоночник и отрезают крылья с частью мякоти филе и спинки. Филейную часть рубают вдоль пополам. Спинку нижней части тушки рубят небольшими кусочками, которые добавляют к порциям, нарезанным из филе и ножек. Птицу заливают бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в посуде с закрытой крышкой. Если сваренная птица реализуется не сразу, ее охлаждают целиком в собственном отваре.

Отпуск отварной птицы. Отварную птицу, как правило, отпускают с гарниром из откидного или припущенного риса, с соусами паровым Или белым с яйцом. Можно подать также с гарнирами из отварных и припущенных овощей. На подогретое овальное блюдо или тарелку кладут гарнир, сбоку, чуть прикрывая



его, помещают кусок отварной птицы и поливают ее соусом, не затрагивая гарнира. Борта посуды должны быть чистыми. Блюдо можно украсить веточками зелени.

### **Птица жареная**

Для вторых блюд жарят домашнюю птицу и дичь тушками и порционными кусками. Механическую кулинарную обработку цыплят, индеек, гусей и уток производят так же, как и обработку кур. Дичь обрабатывают иначе.

Обработка пернатой дичи. Дичь обычно поступает в пере и непотрошенной. Если она поступает мороженой, ее оттаивают так же, как потрошеную птицу. С оттаявших тушек дичи перья удаляют ощипыванием, начиная с шеи.

Ощипывание производится осторожно, чтобы не повредить кожу, которую при этом слегка оттягивают, а затем обсушивают и опаливают. Дальнейшую обработку крупной (глухари, тетерева, фазаны) и средней дичи (куропатки, рябчики) производят так же, как обработку домашней птицы. У мелкой дичи (вальдшнепы, дупеля, бекасы, перепела) сдирают кожу с шейки, вынимают глаза и потрошат тушки через разрез со стороны спинки. Потроха дичи в пищу не используют.

### **Заправка птицы и дичи**

Обработанные тушки птицы и дичи для придания компактности и для равномерного прогревания при жарке заправляют. Вместо ранее применявшихся способов заправки птицы шпагатом в одну и в две нитки в настоящее время практикуют перевязывание тушек. Кожу от шейки заворачивают на спинку, тушку кладут спинкой вниз на шпагат и, прижав крылышки, скрепляют их шпагатом поперек крест-накрест. Затем прижимают ножки к туловищу и стягивают их шпагатом, завязав его концы на спинке.

Можно заправить тушку с помощью проволочного зажима, прижимающего к тушке ножки и крылышки.

### **Заправка мелкой дичи**

Для заправки «в муфточку» у тушек перепелов отрезают шею вместе с головой и через образовавшееся отверстие удаляют внутренности. Тушки промывают, отрубают ножки по пяточный сустав и на одной ножке ближе к коленному суставу делают разрез

между костью и сухожилием. В этот разрез вставляют другую ножку. Для заправки «клювом» у обработанных вальдшнепов, дупелей и бекасов отрубают ножки по пяточный сустав, слегка раздробляют их в голених, после чего их переплетают и прижимают к филейной части. Затем клювом прикрепляют окорочка к тушке.

### **Снятие филе**

Птицу и дичь жарят не только целиком, но и в виде порционных изделий из филе.

Для снятия филе обработанную птицу кладут спинкой вниз на разделочную доску, разрезают кожу в пашинках, выворачивают ножки в суставах так, чтобы они легли на разделочную доску и снимают кожу по направлению к шее, обнажая филе. Крылья отрубают по локтевой сустав и перерезают сухожилия в плечевом суставе так, чтобы крыльная косточка осталась в филе.

Затем по выступу килевой кости подрезают мякоть, перерубают косточку-вилку и срезают сначала одно филе вместе с крыльной косточкой, а затем другое. Снятое филе состоит из двух слоев мышц — большого (наружного) с крыльной косточкой и малого (внутреннего) филе.

### **Зачистка филе**

От большого филе отделяют малое и удаляют косточку-вилку. Зачищают крыльную косточку и отрубают от нее утолщенную часть.

Большое филе кладут внутренней стороной вверх на сухую разделочную доску, чтобы оно не скользило по доске, и срезают пленку тонким и влажным ножом, придерживая филе левой рукой. Затем в большом филе делают продольный надрез мякоти, перерезают в нескольких местах сухожилие или вырезают его и разворачивают мякоть в обе стороны от разреза. У малого филе удаляют внутреннее сухожилие, которое прижимают пяткой ножа к доске, а левой рукой отделяют от него мякоть, затем мякоть отбивают.

Так обрабатывают филе для приготовления полуфабрикатов из кур, цыплят, индеек, куропаток и рябчиков.

### **Полуфабрикаты из филе**

Из филе кур и индеек готовят котлеты натуральные, панированные, фаршированные и шницели.

Котлеты натуральные. Большое филе укладывают на разделочную доску наружной стороной вниз, отбивают увлажненной тупкой, на середину кладут малое филе и заворачивают края большого филе, придавая котлете овальную форму.

Котлета панированная или куриное филе в сухарях (котлета «деволя и»). Полуфабрикат готовят, как для натуральной котлеты, солят, смачивают в льезоне и панируют в белой панировке. Для того чтобы котлета была сочнее, под малое филе следует положить небольшой кусочек сливочного масла (3—5 г).

Котлеты фаршированные (по-киевски и «марешаль»). Для котлет по-киевски подготовленное большое филе слегка отбивают увлажненной тупкой до толщины 2,5—3 мм, фаршируют сливочным или зеленым маслом (растертым с зеленью петрушки, лимонным соком и яичными желтками), смачивают в яйце, панируют в белой панировке, а затем еще раз смачивают в яйце и панируют в белой панировке.

Для котлет «марешаль» филе кур или индеек фаршируют густым молочным соусом с шампиньонами или белыми грибами, а филе куропаток и рябчиков — печеночным паштетом. Косточку отрезают и вставляют в узкий конец котлеты. Панируют их так же, как котлеты по-киевски.

### **Жарка птицы и дичи**

Перед жаркой тушки птицы и дичи натирают солью с наружной и внутренней сторон. Основным способом жарят кур, цыплят, индеек и не крупную дичь. Цыплят, куропаток и рябчиков обжаривают на сильном огне до образования румяной корочки и доводят до готовности на слабо нагретом листе плиты. Кур, тетеревов, глухарей и фазанов после обжаривания на поверхности плиты доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 170—180°C. В этом случае тушки укладывают на противни спинкой вниз, в процессе периодически поливают вытекающим соком и жиром. Дичь предварительно покрывают отбитыми ломтиками шпика, перевязывают нитками, смазывают сметане. Жарят основным способом и в сотейниках, прикрывая перед окончанием жарки крышкой. Готовность птицы и дичи определяют прокалыванием

утолщенной ножек поварской иглой. Готовые тушки освобождая от шпика.

Индейки, гусей и уток жарят в жарочном шкафу при температуре 280-300°C до образования румяной корочки, доводят до готовности при температуре 170-180 поливая жирных уток и гусей горячей водой. Во время жарки тушки периодически переворачивают и поливают жиром и соком.

Натуральные котлеты из сельскохозяйственной птицы жарят основным способом, так же, как натуральные изделия из мяса, а куриное филе в сухарях и птицу по-столичному — как панированные.

Фаршированные изделия из филе жарят во фритюре до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Цыплят можно жарить под прессом («цыплята табака»).

Продолжительность жарки цыплят, куропаток, рябчиков 20—30 мин, тетеревов — 40—45, кур и уток — 40—60 мин, гусей и индеек — 1—1,5 ч.

### **Отпуск жареной птицы и дичи**

Порционируют жареную птицу и дичь непосредственно перед отпуском, гусей, уток, кур, а также крупную дичь рекомендуется подавать по два куска на порцию (ножка и филе). Цыплят - по одному куску. Дичь среднего размера рубят: пополам, мелкую подают целиком. При порционировании крупной птицы вырубают спинную кость.

На гарнир к жареным курам, цыплятам, индейкам подают картофель, жаренный во фритюре, а также зеленый салат, свежие, соленые или маринованные огурцы, свежие помидоры, салат из краснокочанной капусты маринованные ягоды. Для подачи салатов и маринованных ягод можно использовать салатники или вазы. Уток жареных гарнируют печеными яблоками, тушеной капустой и жареным картофелем, гусей — тушеной капустой, яблоками или рассыпчатой гречневой кашей. Дичь подают с картофелем, жареным во фритюре, салатами, маринованными фруктами и ягодами, брусничным или черносмородиновым вареньем, а также моченой брусникой или мочеными яблоками.

Мелкую дичь подают на крутонах из обжаренного белого хлеба, смазанных печеночным паштетом, и гарнируют так же, как остальную дичь.

При отпуске жареной птицы и дичи сбоку подливают мясной сок, а сверху ее поливают растопленным маслом или жиром, вытопившимся при жарке. На гарнир к изделиям из филе птицы используют картофель, жаренный во фритюре, морковь, припущенную в масле или молочном соусе, грибы в сметане. Такие гарниры, как овощи, припущенные в масле и молочном соусе, грибы в сметане, рекомендуется подавать в тарталетках, выпеченных из сдобного пресного, слоеного или блинного теста.

Котлеты натуральные и фаршированные часто подают на крутонах из обжаренного белого хлеба или выпеченного слоеного теста, вырезанного по форме изделия.

Изделия из филе при отпуске поливают маслом, к котлетам натуральным подливают мясной сок, к фаршированным котлетам (за исключением котлет по-киевски) отдельно в соуснике подают соус мадера.

#### **Рубленые изделия из птицы и дичи**

Из птицы и дичи готовят котлетную и кнельную массу. Из котлетной массы формируют котлеты и биточки.

#### **Котлеты пожарские и гатчинские**

Мякоть сырой птицы или дичи измельчают на мясорубке. Белый пшеничный хлеб без корок замачивают в холодной воде, а затем отжимают и заливают молоком. Рубленую мякоть соединяют с хлебом, слегка отжатым от молока, хорошо вымешивают и вторично измельчают на мясорубке. В массу вводят размягченное сливочное масло, соль, молоко, хорошо вымешивают и выбивают для придания пышности.

Биточки обычно приготавливают паровыми, поэтому их не панируют. Пожарские котлеты готовят из кур, цыплят и индеек, формируя по 2—3 шт. на порцию, и панируют в фигурной панировке (белый хлеб, нарезанный кубиками). Форма котлет яйцевидно-приплюснутая.

Гатчинские котлеты готовят из рябчиков, куропаток, фазанов и тетеревов. Изделиям придают овальную форму с двумя заостренными

концами. Панируют в фигурной панировке. Пожарские и гатчинские котлеты обжаривают основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу. Подают со сложным гарниром. При отпуске котлеты поливают маслом и украшают зеленью.

Гарнир желателно подавать в тарталетках.

### **Кнели из птицы и дичи**

Для приготовления кнельной массы зачищенную мякоть птицы или дичь измельчают 2—3 раза на мясорубке с мелкой решеткой, добавляют замоченный в молоке и слегка отжатый белый хлеб (без корок), размешивают и еще раз пропускают через мясорубку, после чего массу толкут в мраморной ступке, протирают через сито. Затем вводят яичные белки и взбивают массу в машине или лопаткой, постепенно подливая холодное молоко или сливки. Взбивать массу надо до тех пор, пока кусочек кнели, брошенный в воду, будет держаться на поверхности. Готовую кнельную массу солят мелкой солью. Преждевременное введение соли затрудняет протирание и особенно взбивание кнельной массы. Используют массу для приготовления вторых блюд, горячих закусок, гарниров к прозрачным супам, некоторых холодных закусок и для фарширования изделий из птицы и дичи.

Для приготовления вторых блюд кнельную массу варят на пару в формочках, смазанных маслом, или разделявают и отваривают как клецки.

В качестве гарнира используют припущенный рис, зеленый горошек или картофельное пюре.

Подают кнели с соусом паровым или белым с яйцом.

## **Лабораторная работа № 5. Приготовление и презентация блюд из рыбы отварной, припущенной, тушеной, и морепродуктов**

**Задание:** Приготовить и презентовать: рыбу в рассоле, рыбу припущенную по-русски и рыбу запеченную по-московски.

**Определить:** массу полуфабрикатов и массу порционных кусков после тепловой обработки.

### **Инструменты, инвентарь и посуда**

Кастрюли вместимостью 1 л для варки картофеля, рыбы, соусов, грибов, бланширования огурцов, припускания кореньев; сотейник для

припускания рыбы; сковорода для пассерования овощей, жарки рыбы и картофеля; порционная сковорода для запекания рыбы; ножи поварские, лопатки металлические и деревянные; сито; шумовка; разделочные доски «ОС», «РС»; блюда металлические, порционные, тарелки, соусники.

**Рыба, припущенная с соусом белым с рассолом (№ 510, раскладка Сборника 1981г.)**

Рыбу разделить на порционные куски с кожей, без костей, а рыбу осетровых пород — с кожей без хрящей (куски ошпарить и обмыть).

Уложить в один ряд в сотейник, смазанный маслом, подлить рыбный бульон (0,3 л на 1 кг рыбы), положить корни и лук, добавить соль, огуречный рассол или кожицу соленых огурцов. Рыбу припустить в посуде с закрытой крышкой до готовности. Приготовить белый соус так же, как и для соуса польского. Приготовить соус рассол. В основной белый соус влить бульон (фон), полученный в результате припускания рыбы. Соленые огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать ромбиками и сбланшировать. В состав гарнира для данного соуса входят также вареные белые грибы или шампиньоны, нарезанные треугольниками, вареные хрящи, нарезанные ломтиками. Подготовленные гарниры положить в соус, заправить по вкусу солью, прокипяченным огуречным рассолом.

Некрупный картофель обточить в виде бочонков, отварить и обсушить.

На подогретое блюдо или мелкую тарелку уложить картофель, полить его маслом и посыпать зеленью. Кусок рыбы положить рядом с картофелем, полить соусом, сверху положить кружочек очищенного лимона, украсить зеленью.

Рыба (треска) 161/122, лук репчатый 5/4, петрушка (корень) 5/4, огурцы соленые 48/29, шампиньоны 28/21.

Гарнир (№ 757): картофель 198/148, масло сливочное 7. Соус (№ 856): бульон рыбный 80, маргарин 4, мука пшеничная 4, лук репчатый 3/2, петрушка 2, огуречный рассол 11, масло сливочное 6, кислота лимонная 0,04 Выход 100/150/75.

**Требования к качеству.** Вкус в меру соленый, запах — свойственный данному виду рыбы и продуктам, использованным при

припускании. Цвет рыбы белый с желтоватым оттенком, консистенция мягкая, куски неразварившиеся. Вкус соуса солоновато-кислый с характерным привкусом огуречного рассола и грибов. Цвет белый. Консистенция средней густоты, гарниры аккуратно нарезаны. Картофель мягкий, но не переваренный, сохранивший форму.

### **Рыба по-русски (№ 336)**

Припустить подготовленные порционные куски рыбы (с кожей, без костей или хрящей) с добавлением отвара грибов, соли и сливочного масла. На полученном бульоне приготовить томатный соус.

Приготовить гарнир для соуса. Морковь, петрушку нарезать брусочками, лук репчатый нарезать дольками или полукольцами и припустить. Огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать ромбиками, сбланшировать. Вареные белые грибы или шампиньоны нарезать треугольниками, вареные хрящи осетровых рыб нашинковать ломтиками. Каперсы отжать от рассола, маслины освободить от косточек. Подготовленный гарнир ввести в томатный соус и прогреть 8—10 мин. Приготовить отварной картофель, нарезанный бочонками или шариками.

На подогретое овальное блюдо или мелкую тарелку положить гарнир, заправленный маслом и посыпанный зеленью. Рядом уложить порционные куски рыбы и залить их соусом. Украсить блюдо зеленью.

Треска 161/122 или севрюга 232/123, морковь 8/6, лук 1 репчатый 4/3, петрушка (корень) 8/6, огурцы соленые 12/7, шампиньоны свежие 14/11, каперсы 8/4, маслины 12/8. Гарнир (№ 757): картофель 198/148, масло сливочное 7. Соус (№ 857): бульон рыбный 53, маргарин 4,5, мука пшеничная 3, морковь 5/4, лук репчатый 3/2, петрушка (корень) 2, томатное пюре 26, сахар 1. Выход 100/150/100.

**Требования к качеству.** Вкус и запах — свойственные данному виду рыбы. Цвет белый с желтоватым оттенком.

Консистенция мягкая. Вкус соуса острый, с запахом гарниров, входящих в состав соуса; цвет оранжевый. Консистенция средней густоты с включениями элементов гарнира. Картофель мягкий,



хорошо сохранивший форму, в меру соленый, заправлен маслом и посыпан зеленью.

### **Рыба, запеченная в сметанном соусе с грибами, по-московски (№ 359)**

Порционные, куски рыбы без кожи и костей посолить, посыпать перцем, запанировать в муке, обжарить основным способом до румяной корочки с двух сторон. Белые грибы или шампиньоны сварить, нарезать ломтиками и слегка обжарить на масле. Репчатый лук нашинковать полукольцами и пассеровать до золотистого цвета. Вареные вкрутую яйца нарезать кружочками. Приготовить сметанный соус.

Порционные сковороды смазать маслом, налить небольшое количество соуса, уложить куски жареной рыбы, на нее — пассерованный лук, грибы и хрящи, а сверху -кружочки вареного яйца. Вокруг рыбы расположить веером кружочки жареного картофеля, залить все сметанным соусом средней густоты, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь при температуре 270—280°С. При подаче порционную сковороду с запеченной рыбой поставить на мелкую тарелку.

Судак 227/116, мука пшеничная 6, шампиньоны свежие 46/35, лук репчатый 19/16, жир 11, яйца 1/4 шт., сыр 5,4/5, масло сливочное 7. Гарнир (№ 760): картофель 248/181, жир 7. Соус (№ 863): сметана 63, мука пшеничная 6, бульон 63. Выход 370.

**Требования к качеству.** На поверхности изделия поджаренная корочка, цвет золотисто-коричневый. Вкус и запах — свойственный жареной рыбе с привкусом сметаны, пассерованного лука и грибов. На поверхности рельефно выделяются кружочки жареного картофеля. Изделие сочное, все продукты мягкие.

#### **Задание на дом**

1. Составить технологические карты на рыбу по-ленинградски, рыбу фри, рыбу, жаренную в тесте, и тельное.

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

Вопросы для самопроверки

1. Назовите способы разделки рыбы для варки, припускания и запекания.

2. Расскажите о правилах варки и припускания рыбы, о процессах, происходящих при варке и припускании.

3. Назовите принцип подбора гарниров и соусов к рыбе отварной, припущенной и запеченной.

4. Расскажите о правилах запекания рыбы и о процессах, происходящих при запекании рыбы.

5. Назовите общие операции при изготовлении соуса русского и соуса рассол.

6. Какова роль лимонной кислоты, введенной в соус польский?

### **Лабораторная работа № 6 Приготовление и презентация блюд из жареной, рубленой рыбы**

**Задание:** приготовить и презентовать: рыбу по-ленинградски, рыбу фри, рыбу в тесте жареную, тельное.

**Определить:** массу полуфабрикатов из рыбы, продолжительность жарки рыбы и процент потерь при жарке.

**Инструменты, инвентарь и посуда.** Кастрюля вместимостью 2 л для варки бульона; кастрюли вместимостью 1 л и 0,5 л для варки грибов, приготовления томатного соуса, кляра и разогревания зеленого горошка; две сковороды для жарки рыбы и пассерования овощей; фритюрницы для жарки рыбы и картофеля; ножи поварские: шумовки; дуршлаг; сито; веничек; разделочные доски «ОС» и «РС»; лопатки деревянные; хлопчатобумажная ткань для обсушивания картофеля; блюда металлические овальные порционные; порционные сковороды; тарелки мелкие; мясорубка.

#### **Рыба жареная с луком по-ленинградски (№ 347)**

Разделать рыбу на порционные куски, сделать надрезы на коже, посыпать куски солью и перцем, запанировать в муке, обжарить основным способом и довести до готовности в жарочном шкафу. Некрупный картофель нарезать кружочками, обжарить основным способом. Репчатый лук нарезать кольцами, запанировать в муке и обжарить во фритюре, вынуть шумовкой и поместить на сито для стекания жира, после чего посолить мелкой солью.

На горячую порционную сковороду с маслом положить обжаренную рыбу, вокруг нее веером — жареный картофель, а сверху горкой — лук фри.

Треска 155/119, мука пшеничная 6, масло растительное 6. Лук, жаренный во фритюре (№ 783): лук репчатый 123/101, мука пшеничная 2, жир 5. Гарнир (№ 761): картофель 290/217, жир 15. Выход 285.

**Требования к качеству.** Вкус и запах жареной рыбы. Цвет золотистый. Рыба хорошо прожарена, картофель равномерно заколерован и аккуратно уложен вокруг рыбы. Лук румяный, хрустящий, хорошо сохранивший форму колец.

**Рыба жареная с зеленым маслом (№ 526, раскладка Сборника 1981г.)**

Приготовить полуфабрикат в виде бантика или в виде восьмерки. В первом случае филе нарезать порционными кусками в виде ромба по одному на порцию, в середине вдоль куска сделать разрез и, вложив в него один конец, вывернуть полуфабрикат в виде бантика, посыпать солью, перцем, запанировать в муке, смочить в льезоне и запанировать в белой панировке.

Для получения полуфабриката в виде восьмерки филе нарезать полосками толщиной 0,8—1 см и шириной 4—5 см (длина кусков зависит от массы порций), запанировать в двойной панировке, свернуть спиралью в виде восьмерки, а затем сколоть шпажкой.

Полуфабрикат обжарить во фритюре и довести до готовности в жарочном шкафу.

Сырой картофель нарезать брусочками, промыть, обсушить тканью, обжарить основным способом и посолить.

Приготовить горячий томатный соус (в одной посуде для двух блюд). Белую мучную пассеровку развести слегка охлажденным бульоном, приготовленным из отходов рыбы, довести до кипения и проварить 25—30 мин. Спассеровать коренья, лук и томатное пюре, ввести в соус и варить до размягчения овощей. Соус процедить, протереть, довести до кипения, заправить по вкусу солью, сахаром, сливочным маргарином.

Приготовить зеленое масло. Для этого размягчить сливочное масло, ввести в него лимонный сок и мелко нарубленную зелень петрушки или укропа, хорошо перемешать, сформовать в виде цилиндра или прямоугольника и охладить.

На подогретое овальное блюдо или мелкую тарелку сбоку положить жареный картофель, рядом, слегка прикрывая гарнир, — кусок жареной рыбы. Украсить рыбу лимоном и зеленью. Отдельно в соуснике подать соус томатный. Рыбу, отпускаемую на тарелке, полить растопленным маслом, а на рыбу, отпускаемую на блюде положить кусочек зеленого масла.

Приготовленная таким образом рыба является разновидностью рыбы фри и называется рыба «кольбер», или рыба, жаренная с зеленым маслом.

Судак 192/92, мука пшеничная 6, яйца 1/2 шт., сухари 15, жир 10. Масло зеленое (№ 879): масло сливочное 8,5, петрушка 2, лимон 0,8 г. Гарнир (№ 761): картофель 290/217, жир 15. Соус (№ 857): бульон рыбный 53, маргарин 4,5, мука пшеничная 3, морковь 5/4, лук репчатый 3/2, петрушка (корень) 2, томатное пюре 26, сахар 1. Выход 335.

**Требования к качеству.** Вкус рыбы в меру соленый. Рыба хорошо прожарена, цвет корочки золотистый. Картофель мягкий, с хрустящей корочкой. Соус слегка кисловатый, ароматный, однородный. Цвет темно-розовый с блеском.

#### **Рыба в тесте жареная (№ 349)**

Филе без кожи и костей нарезать брусочками толщиной 1—1,5 см, длиной 5—6 см, сложить в неокисляющуюся посуду, сбрызнуть лимонным соком или раствором лимонной кислоты, полить растительным маслом, посыпать зеленью петрушки, солью и поставить в холодильник на 30 мин для маринования.

Приготовить тесто кляр. Отделить белки от желтков. Желтки яиц растереть с солью, сахаром, развести молоком, всыпать просеянную муку, хорошо размешать и влить растительное масло. Белки яиц взбить в пышную пену и ввести в тесто в 2—3 приема. Брусочки рыбы с помощью поварской иглы окунуть в тесто и сразу же положить в горячий жир (170°C). Жарить до образования золотистой равномерной корочки. Обжаренные кусочки вынуть шумовкой на сито, дать стечь жиру.

Перед отпуском рыбу поставить на 3—5 мин в жарочный шкаф. Приготовить зелень фри: наиболее красивые веточки петрушки или

сельдерея вымыть, обсушить, обжарить во фритюре, вынуть шумовкой на сито и дать стечь жиру.

Приготовить соус майонез с корнишонами (тартар). Корнишоны или очищенные соленые огурцы мелко нарубить и, отжав рассол, ввести в готовый майонез. Соус майонез заправить соусом Южный и размешать.

На овальное блюдо положить сложенную льняную или бумажную салфетку, а на нее уложить кусочки рыбы в виде колодца или елочки. С боков разместить дольки лимона, а на рыбу или сбоку от нее положить зелень фри. Чтобы дольки лимона были устойчивыми, надо подрезать кожицу на одном конце и подвернуть ее внутрь. В соуснике подать соус майонез с зеленью или корнишонами либо горячий томатный соус.

Судак 140/67, кислота лимонная 0,2, масло растительное 4, петрушка 3/2, мука пшеничная 30, молоко 30, яйца 3/4 шт., жир 15. Соус (№ 887): майонез 37, огурцы маринованные 23, соус Южный 2. Выход 200.

**Требования к качеству.** Вкус рыбы нежный. Кусочки рыбы равномерно обжарены, цвет золотистый. Соус острый ароматный, огурцы равномерно измельчены. Зелень фри — темно-зеленая с блеском, хрустящая.

#### **Тельное из рыбы (№ 545, раскладка Сборника, 1981г.)**

Филе без кожи и костей дважды пропустить через мясорубку, соединить с замоченным в молоке белым хлебом (без корок), ввести соль, молотый перец, хорошо перемешать, еще раз пропустить через мясорубку, добавить молоко и массу хорошо выбить.

На мокрую ткань положить массу в виде лепешки, на середину уложить фарш и сложить лепешку пополам, придерживая руками края ткани, придать изделию форму полумесяца. Освободить тельное от ткани, смочить в яйце и запанировать в белой панировке.

Для фарша спассеровать мелко нарезанный репчатый лук, добавить вареные белые грибы или шампиньоны и обжарить вместе с луком. Затем перемешать с молотыми сухарями, вареными яйцами, солью и перцем.

Сформованные изделия обжарить во фритюре до румяной корочки и довести до готовности в жарочном шкафу.

Консервированный зеленый горошек разогреть, заправить сливочным маслом.

Картофель брусочками обжарить во фритюре. Приготовить горячий соус.

На подогретое овальное блюдо красиво уложить тельное по две штуки на порцию, зеленый горошек и картофель разместить в вогнутой стороне изделий, украсить зеленью. Тельное полить маргарином. Соус подать отдельно в соуснике. При подаче на тарелке соус подлить сбоку тельного.

Судак 135/65 или треска 89/65, молоко 25. Для фарша: лук репчатый 26/22, жир 4, шампиньоны свежие 18/14, яйца 1/6 шт., сухари 1,5 жир 12, яйца 1 1/6 шт., сухари 6. Гарнир (№ 789): картофель 97/72, жир 5, зеленый горошек 74/48, маргарин 2. Соус (№ 857): бульон рыбный 53, маргарин 4,5, мука пшеничная 3, морковь 5/4, лук репчатый 3/2, петрушка (корень) 2, томатное пюре 26, сахар 1, маргарин 5. Выход 300.

Требования к качеству. Вкус — присущий данному виду рыбы, с характерным привкусом и ароматом жареных грибов и лука. Цвет равномерно-золотистый. Консистенция мягкая, корочка хрустящая, форма изделий хорошо сохранена. Соус слегка кисловатый, однородный, темно-розовый с блеском.

Последовательность операций. Разделать рыбу и нарезать полуфабрикаты (сначала нарезать порционные куски, затем брусочки, а из оставшейся рыбы приготовить рубку), поставить варить бульон из отходов рыбы, поставить мариновать рыбу; обработать овощи, спассеровать коренья, лук и томатное пюре для томатного соуса; приготовить массу для тельного; приготовить томатный соус; приготовить фарш для тельного, приготовить белую панировку, тесто кляр, подготовить картофель для жарки; приготовить полуфабрикат, тельное, обжарить картофель; приготовить зеленое масло, приготовить соус майонез с корнишонами, приготовить лук фри; обжарить все полуфабрикаты и довести до готовности в жарочном шкафу, разогреть зеленый горошек; подготовить посуду для отпуска изделий.

**Задание на дом**

1. Составить технологические карты на баранину отварную с овощами (айриштю), почки по-русски, печень, тушенную в сметане.

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

Вопросы для самопроверки

1. Назовите способы разделки рыбы для жарки основным способом и во фритюре и способы приготовления полуфабрикатов.

2. Расскажите правила жарки рыбы основным способом и во фритюре.

3. Назовите процессы, происходящие при жарке рыбы.

4. Подберите соусы и гарниры к рыбе жареной.

5. Какое значение имеют хлеб и жидкость, введенные в котлетную массу для тельного?

6. Как подготовить фритюр и определить температуру жира?

7. Назовите, в какой последовательности нужно обжаривать во фритюре такие полуфабрикаты, как рыба «кольбер», рыба в тесте, тельное, лук репчатый, картофель и зелень.

### **Лабораторная работа № 7. Приготовление и презентация блюд из отварного припущенного, тушеного мяса и птицы.**

**Задание:** приготовить и презентовать: баранину отварную с овощами (айриштю), почки по-русски и печень, тушенную в соусе.

**Определить:** продолжительность тепловой обработки мяса и мясопродуктов и процент изменения массы при варке по сравнению с нормативными выходами.

**Инструменты, инвентарь и посуда.** Кастрюли вместимостью 1 л; сотейник; сковороды; ножи поварские; шумовка; сито, доски разделочные «ОС», «МС», «МВ», «ОВ»; лопатки деревянные; вилки, баранчик; блюдо металлическое; горшочек порционный, тарелки мелкие.

#### **Баранина отварная с овощами (№ 396)**

Баранину нарезать на куски массой 30—40 г (как для рагу), положить в сотейник или кастрюлю, залить горячей водой, довести до кипения и варить в течение 30 мин, добавив морковь, петрушку и репчатый лук. Сваренную до полуготовности баранину переложить в порционные горшочки, добавить морковь, репу, петрушку,

нарезанные кубиками или дольками, картофель целиком или кубиками, лук репчатый, нарезанный дольками, капусту — шашками. Все это заливают белым соусом, приготовленным на бульоне, в котором варилась баранина, доводят до кипения и варят до готовности. За 5—7 мин до окончания варки заправить специями, солью и мелко нарубленным чесноком. Подать баранину в той же порционной посуде вместе с гарниром и соусом или переложить в баранчик и посыпать рубленой зеленью.

Баранина 164, картофель 100, капуста 69, морковь 31, репа 27, петрушка 13, лук репчатый 24, маргарин 5, мука 3, чеснок 1. Выход 375.

**Требования к качеству.** Вкус и запах баранины, овощей и чеснока. Мясо и овощи мягкие, сохранившие форму нарезки.

#### **Почки по-русски (№ 451)**

Почки обработать. Залить холодной водой, довести до кипения, воду слить, почки промыть, снова залить водой, довести до кипения и варить до готовности при слабом кипении. Готовые почки нарезать ломтиками, слегка обжарить.

Морковь, лук репчатый, петрушку нарезать ломтиками, спассеровать. Огурцы соленые очистить от кожицы и семян, нарезать ромбиками, сбланшировать. Картофель нарезать дольками и обжарить. Приготовить красный соус.

Обжаренные почки соединить с овощами, залить красным соусом, довести до кипения, ввести обжаренный картофель, а через 7—10 мин — сбланшированные огурцы. Блюдо заправить по вкусу перцем, солью, мелко нарубленным чесноком.

При отпуске почки положить на подогретое блюдо или баранчик, посыпать зеленью укропа или петрушки. Жареный картофель можно положить рядом с почками.

Почки 181, картофель 145, морковь 31, лук репчатый 30, петрушка 13, огурцы соленые 58, мука 5, томатное пюре 20, чеснок 1, маргарин 13. Выход 300.

**Требования к качеству.** Вкус острый, в меру соленый, с ароматом кореньев. Не допускается специфический запах. Цвет темно-коричневый, консистенция мягкая, слегка упругая.

#### **Печень, тушенная в соусе (№ 444)**



Печень обработать и нарезать по 1—2 кусочка на порцию, посолить, посыпать перцем, запанировать в муке и обжарить в течение 2—3 мин. Приготовить сметанный соус. Отварить картофель, слить воду, подсушить, до подачи хранить на водяной бане.

Жареную печень залить соусом сметанным, довести до кипения и прекратить нагрев, чтобы печень не стала жесткой. На подогретую тарелку или блюдо выложить картофель и полить его маслом, рядом положить печень в соусе.

Печень 127, мука 5, жир 7, картофель 200, масло сливочное 7. Для соуса: мука 4, масло 4, сметана 38, бульон 38. Выход 300.

Требования к качеству. Вкус и запах, свойственные печени, цвет темно-коричневый, цвет соуса — светло-коричневый, консистенция нежная.

### **Задание на дом**

1. Составить технологическую карту на бифштекс рубленый с луком, бефстроганов, антрекот, грудинку баранью фаршированную и птицу по-столичному.

2. Выписать требование-накладную.

3. Ответить на вопросы для самопроверки.

Вопросы для самопроверки

1. Расскажите об особенностях механической и тепловой кулинарной обработки говяжьих почек, печени.

2. Назовите части баранины, используемые для варки.

3. Расскажите о причинах размягчения мяса в процессе тепловой обработки.

4. Подберите гарниры и соусы к блюдам из субпродуктов.

### **Лабораторная работа № 8 Приготовление и презентация блюд из жареного и рубленого мяса и птицы.**

**Задание:** приготовить и презентовать: антрекот, бефстроганов и бифштекс рубленый с луком, грудинку баранью фаршированную, птицу по-столичному.

**Определить:** продолжительность тепловой обработки и изменение массы после жарки по сравнению с нормативными данными.

**Инструменты, инвентарь и посуда.** Кастрюли вместимостью 1 л; сковороды обычные и порционные; фритюрницы; шумовки; поварские ножи; тяпки; доски разделочные «ОС», «МС»; сито; лопатки деревянные; дуршлаг; баранчики; блюдо металлическое.

#### **Антрекот (№ 409)**

Из толстого или тонкого края нарезать поперек волокон порционные куски мяса толщиной 1,5—2 см, отбить, посыпать солью и перцем, обжарить. Приготовить мясной сок.

Картофель нарезать крупными кубиками, отварить до полуготовности в кипящей подсоленной воде, откинуть, залить горячим молоком, довести до готовности и заправить подсушенной мукой и маслом.

Приготовить, зеленое масло, настрогать хрен острым ножом или натереть на крупной терке.

На овальное блюдо уложить картофель в молоке и строганный хрен, разделив их букетом зелени. Антрекот положить, слегка прикрывая гарнир, подлить сбоку мясной сок, а сверху поместить сформованное зеленое масло.

Говядина (толстый или тонкий края) 170/125, жир 7, хрен (корень) 16/10. Гарнир: картофель 180, молоко 45, масло сливочное 4,5, мука 1. Зеленое масло: масло сливочное 13, зелень петрушки 3, лимонная кислота 0,03. Выход 79/150/10.

**Требования к качеству.** Вкус и запах жареного мяса. Картофель правильной формы, не переваренный. Вкус соуса нежный, в меру соленый, цвет белый, соус хорошо связывает кусочки картофеля.

#### **Бефстроганов (№ 410)**

Из филейной вырезки, толстого и тонкого краев или верхней и внутренней частей задней ноги нарезать бефстроганов в виде соломки (длина 4 см). Обжарить основным способом, посыпать солью и перцем. Лук репчатый нашинковать соложкой, спассеровать и соединить с обжаренным мясом. Приготовить сметанный соус, залить им мясо, довести до кипения и заправить соусом «Южный». Картофель отварить, охладить, нашинковать ломтиками и обжарить основным способом.

Бефстроганов положить в порционную сковороду, картофель — в другую, посыпав зеленью.

Вырезка, толстый и тонкий края или верхний и внутренний куски тазобедренной части 162/119, маргарин 10, мука 5, лук репчатый 43, сметана 30, соус Южный 4, картофель 250, маргарин 15, зелень. Выход 300.

**Требования к качеству.** Вкус и запах острый, с ароматом сметаны, соуса Южного и пассерованного лука. Цвет от серого до светло-коричневого. Консистенция соуса однородная, мясо мягкое. Картофель равномерно нарезанный, хорошо сохранивший форму.

#### **Бифштекс рубленый с луком (№ 463)**

Котлетное мясо нарезать на куски и измельчить на мясорубке, ввести нарезанный мелкими кубиками шпик или сало, воду, соль, перец и хорошо перемешать, сформовать бифштекс, придав ему приплюснуто-круглую форму, обжарить основным способом, довести до готовности в жарочном шкафу при температуре 250—280°C. Приготовить сочок. Картофель нарезать кружочками толщиной 5 мм, обжарить основным способом. Лук репчатый нарезать кольцами, запанировать в муке, обжарить во фритюре до золотистого цвета, вынуть шумовкой на дуршлаг, дать стечь жиру.

На порционную сковороду подлить мясной сок, поместить готовый бифштекс, вокруг него уложить веером жареный картофель, прогреть на плите до закипания сока и сверху горкой положить лук фри.

Сковороду с бифштексом поставить на мелкую тарелку.

Говядина (котлетное мясо) 109/80, шпик 12,5, молоко или вода 6,8, перец черный молотый 0,04, соль 1,2, жир 7. Гарнир (картофель жареный): картофель 290, жир 15. Лук, жаренный во фритюре (№ 783): лук репчатый 122, мука 2, жир 5. Выход 255.

**Требования к качеству.** Вкус и запах в меру соленый, с ароматом жареного мяса, цвет на разрезе серый, поверхность темно-коричневая. Консистенция сочная, однородная без грубой соединительной ткани и сухожилий. Картофель равномерно нарезан и обжарен, аккуратно уложен вокруг бифштекса; лук румяный, хрустящий, но не сухой, хорошо сохранивший форму колец.

#### **Грудинка, фаршированная кашей (№ 423)**

Обработать грудинку. Со стороны пашины прорезать мякоть под ребрами так, чтобы по всей длине грудинки получился карман.

Приготовить рассыпчатую гречневую кашу. Лук репчатый обработать, нашинковать кубиками, спассеровать. Кашу охладить до температуры 70° С, ввести пассерованный лук, сырые яйца, заправить по вкусу солью и перцем. Заполнить этим фаршем подготовленную грудинку, края зашить.

Подготовленный полуфабрикат натереть солью и перцем, обжарить до готовности в жарочном шкафу, периодически поливая жиром и соком. Приготовить сочок. Из грудинки удалить реберные кости и нитки, нарезать ее на порционные куски. На подогретое овальное блюдо и тарелку уложить грудинку по 1—2 куса на порцию, подлить сочок, украсить зеленью.

Баранина (грудинка) 830/595, крупа гречневая 260, лук репчатый 180, маргарин 60, яйца 1 2/3 шт., петрушка (зелень) 40, жир 15. Выход 215 (1 порция).

**Требования к качеству.** Вкус в меру соленый, аромат баранины, цвет коричневый, консистенция мягкая, корочка поджаристая, фарш мягкий, при порционировании не рассыпается.

#### **Птица по-столичному (№ 497)**

Филе курицы зачистить и отбить, отрезать косточку. На середину большого филе положить малое филе, подвернуть кромку большого филе, придав изделию овальную форму.

Шницель посолить, смочить в яйце и запанировать в фигурной панировке (белый хлеб, нарезанный соломкой), затем обжарить основным способом на масле до образования румяной корочки с обеих сторон и довести до готовности в жарочном шкафу.

Приготовить гарнир из картофеля, жаренного во фритюре (нарезанный соломкой или стружкой).

Нарезать стружку из картофеля с помощью специального приспособления или вручную, положить на 10—15 мин в холодную воду для извлечения крахмала (чтобы стружка не была излишне ломкой). Затем, вынув из воды, придать ей форму бантика или другую форму, обсушить и обжарить во фритюре.

Консервированные фрукты (яблоки, груши, сливы) нарезать дольками и разогреть в собственном сиропе.

На овальное подогретое блюдо уложить жареный картофель, рядом разместить шницель, полить его маслом, а сверху украсить дольками свежих или консервированных фруктов.

Курица 272/98, хлеб пшеничный 37/33, яйца 1/2 шт., масло сливочное 20+10. Гарнир (№ 762): картофель 500/375, жир 34, плоды и ягоды маринованные: сливы 91/50 или яблоки и груши 91/50. Выход 130/150/10.

**Требования к качеству.** Вкус и запах, свойственные жареной курице. Окраска равномерная, золотистая. ; Мясо мягкое, сочное, корочка хрустящая, фигурная панировка нарезана равномерно, картофель хрустящий, золотистого цвета. Фрукты красиво уложены.

### **Вопросы для самопроверки**

1. Назовите ассортимент порционных натуральных полуфабрикатов из говядины для жарки.

2. Назовите части говядины, используемые для жарки. Объясните причину выбора мяса для жарки.

3. Расскажите о правилах жарки мяса натуральными порционными и мелкими кусками.

4. Расскажите о физико-химических изменениях, происходящих с веществами при жарке мяса.

5. Подберите гарниры и соусы к бифштексам, антрекотам, филе, лангетам и бефстроганов. Объясните причину такого подбора.

6. Расскажите о правилах приготовления натуральной рубки. Цель измельчения мяса.

7. Расскажите о правилах варки и жарки птицы, о процессах, происходящих при варке и жарке.

8. Определите, в какой последовательности нужно обжаривать полуфабрикаты: котлеты по-киевски, курица фри, картофель.

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

<b>Отлично</b>	Блюда (изделия, полуфабрикаты) без недостатков. Органолептические показатели должны строго соответствовать требованиям нормативных и технических документов.
<b>Хорошо</b>	Блюда (изделие, полуфабрикаты) с незначительными или легкоустраняемыми недостатками. К таким недостаткам относят типичные для данного вида продукции, но слабовыраженные запах и вкус, неравномерную форму нарезки, недостаточно соленый вкус блюда (изделия) и т.д.
<b>Удовлетворительно</b>	Блюда (изделие, полуфабрикаты) с более значительными недостатками, но пригодным для реализации без переработки. К таким недостаткам относят подсыхание поверхности изделий, нарушение формы, неправильная форма нарезки овощей, слабый или чрезмерный запах специй, наличие жидкости в салатах, жесткая текстура (консистенция) мяса и т.д. Если вкусу и запаху блюда (изделия) присваивают оценку 3 балла, то независимо от значений других характеристик, общий уровень качества оценивают не выше, чем 3 балла.
<b>Неудовлетворительно</b>	Блюдо (изделие, полуфабрикаты) со значительными дефектами: наличием посторонних привкусов или запахов, пересоленные изделия, недоваренные или недожаренные, подгорелые, утратившие форму и т.д.

## **ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Голунова Л.Е. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – СПб.: Питер, 2009г.
2. Богушева Б.И. Технология приготовления пищи: Учебно-методическое пособие/ Б.И. Богушева – Ростов н/Д: Феникс: 2010 ил. – (среднее профессиональное образование).