

Кулинарная характеристика блюд



Приготовление вкусной и разнообразной пищи при наименьших затратах труда, максимальном сохранении питательных веществ и экономном расходовании продуктов питания.

- О книге
- Введение
- Глава I. Основные способы и приемы кулинарной обработки сырья
 - § 1. Первичная обработка сырья
 - § 2. Тепловая обработка
 - § 3. Оформление и отпуск готовых блюд
- Глава II. Холодные блюда и закуски
 - § 1. Бутербродами
 - § 2. Салаты и винегреты
 - § 3. Блюда и закуски из овощей и грибов

- o § 4. Блюда и закуски из рыбы
- o § 5. Банкетные холодные блюда из рыбы
- o § 6. Холодные мясные блюда и закуски
- o § 7. Холодные банкетные блюда из мяса
- o § 8. Горячие закуски
- Глава III. Супы
 - o § 1. Супы на бульонах. Приготовление бульонов
 - o § 2. Молочные супы
 - o § 3. Холодные супы
 - o § 4. Сладкие супы
- Глава IV. Соусы
 - o § 1. Соусы с мукой. Соусы на бульонах
 - o § 2. Соусы без муки.
 - o § 3. Сладкие соусы и сиропы
 - o § 4. Соусы промышленного производства
- Глава V. Блюда и гарниры овощей
 - o Блюда из вареных овощей
 - o Блюда из тушеных овощей
 - o Блюда из жареных овощей
 - o Блюда из запеченных овощей
- Глава VI. Кулинарная характеристика блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий
 - o § 1. Блюда и гарниры из круп
 - o § 2. Блюда и гарниры из бобовых
 - o § 3. Блюда и гарниры из макаронных изделий

- Глава VII. Кулинарная характеристика рыбных блюд
 - Отварная рыба
 - Припущенная рыба
 - Рыба паровая
 - Рыба в томатном соусе
 - Тушеная рыба
 - Жареная рыба
- Глава VIII. Кулинарная характеристика мясных блюд
 - Блюда из отварного мяса и субпродуктов
 - Блюда из тушеного мяса
 - Блюда из жареного мяса и субпродуктов
 - Блюда из запеченного мяса
 - Блюда из рубленого мяса
 - Рубленые натуральные изделия
 - Изделия из котлетной массы
- Глава IX. Кулинарная характеристика блюд из домашней птицы и дичи
 - Блюда из жареной домашней птицы и дичи
 - Блюда из тушеной домашней птицы и дичи
 - Блюда из рубленого мяса домашней птицы и дичи
- Глава X. Кулинарная характеристика блюд их яиц и творога
 - § 1. Блюда из яиц
 - § 2. Блюда из творога
- Глава XI. Кулинарная характеристика сладких блюд
 - § 1. Холодные сладкие блюда

- o § 2. Горячие сладкие блюда
- Глава XII. Кулинарная характеристика изделий из теста
 - o Виды теста
 - o Изделия и блюда из теста
 - o Изделия из песочного теста
 - o Изделия из пресного слоеного теста
 - o Изделия из бисквитного теста
 - o Изделия из заварного теста
 - o Трубочки заварные
 - o Кремы и полуфабрикаты для отделки пирожных и тортов
- Глава XIII. Напитки
- Глава XIV. Кулинарная характеристика национальных блюд союзных республик
 - o § 1. Национальные блюда Украины
 - o § 2. Национальные блюда Белоруссии
 - o § 3. Национальные блюда Молдавии
 - o § 4. Национальные блюда Армении
 - o § 5. Национальные блюда Грузии
 - o § 6. Национальные блюда Азербайджана
 - o § 7. Национальные блюда Казахстана
 - o § 8. Национальные блюда Узбекистана
 - o § 9. Национальные блюда Киргизии
 - o § 10. Национальные блюда Таджикистана
 - o § 11. Национальные блюда Туркмении
 - o § 12. Национальные блюда Литвы

- o § 13. Национальные блюда Латвии
- o § 14. Национальные блюда Эстонии
- Глава XV. Кулинарная характеристика блюд зарубежных стран
 - o § 1. Болгарская кухня
 - o § 2. Венгерская кухня
 - o § 3. Немецкая кухня
 - o § 4. Польская кухня
 - o § 5. Румынская кухня
 - o § 6. Чехословацкая кухня
 - o § 7. Английская кухня
 - o § 8. Арабская кухня
 - o § 9. Индийская кухня
 - o § 10. Итальянская кухня
 - o § 11. Китайская, монгольская, корейская и японская кухня
 - o § 12. Скандинавская кухня
 - o § 13. Французская кухня
 - o § 14. Кухни народов Латинской Америки

Источник:

*Новоженков Ю.М., Титюник А.И. 'Кулинарная характеристика блюд'
- Москва: Легкая и пищевая промышленность, 1982*

Введение

За годы советской власти общественное питание в нашей стране превратилось в важную отрасль народного хозяйства. Построены крупные фабрики-заготовочные, фабрики-кухни, столовые, рестораны, кафе, оснащенные современным технологическим и холодильным оборудованием. Их услугами пользуется в настоящее время выше 100 миллионов человек.

XXVI съезд КПСС, выдвигая широкую программу социального развития и повышения народного благосостояния, на первый план поставил задачу улучшить снабжение населения продуктами. В соответствии с решениями XXVI съезда КПСС на майском Пленуме ЦК КПСС (1982) была одобрена Продовольственная программа СССР на период до 1990 года, которая — и в хозяйственном, и в политическом плане — является центральной проблемой текущего десятилетия».

Важной частью Продовольственной программы является общественное питание. Поэтому необходимо обеспечить опережающие темпы его развития, повысить уровень индустриализации этой отрасли, «иметь столовые на всех крупных предприятиях, стройках и в учебных заведениях». Это будет способствовать росту производительности труда в промышленном и сельском хозяйстве, позволит людям сэкономить немало времени для того, чтобы использовать его в общественно полезной деятельности и для разумного отдыха.

Пища — основа жизни, источник энергии, без которого жизнь невысказима. Даже находясь в состоянии покоя, организм человека расходует немало энергии на работу внутренних органов и поддержание нормальной температуры тела. Вот почему искусство приготовления пищи — кулинария, поваренное дело — является одной из самых древних профессий. На протяжении сотен лет люди изменяли и совершенствовали приемы обработки продуктов, создавали тысячи сложных кулинарных рецептов, приспособляли методы приготовления пищи к экономическим, климатическим условиям и вкусовым требованиям.

Приготовление пищи длительное время было уделом домашних хозяек, кухарок и отдельных поваров - профессионалов, работающих в ресторанах. Естественно, они не занимались разработкой научных основ технологии приготовления пищи.

Лишь после Великой Октябрьской социалистической революции, когда стала создаваться широкая сеть предприятий общественного питания, возникла необходимость в новой технологической дисциплине - технологии приготовления пищи. Главная ее задача — приготовление вкусной и разнообразной пищи при наименьших

затратах труда, максимальном сохранении питательных веществ и экономном расходовании продуктов питания. На необходимость борьбы с потерями «в общественном питании, в санаториях и домах отдыха ... из-за плохого качества приготовления пищи... из-за недобросовестности работников...» указывается в Продовольственной программе.

Технология приготовления пищи тесно связана с другими дисциплинами: физиологией, гигиеной питания, товароведением пищевых продуктов, физикой, химией.

Уровень обслуживания в современном ресторане или кафе зависит не только от его интерьера, оборудования, качества пищи, но и от профессионального мастерства тех, кто призван создать здесь обстановку радушия и гостеприимства, и в первую очередь от официантов. Тактичность, доброжелательность, неназойливая внимательность всегда оставят у посетителя хорошее впечатление от ресторана. Не менее важна и деловая подготовка. Помимо владения в совершенстве техникой обслуживания официант должен знать основы технологии приготовления пищи, а также кулинарную характеристику блюд и напитков. Это дает ему возможность правильно и уверенно ответить на любой вопрос посетителя, порекомендовать с учетом его пожелания и вкусов то или иное блюдо или предложить замену, если в меню нет блюда, которое хотел заказать гость.

Знание предмета «Кулинарная характеристика блюд» поможет официанту стать специалистом ресторанного дела и приносить радость людям гостеприимным обслуживанием.

Глава I. Основные способы и приемы кулинарной обработки сырья

Продукты, поступающие на предприятия общественного питания и предназначенные для кулинарной обработки,— овощи, мясо, рыба, крупы, мука и т. д. — называют сырьем. К сырию относятся также некоторые продукты, прошедшие обработку на промышленных предприятиях, — гастрономические товары, консервы и пр.

Прежде чем превратиться в готовые блюда и кулинарные изделия, сырье проходит различные стадии кулинарной обработки в заготовочных и доготовочных цехах предприятий общественного питания. Совокупность этих последовательных операций при обработке продуктов называется технологическим процессом. Технологический процесс состоит из двух основных стадий: первичной и тепловой обработки продуктов.

§ 1. Первичная обработка сырья

Основная цель первичной обработки сырья — получить из продуктов полуфабрикаты, которые затем проходят дальнейшую, главным образом тепловую, обработку. Полуфабрикатами являются, например, очищенный картофель, сырые котлеты, разделанная рыба и т. д.

Как правило, первичная обработка происходит в заготовочных цехах — овощном, мясном или рыбном.

Обработка овощей

По товарной классификации свежие овощи делятся на следующие группы:

клубнеплоды — картофель (молодой и зрелый);

корнеплоды — морковь, брюква, свекла, репа, редис, редька, петрушка, пастернак, сельдерей, хрен;

капустные овощи — капуста белокочанная, краснокочанная, цветная, савойская, брюссельская, кольраби;

луковые овощи — лук репчатый, лук зеленый, лук-порей, лук-батун, лук-шнит, чеснок;

салатные и шпинатные овощи — салат листовой и кочанный, шпинат, щавель;

плодовые овощи — огурцы, кабачки, тыква, патиссоны, томаты (помидоры), перец стручковый, баклажаны,

початки кукурузы, горох, фасоль, бобы овощные;

десертные овощи — артишоки, спаржа, ревень.

Клубнеплоды.

Обработка овощей производится следующим образом.

Картофель сортируют, моют и очищают в картофелечистках. Молодой картофель очищают во время обмывания в ваннах или в картофелечистках без абразивной облицовки. Подготовленный картофель нарезают кусочками различной величины и формы. Наиболее распространенные формы нарезки — ломтики, кружочки, брусочки, кубики, соломка.

Корнеплоды.

Свеклу сортируют, моют и очищают. В зависимости от кулинарного назначения ее нарезают ломтиками (в сыром виде для борща флотского, в вареном — для винегретов и салатов), соломкой (для борща), кубиками, брусочками.

Морковь сортируют, промывают и очищают. Длинные и тонкие экземпляры очищают вручную.

Петрушку, сельдерей, пастернак сортируют, обрезают с них зелень и очищают. Зелень перебирают, промывают, нарезают или мелко рубят для заправки супов, соусов и маринадов. Целые веточки используют при оформлении блюд.

Основные формы нарезки моркови, петрушки, сельдерея: соломка — для заправочных супов (кроме борща флотского, супа с крупами, бобовыми); брусочки — для бульонов с овощами; кубики — для щей суточных, супов с крупами и бобовых, для приготовления гарниров и салатов; кружочки — для супа крестьянского; ломтики — для щей из свежей капусты; дольки — для рагу, почек по-русски, говядины духовой и др.; гребешки, звездочки, шестеренки — для маринадов, украшения холодных и горячих блюд.

После промывания у редиски отрезают «хвостики» и зелень (для блюда «редис с маслом» оставляют несколько коротких зеленых веточек). Подготовленный редис нарезают для салатов тонкими ломтиками толщиной 0,1—0,2 см. Белый редис предварительно очищают от кожицы.

Капустные овощи.

У белокочанной, краснокочанной и савойской капусты срезают загрязненные и поврежденные листья. Затем кочаны промывают, разрезают на две или четыре части, кочерыжку удаляют. Если капуста предназначена для голубцов или фарширования, то кочерыжку вырезают, не нарушая целостности кочана.

В зависимости от кулинарного назначения капусту шинкуют соломкой (для борщей, щей, рассольников, тушеной капусты, салатов и гарниров к холодным блюдам), нарезают квадратиками — шашками (для борща флотского, супа крестьянского, рагу и других блюд), квашеную капусту рубят кубиками (для щей суточных, фаршей).

У брюссельской капусты кочешки срезают со стебля, удаляют испорченные листья и промывают в холодной воде.

Цветную капусту зачищают от загрязнений, удаляют листья, отрезают кочерыжку на 1 см ниже разветвления головки и

промывают. Для приготовления вторых блюд используют целые кочаны, для супов и гарниров их разделяют на более мелкие части.

Кольраби очищают вручную от кожицы, промывают и нарезают соломкой, брусочками или ломтиками.

Луковые овощи.

У репчатого лука срезают донце и шейку и снимают сухие чешуйки. Промывают лук только перед тепловой обработкой. Основные формы нарезки лука: полукольца (для заправочных супов, кроме борща флотского и супов с крупами, солянок, бефстроганова, соуса - лукового), кубики (для щей суточных, супов с крупами, фаршей, соуса лукового с корнишонами), дольки (для тушеных блюд), кольца (в качестве гарнира в сыром виде, для жарки во фритюре).

У лука-порея удаляют корешок, пожелтевшие и загнившие листья, затем отрезают зелень. Оставшуюся часть разрезают вдоль и промывают. Зелень лука-порея перебирают, нарезают соломкой. Белую часть нарезают соломкой или дольками.

Чеснок очищают так же, как лук, головки разделяют на дольки (зубки) и снимают с них оболочку.

Плодовые овощи.

Тыкву, кабачки, баклажаны обмывают и очищают от кожицы. У молодых баклажанов кожицу не снимают. Тыкву разрезают на несколько частей и удаляют семена, затем нарезают ломтиками или кубиками. Точно так же обрабатывают крупные кабачки, но нарезают их кружочками или ломтиками. Кабачки для фарширования используют в целом виде или нарезают в форме цилиндров высотой 5—7 см.

Огурцы свежие моют и сортируют по размерам. С крупных и пожелтевших экземпляров снимают кожицу.

Перец стручковый сортируют, моют, часть стручка с плодоножкой срезают и вынимают вместе с семенами, затем снова промывают.

Лопатки фасоли, гороха, бобов с зернами сортируют, удаляя жилки, и промывают. Стручки фасоли и бобов нарезают, стручки гороха используют в целом виде.

Салатные овощи. У всех разновидностей салата, шпината, щавеля отрезают корешки. Затем их перебирают, удаляют пожелтевшие и грубые стебли, листья и тщательно промывают.

Десертные овощи. Спаржу перебирают, очищают от кожицы так, чтобы не сломать головки, промывают в холодной воде и связывают в пучки. Стебли в каждом пучке должны быть одинаковой толщины и длины. Для этого выступающие нижние концы стеблей обрезают.

Ревень перебирают, у стеблей обрезают нижнюю часть, соскабливают верхнюю пленку, затем промывают и нарезают.

Артишоки сортируют, обрезают стебель и верхние острые концы чешуек, удаляют сердцевину и промывают. Для того чтобы срезы не потемнели, их натирают лимоном или смачивают лимонной кислотой.

Хранение овощных полуфабрикатов

Очищенные и нарезанные овощи не подлежат длительному хранению. Для того чтобы они сохранили вкусовые качества и цвет, их необходимо немедленно направлять на тепловую обработку. Предельный срок хранения очищенных овощей — 2—3 ч при температуре 12°.

Сырой очищенный картофель во избежание его потемнения хранят в воде. Картофель, обработанный бисульфатом натрия (сульфитированный), может храниться на воздухе при температуре 15—16° в течение 24 ч и при 5—6° до 48 ч.

Очищенные морковь, свеклу, петрушку, пастернак и сельдерей хранят на противнях или в лотках, покрытых влажной тканью.

Зелень петрушки, сельдерея, лука-порея, салаты, щавель и шпинат хранят в корзинах и решетках в охлаждаемых помещениях.

Подготовленные артишоки хранят в воде, подкисленной лимонной кислотой.

Обработка грибов

Наиболее распространенные виды грибов: белые, подберезовики, подосиновики, маслята, рыжики, грузди. Особенно широко используются шампиньоны, которые многие рестораны получают из тепличных хозяйств. В предприятия общественного питания грибы поступают свежие, сушеные, соленые и маринованные.

Свежие грибы сортируют по видам и размерам: крупные, средние и мелкие. Затем очищают нижнюю часть ножки от земли. У некоторых грибов — маслят, шампиньонов и др. — снимают кожицу со шляпок. После этого грибы опускают на 30 мин в холодную воду, а затем промывают, меняют воду 3—4 раза. Чтобы

предохранить шампиньоны от потемнения их после зачистки кладут в подкисленную лимонной кислотой воду.

Шляпки крупных грибов мелко рубят (для фаршей); шинкуют (для супов); грибы средней величины и мелкие целиком используют для приготовления гарниров. Сушеные грибы перебирают, промывают и замачивают в холодной воде. Соленые и маринованные грибы вынимают из рассола, промывают и сортируют. Крупные грибы нарезают дольками или ломтиками.

Обработка мяса

В предприятия общественного питания мясо поступает остывшим, охлажденным и мороженым. Остывшим называется мясо, которое после разделки туши на бойне остывало в естественных условиях или остывочных камерах не менее 6 ч. Мясо, охлажденное до температуры в толще мышц $+4-0^{\circ}$, называется охлажденным. Мясо, искусственно замороженное до температуры в толще мышц не выше -6° , называется мороженым.

В зависимости от упитанности говядину и баранину разделяют на I и II категории, а свинину на жирную (толщина шпига более 4,0 см), беконную (толщина шпига от 2,0 до 4,0 см) и мясную (толщина шпига от 1,5 до 2,0 см). Мясо поросят разделяют на I и II категории. К I категории относятся молочные поросята весом от 1,3 до 5 кг, ко II — весом от 5 до 12 кг.

Технологический процесс обработки мяса на предприятиях общественного питания состоит из следующих операций: 1) оттаивание (мороженого мяса); 2) обмывание и обсушивание; 3) разделывание туши; 4) изготовление полуфабрикатов.

Мороженое мясо оттаивают крупными кусками (тушами, полутушами и четвертинами), подвешенными на крючья или уложенными в штабеля в специальных камерах (дефростерах) или в камерах при температуре $+4-+6^{\circ}$ в течение 3—5 суток. Медленное оттаивание мяса позволяет свести до минимума потери мясного сока и почти полностью сохранить вкусовые качества продукта.

Процесс разделки туш состоит из нескольких операций. Вначале тушу разрубает на части (четвертины). Передняя четвертина говяжьей туши делится на следующие части: лопатку (плечевая и заплечная части), шею, спинно-грудную часть; заднюю четвертину туши, отделив вырезку (подвздошная мышца), делят на заднета-зовую и поясничную части.

Свиную и телячью туши, предварительно отделив вырезку, а также баранью тушу разрубает поперек на две половины — переднюю и

заднюю. Переднюю половину делят на следующие отрубы: лопатку, шею, корейку, грудинку; заднюю — на два окорока.

После этого отделяют мышечную, жировую и соединительную ткани от костей. Эта операция называется обвалкой. Затем части мяса зачищают от сухожилий и пленок, удаляют хрящи, обрезают излишний жир, закраины, выравнивают куски, придавая им более или менее одинаковую толщину и форму. Эта операция называется зачисткой. У оставшихся от обвалки небольших кусков мяса — обрезков также удаляют мелкие кости, сухожилия, хрящи, кровеносные сосуды, жир и пленки. Такая операция называется жиловкой.

Крупнокусковые полуфабрикаты

Из говядины. В результате обработки говяжьей туши получают следующие крупнокусковые полуфабрикаты: котлетное мясо (мелкие обрезки, получившиеся от зачистки мяса, мякоть от шейной части, пашина, голяшки, а также покромка от туш II категории); толстый край (спинная часть); тонкий край (поясничная часть); части задней ноги (боковая наружная, верхняя, внутренняя); лопаточная часть (плечевая и заплечная); подлопаточная часть; грудная часть; покромка (от туш I категории); вырезка.

Пищевая ценность и кулинарные свойства крупнокусковых полуфабрикатов из говядины зависят от количества и вида соединительной ткани, содержащейся в мясе. Так, в вырезке, толстом и тонком краях — небольшой процент этой ткани, поэтому они быстро размягчаются после непродолжительной тепловой обработки (жарения). Лопатка, боковая и наружная части задней ноги имеют значительный процент соединительной ткани и требуют продолжительной тепловой обработки — варки или тушения. Шея, пашина и покромка от туш низкой упитанности содержат до 80 % соединительной ткани. Поэтому эти части перед тепловой обработкой измельчают на мясорубке.

Некоторые крупнокусковые полуфабрикаты из говядины используются для варки, жарения и тушения с последующим нарезанием на порции. Например:

ростбиф — жарят вырезку, толстый и тонкий края (куски мяса весом 1,5—2 кг);

говядина тушеная и говядина шпигованная — используют боковую и наружную части задней ноги (куски мяса массой 1,5—2 кг). Эту часть мяса перед тушением шпигуют с помощью шпиговальной иглы морковью, петрушкой или шпиком, нарезанным брусочками;

мясо отварное — приготавливают из грудинки, мякоти лопатки или задней ноги, покромки.

Из баранины, свинины, телятины. К ним относятся: котлетное мясо (куски мяса, выделенные из шейной части и обрезки от зачистки); две корейки (мякоть спинной и поясничной части с реберными костями); два окорока; две

грудинки (реберная часть среднего отруба без грудной кости и без грубой части пашины); две лопатки.

Из крупных кусков баранины приготавливают следующие блюда:

седло баранье жареное — готовят для банкетов или для 6—10 человек. Полуфабрикат вырубает из поясничной части, не вырезая позвоночника. Тонкие края мяса подгибают и обвязывают шпагатом;

баранина жареная (жито) — приготавливается из окорока, из которого удаляют берцовую кость, а также из мякоти лопатки, свернутой рулетом;

фаршированная грудинка — для приготовления этого полуфабриката баранью грудинку фаршируют гречневой или рисовой кашей или пропущенной через мясорубку бараниной с добавлением рубленого лука и свиного шпига, нарезанного кубиками.

Из крупных кусков свинины приготавливают следующие блюда:

карбонат (обваленная полностью корейка);

буженина (из окорока, полностью обваленного);

свинина жареная (из мякоти лопатки, свернутой рулетом).

Порционные и мелкокусковые полуфабрикаты

В зависимости от кулинарных свойств и пищевой ценности из мяса после зачистки и сортировки изготавливают различные полуфабрикаты — порционные и мелкокусковые. Кроме того, полуфабрикаты подразделяют на натуральные, панированные и рубленые. Натуральные порционные полуфабрикаты приготавливают из лучших частей говяжьего, бараньего и свиного мяса по одному или два куска определенной формы и массы на порцию. Мелкокусковые полуфабрикаты представляют собой небольшие кусочки мяса определенной массы, формы и размера. К мелкокусковым полуфабрикатам относится также мясо-костный полуфабрикат — рагу. Панированные полуфабрикаты —

порционные куски говяжьего, свиного или бараньего мяса. Для разрыхления тканей мяса и придания ему определенной формы эти полуфабрикаты вначале отбивают, а затем панируют (смачивают в яичной смеси — льезоне и обваливают в мелко измельченных сухарях из белого хлеба).

Из говядины. Из говяжьей вырезки нарезают только натуральные полуфабрикаты — порционные и мелкокусковые.

Порционные полуфабрикаты:

бифштекс — кусок мяса округлой формы без жира, толщиной 2—3 см (из утолщенной части вырезки);

лангет — два кусочка овальной формы без жира, толщиной 1,0—1,2 см (из тонкой части вырезки);

филе - кусок округлой формы толщиной 4,0—5,0 см (из средней части вырезки);

ростбиф — кусок мякоти массой 1,5—2 кг, нарезается на куски после жарения (по 2—3 на порцию).

Мелкокусковые полуфабрикаты:

бефстроганов — мелкие кусочки мяса в форме брусочков, длиной 3,0—4,0 см и весом 5—7 г;

мясо для шашлыков (бас-турма) - кусочки мяса массой 30—40 г.

Из толстого и тонкого края нарезаются следующие полуфабрикаты:

порционные натуральные: антрекот — кусок мякоти овально-продолговатой формы, толщиной 1,5—2,0 см;

порционные панированные: ромштекс — кусок мякоти овальной продолговатой формы, толщиной 0,8—1,0 см;

мелкокусковые: ростбиф (кусок мяса массой 1,5—2 кг с нарезанием на куски после тепловой обработки); бефстроганов; поджарка — кусочки мяса массой 10—15 г.

Из верхней и внутренней частей задней ноги нарезают:

порционные полуфабрикаты: ромштекс; зразы отбивные — кусочки мякоти неправильной округлой формы, толщиной 1,0—1,5 см по 1—2 на порцию;

мелкокусковые полуфабрикаты: бефстроганов; поджарка.

Из боковой и наружной частей задней ноги нарезаются:

говядина духовая — куски мякоти неправильной четырехугольной или овальной формы, толщиной 2,0— 2,5 см (по 1—2 на порцию);

мелкокусковые полуфабрикаты: азу — куски мяса в форме брусочков длиной 3,0—4,0 см и массой 10—15 г.

Из лопаточной, подлопаточной частей и покромки нарезают: гуляш — кусочки мяса в форме кубиков весом 20-30 г.

Из свинины. Из свиной корейки нарезают:

натуральные порционные полуфабрикаты: эскалоп — куски мякоти (почечная часть) овально-плоской формы, толщиной 1,0—1,5 см (по 2 на порцию); ко т лет а натуральная— кусок мяса овально-плоской формы с реберной косточкой, длиной не более 8,0 см, зачищенной и подрезанной от мякоти на 2,0—3,0 см;

порционные панированные полуфабрикаты: шницель — кусок мякоти овально-продолговатой формы, толщиной 2,0—3,0 см; котлета отбивная — куски мякоти овально-плоской формы с реберной косточкой, длиной не более 8,0 см, зачищенной и подрезанной от мякоти на 2,0—3,0 см;

мелкокусковые полуфабрикаты: мясо для шашлыка — кусочки мякоти массой 15—20 г; поджарка — кусочки мяса массой 10—15 г.

Из окорока нарезают:

порционные панированные полуфабрикаты: шницель;

мелкокусковые: поджарку и мясо для шашлыка.

Из лопатки и шеи нарезают:

свинина духовая — куски мякоти неправильной четырехугольной формы, толщиной 2,0—2,5 см (по 1—2 на порцию); гуляш.

Из грудинки готовят мелко-кусковый полуфабрикат — рагу.

Из баранины.

Из корейки нарезаются:

натуральные порционные полуфабрикаты: котлета натуральная — куски мякоти овально-плоской формы с реберной косточкой, длиной не более 8,0 см, зачищенной и подрезанной от мякоти на 2,0—3,0 см; шашлык по-карски — кусок мякоти четырехугольной

формы из почечной части корейки; корейка на вертеле — куски мяса с реберными костями (по 2 на порцию);

панированные полуфабрикаты:

котлета отбивная — куски мякоти овально-плоской формы с реберной косточкой, длиной не более 8,0 см, зачищенной и подрезанной от мякоти на 2,0—3,0 см;

мелкокусковые полуфабрикаты: мясо для шашлыка — кусочки мяса в форме кубиков или квадратов массой 30—40 г; рагу.

Из окорока нарезают: шницель и мясо для шашлыка.

Из лопатки нарезаются:

баранина духовая — куски мякоти неправильной четырехугольной или овальной формы, толщиной 2,0—2,5 см (по 1 на порцию);

мясо для плова — кусочки мяса массой 10—15 г каждый.

Из телятины. Для изготовления порционных натуральных полуфабрикатов из молочной телятины используется только корейка. Из спинной ее части нарезают с ребрами котлеты натуральные; из поясничной (бескостной) — эскалопы (по 1—2 куска на порцию), из мякоти корейки, а также из телячьего окорока — шницели (панированные).

Полуфабрикаты из рубленого мяса

Для изготовления полуфабрикатов из рубленого мяса используют говядину, свинину и баранину. Полуфабрикаты могут быть натуральными (без хлеба) и с хлебом. Отдельные изделия панируют в сухарной крошке, другие в муке. В зависимости от упитанности мяса в котлетную массу добавляют иногда сало-сырец для того, чтобы изделия были сочными и вкусными.

Для получения котлетной массы подготовленное мясо нарезают небольшими кусками и пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом не ниже первого сорта, предварительно замоченным в воде или молоке, добавляют соль, перец и перемешивают. Затем массу снова пропускают через мясорубку, тщательно вымешивают и выбивают.

Из котлетной массы изготавливают следующие полуфабрикаты:

котлеты — изделия овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, длиной 11 см, шириной 5 см, толщиной 1,5—2 см (по 1—2 шт. на порцию). В зависимости от сырья и рецептуры

кроме обычных котлет изготавливают котлеты московские (из говяжьего котлетного мяса с добавлением говяжьего или свиного сала-сырца, репчатого лука), домашние (из смеси говяжьего и свиного котлетного мяса с добавлением репчатого лука), любительские (из говяжьего котлетного мяса с добавлением яиц). Как правило, все виды котлет панируют в сухарях;

биточки — изделия кругло-приплюснутой формы, толщиной 2 — 2,5 см и диаметром 6 см; панируют в сухарях;

тефтели — изделия в виде шариков диаметром 3 см. В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый или зеленый лук; панируют в муке;

шницель — изделия в виде лепешек овально-приплюснутой формы, толщиной 1 см; панируют в сухарях;

зразы - изделия овальной формы с фаршем, приготовленным из пассерованного лука с рубленным яйцом и зеленью; панируют в сухарях;

рулет — изделия в форме батончиков с различными фаршами (мелко нашинкованным зеленым луком, смешанным с рублеными крутыми яйцами или заправленным жиром, отваренными макаронами и т. д.). При отпуске рулет нарезают по 1—2 куску на порцию.

Из рубленого мяса без хлеба готовят следующие полуфабрикаты:

биштекс — изделия приплюснуто-круглой формы толщиной 2 см. В говяжий фарш добавляют сало-шпик или сало-сырец, нарезанные мелкими кубиками;

ромштекс — изделие овальной формы. Перед тепловой обработкой его смачивают в льезоне и панируют в сухарях;

котлеты натуральные — готовят так же, как ромштекс;

фрикадельки — изделия в виде шариков массой 8—10 г каждый, из говяжьего, бараньего или свиного мяса. В рубленое мясо добавляют слегка пассерованный мелко нарубленный репчатый лук, размягченное масло, сырые яйца, специи;

люля-кебаб — изделия из пропущенного через мясорубку вместе с репчатым луком бараньего мяса, сформованные в виде колбасок (по 2— 3 шт. на порцию);

разбрат — плоские, овальные изделия толщиной около 1 см.

Хранение мясных полуфабрикатов

Подготовленные полуфабрикаты укладывают в специальные ящики и хранят в охлаждаемых камерах при температуре не выше 6°. Общий срок хранения полуфабрикатов на предприятии-изготовителе: крупнокусковых и порционных натуральных - 12ч, порционных панированных - 8 ч, мелкокусковых — 9 ч, рубленых — 6 ч.

Обработка птицы

В предприятия общественного питания птица поступает остывшей, охлажденной или мороженой, в ошипанном виде (куры, цыплята, индейки, гуси, утки), дикая птица - в пере, замороженной (тетерева, куропатки, фазаны, рябчики и пр.).

Обработка птицы включает в себя первичную обработку и приготовление полуфабрикатов.

Первичная обработка состоит из следующих операций: оттаивание, ошипывание, опаливание, удаление голов, шейки, ножек, потрошение, промывание и заправка (формовка) отдельных тушек.

Перед потрошением у крупной домашней птицы отрубают крылья, ножки и шейку. У кур и цыплят не отрубают крылья. У мелкой дичи — бекасов, дупелей, вальдшнепов — головы не отрубают, а снимают с них и шеек кожу и удаляют глаза.

После потрошения и промывания тушки формуют, чтобы при тепловой обработке они прогревались равномерно. Кроме того, заправленные тушки более удобны для нарезания порционных кусков.

Незаправленные тушки домашней и крупной дикой птицы используют для приготовления полуфабрикатов. Их разрезают на порционные или более мелкие (массой 40—50 г) куски, которые жарят или тушат. Кроме того, из филе кур, рябчиков, куропаток и некоторой другой птицы готовят порционные полуфабрикаты. Для этого с грудной кости снимают мякоть (филе) вместе с косточкой крыла или без нее.

Мякоть домашней птицы и дичи используют также для приготовления котлетной и кнельной массы, из которой формуют различные изделия. С этой целью филе и мякоть ножек домашней птицы или филе дичи (грудку) пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке черствым белым хлебом без корок и снова пропускают через мясорубку. Затем в массу добавляют сливочное масло, соль, а в массу из дичи перец и все тщательно перемешивают.

Для приготовления кнельной массы используют только куриное филе или филе дичи. Его пропускают два-три раза через мясорубку с мелкой решеткой, вместе с черствым белым хлебом, ю

предварительно замоченным в молоке или сливках. Массу тщательно протирают через мелкое сито, затем постепенно добавляют яичные белки и взбивают. После этого смесь кладут в посуду и, вливая сливки или молоко, взбивают до образования однородной пышной массы. Готовую кнельную массу солят.

Полуфабрикаты из филе птицы

Из филе птицы готовят котлеты: натуральные, панированные, фаршированные.

Котлеты натуральные — изделия овальной формы из филе кур, куропаток, индеек, рябчиков, тетеревов, фазанов вместе с косточкой крыла.

Котлеты панированные — готовят так же, как котлеты натуральные, но смачивают в льезоне и панируют в белой панировке.

Шницель — готовят из филе кур, индеек, фазанов так же, как котлеты натуральные, но без косточки крыла. Слегка отбитое изделие смачивают в льезоне и обваливают в белом хлебе, нарезанном соломкой (белая панировка).

Котлеты по-киевски — готовят из филе кур с крыльной косточкой. Филе фаршируют сливочным маслом, смачивают в льезоне, обваливают в белых молотых сухарях, снова смачивают в льезоне и еще раз панируют (двойная панировка).

Котлеты, фаршированные молочным соусом, — готовят из филе кур, индеек, фазанов, рябчиков, куропаток, глухарей, тетеревов без крыльной косточки. Филе фаршируют густым молочным соусом с белыми грибами или шампиньонами, смачивают в льезоне и панируют в белых сухарных крошках. С острого конца котлеты вкладывают тонкую косточку. Котлеты можно фаршировать также кнельной массой.

Полуфабрикаты из котлетной массы

Из котлетной массы формируют следующие полуфабрикаты:

котлеты — готовят так же, как котлеты из мясного фарша;

биточки — готовят так же, как биточки из мяса. Биточки из кур и индеек можно фаршировать мелко рубленными и обжаренными шампиньонами;

котлеты пожарские — готовят из кур, индеек, фазанов, рябчиков, куропаток, глухарей, тетеревов. В массу помимо хлеба и сливочного масла добавляют яйцо. Сформованные изделия панируют в белой панировке.

Кнельную массу используют для приготовления клецек различной формы для прозрачных супов, муссов и других изделий.

Хранение полуфабрикатов из птицы

Полуфабрикаты из птицы хранят в охлаждаемых помещениях при температуре не выше +6°. В предприятии-изготовителе тушки кур, цыплят, филе натуральное, окорочка из кур хранят не более 12 ч, филе панированное из кур не более 8 ч, котлеты рубленые из кур не более 6 ч.

Обработка рыбы

В предприятия общественного питания рыба поступает живой, охлажденной, мороженой, соленой, в виде мороженого филе, выпускаемого промышленностью.

По характеру кожного покрова рыба разделяется на чешуйчатую (судак, лещ, щука, кета, линь и др.), бесчешуйчатую (налим, угорь, сом, навага и др.) и покрытую костными жучками (рыба осетровых пород — осетр, севрюга, белуга, стерлядь и некоторые виды камбалы). Кроме того, различают рыбу с костным скелетом и с хрящевым хребтом, а также по размерам: крупную, среднюю и мелкую.

Технологический процесс обработки рыбы складывается из следующих операций: оттаивание (мороженой рыбы), вымачивание (соленой рыбы), очистка, потрошение, разделка и приготовление полуфабрикатов.

Чешуйчатую рыбу очищают от чешуи вручную или механическими скребками. У бесчешуйчатой рыбы с костным скелетом — налима, угря, крупного сома — снимают кожу. Затем в зависимости от размеров рыбы и вида дальнейшего использования ее потрошат и разделяют различными способами.

У мелкой рыбы разрезают брюшко, удаляют внутренности, жабры, но оставляют голову. На тепловую обработку она поступает целой тушкой (крупную рыбу используют целой туш-

кой только для приготовления банкетных блюд).

Среднюю и крупную рыбу после потрошения пластуют - срезают филе с позвоночной кости. В результате пластования получают филе с кожей и костями, филе с кожей и реберными костями, филе с кожей без костей, филе без кожи и костей (При разделке на филе без кожи и костей рыбу потрошат и моют, не удаляя чешуи.) (чистое филе). Затем филе промывают, нарезают на порционные куски или готовят из него полуфабрикаты.

Иногда рыбу весом 1—1,5 кг используют непластованной. В этом случае голову отделяют вместе с прикрепленными к ней внутренностями, рыбу потрошат, не разрезая брюшка, промывают и нарезают на порционные куски, которые называются кругляшами.

Для приготовления фаршированной рыбы (глазным образом судака или щуки) порционными кусками рыбу потрошат, не разрезая брюшка, нарезают кругляши толщиной около 5 см и осторожно, чтобы не повредить, вырезают с обеих сторон позвоночника мякоть, которую используют затем для приготовления фарша. Этим фаршем наполняют отверстия кругляшей.

Щуку и судака фаршируют также целой тушкой. В этом случае у щуки снимают кожу чулком, внутренности удаляют и мякоть отделяют от костей. Из мякоти готовят фарш, наполняют им кожу, приставляют голову с удаленными жабрами и все заворачивают в целлофан. У судака делают продольные надрезы на спине, перерезают реберные кости с двух сторон позвоночника и удаляют его. Затем вырезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5 см. Приготовленным из мякоти фаршем наполняют тушку, заворачивают ее в целлофан и перевязывают шпагатом.

Рыбу с хрящевым скелетом разделяют следующим образом. После оттаивания у осетровых срезают спинные жучки, отрубают голову с грудными плавниками, отрезают спинной плавник и удаляют визигу. Как правило, все осетровые, за исключением стерляди, поступают в предприятия общественного питания потрошеными. Поэтому после удаления визиги сразу приступают к пластованию.

Полуфабрикаты из рыбы

В зависимости от кулинарного назначения в тепловую обработку рыба поступает после разделки целыми тушками, звеньями (осетровые), порционными или мелкими, кусками, а также в виде полуфабрикатов из котлетной и кнельной массы. При приготовлении полуфабрикатов учитываются также способы их тепловой обработки.

Порционные куски для варки нарезают 1 из непластованной рыбы (кругляшом) или из филе с кожей и костями в поперечном направлении под прямым углом. Чтобы при варке рыбы куски не деформировались, на коже каждого куска делают два-три поперечных разреза. Звенья осетровых отваривают целиком.

Порционные куски, предназначенные для припускания, нарезают из филе с кожей, или без кожи и костей, или из звеньев осетровых наискось под углом 30°. Это делается для того, чтобы обеспечить в процессе припускания равномерное прогревание кусков рыбы. Кроме того, такая нарезка улучшает ее вкусовые качества и внешний вид.

Порционные куски для жарения нарезают и панируют в зависимости от видов тепловой обработки.

Для жарения основным способом. Мелкая рыба (вобла, карась пресноводный, навага, форель, ряпушка и т. д.) жарится целой тушкой с головой или без головы. Все виды филе нарезают на порционные куски так же, как для припускания, а непластованную рыбу — кругляшом.

Рыбу осетровых пород разделяют следующим способом: предназначенную для жарения звеньями — с кожей без хрящей, порционными кусками (кроме стерляди) — без кожи и хрящей.

Полуфабрикаты, предназначенные для жарения основным способом, панируют в муке.

Для жарения во фритюре. Мелкую рыбу используют целой тушкой, с головой или без нее. Порционные куски непластованной рыбы, филе без кожи и костей нарезают под острым углом. Осетровых рыб нарезают на порционные куски без хрящей и кожи также

1 Мелкую рыбу, а иногда и крупную (для банкетных блюд) отваривают целиком.

под острым углом, ошпаривают и промывают.

Для некоторых блюд филе нарезают в виде лент длиной 20—22 см, шириной 3—4 см и толщиной 1,5—2 см или в виде ромба с продольным разрезом посередине. Нарезанные лентами куски сворачивают в виде восьмерки, а затем скалывают шпажкой для сохранения формы. Куски рыбы в виде ромбов вывертывают через сделанный в середине разрез.

Все полуфабрикаты, предназначенные для жарения в большом количестве жира, панируют в двойной панировке (в муке,

смачивают в льезоне и снова панируют в сухарях или белой панировке).

Для блюда рыба в тесте из филе рыбы без кожи и костей нарезают брусочки длиной 7—10 см и толщиной

1 —1,5 см. Затем их маринуют: складывают в фаянсовую посуду, добавляют соль, молотый перец, лимонную кислоту, растительное масло, нарезанную зелень петрушки и ставят на 1,5—

2 ч в холодильный шкаф.

Для жарения рыбы на решетке (грилье).

Чистое филе судака, сига, форели, свежей сельди и звенья осетровых рыб без кожи и хрящей нарезают под острым углом. Затем куски рыбы обсушивают, смачивают в растопленном сливочном масле и панируют в белой панировке или сухарях.

Некоторые полуфабрикаты для жарения на решетке нарезают из филе рыбы с кожей без костей (нельма, лосось и др.). Перед тепловой обработкой их маринуют.

Для жарения на вертеле.

Используется рыба осетровых пород. Звенья без кожи и хрящей нарезают на куски толщиной 4—5 см (под прямым углом), ошпаривают, промывают, обсушивают, надевают на шпажки, посыпают солью, перцем, смазывают растопленным сливочным маслом.

Для блюд: поджарка из рыбы, солянка рыбная из чистого филе или из звеньев осетровых рыб без кожи и хрящей полуфабрикаты нарезают мелкими кусками (брусочками или ломтиками).

Полуфабрикаты из котлетной массы

Котлетную массу готовят из различных пород рыб — сома, судака, налима, трески, морского окуня и других, не имеющих межмышечных костей. Для этого филе без костей и

без кожи или без костей с кожей нарезают небольшими кусочками и пропускают через мясорубку. Полученную массу соединяют с предварительно замоченным в молоке или воде черствым белым хлебом, добавляют соль, молотый перец и вторично пропускают через мясорубку.

Из готовой котлетной массы формируют различные изделия: котлеты, биточки, шницели, тефтели. Форма и размеры их приблизительно

такие же, как и изделий из мясной котлетной массы. Панируют котлеты, и биточки в сухарях или в белой панировке, а тефтели — в муке.

Котлетную массу используют также для приготовления различных фаршированных изделий — рулетов, зраз, тельного.

При приготовлении массы для фарширования рыбы используют только филе без кожи и костей. Для этого его вместе с нарезанным репчатым луком пропускают через мясорубку, соединяют с черствым белым хлебом (без корок), замоченным в молоке, добавляют соль, молотый перец и вторично пропускают через мясорубку с частой решеткой. Затем в массу добавляют масло, яйцо и все тщательно перемешивают.

Из филе рыбы без кожи и костей готовят кнельную массу, которую затем используют для приготовления клецек и других изделий. Для этого филе нарезают на куски и трижды пропускают через мясорубку с мелкой решеткой вместе с замоченным в молоке или сливках белым хлебом (без корок). Полученную массу протирают и взбивают, постепенно добавляя яичные белки и молоко или сливки.

Хранение рыбных полуфабрикатов

Потрошеную и промытую рыбу можно хранить в холодильных камерах при температуре от -1 до $+5^{\circ}$ не более 8 ч. Нарезают порционные полуфабрикаты не ранее чем за 2 ч до тепловой обработки. Нарезанные полуфабрикаты укладывают на противни и ставят в холодильные шкафы.

§ 2. Тепловая обработка

Тепловой обработке подвергаются почти все продукты, из которых готовят различные блюда. При этом в них происходят большие физико-химические изменения, способствующие улучшению вкусовых качеств и лучшей усвояемости пищи. При тепловой обработке продукты размягчаются, что облегчает их пережевывание; обезвреживается значительное количество болезнетворных микроорганизмов и некоторых вредных веществ; изменяется внешний вид продуктов; образуются новые вкусовые и ароматические вещества, которые способствуют выделению пищеварительных соков.

В предприятиях общественного питания применяются следующие основные способы тепловой обработки продуктов: варка и жарение. Используются также комбинированные и вспомогательные приемы тепловой обработки, в которых сочетается несколько основных способов.

Варка

Варкой называется нагревание продукта в жидкости или в атмосфере насыщенного водяного пара. Продукты варят в наплитной посуде — кастрюлях, сотейниках, котлах, а также в пищеварочных котлах с герметически закрывающимися крышками и в автоклавах.

Основной способ.

Продукт варят в большом количестве жидкости. При варке в сосуде с открытой крышкой температура жидкости не превышает 100°, в сосуде с закрытой крышкой — 101—102°. При герметически закрытой крышке давление в котле повышается и температура достигает 108—110°, это ускоряет процесс варки.

При варке в большом количестве жидкости в раствор переходит максимальное количество экстрактивных и питательных веществ, поэтому основной способ варки применяют для приготовления бульонов, супов и пр.

Припускание.

Припусканием называется варка продукта в небольшом количестве жидкости, как правило, под закрытой крышкой (продукт заливают жидкостью до 1/3-1/5 его высоты). Иногда продукты припускают за счет содержащейся в них влаги. Припускание позволяет сохранить значительную часть питательных веществ в продуктах.

Варка на пару.

Продукт помещают в специальные паровые шкафы или на специальные решетки и в сетки, которые вставляют в пищеварочные котлы с налитой на дно водой. Вода доводится до кипения, и продукты прогре-

ваются паром. Этот способ обеспечивает максимальное сохранение питательных веществ в продуктах растительного и животного происхождения, часто применяется в лечебном питании.

Варка на водяной бане.

Продукт кладут в посуду, которую в свою очередь помещают в емкость с водой, и доводят до кипения. Вода является промежуточным теплоносителем. Водяную баню применяют, когда хотят избежать перегрева продукта, так как температура при такой варке не превышает 40—70°. Этот способ используют для приготовления различных пудингов, омлетов, яичных кашек, яично-масляных соусов.

Варка с помощью токов высокой частоты (в СВЧ-полях).

Продукты варят в специальных шкафах типа «Волжанка» или «Славянка». При этом под воздействием переменного электромагнитного поля продукт нагревается сразу на всю глубину проникновения токов высокой частоты и быстро доходит до готовности. В СВЧ-аппаратах припускают птицу, крупнокусковые мясные и рыбные полуфабрикаты, выпекают бисквиты и т. д.

Жарение

Жарением называется нагревание продукта без жидкости в различных количествах жира. Под действием высокой температуры (130—180°) влага с поверхности продукта быстро испаряется и на его поверхности образуется корочка с приятным ароматом и вкусом. Жир замедляет повышение температуры продукта, предохраняет его от пригорания и обеспечивает равномерный нагрев. В кулинарии используются несколько способов жарения продуктов.

Жарение в небольшом количестве жира (основной способ).

Для жарения основным способом используют неглубокую открытую посуду — сковороды, противни. В нее кладут немного жира (5—10 % от веса продукта) и разогревают его, затем помещают продукты и обжаривают их до образования румяной корочки.

Основной способ жарения применяют главным образом для приготовления вторых блюд и гарниров.

Жарение в большом количестве жира.

Для жарения этим способом используют глубокую наплитную посуду (электрофритюрницы, электросковороды). Жир разогревают, затем в него опускают продукт. Жир, обвалакивая его, обеспечивает равномерное образование корочки со всех сторон.

Если продукт полностью погружают в жир, то способ приготовления пищи называется жарением во фритюре, а если продукт опускают в жир на половину или на одну треть его объема, то способ называется жарением в полужире.

Жарение в жарочном шкафу.

При этом способе жарение происходит в закрытом пространстве за счет высокого (до 270°) нагревания температуры воздуха. В результате продукт равномерно обжаривается со всех сторон до образования румяной корочки. Для того чтобы ускорить тепловую обработку и предохранить продукт от чрезмерного высыхания, его периодически поливают жиром и соком, образующимся при жарении.

В жарочном шкафу иногда доводят до готовности продукты, обжаренные вначале основным способом.

Жарение на открытом огне.

Подготовленный продукт кладут на металлическую решетку, предварительно смазанную шпигом, или нанизывают на шпажку и жарят над раскаленными углями или электроспиралью в специальных аппаратах. Продукт нагревается за счет повышения температуры воздуха и лучеиспускания. При жарении над раскаленными углями продукт приобретает специфический аромат.

Жарение в инфракрасных лучах.

Этот процесс происходит в специальных установках, где установлены особые лампы, испускающие инфракрасные лучи.

Комбинированные способы тепловой обработки

Тушение.

Этот способ включает две операции: обжаривание продукта до образования румяной корочки, а затем припускание его с добавлением специй, корней и других компонентов. При тушении продукт лучше размягчается и приобретает своеобразный вкус.

Запекание.

Вареные, припущенные, жареные или сырые полуфабрикаты из мяса, овощей, рыбы заливают соусом и запекают в жарочном шкафу. Некоторые изделия — запеканки, макаронники — запекают без соусов.

Брезирсвание.

Мясные продукты вначале припускают в концентрированном бульоне, а затем обжаривают в жарочном шкафу.

Варка с последующим обжариванием.

Продукт вначале варят, а затем обжаривают. Наиболее часто такой тепловой обработке подвергают картофель. Некоторые продукты, например мясо, вначале отваривают для удаления экстрактивных веществ (при лечебном питании). Этот способ применяют и для тепловой обработки особо нежных продуктов, например мозгов.

Вспомогательные способы тепловой обработки

Опаливание.

Этот способ тепловой обработки (на газовой горелке) применяют для первичной обработки птицы, говяжьих, свиных, телячьих ног.

Бланширование.

Закладка продукта на несколько минут в кипяток называется бланшированием. Бланшировать можно и паром. Цель бланширования - - предотвратить потемнение некоторых овощей и фруктов и сохранить витамин С; облегчить последующую обработку продуктов (ошпаривание осетровой рыбы, поросят и пр.).

Пассерование.

Обжаривание продуктов с небольшим количеством жира или без него с последующей тепловой обработкой называется пассерованием. Пассеруют продукты (овощи) для того, чтобы сохранить в них ароматические и красящие вещества.

Пассеруют нашинкованные ароматические овощи — репчатый лук, морковь, петрушку, сельдерей, а также томат. Ароматические вещества этих корней растворяются при пассеровании в жире и после последующей тепловой обработки улучшают вкусовые качества приготавливаемого блюда.

Для удаления сырого запаха пассеруют (поджаривают) также муку.

§ 3. Оформление и отпуск готовых блюд

Технологический процесс приготовления блюда заканчивается его оформлением и отпуском. Красиво оформленное блюдо

возбуждает аппетит, сосредоточивает внимание человека на предстоящей еде и улучшает усвоение пищи.

Оформление блюда в значительной степени зависит от сочетания гарниров по форме и величине нарезки продуктов, вкусу и цвету. Обычно выбирают гарниры примерно сходной величины и размеров. Например, гарнирам для холодных блюд обычно придают форму букетиков: нарезанный зеленый лук, морковь и картофель, нарезанные кубиками, звездочками, кружочками. К большим порционным кускам обыкновенно подают крупно нарезанные гарниры.

Другим важным элементом при оформлении блюд является умелое сочетание гарниров по цвету. Гарниры хорошо гармонируют между собой, когда они располагаются в порядке светового спектра: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый и т. д. Например, при оформлении отварной рыбы около нее можно уложить гарнир в следующей последовательности: зеленый (горошек), желтый (картофель), оранжевый (морковь), красный (помидоры). Разнообразие продуктов при оформлении подчеркивают гармонией контрастов. Красный цвет (помидоры), зеленый (зеленый лук), фиолетовый (краснокочанная капуста), оранжевый (морковь) и т. д.

Продукты должны также гармонировать между собой не только по цвету, но и по вкусу. Темно-красные соусы сочетаются по цвету и вкусу с жареным мясом, белый соус — с домашней птицей, розовый томатный и белый — с рыбой.

Большое значение при оформлении блюда имеет посуда, в которой подают пищу. Она должна быть без отбитых краев, щербин и трещин. Борта посуды не должны полностью закрываться продуктами. В этом случае в сочетании с красочно оформленными гарнирами блюдо будет иметь особенно привлекательный вид.

Вкусовые качества пищи во многом зависят и от ее температуры. Одни блюда вкусны только в горячем виде, другие в холодном. Установлено, что горячие блюда (супы и вторые) в момент потребления должны иметь температуру не ниже 55—60°, холодные супы — 10—12°, холодные блюда — 12—15°.

Для того чтобы поддержать эту оптимальную температуру, посуду перед отпуском горячих блюд подогревают до 30—40°, а перед отпуском холодных блюд охлаждают до 12—15°.

Вопросы для повторения

1. Из каких операций состоит технологический процесс приготовления пищи?
2. Как производится первичная обработка овощей? Охарактеризуйте различные виды нарезки овощей.
3. Как разрубают и разделяют мясные туши (говядину, баранину, свинину)?
4. Охарактеризуйте отдельные части мякоти (говядины, баранины, свинины).
5. Какие полуфабрикаты готовят из различных частей мяса?
6. Как производится -первичная обработка птицы?
7. Какие полуфабрикаты готовят из филе птицы?
8. Охарактеризуйте основные приемы тепловой обработки продуктов?
9. Охарактеризуйте комбинированные и вспомогательные способы тепловой обработки.
10. Какое значение имеет оформление блюд? Какие основные элементы используются при оформлении блюд?
11. Назовите температуру отпуска горячих и холодных блюд.

Глава II. Холодные блюда и закуски

Пищевое значение холодных блюд и закусок в питании чрезвычайно велико. Разнообразные продукты, из которых они готовятся, обладают высокой калорийностью. Холодные блюда и гарниры из овощей возбуждают аппетит, обогащают пищу ценными витаминами, минеральными веществами.

Для приготовления холодных блюд и закусок используют гастрономические товары — мясо, икру, сыр, колбасу, ветчину, буженину, консервы, всевозможные свежие, квашеные и маринованные овощи, фрукты, грибы, мясо, рыбу, яйца. В качестве приправ употребляют сметану, соус майонез, заправки из растительного масла с уксусом и др. К некоторым холодным блюдам отдельно подаются различные соусы (соус хрен, соус майонез с корнионами).

Ассортимент холодных блюд и закусок можно разделить на следующие основные группы: 1) бутерброды; 2) салаты и винегреты; 3) блюда и закуски из овощей и грибов; 4) блюда и закуски из рыбы; 5) блюда и закуски из мяса, птицы, дичи.

§ 1. Бутербродами

Бутербродами называются кусочки хлеба с положенными на них каким-либо одним или несколькими продуктами. Для приготовления бутербродов используют пшеничный или ржаной хлеб с коркой или без нее. Он должен быть не слишком мягким для того, чтобы его можно было легко нарезать, и не слишком черствым. При изготовлении некоторых бутербродов (с сыром, икрой и др.) кусочек хлеба предварительно намазывают сливочным маслом (5 или 10 г), иногда сливочное масло смешивают с горчицей. !6

Бутерброды должны иметь красивый внешний вид, приятный аромат и пикантный вкус. Для этого их оформляют листовыми и пряными овощами, кусочками яйца и лимона, маслинами, соусами майонез и майонез с корнишонами и др. Подают бутерброды на блюдах, в вазах с плоскими краями или на мелких тарелках, покрытых бумажными салфетками или салфетками из ткани. Бутербродные изделия не подлежат длительному хранению, поэтому их готовят непосредственно перед реализацией.

Бутерброды делятся на следующие основные группы: открытые, закрытые (сэндвичи) и закусочные (канапе).

Открытые бутерброды.

Для приготовления таких бутербродов используют пшеничный или ржаной хлеб. Ржаной хлеб употребляют для приготовления главным образом бутербродов с жирными продуктами (шпик, грудинка, корейка) или с продуктами, имеющими острый вкус (сельдь, килька и пр.).

Для открытых бутербродов пшеничный батон нарезают ломтиками слегка наискось, а формовой пшеничный или ржаной хлеб — ровными ломтиками. Вес каждого куска должен быть 30—40 г, а толщина — 1—1,5 см.

Существуют определенные правила нарезки различных продуктов для бутербродов: толстые батоны вареной колбасы нарезают поперек одним куском на бутерброд; тонкие вареные, полукопченые и копченые батоны — наискось по 2—3 куска; сыр нарезают ломтиками прямоугольной или треугольной формы толщиной 2—3 мм; ветчину тонкими кусками; малосольную рыбу — наискось, по одному куску на бутерброд; филе сельди — наискось по 2 кусочка; отварное и жареное мясо — поперек волокон, тонкими ломтиками толщиной 2—3 мм; вареную рыбу — ломтиками толщиной 3—4 мм; лук — кольцами и полукольцами; помидоры — тонкими ломтиками; огурцы с мелкими зернами и парниковые — тонкими неочищенными от кожицы ломтиками; масло—кусочком

прямоугольной формы. Если масло используется в сочетании с другим продуктом, его намазывают на хлеб, а сверху укладывают продукт. Бутерброды с сельдью, кильками или икрой оформляют маслом в виде розочки, листика, звездочки.

Разновидностью открытых бутербродов являются столичные бутерброды (комбинированные). Их готовят из набора различных продуктов, которые в очень красочном сочетании укладывают на хлеб. Например, рубленая сельдь, яйцо и масло; шпроты, яйцо и масло; рубленая сельдь, помидоры и лук; яйцо, икра и лук. Столичные бутерброды тщательно оформляются с учетом контрастных тонов того или иного продукта.

К открытым бутербродам предъявляются следующие требования: продукты нужно располагать таким образом, чтобы они не сваливались и бутерброд было удобно есть; основной продукт в сочетании с сопутствующими продуктами обязательно должен быть виден хотя бы частично; он должен равномерно распределяться на бутерброде. Куски заливного мяса и рыбы должны соответствовать по размеру кускам хлеба.

Закрытые бутерброды (сандвичи).

Эти бутерброды представляют собой прямоугольные ломтики хлеба шириной 5—6 см, длиной 7—8 см и толщиной 0,5 см. На ломтик намазывают масло (для некоторых сандвичей используют масло с горчицей), укладывают на него мясной или рыбный продукт и накрывают другим ломтиком хлеба. Для закрытых бутербродов используют обычно пшеничный хлеб (батоны) без корок.

Сандвичи готовят с жареной телятиной, свиной, говядиной, семгой, осетриной, икрой, маслом и другими продуктами. Они могут быть двух-трехслойными, с каким-либо одним продуктом или комбинированными — с несколькими видами продуктов. В этих случаях продукты подбирают так, чтобы они сочетались между собой по вкусу. Например, сельдь, масло и яйца; ветчина и любительская колбаса и т. д.

Закусочные бутерброды (канапе).

Эти бутерброды готовят на маленьких кусочках обжаренного на масле хлеба (гренках). Хлеб (преимущественно пшеничный или ржаной) нарезается кусочками различной формы: квадратами, ромбами, треугольниками, прямоугольниками и т. д. без корок. Толщина бутерброда примерно 0,5 см, ширина или длина 3,5—4,5 см. Предварительно канапе смазывают взбитым сливочным маслом (иногда маслом с горчицей), паштетом или сыром из дичи, а затем на него укладывают продукты в различных сочетаниях: масло, лук зеленый, икра кетовая, севрюга горячего копчения; сыр, ветчина и

сливочное масло; паюсная или кетовая икра, зеленый лук, сливочное масло и яйца и т. д. Оформляют канапе из конвертов взбитым сливочным маслом.

Отпускают канапе по 4—5 шт. на порцию.

Вместо хлеба для закусочных бутербродов используют также валованы и корзиночки (тарталетки). Балованы выпекаются в виде небольших корзиночек овальной или круглой формы массой 10 г из пресного слоеного теста, тарталетки — в металлических формочках из пресного сдобного теста, затем они наполняются различными продуктами и красиво оформляются.

Корзиночки можно наполнить мясным, рыбным или овощным салатом, украсить кусочками мяса или рыбы или яйцом, а также веточками зелени петрушки или листиками салата. Валованы можно заполнить зернистой или кетовой икрой и оформить мелко нарезанным зеленым луком или сливочным маслом, мелкошинкованным мясом курицы (без кожи), заправленным соусом майонез или мелко нарезанной ветчиной, заправленной майонезом с хреном.

Закусочные бутерброды и валованы подают чаще всего на банкетах и коктейлях. При отпуске их укладывают на блюдо с салфеткой, подбирая так, чтобы они красиво сочетались по форме и цвету.

§ 2. Салаты и винегреты

Для приготовления салатов используют овощи и фрукты в сыром виде, а также, вареные, квашеные и маринованные овощи. Салат может быть приготовлен из овощей одного вида (салат из огурцов, салат из маринованной свеклы и др.) или из нескольких видов. Во многие салаты добавляют яйца, мясо, птицу, дичь, рыбу, крабы. Это повышает питательность салатов, улучшает и разнообразит их вкус. Мясные и рыбные продукты употребляют для приготовления салатов в вареном, жареном или консервированном виде.

Винегрет представляет собой смесь вареных, соленых, маринованных овощей, в которую обязательно входят вареные свекла и картофель, соленые огурцы и лук. Кроме того, используется вареная морковь, отварная фасоль и зеленый горошек, квашеная капуста и др. Приготавливают винегрет также с мясом, рыбой, сельдью и т. д.

Заправляют салаты и винегреты различными острыми заправками, в состав которых входят растительное масло, уксус, сахар, молотый перец, соль, а также горчица и яичные желтки. Кроме того, салаты и винегреты часто заправляют сметаной или майонезом.

Большое значение при приготовлении салатов имеет нарезка продуктов. Красивая и равномерная форма нарезки придает блюдам привлекательный и аппетитный внешний вид. Обычно продукты нарезают тонкими ломтиками, мелкими кубиками, некоторые шинкуют соломкой. Для оформления оставляют лучшие куски продуктов, которые, нарезав, укладывают на салат или вокруг него с учетом наиболее эффектного сочетания различных цветов.

Для приготовления салатов и винегретов продукты нарезают охлажденными до 8—10°. Хранить их можно в незаправленном виде при t не выше 8° не более 12 ч. Так же охлаждают соусы и заправки. Заправленные салаты из вареных овощей подлежат реализации не позднее 30, а из сырых — 15 мин. Норма выхода салатов и винегретов в зависимости от их вида — 50, 100, 150 и 200 г на порцию. Подают салат в салатниках, а также в фарфоровых и фаянсовых вазах.

Салаты используют также как гарнир к холодным мясным и рыбным блюдам и к горячей жареной птице.

Салат зеленый с огурцами

Огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками и укладывают на зеленый салат, нарезанный поперек на 3—4 части.

Сверху укладывают яйцо. При отпуске вводят сметану, майонез или заправку.

Салат витаминный

В состав салата входят свежие овощи и фрукты. Морковь, сладкий перец, сельдерей и очищенные яблоки нарезают тонкой соломкой, помидоры — дольками. Нарезанные продукты заправляют сахаром, сметаной и соком лимона. Салат укладывают в салатник или вазу, украшают листиками салата, фигурно нарезанными кусочками овощей и посыпают натертой на мелкой терке цедрой лимона.

Салат рыбный

Для приготовления этого салата используют отварную осетрину, или белугу, или севрюгу, или ломтики припущенного филе судака. Вареный картофель и соленые или свежие огурцы, очищенные и нарезанные мелкими кубиками, зеленый горошек, мелкие кусочки рыбы заправляют соусом майонез и укладывают горкой в салатник или круглую вазу. На овощи укладывают нарезанную длинными ломтиками рыбу. Горку с четырех сторон и сверху украшают листьями салата. Вокруг нее размещают букетами вареные картофель и морковь, нарезанные кубиками, стручки консервированной фасоли, нарезанной кусочками, мелкие кочешки цветной капусты, свежие огурцы и помидоры. Овощи поливают салатной заправкой.

Салат столичный

Этот салат готовят из вареного филе (без кожи) домашней птицы (курица, индейка) или дичи (фазан, рябчик, куропатка, тетерев), нарезанного ломтиками, вареного картофеля, нарезанного тонкими ломтиками, очищенных соленых огурцов, нарезанных ломтиками или шинкованных корншонов, нарезанного салата. Смешанные и заправленные соусом майонез и соусом «Южный» продукты укладывают в салатник или круглую вазу и поливают оставшимся соусом майонез. Оформляют салат ломтиками мяса птицы, четвертинками яиц, листьями зеленого салата, свежими, огурцами, нарезанными кружочками или тонкими полосками, маслинами. На мясо кладут раковую шейку или кусочек консервированного краба.

§ 3. Блюда и закуски из овощей и грибов

Холодные блюда и закуски готовят из свежих, вареных, соленых овощей и грибов. Нормы выхода — 100, 150 г.

Редис с маслом

У промытого красного редиса срезают корешок и удаляют ботву, оставив несколько стеблей длиной 2—3 см, за которые можно было бы держать его при еде. Затем редис еще раз промывают в кипяченой охлажденной воде, укладывают на десертную тарелку или в салатник ботвой в одну сторону, рядом помещают кусочек пищевого льда. Отдельно на розетке подают сливочное масло, сформованное в виде цветочка.

Помидоры, фаршированные овощами

У спелых красных помидоров срезают верхнюю часть, слегка отжимают сок и делают углубление для начинки, в состав которой входят: вареные картофель и морковь, нарезанные мелкими кубиками и смешанные с консервированным зеленым горошком, мелко нарезанными свежими огурцами, с добавлением соли, перца, соуса майонез, сметаны. Сверху начинку поливают соусом майонез с добавлением сметаны, посыпают укропом и украшают кружочком яйца, кусочком краба или раковой шейки. Подают на овальном фарфоровом блюде или на десертной тарелке, украсив веточками зелени петрушки или сельдерея.

Помидоры также можно фаршировать мясным или рыбным салатом, грибами и т. д.

Икра овощная

В состав икры входят: запеченные в жарочном шкафу очищенные от кожицы мелко рубленные баклажаны и кабачки; нарезанные мелкими кубиками и слегка пассерованные на растительном масле сладкий стручковый перец, морковь, петрушка, репчатый лук. К пассерованным овощам добавляют очищенные от кожицы и нарезанные помидоры или томат-пюре, баклажаны и кабачки и уваривают все до загустения. Икру заправляют сахаром, солью и молотым перцем. При отпуске посыпают зеленью.

Икра грибная

Готовят ее из сушеных и соленых грибов. Подготовленные сушеные грибы отваривают и вместе с солеными мелко рубят. Затем грибы соединяют с мелко нарубленным репчатым луком и жарят на

растительном масле, охлаждают, заправляют уксусом, сахаром, солью, перцем. При отпуске посыпают зеленым луком.

§ 4. Блюда и закуски из рыбы

В ассортимент холодных блюд и закусок из рыбы входят рыбная гастрономия и консервы из рыбы, заливная рыба, рыба под соусом майонез, рыба под маринадом, отварная рыба с соусом хрен, рыбное ассорти и другие блюда. Большинство рыбных холодных блюд подают с гарниром (из картофеля, овощей), с соусом; гастрономические товары — в натуральном виде и с гарниром.

Отпускают рыбные блюда и закуски на лотках, овальных блюдах, в салатниках, которые предварительно рекомендуется охладить.

Норма выхода порционных гастрономических закусок — 50—75 г, холодных рыбных блюд по основному продукту— 35, 50 (сельдь, килька) и 75, 125 г; гарниров —100 и 150 г.

Икра зернистая и кетовая

Икру выкладывают горкой в розетку икорницы и помещают ее в икорницу на мелко наколотый лед. Отдельно на розетке подают мелко шинкованный зеленый лук. Икру зернистую можно подать на яйце, в валансее, таралетке или в креманке; икру кетовую — на тарелке, в креманке. Иногда отдельно подают на пирожковых тарелках сливочное масло, горячие калачи, расстегаи или тосты из белого хлеба.

Икра паюсная

Икру формируют в виде прямоугольника, квадрата, ромба, эллипса, треугольника толщиной 0,6—0,7 см и укладывают на середину фарфорового блюда или закусочной тарелки. С правой стороны от икры кладут кружочек или дольку лимона, а с левой — веточку зелени петрушки. Отдельно на розетке подают сливочное масло.

Лососина, семга, кета семужного посола, балык осетровый, теша

Подготовленную рыбу нарезают тонкими широкими длинными ломтиками по 2—3 на порцию и укладывают на овальное блюдо или на тарелку. С правой стороны от рыбы помещают кружочек или дольки лимона, а с левой стороны — веточки зелени петрушки. Дополнительно можно подать тонко нарезанный свежий огурец, помидор.

Рыба горячего копчения (севрюга, осетрина). Подготовленную рыбу нарезают тонкими ломтиками и укладывают на овальное блюдо или на тарелку и украшают лимоном, зеленью,

Шпроты, сардины

Подают в овальном фарфоровом блюде или на тарелке. Рыбки укладывают спинками в одну сторону. Поливают маслом, в котором они были приготовлены, украшают веточками зелени петрушки и ломтиками лимона.

Сельдь натуральная с гарниром

Подготовленные половинки филе сельди без кожи и костей, сложив вместе, нарезают поперек или наискось кусочками шириной 2—3 см и укладывают на лоток в виде целой рыбы, приставив хвост и голову. Украшают веточками зелени петрушки. Отдельно на порционной сковородке подают горячий отварной картофель в целом виде или обточенный в форме бочонков, посыпанный рубленой зеленью, а на розетке или пирожковой тарелке — красиво оформленное сливочное масло.

Ассорти рыбное

В состав блюда должно входить не менее 3—4 видов рыбных продуктов. Например, семга или лососина, севрюга горячего копчения, сардины или шпроты, икра зернистая, или кетовая, или паюсная. В состав ассорти могут входить также кильки, балык, различная заливная рыба и т. д. Рыбу нарезают тонкими кусками и укладывают на овальное блюдо. Рядом с рыбой иногда ставят корзиночку с кетовой или зернистой икрой или консервированные продукты (шпроты, кильки). Вокруг или сбоку размещают овощной гарнир: огурцы или корнишоны, свежие помидоры, зеленый горошек, морковь, сладкий перец, рыбное желе.

Украшают блюдо ломтиками лимона, салатом или веточками зелени петрушки.

Рыба отварная

Для приготовления этого блюда используют рыбу осетровых пород: белугу, севрюгу, а также частиковых пород: судак, сазан и т. д. Осетровые отваривают звеньями, охлаждают и нарезают на порционные куски. Частиковую рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают на порционные куски, припускают до готовности и охлаждают.

Порционные куски рыбы укладывают на овальное блюдо, а вокруг размещают овощной гарнир, состоящий из вареной моркови, нарезанной мелкими кубиками, салата из краснокочанной капусты, соленых или маринованных огурцов, сладкого стручкового перца,

нарезанных кружочками, долек свежих помидоров, зеленого горошка.

Блюдо можно отпускать и без гарнира. Отдельно в соуснике подают соус хрен.

Рыба заливная

Блюдо готовят из рыбы осетровых и частиковых пород (особенно часто судака) в отварном виде. Охлажденные куски рыбы укладывают на противень и каждый украшают листиками зелени петрушки, кружочками вареной моркови, лимона, корнишонов или свежих огурцов. Затем, чтобы закрепить украшения, рыбу заливают небольшим количеством охлажденного желе.

Застывшие куски вырезают кончиком ножа так, чтобы края отреза получились гофрированными, и укладывают на овальное блюдо. Заливную рыбу подают без гарнира или с гарниром, который размещают рядом с рыбой. Гарнир состоит из зеленого салата, корнишонов, маринованных или соленых огурцов, стручкового перца. Отдельно подают соус хрен или соус майонез с хреном.

Рыбу можно также заливать непосредственно в овальных блюдах, салатниках или формочках из фольги.

Рыба под майонезом

Для приготовления блюда используют осетровую и частиковую рыбу в отварном виде. На середине овального блюда выкладывают часть (примерно одну треть) овощного гарнира: вареные картофель, морковь, свежие или соленые огурцы, нарезанные мелкими кубиками или кружочками, зеленый лук или зеленый салат, стручковую фасоль или консервированный зеленый горошек, заправленные майонезом. Сверху помещают порционный кусок рыбы (Иногда его украшают крабами или раковыми шейками.), заливают соусом майонез или соусом майонез с желе, а вокруг располагают букетиками остальной гарнир, который поливают заправкой. Блюдо украшают зеленью.

Рыба фаршированная

Приготовленным фаршем (мякоть рыбы, замоченный в молоке белый хлеб, пассерованный репчатый лук, чеснок пропускают 2—3 раза через мясорубку и соединяют с маслом, яйцами, солью, перцем) заполняют куски судака или щуки или половинки филе с вырезанной мякотью (затем им придают вид целой рыбы) и припускают вместе с кореньями, луком и специями до готовности.

Сваренную рыбу охлаждают (целую нарезают на порции) и подают на блюде или тарелке. Рыбу можно уложить на блюде и целой тушкой, расположив вокруг овощной гарнир.

Фаршированную рыбу иногда заливают желе. Подают на блюде или на тарелке, украсив веточками зелени петрушки или листиками зеленого салата. Гарнир — свежие или соленые огурцы.

К фаршированной рыбе отдельно подают соус хрен или соус майонез.

§ 5. Банкетные холодные блюда из рыбы

Для праздничных обедов; свадеб, юбилеев, банкетов, официальных и дипломатических приемов помимо большого ассортимента других кушаний, подаваемых на порционных блюдах и тарелках, из рыбы и мяса готовятся банкетные (заказные) блюда. К банкетным блюдам предъявляются особые требования. Они должны отличаться не только высоким качеством, но и художественным оформлением и служить украшением стола. Эти блюда подаются на вазах, больших фарфоровых и мельхиоровых блюдах по 8—12—16 и более порций с разнообразными расположенными букетами сложными гарнирами из различных по виду и цвету овощей. Гарнир помещают также в корзиночки из сдобного или слоеного теста, чашечки, вырезанные из апельсиновых и мандариновых корок. Чем крупнее изделие, тем разнообразнее и красочнее должны быть подобраны гарниры и уложены более крупными букетами.

Банкетные блюда украшают также цветами — живыми или вырезанными из свежих овощей: свеклы, репы, редьки, моркови, картофеля и т. д. Обычно из них вырезают розы, георгины, ромашки, тюльпаны, лилии, мелкие полевые цветы и т. д. Блюда также украшают зеленью (веточками петрушки, сельдерея, листьями салата), ломтиками лимона. Для некоторых блюд в качестве элемента украшения используют мельхиоровые шпажки, на которые одевают фигуры и цветы.

Все эти украшения должны гармонировать с приготовленным изделием, не загромождать и не закрывать его. Для того чтобы лучше выделить изделие, его иногда помещают на подставку, приготовленную из хлеба, теста, риса, картофеля.

Банкетные блюда из рыбы чаще всего заказываются следующего ассортимента.

Икра зернистая

Подается в икорницах с наколотым льдом, которые устанавливают на блюдо с полотняной салфеткой. К зернистой икре на банкетах, приемах, праздничных обедах подают горячие калачи, расстегаи, мелко нарезанный зеленый лук и сливочное масло.

Ассорти рыбное

Подается на большом овальном фарфоровом блюде в виде кусочков (по 25—30 г) малосольной семги, севрюги горячего копчения, лосося и т. д. Блюдо оформляется кусочками той же рыбы, свернутыми трубочками с вложенными в них маслинами без

косточек, кружочками огурцов, дольками лимонов, веточками зелени.

Крабы заливные

Блюдо готовится в форме, в которую вливают немного желе и охлаждают (приготавливают рубашку). Затем форму заполняют крупными кусочками крабов, освобожденными от костных пластинок, свежими помидорами, зеленым горошком, вареной карбованной морковью, на середину кладут мелкие кусочки крабов, заливают форму желе и охлаждают. Перед подачей форму опускают на несколько секунд в горячую воду и выкладывают на подставку из теста, установленную на круглое блюдо. Вокруг раскладывают свежие огурцы, помидоры, вареные овощи, треугольники желе. Блюдо украшают листьями салата.

Рыба заливная целиком

Для приготовления блюда используются чаще всего судак целыми тушками и в растяжку, небольшой осетр или севрюга среднего размера. Рыба, нарезанная поперек на куски, подается на большом фарфоровом блюде. С помощью кондитерского мешка ее покрывают тонким слоем полужесткого рыбного желе, затем вдоль хребта укладывают различные украшения: полукружочки апельсинов и свежих огурцов, маслины, полоски красного сладкого перца, овощи. Бока севрюги также украшают карбованными кружочками лимона. Украшения вновь покрывают тонким слоем полужесткого желе. На рыбу иногда ставят шпажку, красиво оформленную различными овощами. Гарни-

руют рыбу овощами (зеленым горошком, кружочками свежих огурцов, корнишонами и т. д.). По краям блюда размещают зелень петрушки, сельдерея.

Из других банкетных блюд часто готовят осетрину, севрюгу, белугу заливные с хреном, судак фаршированный заливной и в растяжку, котлеты рыбные под соусом майонез с желе, рыбу под майонезом целиком и др.

К банкетным блюдам из рыбы соус всегда подается отдельно.

Хранение холодных рыбных блюд и закусок

Холодные рыбные блюда не подлежат длительному хранению. Их необходимо реализовывать по мере приготовления. Сроки хранения следующие:

студень рыбный и рыба заливная — не более 12 ч при температуре не выше 6°;

сельдь рубленая — не более 24 ч при наличии холода;

консервы, отпускаемые для закусок, — не более 6 ч с момента вскрытия банок (немедленно вынуть из банок) при наличии холода;

рыба горячего копчения — не более 72 ч при наличии холода.

§ 6. Холодные мясные блюда и закуски

Для приготовления холодных мясных блюд и закусок используют гастрономические продукты (ветчину, колбасу), мясные вареные (говядину, поросенка, телятину, свинину, баранину, птицу), жареные продукты (говядину, телятину, свинину, птицу, дичь, кролика), а также субпродукты из мяса крупного и мелкого скота, которые отваривают (язык, головы, ноги, уши крупного и мелкого скота) или обжаривают (печень).

Для приготовления вареного мяса используют различные крупнокусковые полуфабрикаты весом 2—3 кг, для жареного — вырезку, тонкий или толстый край, телячьи, свиные, бараньи задние ноги.

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

Из холодных блюд и закусок широкой популярностью пользуются ветчина с гарниром, мясное ассорти, жареное и отварное мясо, поросенок с хреном и заливной, домашняя птица, фаршированная под майонезом, мясо и домашняя птица заливная, студень говяжий или свиной и др.

Ко всем холодным блюдам из мяса и мясных гастрономических продуктов подают гарниры из овощей, а также из маринованных фруктов. Соусы хрен и майонез подаются к блюдам отдельно. Нормы выхода основного продукта холодных мясных блюд и закусок 75, 100, 125 г; гарниров — 75, 125, 150; соусов — 30, 35 г.

Ростбиф

Крупные куски вырезки, толстого или тонкого края обжаривают основным способом до образования румяной корочки, а затем ставят в жарочный шкаф и поливают через каждые 5—10 мин образовавшимся соком. Ростбиф может быть поджарен до полной готовности (мясо внутри сероватого цвета), до средней степени прожарки (внутри к центру мясо розового цвета) и до образования корочки (мясо внутри кровянистое).

Обжаренный ростбиф нарезают тонкими кусками поперек волокон (по 2—4 на порцию) и укладывают на блюдо. С правой стороны размещают; гарнир из вареной моркови и картофеля, нарезанных мелкими кубиками, огурцов, нарезанных кружочками, долек помидоров и салата из краснокочанной капусты. В качестве гарнира используют также мясное желе, мелко нарезанные маринованные фрукты, строганый хрен. Блюдо украшают листьями зеленого салата и строганым хреном. В соуснике можно подать

соус майонез с мелко рубленными корнионами, соус майонез с пикулями или соус хрен с уксусом.

Ассорти мясное

В состав этого блюда входит набор из трех-четырех и более видов мясных продуктов. Например, ростбиф, жареная телятина, ветчина, жареная курица или отварной язык, сырокопченая колбаса, жареная свинина, жареная утка и др. В состав ассорти может входить также жареная дичь, столичный салат, уложенный в валованы, мясной салат в тарталетках, фаршированная курица (галантин) и др.

Существует много способов оформления мясного ассорти, зависящих от художественного вкуса поваров. Вот два из них.

1. Посредине круглого блюда кладут свежий помидор, фаршированный овощным салатом. На концах блюда

размещают по одному свернутому кусочку ростбифа, по краям укладывают по кусочку жареной телятины и ветчины. Блюдо украшают свежими огурцами, нарезанными кружочками, дольками красных помидоров, листьями салата и веточками зелени петрушки. В соуснике подают хрен с уксусом.

2. На круглое блюдо кладут половину жареного рябчика. Возле него помещают валован со столичным салатом. По краям укладывают по кусочку галантина из кур и сырокопченой колбасы. Блюдо украшают маринованными помидорами, нарезанными дольками, половинками маринованных слив, листочками салата, зеленью петрушки. Соус — майонез с корнионами.

Язык заливной

Вареный говяжий язык нарезают порционными кусками, укладывают на противень, каждый кусок украшают веточками зелени петрушки, кружочками моркови, полукружками свежих огурцов, вареных яиц. Затем украшение осторожно заливают охлажденным мясным желе (его готовят так же, как и рыбное, с добавлением желатина, но из мясного бульона с мясной оттяжкой) и дают ему застыть. После этого язык заливают оставшимся желе так, чтобы он был покрыт слоем толщиной 0,3—0,5 см и ставят в холодильник. Куски застывшего языка красиво вырезают кончиком ножа так, чтобы края получились гофрированными и укладывают на закусочную тарелку или блюдо. Гарнир — свежие или соленые огурцы и помидоры, салат из краснокочанной капусты и другие овощи, политые салатной заправкой. Отдельно подают хрен со сметаной или соус хрен.

Поросенок с хреном

Сваренного целиком поросенка разрубают вдоль позвоночника на две половины и нарезают по одному-два куса на порцию. Куски поросенка кладут на блюдо. Рядом размещают рубленое или нарезанное кубиками мясное желе и букетиками — корнишоны, помидоры и салат из краснокочанной капусты. Блюдо украшают зеленью. Соус — хрен с уксусом или хрен со сметаной.

Филе птицы или дичи под майонезом

Филе снимают с отварной птицы или дичи, зачищают и укладывают на противень. После этого филе заливают соусом майонез с желе или соусом майонез, украшают зеленью, маслинами, красным маринованным перцем и за-

ливают тонким слоем прозрачного мясного желе.

Вареные картофель и морковь нарезают мелкими кубиками, добавляют консервированный зеленый горошек и заправляют майонезом, затем овощи выкладывают продолговатой горкой на овальное блюдо. Сверху помещают подготовленное филе и оформляют соусом майонез, выпуская его из шприца. Блюдо гарнируют маринованными фруктами и ягодами, зеленым горошком, свежими помидорами, огурцами, мясным желе. Украшают листьями салата или веточками петрушки.

Курица фаршированная (галантин)

У обработанной курицы надрезают вдоль спинки кожу и отделяют ее от мякоти и костей, снимают мякоть с костей и филе. Из мякоти курицы, телятины или нежирной свинины приготавливают кнельную массу, кладут в нее нарезанные мелкими кубиками шпиг, вареный язык, очищенные фисташки, добавляют соль, перец, порошок мускатного ореха и тщательно вымешивают.

Филе птицы отбивают так, чтобы оно получилось тонким и широким и кладут его на середину кожи курицы, на филе укладывают слой фарша, сверху брусочки языка и шпига, затем снова укладывают фарш и брусочки языка и шпига.

Соединяют кожу, зашивают ее нитками, придавая изделию вид целой тушки, завертывают в марлю или салфетку и перевязывают шпагатом.

Фаршированную курицу заливают слегка охлажденным куриным бульоном и варят при слабом кипении в течение 1 —1,5 часов. Затем ее охлаждают в этом же бульоне, вынимают, кладут под легкий пресс и ставят в холодильник.

При отпуске фаршированную курицу, освободив от ниток и шпагата, нарезают порционными кусками (на разрезе должен просматриваться рисунок в виде звездочек, прямоугольников, треугольников от продуктов, уложенных брусочками), кладут на закусочную тарелку или овальное блюдо. Гарнируют цветной капустой, зеленым горошком, стручками фасоли, корнишонами, мелко нарубленным мясным желе. Блюдо украшают листьями салата или зеленью петрушки. Отдельно подают соус майонез с корнишонами.

Сыр из кур или дичи (фромаж)

Мясо вареной или жареной птицы, дичи пропускают 3 раза через мясорубку а затем протирают вместе с поло виной полагающегося по норме сливочного масла, добавляют остальное масло, тертый сыр и тщательно выбивают. Затем массу заправляют солью, мускатным орехом, красным перцем, вином «Мадера».

Сыр из птицы и дичи перекадывают в порционные или большие формы. Для этого хорошо осветленное желе наливают в формочки, ставят в холодильный шкаф. Когда образуется «рубашка» толщиной 0,4—0,5 см, формочки заполняют сыром, сверху заливают полужидким мясным желе и ставят для застывания. При отпуске формочки погружают на несколько секунд в горячую воду и перекадывают сыр на блюдо или закусочную тарелку. Блюдо украшают листьями салата, дольками свежих помидоров, кружочками свежих огурцов, взбитым сливочным маслом и т. д. Отдельно подают соус майонез.

Большие формы заливают до краев и держат в холодной воде со льдом, пока на стенках не образуется тонкий слой желе. Незастывшее желе выливают из форм, укладывают веточки зелени петрушки и кусочки овощей, заполняют сыром, заливают желе и охлаждают. При подаче форму на несколько секунд погружают в горячую воду и сыр выкадывают на круглое блюдо или вазу.

Сыром можно также наполнить тарталетки, валованы.

§ 7. Холодные банкетные блюда из мяса

Наиболее распространенными банкетными блюдами из мяса являются мясные ассорти, ростбиф, жареная индейка и дичь, филе кур и дичи под майонезом, заливной поросенок, окорок, фаршированные куры (галантин), сыр из птицы и дичи и др. Некоторые банкетные блюда из мяса подаются целиком (окорок) или большими кусками (ростбиф), другие вначале нарезают на куски, а потом придают им вид целой тушки (поросенок с хреном, жареная домашняя птица или дичь).

При оформлении банкетных блюд из мяса используют те же элементы, что и при подаче рыбных, — подставки из хлеба, картофеля, цветы из овощей, сложные гарниры и т. д., но кроме того, часто употребляют папильотки. Папильотки представляют собой свернутые из белой бумаги трубочки с надетой на них розеткой из гофрированной бумаги. Надеваются они на ножки домашней птицы и дичи, косточки котлет, кость окорока и т. д.

Ростбиф

На большое овальное блюдо кладут ростбиф, а на него — ломтики мяса, отрезанные от другого жареного ростбифа. Сбоку располагают букетами гарнир: свежие огурцы и помидоры, салат из краснокочанной капусты, корнишоны, рубленое мясное желе, строганый хрен. Блюдо украшают веточками зелени. В соусниках подают соус майонез с корнишонами.

Поросенок с хреном

У вареного охлажденного поросенка отделяют голову, тушку разрубают вдоль позвоночника на две части, а каждую половинку нарезают на порционные куски. Затем куски поросенка укладывают на овальное блюдо, придавая им вид целой распластанной тушки, и приставляют голову. Вокруг поросенка букетами располагают гарнир: свежие огурцы, нарезанные кружочками, корзиночки из красных помидоров, наполненные резаными овощами, заправленными майонезом, краснокочанную капусту, мясное желе, нарезанное кубиками. Отдельно подают соус хрен со сметаной.

Поросенок заливной целиком

Вареного поросенка охлаждают, разрубают на куски вдоль, а потом поперек. Каждый кусок смазывают желе и укладывают на блюдо, придавая ему вид целой тушки. Вместо глаз можно вставить маслины. Украшают овощами, нарезанными карбовочными ножами, ломтиками красных помидоров, кружочками свежих огурцов,

листочками зелени сельдерея, кружочками вареных яиц, маслинами, брусникой. Затем блюдо покрывают сеткой из светлого желе.

В соуснике подают соус хрен со сметаной.

Домашняя птица и дичь жареная

Подготовленные тушки птицы или дичи жарят в жарочном шкафу, периодически переворачивая и поливая выделившимся соком. Тушки должны иметь поджаристую корочку, для этого их смазывают сметаной. С остывшей жареной птицы срезают филе, нарезают его ломтиками и укладывают обратно на костяк птицы, придавая ей первоначальный вид. Затем птицу укладывают на круглое или овальное блюдо (на крутоны, обжаренные во фритюре). На ножки надевают папильотки. Блюдо гарнируют маринованными сливами, виноградом, яблоками, красно-кочанной капустой и желе, нарезанными кубиками. Отдельно подают соус майонез с корнионами.

Хранение холодных мясных блюд и закусок

Можно хранить: студень мясной — не более 12 ч при температуре не выше 6°, мясо заливное — не более 12 ч при температуре не выше 6°, паштет печеночный — не более 24 ч при наличии холода.

§ 8. Горячие закуски

Горячие закуски включают в меню после холодных закусок. Они отличаются острым вкусом и небольшим объемом. Для их приготовления используют рыбу, ветчину, сосиски, почки, дичь, грибы и пр. Подают горячие закуски обычно без гарниров в кокотницах, кроншелях, на порционных сковородках, в раковинах и т. д.

Горячие закуски подаются на банкетах, свадьбах, приемах и по заказу в ресторанах.

Шампиньоны в сметане

Подготовленные грибы отваривают, нарезают ломтиками и обжаривают с маслом. Затем кладут в кокотницы, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают так, чтобы на поверхности образовалась румяная корочка. Подают в кокотницах по 2 шт. на порцию.

Рыба, запеченная в раковинах (кокиль)

Кусочки рыбы (судака, осетрины, севрюги, белуги и др.) в виде брусочков без кожи и костей массой 25—30 г предварительно припускают. Свежие белые грибы или шампиньоны нарезают ломтиками и отваривают. В смазанную жиром раковину наливают немного парового соуса и укладывают кусочки рыбы вперемежку с ломтиками отваренных грибов. Сверху кладут раковую шейку или кусочки крабов. Все заливают молочным соусом средней густоты, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

Подают в тех же раковинах, полив сливочным маслом.

Солянка рыбная на сковороде

Филе горбуши, судака, трески, сома, а также рыбу осетровых пород нареза-

ют кусочками массой 25—30 г и припускают в бульоне до готовности, положив нарезанные ломтиками соленые огурцы (без кожи и семян), пассерованный репчатый лук и сливочное масло. Затем добавляют каперсы, нарезанные вареные рыбные хрящи, томат-пюре и все кипятят. На порционную сковороду, смазанную маслом, кладут слой тушеной капусты, на нее — кусочки припущенной рыбы вместе с гарниром и соусом, в котором она припускалась, сверху оставшуюся капусту; все посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают до образования красновато-коричневой корочки.

При отпуске блюдо украшают лимоном, хрящами (если используется рыба осетровых пород), маслинами, маринованными плодами и зеленью.

Рыбные кнели под соусом

Приготовленную кнельную массу выкладывают в небольшие формочки, смазанные жиром, и припускают на водяной бане до готовности. Готовые кнели вынимают из формочек и укладывают на блюдо или на тарелку. При отпуске блюдо поливают соусом белое вино, или белым соусом с раковым маслом, или паровым соусом.

Иногда кнели украшают гарниром из отваренных шампиньонов или белых грибов, раковых шеек или крабов и кружочками лимона.

Почки в мадере с шампиньонами

Обжаренные почки заливают соусом красным с вином, добавляют нарезанные ломтиками пассерованные грибы и доводят до кипения. Подают на порционных сковородках.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение холодных закусок и блюд? Какие продукты используют для их приготовления?
2. Назовите основные виды холодных закусок и блюд.
3. Какие продукты используются для приготовления открытых бутербродов и как они оформляются?
4. Как оформляются закрытые бутерброды и канапе и какие продукты используются для их приготовления?
5. Какие продукты используются для приготовления салатов и винегретов?
6. Как и чем заправляют салаты и винегреты?
7. Как хранят салаты и винегреты? Какую посуду используют для их подачи?
8. Как готовят салат зеленый и из помидоров с огурцами и стручковым перцем?
9. Как готовят столичный салат?
10. Назовите виды холодных блюд и закусок из овощей?

11. Охарактеризуйте ассортимент холодных рыбных закусок из гастрономических товаров. Какую посуду используют для их подачи?
12. Как готовятся и оформляется рыба отварная и заливная? Какую посуду используют для подачи этих блюд?
13. Как готовят и оформляют блюда: рыба под майонезом, под маринадом и фаршированная рыба? Какую посуду используют для подачи этих блюд?
14. Охарактеризуйте способы оформления банкетных холодных блюд из рыбы?
15. Охарактеризуйте основные виды банкетных рыбных блюд и способы их подачи.
16. Как хранят рыбные холодные блюда и закуски?
17. Какие продукты используют для приготовления холодных мясных блюд и закусок?
18. Как готовят, оформляют и подают ростбиф, мясное ассорти?
19. Как готовят, оформляют и подают заливной язык, поросенка с хреном?
20. Как готовят, оформляют и подают филе птицы под майонезом, фаршированную курицу, сыр из кур или дичи?
21. Как оформляют и подают банкетные холодные блюда из мяса?
22. Как хранят холодные блюда и закуски из мяса?

Глава III. Супы

Супами называются разнообразные по составу блюда, приготовленные на различных бульонах и отварах. Содержащиеся в бульонах и отварах экстрактивные вещества возбуждают аппетит, улучшают пищеварение и повышают усвояемость пищи организмом человека.

Большинство супов состоит из жидкой части и плотной (гарнира), в которую входит один или несколько видов продуктов: овощей, макаронных изделий, круп и т. д. (к некоторым видам супов гарнир подается отдельно от жидкой части).

По температуре подачи супы разделяют на горячие и холодные; по жидкой основе различают супы на бульонах, овощных отварах, молоке, хлебном квасе и фруктовых отварах.

По способу приготовления горячие супы делятся на заправочные, протертые и прозрачные, а холодные — на протертые и непротертые.

Супы отпускают в бульонных чашках, тарелках, суповых мисках, супницах. Температура горячих супов при подаче должна быть не менее 75°, а холодных не выше 14°.

§ 1. Супы на бульонах. Приготовление бульонов

Бульоном называется отвар, полученный от варки различных продуктов: костей, мяса крупного и мелкого скота, птицы, а также грибов. При варке этих продуктов в воду переходят в небольшом количестве экстрактивные вещества, жиры, белки, клей и минеральные соли. Калорийность бульонов невелика, но она значительно повышается за счет введения в них мяс-

ных и рыбных продуктов, сметаны и т. д. Кроме того, бульоны придают супам приятный специфический вкус и аромат. Различают следующие виды бульонов: костный, мясной, бульон из домашней птицы, рыбный, грибной.

Костный бульон

Говяжьи, свиные и бараньи кости нарубают поперек на куски длиной 5—6 см, промывают, заливают холодной водой (Кости мелких животных предварительно слегка обжаривают в жарочном шкафу. Это улучшает вкус и внешний вид бульона.) и варят в течение 3—4 ч при слабом кипении. В процессе варки периодически снимают образующуюся пену и жир. За 40—50 мин до окончания варки в бульон кладут овощи: морковь, петрушку, лук. Готовый бульон процеживают.

Мясной бульон

Этот бульон называют иногда мясо-костным, так как вначале варят кости, а затем закладывают в бульон крупные куски мяса (1—2 кг). За 40—50 мин до окончания варки в бульон кладут овощи и соль. Сваренное мясо вынимают, бульон процеживают.

Бульон из домашней птицы

Для приготовления этого бульона чаще всего используют кур и индеек, реже гусей и уток. Бульоны варят также из костей и потрохов домашней птицы (кроме печени). Заправленные тушки заливают холодной водой, доводят до кипения, удаляют пену. В процессе варки периодически снимают жир. При варке курицы добавляют белые коренья, при варке другой птицы — коренья и лук. Сваренную птицу вынимают, готовый бульон процеживают.

Рыбный бульон

Этот бульон варят главным образом из пищевых отходов рыб: голов, костей, плавников, хвостов. Крупные кости и головы разрубают на части, предварительно удалив глаза и жабры. Отходы заливают холодной водой, кладут овощи и варят в течение

часа при слабом кипении, периодически удаляя пену и жир. Особенно часто используют головы рыб осетровых пород. Через час после варки их вынимают, мякоть отделяют, а хрящи продолжают варить до мягкости. Готовый бульон процеживают.

Грибной бульон

Грибы, главным образом белые, перебирают (сушеные грибы промывают), заливают холодной водой и оставляют на 3—4 ч для набухания. Варят в этой же воде до готовности. Затем процеживают, грибы промывают, рубят или пропускают через мясорубку и добавляют в суп за 5—10 мин до окончания варки.

Группа супов на бульонах — одна из самых многочисленных; по способу приготовления они делятся на заправочные, пюреобразные и прозрачные.

Заправочные супы

Для приготовления этих супов используют костный, мясной, рыбный бульоны, бульон от домашней птицы и грибной. В качестве гарнира употребляют различные овощи, крупы, бобовые, макаронные изделия, а также сочетания овощей с крупами, бобовыми и макаронными изделиями.

Заправочные супы готовят также на отварах, полученных при варке овощей, бобовых, круп, макаронных изделий. Такие заправочные супы называются вегетарианскими. Употребляют их главным образом для лечебного питания.

Характерной особенностью заправочных супов является использование пассерованных корнеев (моркови, петрушки, сельдерея, пастернака) (Петрушку и сельдерей иногда не пассеруют, а кладут в суп сырыми.) и лука. При пассеровании, т. е. поджаривании корнеев и лука в небольшом количестве жира, выделяющиеся ароматические вещества поглощаются жиром. Благодаря этому суп после введения в него пассерованных овощей приобретает присущий им аромат и долго его сохраняет.

Кроме того, при пассеровании морковь окрашивает жир в оранжевый цвет, а блески окрашенного жира на поверхности супа придают ему привлекательный вид. Окраска жира получается еще более яркой, если его прогреть с томатом-пюре. Поэтому для некоторых видов заправочных супов вместе с овощами пассеруют и томат-пюре.

Во многие заправочные супы для улучшения вкуса и аромата, а также для повышения вязкости жидкой части, вводят пассерованную муку. Мучная пассеровка бывает жировая и сухая.

Для приготовления жировой мучной пассеровки муку всыпают в растопленный жир и поджаривают в течение нескольких минут, непрерывно помешивая, пока смесь не приобретет приятный запах и слегка желтоватый цвет. Для приготовления сухой пассеровки муку поджаривают без жира, пока она не приобретет кремовый цвет и приятный ореховый запах. Мучную пассеровку разводят небольшим количеством бульона, а затем добавляют в суп.

Для улучшения вкуса и питательной ценности во многие виды супов (особенно овощные) кладут сметану, а также заправляют их льезоном. Для этого желтки яиц растирают, разводят молоком или сливками и, помешивая, нагревают на водяной бане до 80—85°.

Заправочные супы отпускаются порциями по 500, 400, 300, 250 г. Мясных или рыбных продуктов кладут по 25, 35, 40, 50 г и более в зависимости от вида и количества супа, сметаны — 10, 15, 20 г.

Борщи

Борщ — горячее жидкое блюдо, приготовленное на костном, мясном, грибном бульоне, а также на бульонах, сваренных из гусей и уток. Борщ может быть и вегетарианским. Характерная особенность всех видов борщей: использование при их приготовлении свеклы и томата-пюре или свежих помидоров (кроме зеленого борща). Во все борщи кладут морковь, петрушку (кроме сибирского), лук, зелень. В зависимости от вида борща в него кладут и другие овощи: капусту, картофель, сладкий стручковый перец, щавель, шпинат, кабачки, а также грибы, чернослив, клецки и различные мясные продукты: говядину, баранину, свинину, сосиски, сардельки, шпик, свинокочености.

Картофель и овощи для борща нарезают по-разному, в зависимости от его вида.

Правильно приготовленный борщ должен иметь яркую малиновую окраску и кисло-сладкий вкус. Интенсивная окраска достигается за счет особого приготовления свеклы, нарезанной соломкой или ломтиками; ее пассеруют и тушат в нарезанном виде или варят, а затем нарезают. Для сохранения цвета в свеклу добавляют уксус и пассерованный томат-пюре. Красный цвет борща усиливают иногда настоем свеклы. Для получения кисло-сладкого вкуса перед окончанием варки в борщ дополнительно вводят уксус или лимонную кислоту и сахар.

При отпуске в тарелку или суповую миску кладут прогретые мясные продукты, наливают борщ и добавляют сметану (сметана может подаваться отдельно). Отдельно можно подать ватрушки с творогом (по 2 шт. на порцию) или крупеник (по 100—150 г на порцию).

Борщ московский

Готовят на мясном бульоне с добавлением ветчинных костей, без картофеля. Все овощи нарезают соломкой, свеклу тушат. При отпуске в тарелку с борщом кладут предварительно прогретые мясные продукты: говядину (25 г), сосиски, нарезанные поперек или ломтиками (25 г) и ветчину (25 г). Отдельно подают ватрушки (2шт.).

Борщ флотский

Свеклу и овощи для пассерования нарезают ломтиками, капусту — шашками (квадратиками), картофель — кубиками. В бульоне из костей проваривают свинокочености — бекон, или грудинку, или корейку, которые нарезают на порции и при отпуске кладут в тарелку.

Щи

Основными продуктами, определяющими специфику щей, являются листовые овощи. Щи варят из белокочанной капусты — свежей или квашеной, савойской капусты, молодой крапивы, щавеля, шпината, капустной рассады. В качестве жидкой основы используют бульон — мясной, грибной, рыбный (щи со сметкой и другой рыбой). Готовят щи с мясом, различными мясными продуктами, с гусем, уткой. Щи также могут быть вегетарианскими.

В качестве дополнительных продуктов употребляют картофель, репу, для некоторых видов — крупы.

Овощи и картофель нарезают в зависимости от их вида: картофель брусочками или кубиками, капусту соломкой или шашками, морковь и лук — дольками или соломкой и т. д. В щи из капусты часто добавляют пассерованный томат-пюре или свежие помидоры, нарезанные дольками. Во многие виды щей вводят мучную пассеровку. Все виды щей, кроме щей на рыбном бульоне, подают со сметаной (иногда заправляют льезоном). К щам из свежей капусты подают ватрушки, кулебяку, пирожки, к щам из квашеной капусты — крупеник или кашу гречневую по 75—100 г на порцию.

Щи из свежей капусты

Капусту нарезают шашками с ребром 2—3 см или шинкуют, остальные овощи — ошпаренную репу, морковь, петрушку, репчатый лук — нарезают в зависимости от формы нарезки капусты дольками или шинкуют. Капусту закладывают в кипящий бульон, а когда она закипит, вводят пассерованные коренья, лук, томат-пюре, специи и доводят до готовности.

Щи из квашеной капусты

Готовят без картофеля и с картофелем. Форма его нарезки зависит от формы нарезки капусты. Если капуста шинкованная, картофель нарезают брусочками, если рубленая — кубиками. Перебранную капусту предварительно тушат с добавлением небольшого количества бульона. Это улучшает ее вкус и уменьшает кислотность. За 10—15 мин до окончания тушения в капусту кладут пассерованные коренья, лук, томат-пюре. Затем капусту закладывают в кипящий бульон и варят еще 20—30 мин. Перед окончанием варки вводят мучную пассеровку, специи. В щи с картофелем добавляют растертый с солью чеснок.

Щи из квашеной капусты варят на мясном, рыбном (чаще всего из осетровой головизны) и грибном бульоне. В щи на рыбном бульоне сметки закладывают одновременно с тушеной капустой. В щи на грибном бульоне грибы кладут за 10—15 мин до окончания варки.

Щи суточные

Особенность этих щей заключается в том, что квашеную капусту мелко рубят и тушат с добавлением ветчинных костей. Овощи для пассеровки нарезают кубиками. В остальном это блюдо готовят так же, как и щи из квашеной капусты без картофеля. Заправляют его рубленым чесноком.

В некоторых ресторанах щи суточные подают в глиняных горшочках, предварительно доведя их до кипения. Иногда готовые щи замораживают, выдерживают в холодильнике 10—12 ч, затем капусту отрубают, кладут в глиняные горшочки, заливают бульоном, закрывают слоеным тестом и прогревают в жарочном шкафу.

Щи зеленые

В состав этого блюда входят щавель, шпинат, картофель, петрушка и лук. Нарезанные шпинат и щавель припускают, а затем протирают. В кипящий бульон кладут вначале картофель, а через 15 мин — пассерованный лук, пюре из шпината и щавеля и доводят до готовности. Перед окончанием варки добавляют специи и вводят мучную пассеровку. При отпуске в тарелку кладут четверть сваренного вкрутую яйца.

Рассольники

Рассольником называется суп, обязательной составной частью которого являются соленые огурцы. Кроме того, почти во все виды рассольников входят репчатый лук и лук-порей. Соленые огурцы

очищают от кожицы и семян и нарезают соломкой или ромбиками, картофель — брусочками, коренья и лук — соломкой. Если вкус рассольника недостаточно острый, в него добавляют предварительно прокипяченный и процеженный огуречный рассол.

В зависимости от используемых продуктов различают следующие виды рассольников: рассольник обычный, домашний, московский, ленинградский и другие.

Рассольник обычный

Готовят на мясном бульоне с мясом и мясными продуктами (говядиной, свининой, бараниной, почками, куриными потрохами и др.), на рыбном бульоне с осетриной, судаком, сомом и др. и с грибами. В состав рассольника входят: картофель, петрушка, сельдерей, репчатый лук, лук-порей, листья шпината, разрезанные на 2—3 части. В кипящий бульон кладут картофель, пассерованные коренья, лук, а спустя 5—6 мин припущенные огурцы. За 5—10 мин до окончания варки опускают шпинат. При подаче блюдо заправляют сметаной.

К мясным рассольникам отдельно подают ватрушки с творогом, а к рыбным — расстегаи.

Рассольник домашний

Готовится с мясными, рыбными продуктами или с грибами. Набор продуктов такой же, как и для рассольника обычного (исключается только лук-порей), но добавляются свежая капуста и морковь. Капусту шинкуют и закладывают в кипящий бульон, проваривают, затем опускают картофель, пассерованные овощи, припущенные огурцы.

Рассольник ленинградский

Характерная особенность его — использование перловой крупы, предварительно отдельно сваренной до готовности. В состав рассольника входят также картофель, морковь, петрушка, репчатый лук и лук-порей. Вначале промытую горячей водой крупу кладут в кипящий бульон, проваривают ее, а затем варят рассольник обычным способом. Иногда для приготовления ленинградского рассольника используют крупу пшеничную, овсянную, рис.

Солянки

В состав солянок обязательно входят пассерованный репчатый лук, соленые огурцы, каперсы, томат-пюре, маслины. Приготавливают

солянки на мясном или рыбном бульоне с разнообразными мясными и рыбными продуктами, а также на грибном бульоне со свежими или сушеными грибами. Из мясных продуктов чаще всего используют говядину, ветчину, язык, сосиски, почки, домашнюю птицу, дичь, из рыбных — осетрину, судак. В кипящий бульон закладывают шинкованный пассерованный вместе с томатом-пюре репчатый лук, припущенные соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян и нарезанные ломтиками или ромбиками, каперсы, мясные продукты, нарезанные ломтиками: вареное мясо, почки, ветчину, сосиски — или сырые порционные куски рыбы, оливки без косточек, специи и варят. Таким образом жидкая часть солянок получается более концентрированной, содержащей большее количество экстрактивных веществ.

При отпуске в блюдо кладут маслины, в рыбные солянки — нарезанные вареные хрящи головизны, очищенный от кожицы кружочек лимона (кроме грибной солянки), рубленую зелень. Сметаной заправляют только мясные и грибные солянки.

Солянка сборная мясная

В набор мясных продуктов этой солянки входят говядина, ветчина, сосиски, почки. Отдельно подают слоеный пирожок с мясом.

Солянка домашняя

Для приготовления этой солянки используют те же мясные продукты, что и для солянки сборной; дополнительно вводится картофель, нарезанный дольками.

Солянка рыбная

Готовится на рыбном бульоне с осетровой рыбой или судаком. Отдельно к блюду подают расстегай.

Солянка донская

Готовится на рыбном бульоне из головизны. Рыбу (осетрину) нарезают по 2—3 куса на порцию. Набор овощей дополняется пассерованными морковью, петрушкой и свежими помидорами, нарезанными дольками.

Солянка грибная

Готовится на грибном бульоне со свежими или сушеными грибами. Остальной набор продуктов такой же, как и для мясной солянки. При отпуске в тарелку кладут сметану.

Картофельные и овощные супы

Готовят эти супы на костном, мясном, курином, рыбном, грибном бульоне. Обязательной составной частью, помимо картофеля, являются репчатый лук, петрушка и морковь (кроме супа полевого). Для приготовления некоторых супов используют картофель в сочетании с белокочанной капустой, щавелем, крупой, макаронными изделиями, бобовыми, смесью различных овощей. Форма нарезки картофеля и овощей самая различная: брусочками, кубиками, дольками, кружочками и т. д. Отпускают супы с мясными и рыбными продуктами, при подаче посыпают рубленой зеленью.

Картофельные и овощные супы готовятся и вегетарианскими.

Суп картофельный

Готовится на мясном, рыбном или грибном бульоне. Картофель нарезают ломтиками, брусочками или кубиками, коренья и лук — соломкой. В кипящий бульон закладывают пассерованные коренья и лук, доводят до кипения, добавляют картофель и доводят до готовности.

Суп крестьянский

Основу супа составляют картофель, свежая белокочанная капуста, нарезанная шашками, пассерованные коренья и лук. Этот суп иногда готовят и с крупами, предварительно отдельно сваренными до полуготовности. При подаче блюдо заправляют сметаной.

Суп из овощей

В состав этого супа должно входить не менее 8 видов овощей. Обычно используются следующие: капуста — свежая белокочанная или савойская, цветная, зеленый горошек или стручки зеленой фасоли, кабачки, картофель, свежие помидоры, морковь, петрушка, сельдерей, репчатый лук и лук-порей и др.

Суп из овощей с фасолью

В состав супа входят фасоль зерновая или зеленая, свежая белокочанная и цветная капуста, или кабачки, или тыква, картофель, коренья, репчатый лук и лук-порей.

Пюреобразные супы

Для приготовления супов-пюре используют овощи, крупы, бобовые, мясные или рыбные продукты, грибы (шампиньоны). Основой служат костный бульон или бульон, полученные при варке

мясных или рыбных продуктов или грибов. Вегетарианские супы-пюре готовят на отварах из овощей, круп, бобовых.

Овощной суп-пюре варят из одного или нескольких видов овощей, например из цветной капусты, или моркови, или картофеля, моркови и репы.

Из круп используют преимущественно рис и перловую крупу, из бобовых — горох, фасоль, зеленый горошек, из мясных продуктов — говяжью, телячью печенку, печенку домашней птицы, кур или индеек, дичь.

Рыбные супы-пюре готовят из карпа, трески, судака, раков и др.

Супы-пюре должны иметь своеобразную нежную однородную консистенцию густых сливок, без кусочкой каких-либо продуктов. С этой целью в зависимости от вида продукты варят тушат или припускают до полной готовности, а затем протирают вместе с отваром и доводят до кипения. Для того чтобы частицы протертых продуктов не осели на дно посуды, в суп добавляют мучную жировую пассеровку (Муку можно пассеровать и без жира.), разведенную бульоном — для мясных блюд или овощным отваром — для вегетарианских (Такая разведенная пассеровка называется белым соусом.). Иногда для пюреобразных супов из цветной капусты зеленого горошка, кабачков, тыквы, также мясных соус приготавливают на молоке. Такие супы называются супами-кремами.

Для улучшения вкуса и повышения питательности супы-пюре заправляют горячим прокипяченным молоком или льезоном, приготовленным с молоком или сливками. Перед отпуском в суп кладут кусочек сливочного масла и хорошенько размешивают. Масло придает супу приятный вкус. Заправленные супы не кипятят. Чтобы придать супу более аппетитный вид, при отпуске в него кладут немного непротертых продуктов. Например, в суп из цветной капусты — дольки кочешка, отваренные в подсоленной воде или бульоне, в суп-пюре из картофеля — зеленый консервированный горошек, в суп-пюре из домашней птицы — немного филе, нарезанного в виде соломки.

Ко всем супам-пюре отдельно на пирожковой тарелке подают гренки из пшеничного хлеба, нарезанного мелкими кубиками (массой по 25 г) и подсушенного в жарочном шкафу, или кукурузные либо пшеничные хлопья.

Супы-пюре очень питательны, легко усваиваются организмом, они нашли широкое применение в лечебном питании.

Супы-пюре из овощей

Различные виды овощей подвергаются различной тепловой обработке. Картофель, капусту цветную, белокочанную, савойскую, зеленый горошек варят, морковь, сельдерей, кабачки, помидоры припускают. Лук и коренья, если они не являются основными продуктами, шинкуют, пассеруют, добавляют к основному продукту и все вместе доводят до готовности, затем протирают. Наиболее распространенные супы-пюре из овощей: картофельный, из моркови и репы, из смеси овощей, из кабачков или тыквы, из цветной капусты, из зеленого консервированного горошка, из помидоров.

Суп-пюре из шампиньонов

В состав этого супа помимо моркови, петрушки, лука репчатого входят шампиньоны. У грибов отрезают ножки и пропускают их через мясорубку с мелкой решеткой, затем тушат с маслом и протирают. Суп заправляют льезоном. Шляпки грибов нарезают тонкими ломтиками, припускают в бульоне и кладут в суп при отпуске.

Супы-пюре из мясных продуктов

Домашнюю птицу и дичь вначале отваривают в бульоне, затем мясо отделяют от костей (у дичи используют только филе), пропускают через мясорубку с мелкой решеткой, соединяют со сливочным маслом и протирают.

Печенку слегка обжаривают, затем тушат в небольшом количестве бульона с пассерованными кореньями и луком и после этого протирают.

Прозрачные супы

Основой всех прозрачных супов является крепкий бульон, приготовленный из говядины, кур или индеек, дичи или рыбы. По сравнению с обычными супами они содержат большее количество экстрактивных веществ благодаря увеличению нормы закладываемых продуктов, а также особым технологическим приемам.

Прозрачный суп должен быть хорошо осветленным (без частиц свернувшегося белка) и иметь цвет, вкус и аромат, соответствующий используемым продуктам. Калорийность его значительно повышается за счет гарниров, которые готовятся отдельно. В качестве гарниров используют различные овощи,

мясные, яичные и мучные изделия. Отпускаются прозрачные супы в тарелках, бульонных чашках и суповых мисках.

Выход бульона в чашке — 300 г, в тарелке или суповой миске - 400 г. В бульонных чашках отпускают только бульоны. Гарнир к ним — пирожки, гренки, профитроли и др. — подают отдельно на пирожковой тарелке. При отпуске в тарелку или миску кладут соответствующий гарнир и заливают его бульоном.

Мясной прозрачный бульон

Варят из костей, тщательно удаляя пену и жир. Осветляют оттяжкой. С этой целью котлетное мясо измельчают, заливают холодной водой, добавляют соль, настаивают на холоде, затем вводят сырые яичные белки и перемешивают. В охлажденный до +50° бульон добавляют оттяжку и тщательно размешивают. Для цвета кладут подпеченные лук, морковь, белые коренья. После этого бульон доводится до кипения и выдерживается на слабом огне, пока белок не опустится на дно. Во время варки на поверхности мясной оттяжки оседают взвешенные частицы жира. Этот процесс называется адсорбцией. Кроме того, при осветлении экстрактивные вещества переходят из оттяжки в бульон, что делает его более концентрированным. Осветленный бульон процеживают. Он должен иметь светло-коричневый оттенок.

С мясным бульоном отпускают следующие гарниры: клецки, пельмени, лапшу, рис и др. Готовят их отдельно. При отпуске гарнир кладут в тарелку или миску и заливают бульоном.

Клецки готовят из манной крупы или муки. В кипящий бульон кладут сливочное масло, соль, всыпают просеянную муку или манную крупу и проваривают непрерывно помешивая. Полученную массу немного охлаждают, добавляют в нее сырые яйца, хорошо промешивают, разделяют на клецки с помощью двух ложек или кондитерского мешка, отваривают в подсоленной воде и откидывают.

Пельмени на несколько минут погружают в кипящую воду для удаления муки, затем проваривают в прозрачном бульоне.

Лапшу домашнюю, лапшу и вермишель фабричные отваривают, откидывают и промывают.

Рис отваривают, откидывают и промывают.

Рис запеченный готовят следующим образом. Сваренный на бульоне с добавлением жира и томатного пюре рассыпчатый рис охлаждают, смешивают с яйцами, тертым сыром, выкладывают в

противни или формы, посыпают сыром и запекают в жарочном шкафу, затем нарезают на порции.

Овощные гарниры готовят из нарезанных и отваренных в бульоне овощей. Употребляют следующие сочетания овощей: морковь, репа или брюква, петрушка, шпинат или салат; морковь, репа или брюква, петрушка, цветная капуста, сельдерей, стручковая фасоль, горошек, (зеленый или лопаточки); савойская капуста, морковь, петрушка, сельдерей, лук-порей. Используют также цветную или брюссельскую капусту.

Яйцо в мешочек. Варят 3—3,5 мин в скорлупе, или без скорлупы в кипящей, подкисленной уксусом воде. Его можно подавать и с овощным гарниром.

Омлет готовят натуральный, со шпинатом, с морковью.

Фрикадельки готовят из говядины и припускают в бульоне.

К мясному бульону отдельно на пирожковой тарелке подают следующие гарниры: пирожки из дрожжевого или слоеного теста, расстегаи, кулебяки, профитроли из заварного теста в виде орешков или пуговок. Их выпекают в жарочном шкафу.

Прозрачный бульон из кур или индеек

Варят из измельченных костей птицы, затем закладывают тушки кур или индеек и доводят до готовности. Осветляют его с помощью оттяжки, которую готовят из настоянных в холодной воде нарубленных костей курицы с добавлением яичного белка. Готовый бульон имеет желтовато-янтарный оттенок.

Прозрачный бульон из дичи

Варят из говяжьих костей или используют для его приготовления куриный бульон. Осветляют оттяжкой, в которую добавляют кости и зачистки, полученные при разделке дичи (рябчика, фазана, тетерева). Готовый бульон имеет светло-коричневый оттенок и немного горьковатый привкус.

С прозрачным бульоном из птицы и дичи отпускают следующие гарниры: клецки из пшеничной муки или манной крупы, лапшу домашнюю, лапшу и вермишель фабричные; кусок птицы; омлет, кнели.

Кнели готовят из мякоти птицы и дичи. Приготовленную массу выпускают из конверта в виде клецек, заливают горячей водой и варят, не доводя до кипения. Кнели из кур в форме пуговок или

раковых шеек готовят также с добавлением вареных рубленых шампиньонов.

При отпуске один из видов этих гарниров кладут в тарелку и заливают бульоном. Отдельно на пирожковой тарелке подают пирожки, кулебяки, профитроли.

Рыбный прозрачный бульон (уха)

Готовят из мелкой неочищенной, но выпотрошенной рыбы (ершей, окуней и пр.) или рыбных отходов с добавлением корней. Осветляют оттяжкой из растертой паюсной икры. Готовый бульон имеет желтовато-янтарный оттенок.

При отпуске кусок рыбы, или фрикадельки, или клецки из кнельной массы кладут в тарелку и заливают бульоном. Пирожки, расстегаи с рыбным фаршем подают отдельно на пирожковой тарелке.

Борщок

В костном бульоне проваривают свинокочености. Осветляют оттяжкой, приготовленной из говядины, дичи с мелко нарезанной свеклой, сбрызнутой уксусом. Заправляют красным перцем, вином мадера. Отпускают в бульонной чашке.

К борщку отдельно на пирожковой тарелке подают гренки.

Гренки с сыром готовят следующим образом. Тонкие, без корок, ломтики пшеничного хлеба посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и запекают в жарочном шкафу.

Гренки острые также готовят из пшеничного хлеба, нарезанного ломтиками прямоугольной формы 4,0x6,0 см, толщиной 0,5 см и слегка обжаренного на масле. На гренки намазывают массу из тертого сыра, томата-пасты, яичных желтков, масла и молотого красного перца и запекают их в жарочном шкафу.

Нормы выхода гарниров (в г) к прозрачным супам (на порцию в 400 г) указаны в табл.

§ 2. Молочные супы

Молочные супы готовят на цельном молоке или на молоке, разбавленном водой. Варят их с макаронными изделиями, крупами и овощами. Так как макаронные изделия и крупы (кроме манной и мелкодробленных) плохо развариваются в молоке, их предварительно проваривают в воде до пол у готовности, откидывают и вводят в кипящую жидкость. Манную и мелкодробленную крупу всыпают тонкой струйкой непосредственно в молоко, непрерывно помешивая. Клецки для супов отваривают отдельно, а затем кладут в кипящее молоко.

Подготовленные овощи отваривают, после этого вливают горячее молоко и все варят 10—15 мин.

При отпуске во все молочные супы кладут кусочек сливочного масла. В молочные супы с крупами, макаронными изделиями, клецками перед окончанием варки вводят соль и сахар, в овощные — только соль.

Суп молочный с макаронными изделиями.

Используют макароны, вермишель, лапшу фабричного производства, домашнюю лапшу, «звездочки», «ушки».

Суп молочный с крупами.

Готовят с рисом, манной крупой, пшеном, ячневой, кукурузной крупой.

Суп молочный овощной.

В набор овощей входят белокочанная или цветная капуста, картофель или морковь. Используют также репу, зеленый горошек, стручковую фасоль, кабачки.

§ 3. Холодные супы

Жидкой основой этих супов служат хлебный квас, свекольный и овощной отвары. Для приготовления хлебного кваса используют ржаные сухари или сухой хлебный квас. Сухари измельчают, засыпают в предварительно вскипяченную и немного охлажденную воду и настаивают 1—1,5 ч в теплом месте, периодически помешивая. Полученный настой называется суслом. В него добавляют сахар и дрожжи и ставят в теплое место для брожения, затем готовый квас сливают и охлаждают. Квас используют для приготовления различных окрошек, свекольника, ботвиньи.

В качестве гарнира для холодных супов используют смесь различных овощей, картофель, мясные продукты, рыбу, яйца. Эти продукты предварительно отваривают, охлаждают, затем нарезают кубиками или соломкой. Зеленый лук шинкуют. Огурцы с толстой кожей очищают, удаляют семена и нарезают в соответствии с формой нарезки других продуктов.

Для приготовления окрошки белки яиц мелко нарезают, желтки растирают с горчицей, солью, сахаром, сметаной и разводят квасом. В приготовленную смесь добавляют нарезанные продукты и все перемешивают. Сметану и яйцо часто кладут в тарелки и при отпуске супа. Все холодные супы отпускают следующим образом. В тарелку кладут гарнир и заливают его жидкой частью, затем блюдо посыпают мелко нарезанным укропом, добавляют сметану.

Окрошка мясная

Для приготовления этого блюда используют говядину или нежирную свинину и баранину. В овощной набор входят зеленый лук, свежие огурцы. Можно готовить окрошку с картофелем.

Окрошка мясная сборная

Помимо говядины используют также ветчину, язык, телятину. В остальном набор продуктов тот же, что и для мясной окрошки.

Окрошка овощная. В состав блюда входят картофель, зеленый лук, редис, свежие огурцы.

Щи зеленые

Шпинат и щавель припускают отдельно, протирают, смешивают, разводят охлажденной кипяченой водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, или картофельное пюре, огурцы-, зеленый лук, сметану, сахар и соль. Щи подают также с мясом или рыбой, отваренными отдельно.

Ботвинья

Шпинат и щавель припускают, протирают, разводят квасом, добавляют сахар, лимонную цедру. Отдельно на тарелке подают куски вареной рыбы (белугу, севрюгу, осетрину, судак, морской окунь, треску), гарнируют их свежими огурцами, зеленым луком, укропом, листьями салата, тертым хреном, украшают крабами или раковыми шейками.

§ 4. Сладкие супы

В эту группу входят супы, приготовленные на отварах из свежих или сушеных фруктов и ягод, фруктово-ягодных соках, пюре, сиропах. Фрукты или ягоды вводят в супы нарезанными ломтиками или кубиками, либо протертыми частично или полностью (для супов-пюре). Цитрусовые кладут в суп в сыром виде, разделив на дольки, ананасы — также сырыми, нарезав ломтиками.

Сладкие супы готовят из одного вида фруктов или ягод либо из их смеси. Чтобы придать супу вязущую консистенцию, в него вводят крахмал. Для ароматизации используют цедру цитрусовых, корицу, гвоздику. Некоторые супы заправляют сливками или сметаной.

Ко многим сладким супам полагаются гарниры: пудинги рисовый и маннй, отварной рис, саго, макаронные изделия, клецки, запеканки. Эти гарниры готовят отдельно и кладут в тарелку или суповую миску при отпуске супа. На пирожковой тарелке подают: пшеничные и кукурузные хлопья, сухой бисквит, печенье, сухари.

Сладкие супы отпускают чаще в холодном виде, но некоторые супы — горячими.

Оформление и подача супов

Для оформления супа большое значение имеет соблюдение установлен-

ной формы нарезки продуктов, красивая окраска жира, равномерно расположенные гарнир и зелень, которой посыпают блюдо. Прозрачные супы очень украшают гарниры: омлет со шпинатом, приготовленный в специальной формочке, красиво вырезанный в форме ромба или четырехугольника кусок риса, запеченного с томатом-пюре и сыром. Кусочек масла, который кладут при отпуске в молочные супы, должен быть аккуратно вырезан в форме кубика или четырехугольника.

Наливать суп надо осторожно, чтобы не поломать гарнир, края тарелок должны быть чистыми. При разливке суп взбалтывают, равномерно распределяя жир и сметану (если он ею заправлен); сначала кладут густую часть супа, затем разливают бульон.

Сметану к супам можно подавать и отдельно в соуснике. Иногда отдельно на розетке подают зелень, ломтик лимона к солянке, кусочки пищевого льда к окрошкам.

Хранение супов

Продолжительное хранение супов резко ухудшает их вкус и вид, приводит к разрушению витаминов. Поэтому хранить супы более двух часов после приготовления нельзя. Особенно сильно деформируются при длительном хранении макаронные изделия. Супы из них нужно готовить небольшими партиями и реализовывать в течение 30—40 мин.

Хранят супы на водяной бане (мармите) или на плите при температуре 75—85°С. Супы, заправленные льезо-ном, хранят на водяной бане при температуре 60—65°, квас для холодных супов — при температуре 4—6°. Отваренные и нарезанные кусками мясные продукты, предназначенные для гарниров, обычно хранят в небольшом количестве теплого бульона.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение супов?
2. Как готовят костный, мясной, рыбный, куриный бульоны для заправочных супов?
3. Каковы характерные виды заправочных супов? Каковы их составные части?
4. Дайте характеристику щей из свежей капусты, из квашеной капусты и щей зеленых.
5. Расскажите об особенностях отдельных видов борщей (борщ московский, флотский).
6. Каковы основные особенности рассольников?
7. Расскажите об особенностях отдельных видов рассольников (рассольник домашний, обычный, ленинградский).
8. Какие продукты используют для приготовления солянок?
9. Расскажите об особенностях приготовления отдельных видов солянок (солянка мясная сборная, рыбная, донская).
10. Как готовят бульоны для прозрачных супов?
11. Какие виды гарниров подают к прозрачным супам?
12. Каковы особенности подачи гарниров к прозрачным супам? Какая посуда используется для подачи прозрачных супов и гарниров к ним?

13. Как готовят пюреобразные супы? Какие продукты используются для их приготовления?
14. Как оформляются и подаются пюре-образные супы?
15. Какие продукты используются для приготовления картофельных супов и супов из смеси овощей? Охарактеризуйте отдельные виды супов (суп картофельный, крестьянский, суп из смеси овощей).
16. Каковы особенности приготовления молочных супов?
17. Какие продукты используют для приготовления холодных супов?
18. Охарактеризуйте отдельные виды холодных супов (окрошка, свекольник, ботвинья).
19. Какие продукты используются для приготовления сладких супов? Каковы виды сладких супов?
20. Какие гарниры готовят к сладким супам? Укажите особенности их подачи.
21. Как оформляют супы?
22. Как хранят супы?

Глава IV. Соусы

Соусы являются составной частью многих блюд. Значение их в питании чрезвычайно велико. В состав многих соусов входят различные ароматические и экстрактивные вещества, которые возбуждают аппетит, усиливают выделение пищеварительных соков. Соусы придают блюду особый, неповторимый вкус, благодаря чему из одних и тех же продуктов можно приготовить различные по вкусу кушанья. Различные красящие вещества, содержащиеся в соусах, придают блюду привлекательный аппетитный внешний вид. Все эти качества соусов способствуют лучшему усвоению пищи организмом человека.

Многие соусы содержат питательные высококалорийные продукты — жиры, сметану, яйца — и, следовательно, позволяют повысить пищевую ценность кулинарных изделий.

Каждый соус состоит из двух частей: жидкой основы и дополнительной части, в которую входят различные продукты, пряности и приправы. По характеру дополнительной части все соусы разделяются на две основные группы: соусы, приготовленные с мукой, и соусы без муки. В первую группу входят соусы, приготовленные на бульонах, на сметане и на молоке. Ко второй группе относятся соусы, приготовленные на масле (сливочном и растительном) и на уксусе. Отдельную группу составляют сладкие соусы, которые готовят из разнообразных фруктово-ягодных отваров, соков, вина и т. д.

Соус, приготовленный на определенной жидкой основе и содержащий в дополнительной части минимальное количество продуктов, называется основным. Путем введения в него других продуктов и приправ можно получить новые соусы этой группы. Такие соусы называются производными. Кроме того, по температуре подачи соусы разделяют на холодные и горячие.

§ 1. Соусы с мукой. Соусы на бульонах

Для приготовления этих соусов используют коричневый мясной, обычный мясной, рыбный и грибной бульоны. Кроме приготовления бульонов технологический процесс производства этих соусов включает в себя следующие операции: пассерование муки, пассерование корней, лука, томата-пюре.

Пассерование муки

Муку пассеруют с жиром или без жира (сухая пассеровка). Различают два вида пассеровки: красную мучную и белую. Красную пассеровку получают, нагревая муку до красновато-коричневого оттенка. Эту пассеровку используют для приготовления красных мясных соусов.

Для получения белой пассеровки муку нагревают, пока она не приобретет слегка желтоватый цвет. Эту пассеровку используют для приготовления белых соусов на мясном, рыбном и грибном бульонах.

Пассерование корней и лука. Коренья и лук пассеруют так же, как для супов заправочных.

Пассерование томата-пюре

Томат-пюре пассеруют с жиром, после чего он приобретает оранжевый цвет.

Соусы на мясном бульоне

Основными соусами этой группы являются красный мясной соус на коричневом бульоне и белый соус на мясном бульоне. Их используют для приготовления различных блюд и производных соусов.

Красный мясной соус и его производные

Жидкой основой его является коричневый бульон. Говяжьи, телячьи, свиные, бараньи кости рубят на небольшие куски и обжаривают в жарочном шкафу до темно-золотистого цвета. Затем их заливают холодной водой и варят при слабом кипении 5—8 ч, периодически удаляя жир. В конце варки добавляют подпеченные овощи (лук, морковь, белые коренья).

Красную горячую жирную пассеровку разводят горячим коричневым бульоном, добавляют пассерованные овощи (репчатый лук, морковь, петрушку или сельдерей) с томатом и проваривают

при слабом кипении, затем процеживают через сито, протирая кусочки овощей. Если соус предназначен для подачи к блюдам, его перед концом варки заправляют солью, сахаром и перцем.

Подают к изделиям из котлетной массы, тушеным мясным блюдам.

Соус луковый

К пассерованному мелкошинкованному луку добавляют уксус, перец горошком, лавровый лист, кипятят 5—7 мин, добавляют красный основной соус, затем всю смесь проваривают и заправляют маслом.

Подают к тушеному мясу, биточкам, котлетам, жареной и отварной свинине.

Соус луковый с горчицей

В красный основной соус кладут мелко нашинкованный пассерованный и выпаренный с уксусом лук и варят 10—15 мин. Затем соус заправляют горчицей, соусом «Южный» и сливочным маслом.

Этот соус очень острый; подают его к жареной жирной свинине и к жареной колбасе, к сосискам, сарделькам, биточкам, котлетам.

Соус луковый с корнионами (пикантный)

В мелкорубленный пассерованный лук добавляют уксус, перец горошком, лавровый лист, кипятят 10 мин, соединяют с основным красным соусом, проваривают, заправляют соусом «Южный», добавляют рубленые корнионы и масло.

Подают к лангету, филе, котлетам, жареной и отварной свинине, баранине.

Соус красный кисло-сладкий

Чернослив отваривают в небольшом количестве воды; отвар вливают в красный соус, добавляют прокипяченные красное вино или уксус, перец горошком, лавровый лист, соль и проваривают. Затем смесь процеживают, добавляют чернослив, изюм без косточек, рубленые грецкие орехи, доводят до кипения и заправляют маслом.

Подают к блюдам из отварного и тушеного мяса и домашней птицы.

Соус красный с вином

В красный основной соус добавляют прокипяченное вино (мადеру) и заправляют сливочным маслом. Иногда для остроты добавляют соус «Южный».

Подают к филе, лангету, натуральным котлетам из баранины, к котлетам из кур, жареной телятине, почкам, блюдам из ветчины, языку.

Ассортимент производных основного красного соуса довольно разнообразен. Среди них кроме названных соус красный с грибами и помидорами, соус перечный с уксусом, соус с эстрагоном и вином, соус красный смородиновый и др.

Белый основной соус и его производные

Белую мучную жировую пассеровку охлаждают до 60—70°, разводят горячим мясным бульоном, добавляют слегка спассерованную петрушку и лук и варят 30 мин. Перед окончанием варки соус заправляют солью и лимонной кислотой. Готовый соус процеживают, протирая овощи, заправляют сливочным маслом.

Как самостоятельный белый основной соус иногда подают к отварной и припущенной птице и телятине, заправив его сливочным маслом.

Паровой соус

В белый основной соус вводят лимонную кислоту или сок лимона, вливают белое столовое вино и доводят до кипения. Заправляют сливочным маслом.

Подают к отварным и припущенным курам, вареной говядине, отварной телятине, котлетам из телятины, кур и дичи.

Соус белый с яйцом

Сырые яичные желтки растирают с кусочками сливочного масла, добавляют сливки или бульон и нагревают при непрерывном помешивании. Как только смесь загустеет, в нее постепенно, не переставая помешивать, добавляют белый основной соус, соль, мускатный орех, лимонную кислоту или сок лимона.

Подают к отварным и припущенным курам, цыплятам, телятине, баранине, к котлетам из кур и дичи.

Соус томатный

Мелко нарезанные коренья моркови и петрушки, репчатый лук пассеруют, добавляют томат-пюре, нагревают, соединяют с белым основным соусом и варят. Перед окончанием варки кладут соль, молотый перец, лимонную кислоту и вливают прокипяченное белое сухое вино. Подают к жареному мясу, лангету, эскалопу, мозгам фри и овощным блюдам: фаршированным баклажанам, перцу, овощной солянке.

Соусы на рыбном бульоне

На рыбном бульоне готовят в основном белые соусы. Основой их является белый основной соус, приготовленный из белой мучной пассеровки, мелко нарезанных петрушки, сельдерея, пассерованного лука и рыбного бульона. Используют его только для приготовления производных соусов.

Соус паровой

Приготавливают так же, как паровой соус на мясном бульоне. Подают к припущенной и вареной рыбе.

Соус белое вино.

К паровому и рыбному соусу добавляют белое сухое вино, доводят до кипения и охлаждают до 65—70°. Яичные желтки растирают с кусочками сливочного масла и бульоном и прогревают до загустения. Полученный лезон соединяют с белым соусом и заправляют лимонной кислотой или соком лимона.

Подают к припущенной и вареной рыбе

Соус белый с рассолом

В основной белый соус добавляют прокипяченный огуречный рассол и варят. Затем кладут соль, сок лимона или лимонную кислоту и вливают прокипяченное белое сухое вино. Соус процеживают и заправляют сливочным маслом. Подают к припущенной и вареной рыбе.

При порционном приготовлении блюд в соус добавляют гарнир. Огурцы, очищенные от кожицы и семян, нарезают ромбиками и бланшируют. Белые грибы или шампиньоны нарезают ломтиками и припускают в масле. Вареные хрящи осетровых рыб нарезают ломтиками. Гарнир соединяют с соусом и доводят до кипения.

Соус томатный

Приготавливают так же, как томатный соус на мясном оульоне.

Соус белый раковый

В основной белый соус добавляют прокипяченное белое вино, соль, молотый перец, сок лимона или лимонную кислоту. Затем соус процеживают и заправляют сливочным и раковым маслом. Подают к припущенной и вареной рыбе — судаку, белорыбице, сигу, форели, лососю.

Соусы на грибном бульоне

Основной соус грибной

Приготавливают на грибном бульоне. Горячую мучную жирную пассеровку соединяют с грибным бульоном, солят и проваривают 30—45 мин. Затем соус процеживают, кладут в него лук, пассерованный вместе с грибами, и проваривают еще 10—15 мин.

Подают к изделиям из картофеля (котлетам, рулету), а также используют для приготовления производных соусов.

Соус грибной с томатом

В грибной основной соус вводят пассерованный томат-пюре и проваривают. Подают к изделиям из картофеля и круп (котлетам, биточкам, запеканкам).

Соусы на молоке

Основной молочный соус

Горячую жирную мучную белую пассеровку разводят горячим молоком и проваривают, затем кладут сахар, соль и процеживают. Пассеровку можно также разводить молоком, разбавленным бульоном или водой. В зависимости от назначения молочный соус готовят полужидким, средней густоты и густым, соответственно изменяя соотношение муки и молока. Густой соус используют в качестве фарша для блюд из птицы (котлет из филе кур), а также вводят для связи в овощные котлеты. Соус средней густоты используют для запекания мясных, рыбных и овощных блюд. В него иногда вводят сырые яичные желтки. Полужидкий соус подают к овощным и крупяным блюдам, а также используют для заправки овощных гарниров.

Соус молочный сладкий

В полужидкий молочный соус добавляют ванилин и сахар.

Подают к сырникам, к некоторым крупяным блюдам,

Соусы на сметане

Соус сметанный основной

Готовят двух видов: из сметаны с добавлением пшеничной муки (натуральный) и из сметаны с добавлением белого соуса, приготовленного на мясном или рыбном бульоне. Соус сметанный натуральный готовят следующим образом. Муку слегка поджаривают без масла, охлаждают, смешивают с маслом, разводят горячей сметаной, заправляют солью и перцем, варят и процеживают. Его подают к мясным, рыбным и овощным блюдам, а также используют для приготовления производных сметанных соусов.

При изготовлении сметанного соуса с добавлением белого в горячий белый соус кладут горячую сметану, соль, перец и варят. Сметанный соус, приготовленный на мясном бульоне, подают к мясным, рыбным и овощным блюдам; сметанный соус на рыбном бульоне — только для рыбных блюд. Используют эти соусы также для приготовления производных соусов, грибных горячих закусок, для запекания грибов, мяса, рыбы, овощей.

Соус сметанный с томатом

В сметанный соус добавляют пассерованный томат-пюре и варят, иногда для остроты добавляют красный перец.

Используют соус для приготовления голубцов, жареных и фаршированных кабачков и других блюд из тушеных и запеченых овощей.

Соус сметанный с луком

В сметанный соус кладут мелко нашинкованный пассерованный лук, заправляют соусом «Южный» и доводят до кипения. Подают к лангету, изделиям из котлетной массы.

Соус сметанный с хреном

Натертый хрен слегка прогревают на сливочном масле, добавляют уксус, перец горошком, лавровый лист и кипятят. Затем удаляют

перец и лавровый лист, хрен соединяют с готовым сметанным соусом и проваривают. Подают к языку, отварному мясу.

§ 2. Соусы без муки.

Соусы на сливочном масле

В ассортимент соусов на сливочном масле входит группа яично-масляных соусов, которые содержат большое количество сливочного масла, яиц и других высококалорийных продуктов, и группа масляных смесей. Яично-масляные соусы готовят горячими, масляные смеси — холодными.

Яично-масляные соусы

Соус польский

В растопленное масло кладут нашинкованные сваренные вкрутую яйца, зелень петрушки, соль, лимонную кислоту и все перемешивают.

Подают к блюдам из отварной и припущенной рыбы (к судаку, треске и др.).

Соус голландский

В яичные желтки вливают холодную воду или бульон, добавляют часть нормы сливочного масла и при непрерывном помешивании нагревают на водяной бане до загустения при температуре не выше 70°. Остальное масло растапливают и постепенно вливают в загустевшую массу, затем добавляют соль, лимонный сок и процеживают.

Подают к блюдам из отварных овощей (цветной капусте, спарже, артишокам и др.) и к отварной рыбе.

Соус голландский с белым соусом

В готовый белый соус добавляют голландский соус и тщательно перемешивают.

Подают к блюдам из отварных овощей и отварным рыбным блюдам.

Соус голландский с каперсами

В готовый голландский соус добавляют прогретые каперсы без рассола.

Подают к припущенным отварным и жареным рыбным блюдам.

Соус раковый

Приготавливают так же, как соус голландский с белым соусом, но вместо части сливочного масла добавляют раковое масло.

Подают к припущенной и отварной рыбе, изделиям из рыбной котлетной и кнельной массы. Иногда добавляют в соусы для запекания рыбных блюд.

Соус сухарный

В разогретое сливочное масло добавляют молотые поджаренные сухари из пшеничного хлеба, соль, сок лимона или лимонную кислоту.

Подают к вареным овощам, цветной, брюссельской, белокочанной капусте, спарже, артишокам и др.

Масляные смеси

Масляные смеси — высококалорийный продукт, обогащенный различными ферментами, витаминами, содержащимися в протертых продуктах, которые добавляют к сливочному маслу. Используют их при приготовлении некоторых горячих соусов, бутербродов, а также для оформления блюд из жареного мяса и рыбы.

Масло зеленое

Размягченное сливочное масло соединяют с мелко рубленой зеленью петрушки, лимонным соком, тщательно перемешивают, формируют в виде колбасок и охлаждают.

Кружочек зеленого масла укладывают на кусок рыбы, антрекот, бифштекс.

Масло килечное (анчоусное)

Филе килек протирают через сито, смешивают со сливочным маслом и формируют в виде батончиков.

Подают к жареной рыбе, горячему отварному картофелю, блинам, а также используют для приготовления бутербродов.

Масло раковое

Подсушенные панцири вареных раков измельчают в ступке, соединяют со сливочным маслом, слегка поджаривают. В

полученную смесь вливают горячую воду, доводят ее до кипения и охлаждают. Готовое масло растапливают и процеживают.

Используют для приготовления горячих рыбных соусов и ракового супа.

Масло сырное

Размягченное сливочное масло растирают с зеленым сыром или рокфором.

Используют для приготовления бутербродов и оформления блюд.

Масло с горчицей

Размягченное сливочное масло взбивают вместе с горчицей.

Используют для приготовления бутербродов.

Соусы на растительном масле

На растительном масле готовят соус майонез и его производные, а также заправки для салатов и сельди.

Майонез

Яичные желтки растирают с горчицей, сахаром и солью. В растертую массу при непрерывном взбивании вливают растительное масло, вводят уксус.

Используют для заправки салатов, винегретов, для оформления различных блюд и закусок, подают к блюдам из мяса, рыбы, домашней птицы и дичи, овощей. На основе майонеза готовят многие другие соусы.

Майонез со сметаной

В соус майонез вводят сметану и перемешивают. Подают к мясным, рыбным и овощным холодным блюдам.

Майонез с корнионами

В соус майонез вводят мелко нарубленные

корнионы и соус «Южный» и перемешивают. Подают к холодным блюдам и к горячим рыбным блюдам.

Производными соуса майонез являются также следующие соусы: майонез с соусом «Южный», майонез с заправкой для салатов, майонез с зеленью, майонез с томатом и луком и др.

Заправка для салатов. Уксус смешивают с растительным маслом, солью, сахаром и молотым перцем. Эту смесь с добавлением яичных желтков используют также для заправки сельди.

Заправка горчичная. Горчицу, соль, сахар и яичные желтки взбивают с растительным маслом, разводят уксусом и процеживают. Эту заправку используют для салатов, а заправку горчичную без желтков (соответственно уменьшив количество уксуса и увеличив количество растительного масла) — для сельди.

Соусы на уксусе

В группу этих соусов входят различные маринады, которые подают к жареной рыбе в холодном виде, и соус хрен с уксусом.

Маринад овощной с томатом. Овощи (морковь, петрушку или сельдерей), репчатый лук шинкуют соломкой и пассеруют на растительном масле до полуготовности, затем добавляют томат-пюре и пассеруют. После этого вводят уксус, рыбный бульон, перец горошком, лавровый лист, гвоздику, корицу и варят. В конце варки маринад заправляют солью и сахаром.

Маринад белый

Готовят так же, как маринад с томатом, но без добавления томата-пюре.

Соус хрен с уксусом. Натертый хрен заливают кипятком, накрывают крышкой и охлаждают. Затем добавляют соль, сахар и разводят уксусом. Иногда соус подкрашивают, добавляя в него вареную натертую свеклу.

Подают к холодным мясным и рыбным блюдам (заливным, ассорти и др.)

§ 3. Сладкие соусы и сиропы

Сладкие соусы подают к крупяным биточкам, запеканкам, пудингам, горячим сладким блюдам. Кроме того, ими поливают некоторые фрукты и ягоды, подвергнутые различной тепловой обработке, мороженое и другие блюда.

Соус яблочный

Свежие яблоки отваривают с добавлением сахара и лимонной кислоты, затем протирают и соединяют с отваром. Смесь доводят до кипения и заваривают крахмалом.

Соус абрикосовый

Используют свежие абрикосы или курагу. Курагу заливают холодной водой и оставляют на 2—3 ч для набухания. Варят в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, добавляют сахар, крахмал и доводят до загустения.

Свежие абрикосы погружают в кипяток, снимают с плодов кожицу. Затем плоды засыпают сахаром, выдерживают 2—3 ч, кипятят, протирают и т. д.

Соус шоколадный

Какао смешивают с сахаром. Сгущенное молоко разводят водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают в какао, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. Затем вводят ванилин.

Соус с вином

Сахар с водой или фруктовым отваром нагревают до кипения и варят, затем процеживают и охлаждают. В охлажденный сироп добавляют вино (портвейн).

§ 4. Соусы промышленного производства

В настоящее время предприятия пищевой промышленности выпускают большой ассортимент соусов, применяемых в общественном питании, а также используемых для обогащения соусов, приготовляемых в столовых и ресторанах. Среди соусов промышленного производства широко распространен соус майонез.

Соус ткемали, приготовленный из пюре слив ткемали с добавлением пряностей, и соус нашараби (гранатовый сок) широко применяют для блюд кавказской кухни.

Соус томатный острый, приготовленный из свежих помидоров или томата-пюре с добавлением сахара, уксуса, соли, чеснока и пряностей, используют при изготовлении многих мясных, рыбных и овощных блюд.

Соус «Южный», содержащий соевый соус и яблочный соус с добавлением томата-пасты, печени, растительного масла, специй, вина, уксуса, изюма, лука, чеснока, подают к рыбным, мясным и овощным блюдам, а также добавляют в красный соус, майонез и другие соусы.

Подача и хранение соусов

Соусы подают отдельно в соусниках или ими поливают блюдо при отпуске. Отдельные блюда готовят с соусами. Горячие соусы подают в мельхиоровых соусниках на 1, 2 и 4 порции; холодные — в фарфоровых от 1 до 6 порций (емкость этих соусников 100, 200 и 400 см³).

В зависимости от вида блюда выход соуса бывает 25, 50, 75 и 100 г.

Соусы не подлежат длительному хранению, так как из-за этого резко ухудшаются их вкусовые качества. Горячие соусы с мукой можно хранить на мармите не более 4 ч при температуре 75—80°, соусы на сливочном масле — не более 1—1,5 ч при температуре не выше 65°. Майонез и салатные заправки можно хранить 2—3 дня при температуре 10—15° в керамической или стеклянной посуде.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение соусов? Дайте классификацию соусов.
2. Каковы особенности приготовления соусов на бульоне?
3. Охарактеризуйте красный основной и белый основной соусы.

4. Охарактеризуйте отдельные виды производных основного красного соуса.
5. Охарактеризуйте отдельные виды производных белого основного соуса.
6. Охарактеризуйте отдельные виды соусов на рыбном и грибном бульонах.
7. Каковы особенности приготовления соусов на молоке?
8. Какие виды соусов готовят на сметане?
9. Дайте характеристику отдельным яично-масляным соусам.
10. Как используют отдельные виды масляных смесей (масло зеленое, килечное, раковое, сырное) ?
11. Охарактеризуйте отдельные виды соусов на растительном масле (соус майонез и его производные, заправки).
12. Как готовят соусы на уксусе (маринад, соус хрен) ? К каким блюдам их подают?
13. К каким блюдам подают сладкие соусы?
14. Какие соусы промышленного производства используются в общественном питании?
15. Как подают и хранятся соусы?

Глава V. Блюда и гарниры овощей

Овощи — незаменимые продукты питания. По данным ученых, физиологическая потребность человека в овощах вместе с картофелем составляет 250кг в год. Пищевое значение овощей определяется высоким содержанием легкоусвояемых углеводов, витаминов, минеральных веществ, органических кислот, фитонцидов, т. е. особых веществ, способных убивать болезнетворные бактерии. Все эти вещества в том или ином количестве содержатся во всех овощах.

Добавление овощей к любому блюду, приготовленному из мяса, рыбы и других продуктов, способствует лучшему его усвоению человеческим организмом. Овощи являются химическим регулятором всего процесса пищеварения и поэтому регулярное потребление их необходимо для полноценного питания.

Для приготовления горячих блюд и гарниров из овощей используют все виды тепловой обработки: варку, припускание, жарение, тушение, запекание.

Блюда из вареных овощей

Овощи варят в воде или на пару. Картофель предварительно очищают или варят в кожице. Морковь очищают, свеклу варят в кожице, кукурузу — не снимая листьев с початков, стручки фасоли — разрезанными на части или нашинкованными в виде лапши, лопаточки гороха — целиком, консервированные овощи прогревают вместе с отваром, затем отвар сливают.

Обычно овощи (кроме свеклы и зеленого горошка) варят в подсоленной воде при слабом кипении. Стручки фасоли, спаржу, артишоки, листья шпината варят в большом количестве воды, не закрывая крышкой, для того чтобы сохранить цвет этих овощей.

При варке в воде многие овощи теряют значительное количество питательных веществ и витаминов, которые или переходят в отвар, или разрушаются. Потери питательных веществ при варке на пару значительно ниже.

Картофель в молоке

Картофель нарезают кубиками, варят в воде 5— 10 мин, затем воду сливают, картофель заливают горячим молоком, солят, варят до готовности, добавляют сливочное масло, смешанное с мукой, и прогревают, осторожно помешивая.

Сваренный картофель кладут в круглый баранчик или на порционную сковородку, заправляют маслом и посыпают рубленой зеленью. Картофель в молоке используют также в качестве гарнира к антрекоту и другим мясным блюдам.

Картофельное пюре

Сваренный картофель протирают в горячем виде, добавляют масло и горячее молоко и взбивают до получения пышной однородной массы. Подают пюре на тарелке или порционной сковороде, на его поверхность наносят узор, сверху кладут жареный лук или поливают сливочным маслом, посыпают зеленью. Картофельное пюре подают также со сваренным вкрутую нашинкованным и смешанным с растопленным маслом яйцом в качестве гарнира к различным блюдам.

Картофельное пюре, приготовленное без молока, но с добавлением сырых яиц, используют также для приготовления котлет, зраз, крокетов, рулета или в качестве гарнира к различным блюдам.

Капуста отварная

Используют различные виды капусты: белокочанную, цветную, брюссельскую, или савойскую. Кочаны белокочанной капусты нарезают на 4 части и удаляют кочерыжку, цветную капусту используют целыми соцветиями, брюссельскую — отдельными кочешками, срезанными со стебля. Варят капусту в подсоленной воде.

При отпуске белокочанную или савойскую капусту кладут на сковородку или тарелку, украшают веточкой зелени, поливают растопленным маслом или сухарным соусом. Соус можно подавать и отдельно.

Кочан цветной капусты укладывают в круглый баранчик или на сковородку, оформляют веточкой зелени. Соус — яично-масляный или сухарный — подают отдельно или поливают им блюдо.

Кочешки брюссельской капусты укладывают на порционную сковородку и подают, заправив маслом или соусом.

Цветную капусту для гарниров перед отвариванием разбирают на небольшие кочешки.

Стручки фасоли отварные

Подготовленные стручки фасоли нарезают на кусочки длиной 2—3 см и варят в подсоленной воде до готовности.

В круглый баранчик или на сковородку кладут горкой стручки фасоли, а на них — кусочек сливочного масла. Масло можно подать и на розетке.

Артишоки отварные

Обработанные артишоки перевязывают ниткой вокруг и крест-накрест, кладут в кипящую подсоленную воду, подкисленную лимонной кислотой, и варят. Когда нижняя, самая толстая часть артишоков станет мягкой, их вынимают из воды и кладут вверх доньшком, чтобы стекла вода.

При подаче нитку удаляют, артишоки укладывают на блюдо доньшком вниз, украшают зеленью. Отдельно подают соус — голландский или яичный сладкий.

Спаржа отварная

Спаржу отваривают в кипящей подсоленной воде до готовности связанной пучками, для того чтобы она не ломалась. Сваренную спаржу развязывают, укладывают на мельхиоровое блюдо или мелкую тарелку. Украшают веточками зелени петрушки.

В некоторых ресторанах для подачи спаржи используют специальную фарфоровую или мельхиоровую подставку. Ее кладут на мельхиоровое блюдо, накрывают полотняной салфеткой, вареную спаржу помещают на салфетку и закрывают краями той же салфетки, украшают веточками зелени петрушки.

К спарже отдельно подают соусы — яично-масляный со взбитыми сливками-, яично-масляный, сухарный или яично-сладкий. Иногда спаржу отпускают в молочном соусе. Для этого ее перед варкой нарезают на кусочки длиной 2—3 см. Отваренную спаржу заправляют молочным соусом и подают на сковороде или в баранчике, полив маслом.

Припущенные овощи

Для приготовления различных блюд отдельные виды овощей или смеси их припускают двумя способами: в собственном соку (без жидкости с добавлением жира) или с небольшим количеством жидкости (воды, бульона, молока). При припускании потери питательных веществ значительно меньше, чем при варке. В собственном соку припускают овощи, содержащие большое количество влаги, — тыкву, кабачки, помидоры. Капусту, морковь, репу, брюкву припускают с добавлением жидкости и жира. Перед припусканием овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками.

Капусту нарезают шашками, морковь, репу, тыкву, кабачки, брюкву — дольками или кубиками. Припускают в небольшом количестве мясного бульона или кипяченого молока и жира.

При отпуске овощи поливают маслом и посыпают зеленью. Овощную смесь или припущенные овощи одного вида используют также в качестве гарнира к разным блюдам.

Овощи в молочном соусе

В качестве основы для этого блюда берется морковь. Остальные овощи (2—3 вида) используют в различных сочетаниях: морковь, репа или брюква, тыква, кабачки, зеленый консервированный горошек, капуста белокочанная или цветная. Овощи нарезают дольками или кубиками (белокочанную капусту — шашками) и припускают отдельно. Припущенные овощи и консервированный

горошек соединяют со сметанным или молочным соусом, добавляют сахар, соль и кипятят 1—2 мин.

При подаче овощи кладут в баранчик или на тарелку, поливают маслом и посыпают зеленью; используют также в качестве гарнира к различным блюдам.

Блюда из тушеных овощей

Овощи тушат сырыми (капусту), предварительно отваренными или припущенными. Картофель, морковь, лук перед тушением слегка обжаривают. При тушении в овощи добавляют бульон, томат-пюре, ароматические корни, специи, иногда добавляют различные соусы. При отпуске все тушеные блюда из овощей посыпают рубленой зеленью петрушки или укропом.

Капуста тушеная

Белокочанную капусту шинкуют соломкой, добавляют бульон, уксус, жир, томат и тушат при помешивании до полуготовности. Затем добавляют пассерованные корни (морковь, петрушку), лук, специи и все тушат до готовности. Перед окончанием тушения заправляют разведенной бульоном пассерованной мукой (белый соус), сахаром, солью.

Подают в баранчике, посыпав зеленью; используют также в качестве гарнира к различным блюдам.

Рагу овощное

В состав блюда входят следующие овощи: нарезанный дольками или кубиками обжаренный картофель, пассерованные репчатый лук, морковь, петрушка, репа или брюква, припущенная нарезанная шашками белокочанная капуста или отваренная, разделанная на соцветия цветная капуста, зеленый горошек, тыква или кабачки. Овощи соединяют вместе, заливают красным основным соусом и тушат. Незадолго до готовности вводят растертый чеснок и специи.

Подают в порционной сковороде или в баранчике, посыпав зеленью.

Блюда из жареных овощей

Для приготовления этих блюд используют или сырые, или предварительно отваренные овощи. Жарят овощи обычно двумя способами: в небольшом количестве жира на сковороде или противне либо в большом количестве жира (во фритюре), используя специальные аппараты или глубокие противни с вставками — металлическими сетками. Первым способом жарят картофель, овощи и изделия из них: котлеты, зразы и др. Во фритюре жарят картофель, репчатый лук, крокеты, зелень петрушки.

Блюда из жареных овощей подают со сливочным маслом, сметаной, различными соусами, при отпуске посыпают мелко рубленой зеленью (петрушки, укропа), иногда — шинкованным зеленым луком.

Картофель жареный

Картофель жарят многими способами. Наиболее распространенные виды жареного картофеля следующие:

1. Картофель жареный из сырого.

Очищенный картофель нарезают брусочками, или дольками, или кубиками, или ломтиками и жарят основным способом до готовности. При отпуске картофель поливают маслом и посыпают зеленью. Дополнительно подают свежие или соленые огурцы и помидоры.

Этот картофель отпускают также с жареным луком или с луком и грибами; используют также в качестве гарнира к мясным и рыбным блюдам.

2. Картофель жареный из вареного.

Клубни картофеля, сваренного в кожице, очищают, нарезают ломтиками и жарят на сковороде обычным способом до готовности. Подают с жареным луком и т. д. Используют в качестве гарнира к различным мясным и рыбным блюдам.

3. Картофель жареный в жире.

Картофель нарезают различными способами— брусочками, соломкой, дольками, кубиками, стружкой, спиралью, мелкими шариками и жарят во фритюре до жареным мясным блюдам. Картофель, жаренный брусочками, подают как самостоятельное блюдо на сковороде, полив маслом, или в качестве гарнира к жареным мясным блюдам. Картофель, жаренный соломкой,

используют чаще всего в качестве гарнира к блюдам из филе курицы и дичи или как самостоятельное блюдо. В этом случае его укладывают на тарелку, покрытую бумажной салфеткой, и посыпают зеленью.

Лук жареный (фри)

Репчатый лук нарезают кольцами и жарят во фритюре. Используют в качестве гарнира к бифштексу и другим блюдам.

Зелень петрушки жареная

Зелень петрушки жарят во фритюре до темно-зеленого цвета. Используют в качестве гарнира.

Баклажаны, тыква, кабачки, помидоры жареные

Кабачки, баклажаны, тыкву очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками. Помидоры разрезают поперек на две половинки. Подготовленные овощи солят, посыпают перцем, панируют в муке и обжаривают на сковороде.

Отпускают с соусом молочным густым, сметанным, или сметанным с томатом, или со сметаной. Соус подают отдельно или поливают им овощи.

Зразы картофельные

Картофель отваривают, протирают в горячем виде, соединяют с сырыми яйцами и перемешивают, пюре разделяют в виде тонкой лепешки. На середину кладут фарш (пассерованный репчатый лук или пассерованный репчатый лук, смешанный с нашинкованными отварными грибами и рублеными яйцами), края лепешки заворачивают, изделиям придают овальную форму. Затем зразы панируют в сухарях и обжаривают на сковороде с двух сторон.

Подают на овальном мельхиоровом блюде или на тарелке. Украшают зеленью. Отдельно в соуснике подают томатный или грибной соус.

Крокеты картофельные

Картофель отваривают, протирают в горячем виде, добавляют яйца, сливочное масло, формируют шарики, груши или цилиндры, панируют их в муке, смачивают в лье-зоне и снова панируют в сухарных крошках. Крокеты жарят во фритюре до светло-коричневого цвета.

Подают на овальном мельхиоровом блюде или на тарелке с бумажной салфеткой, украшают зеленью. Отдельно подают томатный, грибной, красный соус с луком и корнишонами.

Котлеты овощные

Для приготовления овощных котлет используют картофель, капусту, морковь, свеклу.

Котлеты картофельные готовят так же, как крокеты, но изделия формируют в виде котлет, панируют в сухарях и обжаривают основным способом до образования румяной корочки.

При отпуске поливают сливочным маслом, сметаной или подают со следующими соусами: томатным с грибами и овощами, сметанным, грибным, луковым. Соус можно подать отдельно.

Котлеты капустные

Мелко нашинкованную капусту припускают с добавлением молока и масла до полуготовности, затем добавляют манную крупу и варят до готовности. В полученную массу кладут сырые яйца и соль, все перемешивают. Затем формируют котлеты, панируют их в сухарях и обжаривают с двух сторон на сковороде.

При отпуске поливают маслом или сметаной либо соусом сметанным или молочным.

Котлеты морковные

Приготавливают и отпускают так же, как капустные котлеты, но в массу можно добавлять протертый творог.

Блюда из запеченных овощей

В группу этих блюд входят овощи, запеченные на сковороде, различные изделия из протертых овощей и фаршированные овощи. Все блюда подаются в той посуде, в которой они запекались.

Овощи запеченные на сковороде

Используют различные овощи — жареный и вареный картофель, картофель с грибами, цветную капусту, тыкву, кабачки и др., а также изделия из овощей — картофельное пюре, капустные и морковные котлеты и др. Как правило, овощи вначале отваривают или жарят.

Запекают овощи под молочным или сметанным соусом, с взбитыми с молоком яйцами и т. д. Поверхность многих блюд перед запеканием посыпают тертым сыром и сбрызгивают маслом. Под сметанным соусом запекают жареный картофель, кабачки, отварной картофель с грибами, а также обжаренные грибы, под молочным соусом — капустные или морковные котлеты, цветную капусту, с яйцом — тыкву, жареный картофель с помидорами и репчатым луком и др.

Солянка овощная

Это блюдо готовят из тушеной, свежей или квашеной капусты. В его состав входят также поджаренные, нарезанные ломтиками соленые грибы, пассерованный лук, соленые огурцы, каперсы. На порционную сковородку укладывают слой капусты, затем разогретые в томатном соусе другие продукты. Сверху вновь кладут слой тушеной капусты. Поверхность выравнивают, посыпают тертым сыром, смешанным с молотыми сухарями, сбрызгивают маслом и запекают блюдо. Перед подачей его украшают маслинами и маринованными вишнями.

Запеченные изделия из протертых овощей

К группе этих блюд относятся различные запеканки и пудинги, а также картофельный рулет.

Запеканки

Для приготовления запеканок используют картофель, капусту, морковь, тыкву, смесь различных овощей. Массу для картофельной запеканки готовят так же, как для картофельных котлет, для капустной — как для капустных котлет, для морковной с творогом — как для морковных котлет. Для запеканки из тыквы припущенную тыкву смешивают с пшенной кашей, сваренной на

молоке, добавляют яйца. Овощную запеканку готовят из смеси отдельно припущенных моркови, репы и свежей капусты, соединенных с пассерованным луком, манной крупой. Полученную массу проваривают и смешивают с протертым вареным картофелем, зеленым горошком и яйцами. Затем ее выкладывают на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень слоем толщиной 4—5 см, смазывают яйцом и сметаной, яйцом или одной сметаной и запекают в жарочном шкафу. Готовую запеканку нарезают на порции.

Подают запеканки, полив маслом, с различными соусами. Картофельную — с грибным, сметанным, томатным, капустную — с молочным, сметанным, сметанным с томатом, морковную — с творогом, из тыквы, овощную — с молочным и сметанным соусом.

Некоторые запеканки готовят со слоем фарша. Фарш готовят из различных пассерованных, а затем тушеных овощей с добавлением рубленых яиц, из грибов с репчатым луком, из мяса, ливера.

Рулет

Для картофельного рулета готовят такую же массу, как для картофельных котлет, и выкладывают ее на чистое, смоченное водой полотенце. На середину кладут фарш — из овощей с грибами, мясной, капустный. Затем изделие сворачивают в виде рулета, смазывают сметаной, смешанной с яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Пудинг

Пудинги готовят из моркови, тыквы и яблок, смеси различных овощей. Для этого нарезанные овощи вначале припускают в небольшом количестве молока и жира, а затем соединяют с манной крупой (пудинг морковный, из тыквы и яблок) или с густым молочным соусом (пудинг из овощей). Смесь с крупой проваривают до загустения, охлаждают, добавляют в нее желтки, потом взбитые яичные белки, выкладывают в формы или на противни и запекают.

Отпускают пудинги, полив маслом, со сметаной или с соусами (молочным или сметанным).

Запеченные фаршированные овощи

В фаршированном виде запекают кабачки, сладкий стручковый перец, баклажаны, помидоры и другие овощи. Приготавливают следующие фарши:

1. Для овощных голубцов: мелко нарезанные морковь, петрушку, репчатый лук пассеруют, смешивают с вареным рисом, жареными грибами и рублеными яйцами. На отваренные до полуготовности капустные листья укладывают фарш, изделие заворачивают в виде конверта, укладывают на противень или сковороду, обжаривают, заливают соусом сметанным или сметанным с томатом и запекают.

2. Для кабачков, баклажанов и перца: нарезанные мелкими кубиками или соломкой морковь и сельдерей пассеруют вместе, а нарезанный полукольцами лук — отдельно. Продукты смешивают, добавляют томат-пюре, мелко нарезанный и слегка поджаренный зеленый лук, горошек, измельченную зелень и чеснок и все это доводят до кипения. Затем в фарш добавляют рубленые вареные яйца, соль и перец.

Кабачки очищают от кожицы, нарезают поперек на куски и удаляют часть мякоти и семена. Затем кабачки отваривают до полуготовности в подсоленной воде, наполняют фаршем, кладут на противень, посыпают сыром, сбрызгивают маслом и запекают. После этого их заливают сметанным соусом или сметаной и доводят до кипения.

Баклажаны нарезают вдоль на две части и удаляют семена. Затем их солят, заполняют фаршем, укладывают на противень, заливают сметанно-томатным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.

У перца удаляют семена. Стручки наполняют фаршем, заливают томатным соусом и запекают в жарочном шкафу. Перец фаршируют также овощами, смешанными с припущенным рисом, и запекают в соусе — томатном или сметанном с томатом.

Отпуск и хранение блюд из картофеля и овощей

Пищевая ценность и качество готовых овощных блюд значительно снижаются при длительном хранении. Особенно уменьшается количество витамина С, так как он разрушается не только при нагревании, но и при соприкосновении с кислородом воздуха. Срок хранения готовых овощных блюд — не более трех часов. Некоторые блюда целесообразно хранить еще меньший срок — 50—60 мин, например картофельное пюре, жареный картофель. Поэтому готовят их, как правило, небольшими партиями.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение овощных блюд и гарниров?
2. Каковы основные особенности варки овощей?

3. Охарактеризуйте отварные блюда: картофель в молоке, картофельное пюре, капуста, спаржа.
4. Каковы основные приемы припускания овощей?
5. Охарактеризуйте блюдо овощи в молочном соусе.
6. Как готовят и подают тушеные блюда: капусту, рагу овощное, картофель тушеный с овощами?
7. Каковы способы тепловой обработки жареных овощей?
8. Перечислите виды жареного картофеля.
9. Охарактеризуйте жареные блюда: бзк-лажаны, помидоры, кабачки.
10. Как готовят и подают картофельные зразы?
11. Как готовят и подают котлеты из овощей?
12. Охарактеризуйте следующие блюда из запеченных овощей: овощи, запеченные на сковороде, солянка овощная.
13. Как запекают изделия из протертых овощей?
14. Как хранят блюда из овощей?

Глава VI. Кулинарная характеристика блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий

Пищевая ценность кулинарных изделий из круп очень высока. Крупы богаты углеводами, так как содержат

большое количество крахмала, белками, различными аминокислотами. Больше всего углеводов содержится в рисе (75,8 %), перловой крупе (73,8 %), белков - в овсяной крупе и овсяных хлопьях (13%). Кроме того, в крупах содержится много витаминов группы В.

К бобовым относятся фасоль, горох, чечевица, соя. Они также отличаются высокой пищевой ценностью, так как содержат большое количество белка (свыше 23 %) и углеводов (более 53%).

Макаронные изделия вырабатываются из специальных сортов пшеничной муки. Они богаты углеводами (в основном крахмалом — 70—74%) и белковыми веществами (не менее 11%).

Из круп, бобовых и макаронных изделий готовят вкусные и питательные блюда в сочетании с другими продуктами. Например, крупы сочетают с молоком, творогом, бобовые и макаронные изделия — с мясными продуктами и т. д.

1. Блюда и гарниры из круп

Крупы используются для приготовления разнообразных кулинарных изделий: каш, пудингов, котлет, биточков, запеканок, крупеников и др.

Каши

Каши варят на воде, бульоне или молоке. В зависимости от консистенции различают каши рассыпчатые, вязкие и жидкие.

Рассыпчатые каши

Для приготовления этих каш используют гречневую, перловую, ячневую, пшеничную, кукурузную, манную крупу, пшено, рис. Приготавливают их обычно на воде. Манную крупу предварительно подсушивают, гречневую — часто поджаривают.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую подсоленную воду и размешивают. Чтобы улучшить вкус и консистенцию готовой каши, сразу добавляют жир. (Для приготовления рассыпчатой манной каши подсушенную крупу вначале смешивают с растопленным жиром, прогревают и закладывают в кипящую воду.) Как только крупа впитает всю воду, котел закрывают крышкой и доводят кашу до готовности при слабом нагреве. У правильно сваренной рассыпчатой каши сохранившие форму зерна должны быть хорошо набухшими, мягкими, легко отделяющимися друг от друга. Рассыпчатую кашу подают в горячем виде с жирами (сливочным, топленым маслом, маргарином). С сахаром или молоком, а также с растительным маслом кашу отпускают как в горячем, так и в холодном виде. Молоко иногда подают отдельно.

Рассыпчатую гречневую и рисовую каши часто используют в качестве гарнира к мясным блюдам.

Рассыпчатые каши готовят также с мелко нарезанным шпиком, поджаренным вместе с луком, с пассерованным луком, рубленным крутым яйцом, с грибами, мозгами, печенкой.

Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом

Мелко нашинкованный лук пассеруют со шпиком, нарезанным мелкими кубиками. Готовую рассыпчатую кашу перемешивают с пассерованным луком. Отпускают на порционной сковороде или в баранчике.

Яйцо варят вкрутую, очищают и мелко шинкуют. Рассыпчатую кашу заправляют маслом и посыпают рубленным яйцом.

Каша рассыпчатая с грибами

Подготовленные грибы отваривают, рубят ножом и вместе с грибным отваром добавляют в воду. При отпуске готовую кашу заправляют мелко нарезанным пассерованным луком.

Вязкие каши

Эти каши готовят на воде и на цельном или разбавленном молоке иногда с добавлением сахара. Вязкая каша представляет собой довольно густую массу. Зерна ее должны быть хорошо разваренные, набухшие и слипшиеся между собой. На тарелке такая масса должна держаться горкой. Подают вязкие каши со сливочным или топленным маслом в горячем виде, иногда их посыпают сахаром.

Часто вязкие каши готовят с добавлением различных продуктов: тыквы, чернослива, моркови.

Каша пшенная вязкая с тыквой. Подготовленную тыкву нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или в молоко, разбавленное водой, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают перебранную и вымытую крупу и варят кашу до готовности.

Каша рисовая вязкая с черносливом. Чернослив отваривают в воде. Затем отвар сливают, добавляют в него нужное количество воды, доводят до кипения, всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности. При отпуске сверху на кашу кладут чернослив и поливают маслом.

Жидкие каши

Жидкие каши готовят так же, как и вязкие, но с большим количеством жидкости — молока или молока, разбавленного водой. Для их приготовления используют чаще всего пшено, рис, ячневую, пшеничную, овсяную, манную крупы, геркулес. Отпускают жидкие каши со сливочным маслом, маргарином, вареньем, а также с корицей, которой посыпают кашу при отпуске. Этот вид каш широко используется в диетическом и детском питании.

Изделия из каш

Рассыпчатые и вязкие каши служат полуфабрикатами для приготовления различных изделий из них: запеканок, пудингов, крупеников, биточков, котлет, клецек.

Крупяные котлеты, биточки, клецки

Для приготовления этих изделий используют различные вязкие каши, сваренные на молоке или на молоке, разбавленном водой, — пшеничную, рисовую, манную, пшеничную и т. д. Готовую кашу охлаждают до температуры 60—70 °С, добавляют в нее сырые яйца и все перемешивают. Из подготовленной массы формируют котлеты (овальной формы) или биточки (круглой формы), панируют их в сухарях и жарят.

Крупяные котлеты и биточки готовят также с добавлением творога. Для этого вязкую кашу пропускают через мясорубку с частой решеткой, добавляют протертый творог, яйца, взбитые с сахаром, перемешивают, массу формируют, панируют в сухарях и жарят.

Клецки готовят из вязкой манной каши, охлажденной до 70°. В нее добавляют в несколько приемов сырые яйца при интенсивном помешивании. Полученную массу разделяют на клецки с помощью двух ложек или кондитерского мешка и отваривают их в подсоленной воде.

Котлеты и биточки отпускают как в горячем, так и в холодном виде с различными соусами (молочными, грибными, сладкими фруктовыми соусами в горячем виде), со сметаной, вареньем и повидлом. Для биточков и котлет, отпускаемых со сладким соусом, в большинстве случаев кашу варят с сахаром и ароматизируют ее ванилином.

Маннанные клецки подают со сметаной или сливочным маслом и тертым сыром, а также используют в качестве гарнира к бульонам.

Запеканки, пудинги, крупеники

Запеканки готовят из различных вязких или рассыпчатых каш, в которые добавляют жир, яйца, сахар. Они могут быть сладкими и несладкими, с творогом, тыквой, фруктами, овощами. В сладкие запеканки добавляют ванилин. Подготовленную массу выкладывают в противни слоем в 2—3 см, смазывают яйцом и сметаной и запекают в жарочном шкафу. Подают в горячем виде с маслом, сметаной или фруктовым соусом.

Крупеник — это вид запеканки из гречневой или пшеничной каши. Приготовленную рассыпчатую гречневую кашу хорошо перемешивают, заправляют протертым творогом, сметаной, сырыми яйцами, сахаром, маслом и солью и снова хорошо перемешивают. Приготовленную массу выкладывают на противень слоем высотой 3 см, разравнивают, сбрызгивают растопленным маслом, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу. Подают с маслом или сметаной.

Пудинги также готовятся на основе рассыпчатых или вязких каш, но в них кладут больше сахара, жира и яиц. Другой обязательной составной частью пудингов являются взбитые белки, которые вводят отдельно. Как правило, пудинги готовят в формах. Их варят на пару или выпекают.

Пудинг паровой

Готовую рассыпчатую манную, рисовую или пшеничную кашу с изюмом, соединяют с холодным молоком и растертыми с сахаром желтками, все перемешивают, добавляют взбитые белки и снова перемешивают. Полученную массу раскладывают в подготовленные формы и варят на пару до готовности.

Пудинг запеченный

Готовится на основе вязких каш. В рисовую, манную, пшеничную кашу кладут те же продукты, что и в паровой пудинг, добавляют взбитые белки, массу раскладывают в формы и запекают. Готовый пудинг вынимают из форм, нарезают на порции и подают с фруктовым соусом.

Для приготовления пудинга с консервированными фруктами используются порционные сковородки. Массу раскладывают в сковородки, посыпают сахаром, прижигают при помощи специальной газовой горелки до золотистого цвета. Сковородки на несколько минут помещают в жарочный шкаф. При отпуске пудинг украшают дольками консервированных фруктов и ягод и поливают соусом, приготовленным из протертой кураги с сахаром.

§ 2. Блюда и гарниры из бобовых

Для приготовления гарниров и блюд бобовые предварительно отваривают без добавления соли до мягкости. Для улучшения вкуса иногда добавляют ароматические овощи (петрушку, морковь, сельдерей и лук). Отварные бобовые подают в горячем виде с добавлением жира, или пассерованного лука, или копченостей. Отваренные фасоль, горох, чечевицу заправляют также различными соусами: красным, томатным, сметанным. Кроме того, из бобовых готовят различные пюре.

Бобовые с копченой грудинкой

Грудинку отваривают, нарезают кубиками, смешивают с отварными бобовыми, добавляют красный мясной или томатный соус, пассерованный лук, все перемешивают и кипятят.

Бобовые в томатном соусе

Отваренные бобовые заправляют томатным соусом, в который добавляют немного чеснока, растертого с солью. При отпуске поливают маслом и посыпают зеленью.

Пюре из бобовых

Вареные бобовые протирают в горячем виде, добавляют масло или молоко. Подают со шпиком, маслом или пассерованным луком.

§ 3. Блюда и гарниры из макаронных изделий

К макаронным изделиям относятся различные виды макарон (обыкновенные, любительские и т. д.), лапши, вермишели, а также засыпки (рожки, ушки, звездочки и т. д.). Для приготовления блюд и гарниров макаронные изделия предварительно варят в подсоленной воде откидывают и перемешивают с растопленным жиром, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.

Макаронные изделия отпускают с жиром, со сметаной, тертым сыром, брынзой, овощами, грибами, творогом, мясными продуктами.

Из макаронных изделий готовят также запеченные блюда (запеканки, макаронники, лапшевники). В этом случае макаронные изделия предварительно варят в небольшом количестве воды и не откидывают.

Макароны по-флотски

Мясо пропускают через мясорубку и обжаривают с жиром, затем добавляют мелко нарезанный пассерованный лук, бульон и тушат до готовности. Отваренные макароны смешивают с мясом.

Макаронник

Макароны отваривают в подсоленной воде до полуготовности, воду сливают, доливают горячее молоко и варят их до готовности. Затем макароны охлаждают до 60—70°, добавляют яйца, взбитые с сахаром, и все перемешивают. Массу укладывают ровным слоем на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, выравнивают, смазывают смесью яйца со сметаной, посыпают сухарями и запекают.

Подают с маслом, соусом фрукто-во-ягодным или вареньем.

Лапшевник

Лапшу или вермишель варят и не откидывают. Творог протирают, смешивают с сырыми яйцами, солью и сахаром, соединяют с вареной лапшой, выкладывают на противень и запекают. Готовое блюдо нарезают на порции и отпускают, полив жиром. Лапшевник подают также со сметаной или сладким соусом.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий?

2. Охарактеризуйте различные виды каш.
3. Как готовят и подают изделия из каш (котлеты, биточки, запеканки, пудинги, крупеники)?
4. Охарактеризуйте блюда и гарниры из бобовых.
5. Как готовят и подают блюда и гарниры из макаронных изделий (макароны по-флотски, макаронник)?

Глава VII. Кулинарная характеристика рыбных блюд

Рыба — высокопитательный пищевой продукт, не уступающий лучшим сортам мяса домашних животных. Она содержит важнейшие необходимые человеку питательные вещества: большое количество белков, легкоусвояемый жир, много витаминов А и Д, значительное количество витаминов комплекса В, минеральных веществ и микроэлементов, особенно калия, фосфора, йода. Съедая, например, 100 г трескового филе, человек покрывает суточную потребность своего организма в йоде.

Нежность, мягкость рыбы, острота вкусовых и ароматических ощущений, обилие приправ и специй, пряностей, ароматических трав, соусов — все это способствует приготовлению широкого ассортимента вкусных блюд из рыбы.

По способу тепловой обработки различают рыбу припущенную, жареную, тушеную и запеченную.

Отварная рыба

Отваривают большинство рыб, кроме леща, карася, наваги, сазана, хека, рыбы-сабли, ставриды и миноги. Эти породы рыб главным образом жарят.

Рыбу варят целыми тушками, звеньями и порционными кусками. В целом виде варят судака, лососину, форель, щуку, нельму. Для этого подготовленную тушку перевязывают шпагатом и кладут на решетку рыбного котла брюшком вниз. Решетку помещают в рыбный котел, заливают холодной водой, солят, добавляют лук, коренья петрушки и ставят на огонь. При варке форели и лососины для того, чтобы они сохранили свою окраску, добавляют уксус.

Звеньями варят рыбу осетровых пород. У подготовленных звеньев подворачивают тешу, звенья перевязывают шпагатом и кладут на решетку рыбного котла кожей вниз. Отваренные звенья режут на порционные куски, а перед отпуском обязательно прогревают в рыбном бульоне.

Треску, пикшу, камбалу, зубатку и некоторые другие рыбы, имеющие специфический запах, часто варят в пряном отваре, который готовят из корней с добавлением душистого и горького перца и лаврового листа, огуречного рассола.

В качестве гарнира к отварной рыбе используют главным образом отварной картофель или картофельное пюре. Дополнительно подают соленые или маринованные огурцы, свежие помидоры, салат из капусты или салат зеленый. Блюда посыпают рубленой зеленью петрушки, сельдерея или укропом. Соус подают в соуснике или поливают им рыбу. Чаще всего используют следующие соусы: голландский, польский, томатный, соус голландский с лимонным соком или с каперсами, соус белый с каперсами, белый раковый.

К осетровой рыбе подают соус хрен с уксусом и горячий томатный.

Наименование блюда из отварной рыбы включает название рыбы и соус, с которым она отпускается. Например, «лосось отварной, соус томатный», «треска отварная, соус польский» и т. д.

Оформляют блюдо следующим образом. На подогретое овальное металлическое блюдо или тарелку кладут отварную рыбу (обязательно кожей вверх), сбоку помещают отварной картофель, обточенный в виде бочонков, поливают растопленным маслом. Блюдо иногда украшают вареным раком, веточками зелени петрушки.

Припущенная рыба

Рыбу припускают в небольшом количестве жидкости, поэтому в ней полнее сохраняются питательные вещества и блюдо получается вкуснее и питательнее.

Для припускания используют те же породы рыб, что и для отваривания. Припускают ее целыми тушками, звеньями и порционными кусками. Чаще всего используют филе рыбы или целые звенья с кожей, или порционные куски с кожей и без нее. Подготовленную рыбу укладывают в посуду в один ряд кожей вниз, солят, добавляют перец горошком, заливают водой или бульоном, кладут репчатый лук, петрушку, сельдерей. Для улучшения вкуса добавляют белое сухое вино, отвар из шампиньонов.

Рыбу припускают на плите под крышкой или в жарочном шкафу, накрыв ее промасленной ... бумагой или целлофаном.

Треску, камбалу, зубатку, палтус, сом, щуку часто припускают в пряном отваре с добавлением лимонной кислоты, уксуса или огуречного рассола. При припускании лососины и форели обязательно добавляют уксус.

Порционные куски приготовленной рыбы укладывают в овальный баранчик (можно на тарелку), поливают соусом, сверху на рыбу кладут отварные свежие грибы (белые, шампиньоны), вареные хрящи, раковые шейки, креветки, крабы, ломтики лимона без кожицы. Сбоку помещают гарнир — отварной картофель. Блюдо посыпают зеленью. Припущенную рыбу можно подавать также в двух баранчиках, в овальном — рыба, в круглом — гарнир.

В качестве дополнительного гарнира используют также овощные салаты, огурцы, помидоры.

Отпускают припущенную рыбу с различными соусами, выбор которых зависит от ее вида. Наиболее часто к припущенной рыбе подают соусы паровой, белое вино, соус рассол, томатный, русский, матросский.

Рыба паровая

Чаще всего для приготовления этого блюда берут судака, щуку, сома, морского окуня, белугу, осетрину, сига и некоторые другие виды рыбы. Рыбу разделывают на филе с кожей без костей или на филе без кожи и костей и нарезают на порционные куски. Нарезанную рыбу укладывают в один ряд в сотейник, посыпают, солью, добавляют репчатый лук, петрушку, шампиньоны или отвар из шампиньонов, сухое белое вино, бульон и припускают.

Звенья рыбы осетровых пород нарезают на порционные куски и припускают в бульоне с белым вином без пряностей. Полученный отвар используют для приготовления соуса.

Приготовленную рыбу помещают в овальный баранчик, на нее кладут нарезанные ломтиками прогретые шампиньоны или белые грибы, крабы или раковые шейки и поливают паровым соусом. Сбоку располагают гарнир, а сверху кладут кусочек лимона без кожицы и посыпают зеленью.

Рыба в томатном соусе

В томатном соусе чаще всего готовят судака, сома, щуку, сазана, треску, горбушу, кету, камбалу, палтуса, осетрину и некоторые другие виды рыб.

Припускают ее так же, как и рыбу в паровом соусе. На полученном от при-пускания бульоне готовят томатный соус. При подаче блюдо оформляют так же, как и паровую рыбу.

Рыба в соусе белое вино

Для приготовления этого блюда используют судака, лосося, сига, налима, морского окуня, нельму. Рыбу припускают так же, как было описано выше. На полученном бульоне готовят соус белое вино.

При оформлении этого блюда иногда используют гренки из пшеничного хлеба или слоеного теста (крутоны). В этом случае куски рыбы кладут на гренки, сверху помещают шампиньоны, раковые шейки и т. д.

Рыба в соусе рассол

С таким соусом готовят щуку, треску, пикшу, камбалу, налима, белугу, осетрину, нототению, кету, аргентину. Рыбу припускают в бульоне с добавлением огуречного рассола. На полученном отваре готовят соус рассол. В бульоне прогревают гарнир — соленые огурцы, нарезанные ромбиками, ломтики вареных хрящей от рыб осетровых пород, припущенные шампиньоны и раковые шейки.

При подаче рыбу кладут в баранчики, на нее — гарнир, все заливают соусом рассол, сверху помещают ломтик лимона и посыпают зеленью. Сбоку располагают гарнир — отварной картофель.

Рыба по-русски

Для приготовления этого блюда используют судака, щуку, треску, окуня морского, белугу, осетрину, пикшу и некоторые другие виды рыбы. Рыбу припускают так же, как рыбу в паровом соусе. На полученном от припускания бульоне готовят томатный соус. Гарнир состоит из припущенных соленых огурцов, моркови, петрушки, нарезанных ломтиками, отжатых от маринада каперсов, оливок или маслин без косточек, отваренных шампиньонов или белых грибов, нарезанных тонкими ломтиками. Подготовленные продукты

прогревают в горячем бульоне, кладут на куски рыбы и заливают томатным соусом.

Тушеная рыба

Перед тушением порционные куски рыбы чаще всего обжаривают, но иногда тушат и сырую или соленую рыбу. Мелкую рыбу используют целиком.

Подготовленную рыбу кладут в сотейник, заливают бульоном, добавляют различные ароматические и пряные овощи и все тушат на слабом огне под закрытой крышкой до готовности.

Рыба тушеная в томате с овощами

Для приготовления этого блюда используют щуку, треску, окуня морского, камбалу, бычка и др. Подготовленные порционные куски рыбы укладывают в два-три ряда (мелкую рыбу, салаку, бычки целиком), чередуя со слоями нашинкованных овощей — моркови, петрушки, сельдерея, репчатого лука, заливают бульоном, добавляют растительное масло, томат-пюре, уксус, специи (гвоздику, корицу) и все тушат до готовности. При подаче рыбу кладут в баранчик вместе с овощами и соусом, гарнируют отварным картофелем и посыпают зеленью.

Жареная рыба

Для жарения используют рыбу всех видов. Предварительно ее разделяют на филе с реберными костями или без костей, с кожей или без нее. Мелкую рыбу жарят целиком с головой (навагу, форель, карася, сельдь, корюшку и др.), осетровую — звеньями и порционными кусками. Чтобы при жарении сохранилась форма кусков рыбы, на ее поверхности делают два-три надреза. Подготовленную рыбу солят, посыпают перцем и панируют в муке, пшеничных сухарях или белой панировке.

Существует несколько способов жарения рыбы: с небольшим количеством жира (на сковороде), в большом количестве жира (во фритюре), на решетке и вертеле.

Рыба жареная с небольшим количеством жира (миньер)

Нарезанные наискось порционные куски с кожей и костями, или с кожей без костей, или без кожи и костей, а также мелкую рыбу целиком с головой посыпают солью, перцем и панируют в муке. На сковороде нагревают жир (топленое или растительное масло), рыбу обжаривают с обеих сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу. Гарнир — жареный картофель, картофель жареный из отварного, картофель отварной, картофельное пюре.

При подаче на металлическое блюдо кладут жареный ломтиками картофель, на него — жареную рыбу, блюдо поливают маслом, сверху помещают кусочек лимона.

Рыба жареная по-ленинградски

Это блюдо готовят из судака, сазана, трески, камбалы, сома, морского окуня. Отличительная особенность блюда — большое количество жареного лука.

Филе рыбы с кожей без реберных костей нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон на порционной сковороде, затем доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске вокруг рыбы кладут жареный из вареного картофеля, нарезанный кружочками, блюдо посыпают жареным луком.

Рыба жареная в тесте (орли)

Для приготовления этого блюда используют филе без кожи и костей судака, сома, морского окуня, а также осетрину, севрюгу. Рыбное филе нарезают брусочками толщиной 1 — 1,5 см и длиной

6—8 см, посыпают солью, перцем, добавляют мелко нарезанную зелень петрушки, растительное масло, лимонный сок или лимонную кислоту, перемешивают и ставят на 20—30 мин в холодное место для маринования.

Готовят жидкое тесто (кляр). Для этого в посуду вливают воду или молоко, добавляют растительное масло, всыпают пшеничную муку, соль и замешивают жидкое тесто. Затем в него вводят взбитые яичные белки и все осторожно перемешивают.

Брусочки рыбы опускают в тесто и сразу же обжаривают во фритюре до образования равномерной румяной корочки.

На блюдо или тарелку кладут резную бумажную салфетку, на нее горкой — жареную рыбу, сбоку размещают зелень петрушки, жареную фри (иногда картофель жареный соломкой), дольку лимона. Отдельно в металлическом соуснике подают горячий соус томатный или в фарфоровом — соус майонез с корнишонами.

Рыба жареная восьмеркой (кольбер)

Подготовленный полуфабрикат жарят во фритюре. При отпуске рыбу кладут на подогретое блюдо, рядом размещают гарнир (картофель жареный из отварного или картофель фри), дольку лимона. На рыбу кладут кружочек зеленого масла. Отдельно подают томатный соус или майонез с корнишонами.

Донские зразы

Это блюдо готовят обычно из осетрины, севрюги, белуги, судака, сома. Из филе рыбы без кожи и костей или звена без кожи и хрящей нарезают куски и отбивают их в пласт толщиной 0,5—0,6 см. Готовят фарш из пассерованного шинкованного лука, молотых сухарей, рубленого яйца, зелени петрушки, отваренных сушеных грибов, соли, перца. В подготовленный пласт заворачивают фарш и придают изделию форму сигары. Зразы панируют сначала в муке, затем, смочив в льезоне, в белой панировке и жарят во фритюре.

При отпуске зразы (по 1—2 шт. на порцию) кладут на блюдо или тарелку, рядом помещают жареный картофель (из сырого или вареного) и поливают его маслом. Отдельно подают томатный соус.

Рыба жареная на решетке (грилье)

Для жарения на решетке используются чаще всего судак, свежая сельдь, нельма, камбала, осетрина, белуга, севрюга, лосось, сиг, белорыбца.

Частиковую рыбу разделяют на филе без кожи и костей, осетровую пластуют на звенья и нарезают на порционные куски без кожи и хрящей. Подготовленные куски рыбы этих пород солят, окунают в растопленное сливочное масло и панируют в белой панировке.

Свежую сельдь, лосось, нельму, белорыбицу, сига разделяют на филе с кожей, нарезают на порционные куски, надрезают в двух-трех местах кожу, чтобы при жарении куски рыбы не деформировались, и маринуют в подсолнечном масле, смешанном с молотым перцем, солью, зеленью петрушки, лимонной кислотой и сырым репчатым луком, нарезанным кольцами (маринованную рыбу жарят на решетке не панированной).

Куски рыбы кладут на решетку, раскаленную над горящими углями, и обжаривают с обеих сторон.

Приготовленную рыбу укладывают на блюдо или тарелку, сбоку помещают гарнир (жареный или отварной картофель) и дольку лимона. Изделие поливают маслом. Отдельно подают томатный соус (горячий) или холодный соус майонез с корнионами.

Рыба жареная на вертеле

Этим способом жарят обычно севрюгу, осетрину, белугу. Из подготовленного звена рыбы нарезают квадратные куски без кожи и хрящей (по 2—4 шт. или одним куском на порцию), посыпают их солью, перцем, нанизывают на металлические шпажки, смазывают растительным или растопленным сливочным маслом и жарят в мангале над раскаленными углями, периодически поворачивая шпажки и смазывая жиром куски рыбы.

Готовую рыбу укладывают на блюдо или тарелку, сбоку размещают свежие помидоры целиком, репчатый лук, нарезанный кольцами, зеленый лук, нарезанный полосками длиной 4—5 см. Блюдо украшают дольками или кружочками лимона и зеленью. Холодный гарнир можно оформить также отдельно на закусочной тарелке, в салатнике.

Можно подать отдельно готовый соус ткемали или посыпать блюдо сушеным барбарисом.

К этому блюду иногда поджаривают свежие помидоры или подают консервированные помидоры.

Запеченная рыба

Для запекания используют сырую, припущенную или жареную рыбу целиком или порционными кусками. Запекают рыбу с

различными гарнирами и соусами обычно на порционных сковородах, блюдах и раковинах в жарочном шкафу. Подают в посуде, в которой блюдо запекалось.

Подготовленную рыбу кладут на смазанную жиром и политую соусом посуду, укладывают соответствующий гарнир, заливают соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и ставят в жарочный шкаф до образования румяной корочки. Иногда рыбу запекают, залив ее яйцом с добавлением муки. Помимо основного гарнира при запекании используются и другие продукты: пассерованный лук, ломтики грибов, вареных яиц и др.

Перед подачей блюдо прогревают на плите.

Рыба запеченная по-русски

Для этого блюда используются судак, сом, щука, сазан, окунь морской, треска, зубатка, амур и другие виды рыбы, разделанные на куски с кожей без костей. Гарнир — кружочки вареного картофеля. Соус — белый жидкий или паровой.

При отпуске изделие поливают маслом и посыпают зеленью.

Рыба запеченная в сметанном соусе

Перед запеканием порционные куски судака, щуки, кеты, трески и другой рыбы, навагу, карася, язя, линя (целиком или кругляшами) посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают. Гарнир — отварной картофель или гречневая каша. Соус сметанный.

Рыба запеченная по-московски

Порционные куски лосося, сома, судака, рыбу осетровых пород предварительно обжаривают. Перед запеканием на рыбу кладут дополнительные продукты: пассерованный тонко шинкованный репчатый лук, смешанный с припущенными грибами (белыми или шампиньонами), нарезанными ломтиками, и кружочки или дольки вареного яйца. К рыбе осетровых пород дополнительно добавляют нарезанные ломтиками вареные хрящи. Основной гарнир — обжаренный ломтиками картофель. Соус — сметанный. При подаче блюдо поливают растопленным маслом и посыпают зеленью.

Блюда из рыбной массы

Для приготовления котлетной массы филе рыбы (судака, сома, щуки, морского окуня, трески, лосося) без кожи и костей нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде черствым пшеничным хлебом без корок,

добавляют соль, молотый перец. Приготовленную массу тщательно выбивают. Из рыбной котлетной массы готовят котлеты, биточки, тельное (зразы), рулет, тефтели, фрикадельки и другие изделия.

Котлеты, биточки

Из приготовленной массы формируют котлеты — овально-приплюснутой формы с заостренным концом и биточки — кругло-приплюснутой формы толщиной 2—2,5 см. Изделия панируют в сухарях или в белой панировке и обжаривают с двух сторон. Гарнир — картофель жареный ломтиками, картофель отварной, картофельное пюре, зеленый горошек, овощи, припущенные в масле. Перед подачей его поливают маслом. Соус — томатный или сметанный — подают отдельно или подливают сбоку котлеты. Биточки поливают соусом.

Тефтели

В котлетную массу добавляют репчатый лук и формируют из нее шарики (по 3—5 шт. на порцию). Затем их панируют в муке, обжаривают, заливают красным, томатным или сметанно-томатным соусом и тушат до готовности.

Тефтели отпускают в соусе. Гарнир — рассыпчатый рис, рассыпчатые каши, картофельное пюре.

Фрикадельки

В котлетную массу добавляют репчатый лук, сырые яйца и разделяют шарики массой 15—18 г. Фрикадельки отваривают в рыбном бульоне. Подают в томатном соусе. Гарнир — рассыпчатый рис, овощи, припущенные с маслом.

Тельное

Котлетную массу разделяют в виде лепешки толщиной до 1 см. Приготавливают фарш. Для этого отваривают свежие или сушеные грибы и нарезают их тонкими ломтиками. Мелко шинкованный репчатый лук пассеруют. Зелень петрушки или укропа мелко рубят. В подготовленные продукты добавляют молотые сухари, нашинкованные вареные яйца, соль, перец (иногда добавляют также мелко нарезанные отварные хрящи и визигу) и все тщательно перемешивают.

На середину подготовленной лепешки кладут фарш и сворачивают изделие пополам, придавая ему вид полумесяца. Затем тельное

окунают в лье-зон, панируют в молотых сухарях, обжаривают во фритюре и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Готовое тельное укладывают на блюдо или тарелку, сбоку размещают гарнир — прогретый зеленый горошек, заправленный сливочным маслом, или жареный картофель. Томатный соус подают отдельно.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение рыбных блюд?
2. Расскажите о способах тепловой обработки отварной и припущенной рыбы.
3. Каковы основные особенности припускания и варки рыбы?
4. Как готовят и отпускают следующие блюда: рыба паровая, рыба в томатном соусе, рыба в соусе белое вино и рыба в соусе рассол?
5. Охарактеризуйте блюдо рыба тушеная в томате с овощами.
6. Расскажите о различных способах жарения рыбы.
7. Как готовят блюда: рыба жареная в тесте, рыба жареная восьмеркой?
8. Охарактеризуйте блюда из рыбы жареной на открытом огне.
9. Охарактеризуйте блюда из запеченной рыбы — сырой, припущенной, жареной.
10. Как готовят и отпускают блюда из рыбной котлетной массы (котлеты, биточки, тефтели, тельное)?

Глава VIII. Кулинарная характеристика мясных блюд

Пищевая ценность мясных блюд чрезвычайно велика. Мясо является источником важнейших пищевых веществ, необходимых для нормального развития и жизнедеятельности человеческого организма: незаменимых белков, жиров, углеводов, минеральных веществ (фосфора, железа), витаминов (группы А и В), экстрактивных веществ.

Белки являются главным «строительным материалом» в организме человека. Содержащиеся в них незаменимые аминокислоты служат исходным сырьем для построения важнейших элементов белкового происхождения — тканей, гормонов, ферментов.

Мясо — высококалорийный продукт, так как в нем содержится значительное количество жиров. В 100 г среднеупитанной говядины — 108 ккал, в 100 г соляной свинины — 370 ккал. Высокопитательные экстрактивные вещества, содержащиеся в мясе, после кулинарной обработки вызывают усиленное выделение желудочного сока.

Из мяса и мясопродуктов готовят широкий ассортимент блюд, отличающихся высоким качеством и большим разнообразием вкуса. По способам кулинарной и тепловой обработки мясные блюда подразделяются на следующие группы: отварные, тушеные, жареные, запеченные и блюда из рубленого мяса.

Блюда из отварного мяса и субпродуктов

Для приготовления вторых блюд отваривают говядину, баранину, свинину, телятину, козлятину, а также субпродукты — языки, почки, мозги, вымя и др., колбасные изделия — колбасы, сосиски, сардельки, свинокочености, ветчину. Из частей говяжьей туши варят грудинку, части передних и задних ног, из туш мелкого скота — грудинку и лопатки. Продолжительность варки зависит от вида и возраста животных, а также от части туши и величины кусков. Обычно мясо отваривают крупным куском (не более 2 кг весом), закладывая его в кипящую воду с добавлением сырых овощей — моркови, репчатого лука, петрушки, сельдерея. В конце варки кладут соль, лавровый лист, перец горошком.

Куски сваренного мяса хранят в бульоне не более 3 ч при температуре 50—60°. Если возникает необходимость хранить мясо более длительное время, его охлаждают и хранят при температуре 4—8° не более 24 ч.

Языки варят так же, как и мясо. Готовые языки заливают холодной водой и, не давая им остыть, снимают с них кожу.

Мозги предварительно опускают на 1—2 ч в холодную воду, затем снимают с них пленку. После этого их заливают холодной водой и варят с добавлением уксуса, сырых овощей и специй. Вареные мозги хранят в отваре.

Мясо отварное

Горячее вареное мясо нарезают поперек волокон (по 1—2 куска на порцию). Если мясо было охлаждено, его предварительно прогревают в бульоне. Порционные куски укладывают на блюдо или тарелку и гарнируют отварным картофелем, картофельным пюре, отварными овощами, макаронными изделиями, рассыпчатыми кашами. Отварную говядину и свинину отпускают с соусом белым, сметанным с хреном, красным, красным с вином, красным кисло-сладким с орехами, луковым; баранину — с соусом белым с яйцом, сметанным с хреном; телятину — с соусом паровым и белым с яйцом.

Язык отварной

Приготовленный язык нарезают на куски (по 2—3 на порцию), прогревают в бульоне и укладывают на блюдо. Рядом располагают гарнир — картофельное пюре, отварной картофель, зеленый горошек. Используют и сложный овощной гарнир. Соусы — сметанный с хреном, красный, красный с вином, холодный соус хрен с уксусом — подают отдельно.

Мозги отварные с соусом

Отварные мозги разделяют на порции и укладывают в баранчик. Сверху помещают ломтики отваренных белых грибов или шампиньонов. Блюдо гарнируют отварным картофелем, припущенными овощами, припущенным рисом и поливают соусом — паровым или белым с яйцом.

Блюда из тушеного мяса

Для приготовления тушеных блюд используется мясо крупного и мелкого скота, а также различные субпродукты. У говядины для тушения используют боковую и наружную часть задней ноги, лопатку, у телятины, баранины, козлятины — лопатку и грудинку, у свинины — лопатку, грудинку и шею. Тушат мясо крупными кусками (до 2 кг), порционными и более мелкими кусками.

Перед тушением куски мяса солят и обжаривают, добавляя сырые овощи — репчатый лук, морковь, петрушку и сельдерей. Для некоторых блюд мясо предварительно шпигуют кореньями, чесноком или шпиком. В процессе тушения для придания мясу особого вкуса и аромата в него добавляют пряности, ароматические овощи, виноградное белое или красное вино.

Тушат мясо двумя способами: без гарнира и с гарниром. В первом случае обжаренный продукт заливают бульоном и тушат до готовности со специями и овощами, с добавлением пассерованного томата-пюре. На оставшемся от тушения бульоне готовят красный соус, используя также тушившиеся вместе с мясом протертые разварившиеся овощи. Гарнир — отварные овощи и картофель, рассыпчатые каши, тушеная капуста, картофельное пюре, отварные бобовые, отварные макароны и т. п. — готовится отдельно.

При отпуске мясо поливают соусом, а гарнир посыпают зеленью.

При втором способе тушения нарезанные для гарнира дольками и кубиками картофель и овощи предварительно обжаривают, затем тушат вместе с мясом. В этом случае блюдо получается более ароматным, сочным и вкусным, особенно приготовленное в порционных горшочках. Так готовят мясо духовое, рагу, азу, плов.

Мясо тушеное

Крупные куски тушеного мяса нарезают поперек волокон, заливают соусом и прогревают. При подаче мясо кладут в баранчик (по 1—2 куска на порцию), поливают соусом, рядом помещают гарнир.

Мясо шпигованное

Крупные куски мяса перед тушением шпигуют морковью и петрушкой (говядину можно шпиговать морковью и шпиком, баранину — чесноком), затем тушат. Готовое мясо нарезают (по 1—2 куска на порцию), подают в баранчике вместе с отварными макаронами, заправленными маслом, посыпают тертым сыром и украшают зеленью.

Мясо духовое

Нарезанное (по 1—2 куска на порцию) мясо отбивают, солят, перчат и обжаривают. Затем заливают бульоном и тушат до полуготовности, добавив пассерованный томат-пюре и ароматическую зелень. На оставшемся от тушения бульоне готовят красный соус. В посуду с мясом кладут обжаренные овощи, нарезанные дольками или кубиками (картофель, морковь, лук, репу и пр.), все заливают красным соусом и тушат до готовности.

Отпускают в баранчике или на тарелке вместе с гарниром и соусом.

Мясо в кисло-сладком соусе

Для приготовления блюда используют обычно говядину. Порционные куски мяса тушат почти до готовности. Затем добавляют мелко нарезанные пассерованные морковь, петрушку или сельдерей, репчатый лук, перец горошком, лавровый лист, кориандр, измельченные ржаные сухари, томат-пюре, уксус и сахар и все тушат до готовности мяса. Гарнир готовят отдельно.

Отпускают в баранчике, полив соусом и посыпав зеленью.

Говядину тушат также в соусе, приготовленном из чернослива без косточек, изюма, орехов, красного соуса, вина и специй.

Зразы отбивные

Готовят обычно из говядины. Мякоть задней ноги или лопатки нарезают широкими тонкими кусками и отбивают. В мясо заворачивают фарш, приготовленный из нашинкованного пассерованного репчатого лука, смешанного с молотыми пшеничными сухарями, вареными шинкованными яйцами, мелко нарезанной зеленью петрушки, солью и перцем. Изделиям придают форму колбасок и перевязывают их ниткой. Затем зразы обжаривают и тушат в бульоне почти до готовности. На оставшемся от тушения бульоне готовят красный соус, заливают им зразы и доводят их до готовности.

Отпускают в баранчике (по 2 шт. на порцию) вместе с гарниром (гречневой кашей, картофельным пюре и др.), полив соусом.

Гуляш

Готовят из говядины и свинины, субпродуктов (сердца и легкого). Мясо нарезают кубиками массой 20—30 г, обжаривают и тушат в

бульоне с добавлением томата-пюре почти до готовности. Затем бульон сливают, готовят на нем красный соус, добавляют в него пассерованный лук, специи, иногда сметану. Соусом заливают мясо и доводят его до готовности, подают в баранчике вместе с соусом, сбоку укладывают гарнир — картофельное пюре, отварной картофель или отварные макароны.

Азу

Готовят из говядины. Мясо нарезают брусочками, обжаривают, заливают бульоном и тушат. В конце тушения добавляют пассерованный репчатый лук, томат-пюре. Затем бульон сливают, готовят на нем красный соус, кладут в него соленые огурцы, нарезанные соломкой, рубленый чеснок, перец, соль, лавровый лист. Мясо заливают соусом, добавляют жареный

кубиками картофель и доводят блюдо до готовности. Отпускают в баранчике посыпав зеленью.

Рагу

Готовят обычно из бараньей или свиной грудинки. Мясо нарубают вместе с костью на кусочки массой 20—30 г, обжаривают, заливают бульоном, вводят пассерованный томат и тушат. Затем бульон сливают, готовят на нем красный соус и заливают им мясо. После этого кладут обжаренные нарезанные кубиками картофель, морковь, репу, репчатый лук, петрушку и все тушат до готовности. Подают в баранчике.

Плов

Готовят обычно из баранины, иногда из свинины и говядины (Плов также готовят из кур, цыплят или без мяса, используя курагу, изюм (сладкий плов).). Мясо нарезают мелкими кусочками, обжаривают с жиром, добавляют нарезанные соломкой морковь, репчатый лук и жарят все вместе. Затем смесь заливают бульоном или горячей водой, засыпают рис и доводят плов до готовности. Плов часто готовят также с томатом-пюре, с добавлением сухих кислых ягод: барбариса, смородины. Отпускают его в баранчике.

Почки по-русски

Почки вареные говяжьи или сырые телячьи, бараньи, свиные нарезают ломтиками, посыпают перцем и обжаривают. Затем заливают их красным соусом, добавляют пассерованные морковь, репчатый лук, петрушку, соленые очищенные огурцы, нарезанные дольками, и все тушат до готовности. Подают почки, посыпав

зеленью, на порционной сковороде или в баранчике без гарнира или с жареным картофелем.

Блюда из жареного мяса и субпродуктов

Для жарения используют все части туш свинины, баранины, телятины (У баранины и телятины не используется только шея.), у говядины — вырезку, толстый и тонкий края, верхнюю и внутреннюю части задней ноги, а также субпродукты.

Жарят мясо крупными, порционными и мелкими кусками. Крупные куски (массой не более 2,5 кг) вначале обжаривают в противнях на плите, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу. Поросят жарят целиком. Порционные куски жарят на плите в сковородах или противнях, а также на открытом огне (в мангалах, на решетках).

Жареное крупным куском мясо хранят на противнях при температуре 50—60°. Порционные куски жареного мяса не подлежат длительному хранению, так как при этом резко ухудшается их качество. Примерный набор гарниров к блюдам из жареного мяса указан в табл.

Таблица

Гарниры

Говядина

Жареный картофель, отварной картофель сложный гарнир (3—4 вида овощей —картофель, морковь, репа, зеленый горошек, брюква в масле или в молочном соусе, обжаренные помидоры, цветная капуста и др.).

Свинина

Отварной и жареный картофель, картофельное пюре, сложные гарниры, отварные фасоль, горох, рассыпчатая гречневая каша, тушеная капуста

Баранина

Отварной и жареный картофель, фасоль в томатном соусе, гречневая каша

Телятина

Картофель жареный и в молоке, зеленый горошек, сложные гарниры, макароны с маслом, стручки фасоли и гороха, овощи в молочном соусе

Печень

Картофель, овощи отварные, картофельное пюре, жареный картофель, рассыпчатая каша, отварные макароны

Почки

Отварные картофель и овощи, жареный картофель, картофельное пюре

Мозги

Зеленый горошек, картофель, отварные овощи, картофельное пюре, рассыпчатая каша, сложные гарниры

В качестве дополнительных гарниров к мясу подают печеные яблоки, зеленые салаты, маринованные фрукты и ягоды.

При отпуске натуральное жареное мясо поливают жиром с соком или подают к нему соус. Мясо, панированное в сухарях, поливают жиром, изделия из рубленого мяса — жиром и соусом.

Мясо жареное (ростбиф)

Подготовленный полуфабрикат жарят вначале основным способом и доводят до готовности в жарочном шкафу, поливая жиром и соком. Готовый ростбиф нарезают поперек волокон. Подают на подогретом порционном блюде (по 2—3 куса на порцию). С одной стороны укладывают гарнир — жареный картофель или сложный гарнир, с другой — строганный хрен. Мясо поливают мясным соком, украшают зеленью или салатом.

Бифштекс

Подготовленный полуфабрикат жарят основным способом по желанию потребителя до определенной степени готовности.

Подают на порционном блюде, поливая мясным соком с растопленным сливочным маслом. С одной стороны укладывают жареный картофель фри или сложный овощной гарнир, с другой — строганный хрен. Мясо украшают зеленью или салатом.

Бифштекс может иметь несколько видов. Бифштекс с яйцом (по-гамбургски) — на мясо кладут яичницу-глазунью из одного яйца. Бифштекс с луком — на мясо кладут нарезанный кольцами жареный лук фри. Отпускают так же на таганчике на углях.

Антрекот

Подготовленный полуфабрикат жарят основным способом. На мясо укладывают кусочек зеленого масла. Отпускают так же, как

бифштекс с яичницей-глазуньей и жареным репчатым луком. Гарнир — картофель в молоке и строганный хрен, сложный овощной гарнир, жареный картофель.

Лангет

Подготовленный полуфабрикат из двух кусочков жарят основным способом. Отпускают на блюде с гарниром. Можно уложить на мясо жареные помидоры (лангет с помидорами) или полить мясо соусом красным с вином, красным с луком и корнишонами, белым с яйцом (лангет с соусом). Соусы иногда подают отдельно.

Филе

Полуфабрикат жарят так же, как и бифштекс, до требуемой степени готовности. Жареное мясо должно иметь форму столбика с поджаристой корочкой коричневого цвета.

Подают филе на блюде или в баранчике, полив мясным соком и сливочным маслом. Сбоку укладывают букетами сложный овощной гарнир, жареный картофель пай.

Филе с соусом

В круглый баранчик помещают ломтик поджаренного на масле пшеничного хлеба. На него кладут ломтик вареной ветчины или отварного языка, сверху — жареное филе. Поливают соусом красным с вином, или красным с грибами и помидорами, или красным с эстрагоном. Гарнир (сложный овощной или жареный картофель во фритюре) подают отдельно в другом круглом баранчике.

Филе с шампиньонами

Готовят так же, как филе с соусом, но сверху кладут нарезанные ломтиками припущенные грибы.

Филе с костным мозгом

Готовят так же, как филе с соусом. При отпуске на филе кладут кусочек вареного костного мозга и посыпают его зеленью.

Эскалоп

Готовят из телятины или свинины (по 2 кусочка мяса на порцию). Подготовленный полуфабрикат слегка отбивают и жарят основным способом. При отпуске жареное мясо укладывают на крутоны и

поливают мясным соком и сливочным маслом. Сбоку на блюде располагают сложный гарнир.

Эскалоп с соусом

Готовят так же, как эскалоп натуральный. Отпускают в баранчике. Сверху на мясо кладут кусочки поджаренных почек, шляпку припущенных белых грибов или шампиньонов, половинки свежих поджаренных помидоров (или подогретых консервированных). Блюдо поливают томатным соусом или соусом томатным с грибами. Гарнир — жареный картофель — укладывают сбоку и посыпают зеленью. Гарнир подают и отдельно.

Бефстроганов

Мелкие брусочки мяса обжаривают на сковороде с жиром, добавляют пассерованный репчатый лук, все заливают сметанным соусом с добавлением соуса «Южный» и доводят до кипения. Отпускают бефстроганов в овальном баранчике или на порционной сковороде.

Гарнир — картофель жареный из вареного — подают отдельно или с мясом.

Котлеты натуральные

Готовят из свинины, баранины и телятины. Подготовленный полуфабрикат вместе с реберной косточкой жарят основным способом, укладывают на блюдо. Рядом располагают сложный овощной или какой-либо другой гарнир. На косточку надевают папильотку. При подаче поливают мясным соком и сливочным маслом. К бараньим котлетам отдельно иногда подают соус молочный с луком.

Котлеты отбивные

Готовят и отпускают так же, как котлеты натуральные, но из запанированных полуфабрикатов. Блюдо доводят до готовности в жарочном шкафу. При подаче поливают только сливочным маслом.

Шашлык

Готовят из говядины, баранины, свинины. Жарят обычно над раскаленными углями в мангале, но иногда и на сковороде.

Шашлык говяжий

Кусочки мяса массой 40 г отбивают, солят, нанизывают на шпажку попеременно с кусочками шпика и жарят на сковороде. При подаче на блюдо кладут припущенный рис, полив его сливочным маслом, на него — готовый шашлык, удалив шпажку так, чтобы кусочки мяса и шпика не развалились. Сверху на шашлык помещают нарезанный кольцами и жареный во фритюре репчатый лук. Отдельно подают соус «Южный».

Шашлык по-кавказски

Готовят из баранины. Кусочки мяса предварительно маринуют, надевают на шпажку и жарят над раскаленными углями до готовности. Готовый шашлык укладывают на середину порционного овального блюда, осторожно удаляют шпажку, по бокам размещают гарнир: свежие жареные помидоры, зеленый лук, разрезанный на кусочки длиной 4—5 см, репчатый лук, нарезанный кольцами, зелень кинзы, дольку лимона. Отдельно подают соус ткемали, нашараби (гранатовый), «Южный» или на розетке — сушеный барбарис. В ресторанах шашлык подают и со шпажкой, гарнир оформляют отдельно.

Шашлык по-карски

Один кусок маринованной баранины вместе с двумя половинками почек надевают на шпажку и жарят над раскаленными углями. Подают этот шашлык на овальном блюде так же, как шашлык по-кавказски, с тем же гарниром, украшают веточками зелени петрушки.

Шницель по-венски

Готовят главным образом из телятины и реже из свинины. Подготовленный полуфабрикат панируют в сухарях и вначале жарят основным способом на плите, затем доводят до готовности в жарочном шкафу. Подают на порционном блюде, полив сливочным маслом, прогретым вместе с лимонной цедрой, нарезанной соломкой. Сверху на мясо помещают прогретые каперсы, кружочек очищенного лимона, зелень петрушки. Рядом укладывают гарнир — картофель жареный из отварного.

Ромштекс

Готовят из говядины. Подготовленный полуфабрикат жарят основным способом, поливают сливочным маслом. Подают на блюде с разнообразным гарниром.

Грудинка фаршированная

У бараньей или телячьей грудинки удаляют ребра, мякоть прорезают так, чтобы по всей длине получилось пространство в виде мешка. Мешок заполняют фаршем (рассыпчатой гречневой или рисовой кашей, смешанной с пассерованным луком и вареными рублеными яйцами, или мясом, смешанным с рисом). Края зашивают. Подготовленную грудинку жарят в жарочном шкафу, нарезают на порции и подают на блюде, полив мясным соком.

Мозги жареные (миньер)

Сваренные мозги нарезают ломтиками, панируют в муке и обжаривают до золотистого цвета. При отпуске их гарнируют жареным картофелем, поливают лимонным соком, сверху кладут кружочек лимона, посыпают рубленой зеленью.

Мозги фри

Сваренные половинки мозга панируют в муке, смачивают в льезоне, вновь панируют в сухарях и обжаривают во фритюре. При отпуске гарнируют зеленым горошком. Отдельно подают соус томатный или красный с вином.

Почки жареные

Сырые почки (телячьи, свиные или бараньи) нарезают ломтиками, кладут на порционную сковороду и жарят до готовности. Почки подают немедленно после жарения, полив сливочным маслом и лимонным соком, на той же сковороде. Гарнир — жареный картофель — подают отдельно.

Печень в сметанном соусе

Подготовленную печень (1—2 куса на порцию) панируют в муке, обжаривают, заливают сметанным соусом и доводят до кипения. Отпускают в овальном баранчике с гарниром и соусом. Гарнир можно подавать и отдельно на сковороде.

Печень по-строгановски

Печень нарезают брусочками и обжаривают, заливают сметанным соусом с луком, добавив соус «Южный», и доводят до кипения. Подают с гарниром, посыпав рубленой зеленью.

Блюда из запеченного мяса

Эти блюда готовят из говядины, телятины, баранины и других мясных продуктов с картофелем, овощами, крупами, макаронными изделиями. Запекают также овощи, фаршированные мясом, голубцы и мясные солянки. Предварительно мясо тушат, варят, припускают или жарят, а затем запекают под молочным или сметанным соусом в порционных сковородах или противнях в жарочном шкафу до образования румяной корочки. Перед отпуском отдельные изделия поливают соусом или жиром, посыпают зеленью.

Блюда из запеченного мяса не подлежат хранению, так как их внешний вид от этого быстро ухудшается.

Говядина запеченная в луковом соусе

На порционную сковороду наливают

немного лукового соуса и кладут один-два ломтика вареной или тушеной говядины. Мясо обкладывают кружочками вареного картофеля или густым картофельным пюре, заправленным молоком и яйцами. Все заливают луковым соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают маслом и запекают.

Подают блюдо в той же посуде, в которой оно готовилось.

Овощи фаршированные мясом

Для приготовления блюда используют кабачки, перец сладкий, баклажаны, помидоры. Подготовленные овощи наполняют мясным фаршем, смешанным с рисом и пассерованным луком, укладывают на противень, заливают соусом сметанным или сметанным с томатом, посыпают тертым сыром или сухарями и запекают.

При отпуске овощи укладывают в подогретый баранчик и поливают соусом, в котором они запекались.

Голубцы с мясом

Мясной фарш, состоящий из пропущенного через мясорубку мяса, рассыпчатого риса и пассерованного лука, заворачивают в ошпаренные капустные листья, придавая изделию цилиндрическую форму. Затем голубцы обжаривают на сковороде с жиром до образования поджаристой корочки, заливают соусом сметанным с томатом и запекают. Подают в баранчике (по 2 шт. на порцию), полив соусом, в котором голубцы запекались, и посыпав зеленью.

Котлеты натуральные запеченные в молочном соусе.

Для приготовления блюда используют бараньи и телячьи котлеты, обжаренные до полуготовности. Мясо надрезают поперек в нескольких местах, в разрезы кладут ломтики сваренных грибов. На дно металлического блюда наливают тонкий слой горячего молочного соуса, кладут подготовленные котлеты, заливают их молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают сливочным маслом и запекают.

Подают на том же блюде. Отдельно подают гарнир — жареный во фритюре картофель, зеленый горошек, стручки фасоли, сложный гарнир, а также соус красный с вином.

Блюда из рубленого мяса

Блюда из рубленого мяса подразделяются на две группы: изделия натуральные, т. е. без добавления хлеба, и изделия из котлетной массы. Для приготовления их используют говядину, телятину, свинину и баранину. Изделия из рубленого мяса готовят в жареном и запеченном виде непосредственно перед подачей. При отпуске их поливают мясным соком или жиром, некоторые — соусом.

В качестве гарнира предлагают отварной и жареный картофель, картофельное пюре, отварные и тушеные овощи, макаронные изделия, различные каши и др.

Рубленые натуральные изделия

Бифштекс

В фарш добавляют сало-сырец или шпик и формируют изделие в виде битка. Бифштекс рубленый может готовиться так же, как и натуральный: с яйцом, с луком, с соусом.

Филе

Готовят и отпускают так же, как и натуральное филе.

Котлеты

Готовят из свинины и баранины. Иногда в котлеты вставляют зачищенную косточку. Отпускают так же, как и натуральные котлеты.

Шницель, ромштекс

Готовят и отпускают так же, как и натуральные изделия.

Люля-кебаб

Подготовленный полуфабрикат нанизывают на шпажки и обжаривают на открытом огне или в электрогрилях. На овальное блюдо кладут лаваш (листовой хлеб) в виде полосы, на него подготовленный люля-кебаб, который покрывают другой полосой хлеба. Вокруг размещают гарнир: помидоры, репчатый лук, нарезанный кольцами, зеленый лук, нарезанный на части длиной 4—5 см, дольку лимона. На розетке подают толченый барбарис или в соуснике соус ткемали.

Люля-кебаб подают и без лаваша.

Фрикадельки

Подготовленные полуфабрикаты обжаривают, укладывают в неглубокую посуду в 1—2 ряда, заливают соусом (томатным, сметанным, сметанным с томатом, сметанным с луком) и тушат до готовности. Отпускают с соусом, в котором они душились.

Изделия из котлетной массы

Котлеты, биточки, шницели

Жарят основным способом. Котлеты и шницели подают, полив маслом, на блюде, биточки — в баранчике с соусом сметанным или сметанным с луком. Котлеты и биточки запекают также в порционной сковороде; котлеты под молочным соусом, биточки — под сметанным.

Тефтели

Готовят так же, как фрикадельки в томатном соусе.

Зразы

Фаршируют фаршем, приготовленным из пассерованного лука рубленых вареных яиц, молотых сухарей и мелкорубленной зелени. Изделию придают овальную форму. Жарят основным способом. Подают на блюде с гречневой кашей или с каким-либо другим гарниром и красным соусом.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение мясных блюд?
2. Охарактеризуйте мясные блюда способу их тепловой обработки.
3. Как готовят блюда из отварных мясных продуктов (мяса, мозгов, языка)? К их оформляют? В какой посуде подают?
4. Какие гарниры и соусы подают к ее ответствующим отварным мясным блюдам?
5. Расскажите о способах тушения мяса
6. Охарактеризуйте следующие тушеные блюда: мясо тушеное и шпигованное, мясо духовое и в кисло-сладком соусе, В какой посуде подают эти блюда?
7. Охарактеризуйте блюда: зразы отбивные, гуляш, азу, рагу, плов. В какой посуде подают эти блюда?
8. Какие гарниры подаются к тушеным мясным блюдам?
9. Как готовят и подают жареные блюда: ростбиф, бифштекс, антрекот, лангет Как оформляют эти блюда?

10. Как готовят следующие блюда: филе, эскалоп, бефстроганов, котлеты на туральные? Как оформляют эти блюда и в какой посуде их подают?
11. Охарактеризуйте блюда: котлеты отбивные, шашлык по-кавказски, по-карски и говяжий. Как оформляют эти блюда, в какой посуде подают?
12. Как готовят блюда: ромштекс шницель, печень по-строгановски? Как оформляют?
13. Какие соусы подают к соответствующим жареным мясным блюдам?
14. Какие виды гарниров подают к жареным мясным блюдам?
15. Охарактеризуйте блюда из запеченного мяса. Как они оформляются?
16. Дайте характеристику рубленным натуральным блюдам.
17. Охарактеризуйте изделия из котлетной массы.

Глава IX. Кулинарная характеристика блюд из домашней птицы и дичи

Мясо домашней птицы (куры, индейки, цыплята, утки, гуси) содержит больше полноценных белков, чем мясо крупного и мелкого рогатого скота, в нем меньше соединительной ткани, поэтому мясо молодой птицы сравнительно легко размягчается при тепловой обработке. Жир птицы — высококачественный продукт и по сравнению с жиром животных имеет более низкую температуру плавления. Кроме того, в мясе птицы в значительных количествах содержатся минеральные вещества, особенно кальций и фосфор, витамины А, В1 В2 и РР, а также экстрактивные вещества.

Мясо дичи (фазана, куропатки, рябчика, тетерева, глухаря и пр.) также содержит много белков, но по вкусу несколько отличается от мяса домашней птицы. Оно обладает пикантным горьковатым привкусом и содержит больше экстрактивных веществ, возбуждающих аппетит.

Разнообразный ассортимент вкусных, питательных, легкоусвояемых организмом блюд из мяса домашней птицы используется не только в рациональном, но и в лечебном и детском питании.

Для приготовления блюд подготовленную домашнюю и дикую птицу отваривают, припускают, тушат, жарят и запекают.

Для приготовления вторых блюд отваривают главным образом кур и индеек. Из вареной дичи готовят холодные блюда, иногда вторые, например из фазана.

Отваривают птицу целой тушкой. Подготовленный полуфабрикат заливают горячей водой, после закипания добавляют нарезанные коренья и репчатый лук, соль и варят до готовности. Готовые тушки разрубают пополам в продольном направлении, а затем каждую половину делят на филе и ножку и рубят их на одинаковое количество кусочков. Отпускают по 2 куса на порцию — кусочек филе и ножки.

Припускают цыплят, молодых кур целыми тушками, а также филе кур и дичи и изделия из котлетной массы.

Подготовленные полуфабрикаты укладывают в один ряд в смазанный сливочным маслом сотейник, заливают небольшим количеством бульона и припускают с добавлением ароматических овощей и лука. Из оставшегося бульона готовят соус. Для улучшения вкуса и для того, чтобы цвет мяса был еще более белым, филе кур и дичи сбрызгивают лимонным соком. Готовую

тушку припущенной птицы рубят на порции и отпускают так же, как вареную. В качестве гарнира подают картофель, отваренные или припущенные овощи, картофель и овощи в молочном соусе, картофельное пюре, отварной или припущенный рис, зеленый горошек. При отпуске блюдо поливают маслом^ бульоном или соусом паровым либо белым с яйцом. Порция вареной или припущенной птицы — 75, 100, 125 г, гарнира — 150 г.

Домашняя птица отварная

Отпускают по два кусочка на порцию в овальном баранчике вместе с гарниром, полив соусом.

Домашняя птица и фазан под паровым соусом.

Индеек отваривают, а кур, цыплят и фазанов припускают. Отпускают по два кусочка на порцию, в овальном баранчике, полив сливочным маслом. Сверху на птицу кладут нарезанные ломтиками грибы и заливают паровым соусом. Гарнир — припущенный рис — подают отдельно.

Домашняя птица и фазан в соусе эстрагон

Это блюдо готовится так же, как и птица под паровым соусом, но с соусом красным с эстрагоном.

Домашняя птица припущенная с белым вином.

Подготовленный полуфабрикат припускают в бульоне с добавлением ароматических овощей, лука, виноградного вина и отвара из грибов. Отпускают, полив соусом.

Филе из домашней птицы и дичи паровые

Припущенное филе кладут в баранчик на гренки, сверху укладывают нарезанные ломтиками припущенные грибы, петушиные гребешки и заливают соусом паровым или белым с яйцом.

Блюда из жареной домашней птицы и дичи

Для приготовления блюд домашнюю птицу и дичь жарят различными способами: целыми тушками, порционными кусками, фаршированными, натуральными или панированными. Жарят также рубленые изделия, приготовленные из мяса птицы и дичи.

Тетеревов, глухарей и белых куропаток для улучшения вкуса перед жарением шпигуют свежим шпиком.

Жареные тушки индеек, гусей, кур и уток разрубают на половинки, делят на филе и ножки и вновь разрубают на несколько частей в зависимости от величины тушек и нормы раскладки.

При отпуске жареную птицу и дичь поливают растопленным сливочным маслом с мясным соком». В качестве гарнира подают тушеную капусту (для жирных гусей, уток), жареный картофель, печеные яблоки, чернослив, сложный гарнир. Дополнительно в салатниках, вазах предлагают зеленые салаты, салаты из свежих огурцов, краснокочанной капусты, маринованные фрукты и ягоды, а также брусничное, клюквенное и черносмородиновое варенье.

Домашняя птица жареная

Отпускают на порционном блюде, полив растопленным маслом с мясным соком, гарнируют жареным картофелем и другим гарниром, украшают листиками зеленого салата или веточками петрушки.

Дичь жареная

Отпускают так же, как блюда из жареной птицы. Мелкую дичь — вальдшнепов, перепелов, дупелей, бекасов — подают целыми тушками, рябчиков и куропаток — целыми тушками или разрубленными на две части вдоль грудной кости. При отпуске на блюдо кладут поджаренный ломтик пшеничного хлеба, смазанный паштетом из печени, на него — жареную мелкую дичь и поливают сливочным маслом, на котором она жарилась. Гарнир — свежие салаты или маринованные фрукты или ягоды — подают отдельно.

Домашняя птица жареная с соусом

Жареную птицу нарубают на порции. При отпуске гарнируют и поливают соусом томатным с грибами. Птицу можно подавать также под соусом эстрагон.

Домашняя птица фаршированная

Фаршируют обычно гуся или утку. В качестве фарша используют очищенные от кожицы и семян, нарезанные доль-ми и посыпанные сахаром яблоки, или средние, слегка обжаренные клубни картофеля, или чернослив без косточек, посыпанный сахаром.

Фаршированную тушку птицы жарят до готовности. При отпуске рубят на порции, укладывают на блюдо вместе с начинкой и поливают растопленным маслом с мясным соком.

Домашняя птица жареная фри

Вареную птицу рубят на порционные куски, панируют в муке, смачивают в льезоне и снова панируют в сухарях или в белой панировке. Подготовленные куски жарят во фритюре до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу. Отпускают на блюде вместе с жареным картофелем фри. Отдельно подают томатный соус.

Филе кур или дичи жареное в сухарях

Подготовленный полуфабрикат смачивают в яйцах, панируют в белой панировке, обжаривают в жире до образования золотистой корочки. Отпускают на крутоне на блюде со сложным гарниром (припущенная морковь, как тофель фри соломкой, в корзиночках из сдобного теста — зеленый горошек или грибы в сметане). На косточку надевают папильотку. Блюдо поливают растопленным маслом, украшают листьями зеленого салата и веточками петрушки.

Котлеты из филе кур и дичи

Эти изделия готовят натуральными или фаршированными.

Котлеты натуральные

Подготовленный полуфабрикат жарят перед подачей. Отпускают на блюде на крутонах со сложным гарниром (в корзиночках), полив маслом, на котором котлета жарилась. На косточку надевают папильотку.

Котлеты, фаршированные молочным соусом

Подготовленный полуфабрикат жарят во фритюре. Отпускают так же, как филе в сухарях.

Котлеты по-киевски

Подготовленный полуфабрикат жарят во фритюре. Отпускают так же, как филе в сухарях.

Котлеты, фаршированные печенью

Подготовленный полуфабрикат начиняют паштетом из куриной или говяжьей печени, панируют в белой панировке и жарят. Отпускают со сложным гарниром (в корзиночках). Отдельно подают соус красный с вином.

Шницель куриный

Подготовленный полуфабрикат жарят основным способом непосредственно перед подачей. На крутой, уложенный на блюдо овальной формы, помещают жареный шницель. С правой стороны укладывают букетами морковь, зеленый горошек, заправленные сливочным маслом, жареный картофель, нарезанный соломкой. На шницель кладут консервированные абрикосы, сливы или персики, цветок из сливочного масла.

Блюдо украшают листиками зеленого салата или веточками зелени петрушки.

Блюда из тушеной домашней птицы и дичи

Домашнюю птицу и дичь предварительно жарят целыми тушками или кусками. Затем тушат в соусе или бульоне с добавлением томата-пюре, овощей, грибов, специй и пряностей.

Домашняя птица тушеная в соусе эстрагон

Птицу жарят целыми тушками, затем нарубают (по 2—3 куса на порцию), укладывают в порционный горшочек, добавляют копченую грудинку, пассерованный репчатый лук, жареный картофель, припущенные белые грибы или шампиньоны, нарезанные дольками, маслины. Все заливают соусом эстрагон и тушат до готовности.

Подают в том же горшочке. При отпуске сверху кладут помидоры, нарезанные половинками, и посыпают мелко рубленным чесноком и зеленью.

Дичь тушеная в соусе

Дичь обжаривают, нарубают на порции и тушат в соусе красном или красном с вином.

Блюда из рубленого мяса домашней птицы и дичи

Рубленые изделия из птицы и дичи жарят вначале основным способом на плите, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу. Котлетную массу готовят так же, как и мясную, но добавляют в фарш сливочное масло. Из тушек дичи для приготовления котлетной массы используют только филе.

Котлеты и биточки из птицы и дичи

Готовят и отпускают так же, как котлеты и биточки из мяса, но вместо сухарей для панировки иногда используют пшеничный хлеб, который нарезают кубиками или лапшой.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение блюд из домашней птицы и дичи?
2. Как готовят блюда из отварной птицы?
3. Охарактеризуйте следующие блюда: птица отварная, домашняя птица и фазан под паровым соусом, в соусе эстрагон, с белым вином, филе из домашней птицы и дичи паровые. Как оформляют эти блюда, в какой посуде подают?
4. Каковы основные особенности жарения домашней птицы и дичи?
5. Охарактеризуйте следующие блюда: домашняя птица жареная, дичь жареная, домашняя птица жареная фри. Как оформляют эти блюда? Какие гарниры и соусы подают к ним?
6. Дайте характеристику следующих блюд: филе кур или дичи жареное в сухарях, котлеты из филе кур и дичи, котлеты натуральные и фаршированные, котлеты по-киевски. Как оформляют эти блюда?
7. Охарактеризуйте следующие блюда: домашняя птица тушеная в соусе эстрагон, дичь тушеная в соусе.
8. Как и какие готовят блюда из рубленого мяса домашней птицы и дичи.

Глава X. Кулинарная характеристика блюд их яиц и творога

§ 1. Блюда из яиц

Яйца — высокопитательный пищевой продукт. Они содержат большое количество белка, жиры, углеводы и минеральные вещества.

В общественном питании используются только куриные яйца, меланж (замороженная смесь яичных белков и желтков) и яичный порошок, из которых готовится разнообразный ассортимент вкусных блюд. Яйца употребляют в вареном, жареном, запеченном виде, в сочетании с другими продуктами и т. д.

Яйца вареные

Яйца варят до различной степени готовности: всмятку (3 мин), в мешочек (4—4,5 мин) и вкрутую (8—10 мин). Яйца, сваренные всмятку, подают (по 1—3 шт. на порцию) в специальной подставке или на тарелке, покрытой салфеткой. Отдельно подают масло, хлеб.

Яйца в мешочек варят двумя способами: в скорлупе и без скорлупы. Яйца в мешочек без скорлупы, а также яйца вкрутую используются для приготовления различных блюд.

Яйца с ветчиной на гренках

На гренки кладут по кусочку обжаренной ветчины, сверху помещают яйца, сваренные в мешочек без скорлупы, и поливают красным или томатным соусом.

Яичные каши

Яйца или меланж разводят молоком или водой, добавляют жир и варят на водяной бане до консистенции полужидкой каши. Подают это блюдо в круглых баранчиках или на сковородах, поставленных на десертную тарелку.

При отпуске на кашку кладут гренки, кукурузные хлопья или различный гарнир из мяса и овощей.

В качестве гарнира используют отварную фасоль, или спаржу, или цветную капусту, припущенный зеленый горошек, нарезанные дольками поджаренные кабачки или помидоры, нарезанные или

поджаренные ломтики колбасы, сосисок, брусочки говядины, свинины, печени и др.

Яичницы

Яичница-глазунья натуральная и с гарнирами. Яичницу-глазунью готовят натуральной или с каким-либо дополнительным продуктом непосредственно перед подачей, из 2—3 яиц. Сверху посыпают рубленой зеленью.

Со шпиком

Шпик нарезают ломтиками или кубиками, обжаривают, выпускают яйца и жарят, пока белок не свернется.

С картофелем или баклажанами

Сырой или вареный картофель, баклажаны нарезают ломтиками, поджаривают, выпускают на них яйца и жарят до готовности.

С овощами и грибами

Для приготовления этой яичницы используют какой-либо один вид овощей: стручковую фасоль, зеленый горошек, спаржу, кабачки, помидоры, а также свежие белые грибы. Фасоль и спаржу отваривают, кабачки, помидоры, нарезанные ломтиками, поджаривают. На подготовленные овощи выпускают яйца и жарят.

С луком

Репчатый или зеленый лук поджаривают и заливают яйцами.

С сыром

Яйца выпускают на горячую сковороду с маслом, посыпают тертым сыром и жарят.

Омлеты

Омлеты готовят натуральными или с добавлением овощей, свежей зелени, молочных или мясных продуктов. Такие омлеты называются смешанными. Кроме того, подготовленные продукты кладут в омлет как начинку в конце его жарки. Такие омлеты называются фаршированными.

При отпуске омлеты поливают маслом и посыпают рубленой зеленью.

Омлет натуральный

Яйца или меланж смешивают с молоком, выливают на горячую сковороду с маслом и жарят. Как только масса начнет густеть края ее загибают с двух сторон к середине, придавая омлету форму продолговатого пирожка. Когда нижняя часть его поджарится, омлет перекалывают на разогретое блюдо или тарелку швом вниз.

Омлет смешанный

Жарят так же как омлет натуральный, предварительно смешав яичную массу с поджаренным мелкими кубиками шпиком (омлет со шпиком), с пассерованным репчатым или зеленым луком (омлет с луком), с тертым сыром (омлет с сыром) с мясопродуктами (вареной ветчиной копченой грудинкой, вареной колбасой сосисками), подготовленными как для яичных кашек, с мелко нарезанной зеленью петрушки.

Смешанные омлеты также запекают с припущенной и протертой морковью с жареным картофелем, с мелко нарубленной припущенной капустой, с рассыпчатой кашей.

Фаршированные омлеты

Яичную массу выливают на горячую сковороду жарят. Когда масса слегка загустеет на середину ее кладут фарш и закрывают его с двух сторон, придавая омлету форму продолговатого пирожка. Дожаривают и подают его так же, как омлет натуральный.

Для фарширования используют отварную фасоль и спаржу, зеленый горошек, кубики или брусочки поджаренных кабачков, мясопродукты (вареную ветчину, сосиски, вареную колбасу свиные или телячьи почки, печень домашней птицы), нарезанные соломкой или кубиками и поджаренные в жире, варенье. В омлет, фаршированный мясопродуктами, добавляют соусы — красный, томатный или сметанный. Готовый омлет, фаршированный вареньем, джемом или конфитюром, посыпают сахарной пудрой и прижигают раскаленным прутом, нанося рисунок в виде решетки.

§ 2. Блюда из творога

Творог — очень ценный продукт питания. В нем содержатся органические кислоты (молочные кислоты), минеральные вещества, в частности соли фосфора и кальция, витамины и много полноценных белков, почти полностью усваиваемых организмом.

На предприятия общественного питания поступает творог жирный и обезжиренный. Жирный творог содержит 18 % жира. Его подают в натуральном виде (с сахаром, сахарной пудрой, сметаной, молоком), используют для приготовления холодных блюд — сырковой массы с различными добавками, а также горячих блюд. Нежирный творог содержит всего 0,5 % жира и используется для приготовления горячих блюд — сырников, пудингов, запеканок, вареников, блинчиков.

Холодные блюда из творога

Творог с молоком, сливками, сметаной или сахаром. Непротертый творог кладут в глубокую тарелку, заливают кипяченым охлажденным молоком или сливками и посыпают сахаром или сахарной пудрой. Молоко и сливки к творогу подают также в молочнике, а сахар — на розетке.

При отпуске со сметаной творог чаще всего протирают и кладут горкой в салатник или на мелкую тарелку. Вверху делают небольшое углубление, в которое вливают сметану.

Творожная масса

Готовится из жирного и нежирного творога. Творог протирают, соединяют с сахаром и ванилином и хорошо вымешивают (сладкая масса). В нежирный творог добавляют сливочное масло. В сладкую творожную массу кладут различные вкусовые и ароматические продукты: изюм, цукаты, мед, порошок какао. Она также служит основой для приготовления следующих творожных масс:

со сметаной

В середине уложенной горкой в салатник или на тарелку сырковой массы делают углубление, в которое вливают сметану;

с фруктами

На горку творожной массы красиво укладывают свежие или консервированные фрукты и ягоды;

с вареньем

В середине горкой уложенной сырковой массы делают углубление, в которое кладут варенье. Массу посыпают рублеными орехами;

с орехами

Творожную массу укладывают в салатник или на тарелку в виде конуса, покрывают его слоем густой сметаны и посыпают рублеными орехами. Вокруг массы укладывают зеленые листья салата или апельсины, нарезанные полукружками вместе с коркой.

Горячие блюда из творога

Сырники

В протертый творог добавляют яйца, сахар, соль, муку, ванилин. Массу хорошо перемешивают и разделяют в виде биточков толщиной 1,5 см. Затем изделия панируют в муке и обжаривают с обеих сторон. Отпускают (по 2—3 шт. на порцию) со сметаной.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение блюд из яиц?
2. Расскажите об ассортименте блюд из яиц.
3. Охарактеризуйте вареные яйца, яичные каши.
4. Как готовят яичницу-глазунью натуральную и с различными гарнирами?
5. Как готовят и оформляют различные виды омлетов?
6. Каково пищевое значение блюд из творога?
7. Охарактеризуйте холодные блюда из творога.

Глава XI. Кулинарная характеристика сладких блюд

Сладкие блюда вкусны и питательны. В них содержится большое количество углеводов. Некоторые из них, например, мороженое, кремы богаты жирами, другие — белками. Кроме того, ряд сладких блюд, особенно из плодов и ягод содержат витамины и минеральные вещества, необходимые организму человека.

Основным сырьем для приготовления многих сладких блюд являются плоды и ягоды в свежем, консервированном и сушеном виде. В состав ряда сладких блюд входят и такие ценные пищевые продукты, как молоко, сливки, яйца, орехи. Чтобы улучшить и ароматизировать вкус, в сладкие блюда часто вводят ванилин, корицу, цедру citrusовых, лимонную кислоту, кофе, какао, виноградные вина и др.

Ассортимент сладких блюд очень широк и разнообразен. Наиболее распространены такие блюда, как кисели, компоты, муссы, кремы. Значительную группу составляют сухарные, крупяные сладкие блюда, пудинги и сладкие запеканки, подаваемые с различными фруктами и ароматическими соусами.

Различают две группы сладких блюд: холодные и горячие.

§ 1. Холодные сладкие блюда

Холодные сладкие блюда подразделяются на следующие разновидности: натуральные плоды и ягоды, компоты, кисели, желе, муссы и кремы (желиро-ванные блюда), мороженое, парфе (замороженные блюда). Подают холодные сладкие блюда на десертных тарелках, в вазочках, креманках, стаканах, при отпуске их ставят на пирожковую тарелку, а с правой стороны кладут десертную или чайную ложку.

Свежие и быстрозамороженные плоды и ягоды

Промытые плоды и ягоды отпускают в вазочках, креманках, на десертных тарелках. К ягодам на розетке подают сахарный песок или сахарную пудру, а также по желанию потребителя отдельно в молочнике — молоко, сливки или сметану в соуснике.

Арбузы

Плоды обмывают нарезают на куски. Подают их на десертной тарелке, а сахарный песок или пудру — на розетке.

Дыня

Плоды обмывают, разрезают вдоль пополам, удаляют семечки и нарезают на дольки. Подают на овальном фарфоровом блюде. Отдельно на розетке — сахарную пудру. К дыне и арбузу подают также десертные тарелки, нож и вилку.

Апельсины и мандарины с сахаром и вином

Плоды очищают от кожицы, нарезают кружочками, укладывают в креманку, заливают сиропом, приготовленным с добавлением вина и нарезанной соломкой цедры, и настаивают перед подачей.

Ананасы очищают от кожицы, нарезают кружками и посыпают сахарной пудрой или поливают сиропом.

Бананы очищают, нарезают ломтиками, кладут в вазочки, посыпают сахарной пудрой. Отдельно подают молоко или сливки.

Ягоды со взбитыми сливками

Со сливками подают клубнику, землянику, малину. Взбитые сливки с сахаром кладут конусообразной горкой в креманку, а ягоды сверху или рядами вокруг.

Компоты

Компоты готовят из свежих, консервированных, сушеных, быстрозамороженных плодов и ягод в различных сочетаниях или из одного какого-либо их вида.

Из свежих плодов и ягод

Основой компота является сахарный сироп, подкисленный лимонной кислотой. В зависимости от вида плоды и ягоды варят в этом сиропе или кладут в охлажденный сироп без тепловой обработки.

В сиропе варят нарезанные дольками яблоки, груши, айву с кожицей или без нее. Некоторые сорта яблок (антоновские) и очень спелые груши кладут в кипящий сироп, нагрев сразу же прекращают, плоды охлаждают в сиропе. Так же готовят компот из абрикосов, персиков, слив, предварительно разрезав их пополам и удалив косточку.

Апельсины и мандарины очищают от кожицы и нарезают кружочками или дольками. Мякоть дынь и арбузов нарезают дольками, кубиками или ломтиками.

Мандарины, апельсины, вишню, черешню, малину, клубнику, виноград, арбузы, ананасы, дыни кладут в охлажденный сироп сырыми. Для улучшения вкуса и ароматизации в компот добавляют немного виноградного вина.

При отпуске подготовленные плоды и ягоды раскладывают в креманки или в стаканы и заливают охлажденным сиропом.

Из консервированных ягод и фруктов

Такой компот готовят как из одного вида плодов и ягод, так и из смеси любых консервированных фруктов в различных сочетаниях (ассорти). Черешню, вишню, сливы, абрикосы целыми, яблоки, груши, персики дольками кладут в креманки или вазочки. Из воды и сахара варят сироп, добавляют в него сироп от консервированных фруктов, охлаждают и заливают им плоды и ягоды.

Из сушеных плодов и ягод

Фрукты перебирают, тщательно промывают, затем закладывают в посуду с кипящей водой, в которую добавлены сахар и лимонная кислота. Фрукты закладывают, соблюдая продолжительность их варки: сначала груши, затем яблоки, чернослив, урюк, изюм. В

компоте плоды и ягоды должны быть целыми, а сироп — прозрачным, коричневого цвета.

Кисели

Кисели готовят из свежих, сушеных плодов и ягод, плодово-ягодных соков, сиропов, из варенья, джема, повидла, молока и других продуктов. По консистенции кисели делятся на густые, средней густоты и жидкие. (Жидкие кисели часто используются в качестве сладких соусов к некоторым сладким блюдам, например к изделиям из круп.) Консистенция киселей зависит от количества введенного в них крахмала. Для плодово-ягодных киселей используют картофельный крахмал, для молочных — кукурузный, который придает блюду более нежный вкус.

Густые молочные или фруктово-ягодные кисели разливают горячими в формы, смоченные кипяченой охлажденной водой и посыпанные сахарным песком, и охлаждают. Перед подачей форму переворачивают и выкладывают кисель в вазочку или на десертную тарелку. Молочный кисель поливают фруктово-ягодным сиропом, а к плодово-ягодным киселям отдельно подают в молочнике молоко или сливки.

Из плодов и ягод

Свежие сочные ягоды (бруснику, клюкву, смородину и др.) протирают и отжимают сок. Мезгу заливают водой и варят, затем процеживают. В полученный отвар добавляют сахар (в клубничный, малинный — лимонную кислоту), доводят до кипения и заваривают крахмалом. Затем вводят приготовленный сок.

Другие ягоды, например кизил, алычу, сливу, в начале варят в небольшом количестве воды, затем протирают. В отвар вводят крахмал.

Яблоки также сначала варят до готовности, затем отвар сливают, яблоки протирают, соединяют с отваром, всыпают сахар, лимонную кислоту и доводят до кипения. После этого вводят крахмал.

Из молока

В кипящем молоке растворяют сахар, вливают предварительно разведенный холодным молоком крахмал и варят кисель до готовности. К концу варки добавляют ванилин.

Жидкие и средней густоты кисели разливают в вазочки или стаканы. Поверхность их посыпают сахаром, чтобы не образовалась пленка.

Желе

Желе готовят из фруктовых и ягодных соков, отваров, ягодных экстрактов, фруктовых эссенций, молока и пр. В горячий сироп, приготовленный на плодово-ягодном отваре, вводят желатин. После того как желатин растворится, сироп соединяют с фруктовым или ягодным соком (для улучшения вкуса добавляют лимонный сок или лимонную кислоту, виноградное вино), осветляют, разливают в форму и охлаждают. Фруктово-ягодное желе готовят и комбинированным, заливая смесью натуральные или консервированные плоды и ягоды.

Перед подачей формы опускают на несколько секунд в горячую воду, закрывают десертной тарелкой или вазочкой, встряхивают и переворачивают. Готовое желе представляет собой студенистую прозрачную массу кисло-сладкого вкуса, с ароматом и цветом плодов и ягод, из которых оно приготовлено. При отпуске его поливают фруктово-ягодным сиропом (желательно другого цвета).

При изготовлении молочного желе сахаро-желатиновый сироп соединяют с молоком, в которое предварительно добавляют ванилин, какао или кофейный отвар.

Мусс

Муссом называется взбитое желе, приготовленное из фруктово-ягодных соков. Готовят его так же как желе (не осветляя), но перед охлаждением взбивают до образования пышной однородной пены. Иногда желатин заменяют манной крупой.

Отпускают мусс так же, как желе, полив сиропом, или с молоком.

Самбук

Готовят из густого фруктового пюре (яблочного, абрикосового, сливового). Для этого пюре соединяют с сахаром и яичным белком и взбивают на льду до тех пор, пока масса не увеличится в объеме в 2-3 раза. Затем в нее вливают растворенный теплый желатин, все размешивают и охлаждают в формочках. При подаче мусс перекладывают на десертную тарелку или в креманку, иногда поливают ягодным сиропом.

Крем

В состав крема входят густые взбитые свежие сливки или сметана жирностью 35 %, яично-молочная смесь, сахар и желатин (можно готовить и без яично-молочной смеси). Ассортимент кремов очень широк. В зависимости от добавок вкусовых и ароматических

продуктов различают кремы: ванильный, шоколадный, кофейный, ореховый, клубнич ный малиновый с бисквитом и изюмом и т. д.

Охлажденные сливки взбивают до получения пышной массы. Протертое пюре из ягод соединяют со взбитыми сливками и размешивают, затем вливают яично-молочную смесь, в которую предварительно был растворен желатин и введены вкусовые добавки.

Приготовленный крем разливают в формы и охлаждают. При отясуе крем поливают сиропом, приготовленным из протертых ягод, или сиропом с вином. Подают в вазочках или на десертных тарелках.

Взбитые сливки

Охлажденные сливки 35 %-ной жирности взбивают до образования пышной устойчивой массы, затем, помешивая, добавляют сахарную пудру. Во взбитые сливки вводят также измельченный шоколад, какао, цедру лимона, миндаль. Подают в креманках, выложив горкой. Украшают печеньем или кусочками шоколада либо посыпают орехами.

Мороженое

Обычно подают мороженое промышленного производства: пломбир и сливочное. Пломбир может быть различных видов: сливочный, шоколадный, ореховый, фруктово-ягод-ный. Мороженое выпускают закаленным и незакаленным (мягкое мороженое).

Отпускают мороженое натуральным или с различными сладкими соусами (шоколадным, миндальным, ореховым, абрикосовым, клубничным, коньячным и т. п.), свежими или консервированными фруктами и ягодами, вареньем, взбитыми сливками, печеньем и пр. Формуют специальными ложками в виде шариков. Подают в креманках, фужерах или в специальных вазочках. Дополнительно к мороженому подают фруктовые соки или фруктово-газированную воду в бокалах с соломинками.

«Планета»

Шарики мороженого (шоколадный или сливочный пломбир) укладывают в креманку, поливают шоколадным соусом и посыпают рублеными орехами. Вокруг кладут печенье.

Ассорти с фруктами

Шарики мороженого двух-трех сортов (сливочное, сливочно-фруктовое) кладут в креманку, сверху укладывают консервированные фрукты и поливают сиропом от фруктов.

С вином

Шарики плодово-ягодного мороженого кладут в креманку и поливают десертным виноградным вином.

«Сюрприз»

На металлическое блюдо кладут ломтики бисквита, на них консервированные яблоки или груши, нарезанные тонкими пластинами, на фрукты — шарики мороженого (пломбир сливочный). На мороженое снова кладут тонкий слой фруктов, а на них ломтики бисквита. Поверхность и бока изделия заливают взбитыми с сахарной пудрой белками и запекают в жарочном шкафу так, чтобы белки подрумянились.

Готовое мороженое немедленно подают, посыпав сахарной пудрой. Можно налить вокруг мороженого коньяк или спирт и зажечь его. Мороженое «Сюрприз» подают главным образом на банкетах, на новогодних вечерах, свадьбах и т. д.

Парфе

Это разновидность мороженого, в состав которого входят густые взбитые сливки, яично-молочная смесь и различные вкусовые и ароматические продукты. Парфе готовят также и без яично-молочной смеси, с сахарной пудрой.

При изготовлении парфе взбитые сливки соединяют с яично-молочной смесью, сахаром, а затем добавляют ванилин (парфе ванильное), измельченные орехи (парфе ореховое), какао (парфе шоколадное), фруктово-ягодное пюре и т. д. Приготовленную массу выкладывают в специальную форму и замораживают. Перед подачей форму опускают на несколько секунд в горячую воду и выкладывают парфе в вазочку или креманку. Парфе на 5—8 порций подают на фарфоровых вазах. Украшают вафлями, сухим бисквитом или мелким печеньем.

§ 2. Горячие сладкие блюда

Горячие сладкие блюда готовят преимущественно с добавлением муки, крупы, сахара. Кроме того, используют яйца, молоко, масло, плоды, ягоды, орехи, различные вкусовые и ароматические приправы. Подают горячие сладкие блюда на порционных сковородах, в баранчиках, на десертных тарелках, в креманках и т. д.

Пудинги

Основа всех видов пудингов — взбитые белки, которые придают изделиям пышность и пористость. Для приготовления пудингов используют сухари (пудинг сухарный), яблоки с измельченными орехами (пудинг яблочный с орехами), манную крупу с черносливом, изюмом или яблоками, творог (пудинг творожный), рис (пудинг рисовый) и др. Подготовленные продукты заливают молоком, яичными желтками, растертыми с сахаром, добавляют другие ингредиенты и проваривают либо перемешивают. Затем осторожно вводят взбитые белки, массу вторично перемешивают и выкладывают в формы.

В зависимости от вида пудинги выпекают в жарочном шкафу или варят на пару. При отпуске нарезают на порции и поливают абрикосовым соусом или сладким яичным.

Гурьевская каша

Это разновидность пудинга. Готовят ее так. Сладкую молочную манную кашу смешивают со сливочным маслом, рублеными орехами, изюмом, добавляют в нее яйца, взбитые с сахаром и ванилином, и хорошо перемешивают. Подготовленную массу слоем выкладывают на порционную сковородку, затем кладут слой молочных пенек и консервированных фруктов и снова слой каши. Поверхность каши выравнивают, посыпают сахаром, который прижигают металлическим прутом, затем запекают в жарочном шкафу. Готовую кашу посыпают рублеными орехами, украшают прогретыми в сиропе консервированными фруктами и пенками от молока. Подают в той же сковороде. Отдельно подают абрикосовый соус.

Суфле (воздушный пирог)

Основой суфле являются взбитые сливки. Готовят его из смеси молока и яиц или фруктово-ягодного пюре.

Смесь из молока и яиц готовят в виде густого молочного сладкого соуса, в который добавляют яичные желтки и вкусовые или

ароматизирующие продукты: ванилин (суфле ванильное), измельченные орехи (суфле ореховое), измельченный шоколад (суфле шоколадное).

Ягодное и фруктовое пюре уваривают с сахаром до густой консистенции (суфле ягодное, абрикосовое, сливовое, из чернослива, яблочное).

Приготовленную массу осторожно соединяют со взбитыми белками, выкладывают на порционную сковороду в виде конусообразной горки и запекают в жарочном шкафу. Суфле должно быть пышным и иметь светло-коричневую корочку. Подавать его нужно сразу же после запекания, так как оно быстро оседает.

Отпускают в той же сковороде, в которой запекалось суфле, поставив ее на десертную тарелку. Отдельно в молочнике подают холодное молоко или сливки.

Гренки с фруктами

Смоченные в сладкой яично-молочной смеси и обжаренные на сливочном масле ломтики пшеничного хлеба укладывают на десертную тарелку, украшают прогретыми в сиропе консервированными фруктами, поливают горячим абрикосовым соком.

Яблоки печеные

У целых яблок удаляют сердцевину и семена, насыпают в отверстие сахар и запекают в жарочном шкафу. Подают в горячем или холодном виде в креманках, вазочках или на десертных тарелках, полив сиропом и посыпав сахарной пудрой.

Яблоки в тесте жареные

Подготовленные яблоки очищают, удаляют сердцевину и нарезают кружочками. Готовят тесто-кляр из муки с добавлением желтков, сахара, соли, сметаны, молока. В него вводят взбитые белки, перемешивают. Затем кусочки яблок погружают в тесто и обжаривают в жире до образования золотистой корочки.

При подаче яблоки укладывают на блюдо или десертную тарелку, покрытые резной бумажной салфеткой, и посыпают сахарной пудрой. Отдельно подают абрикосовый соус.

Вопросы для повторения

1. Каково пищевое значение сладких блюд?

2. Как готовят холодные блюда из фруктов и ягод? Охарактеризуйте компоты и их виды.
3. Дайте характеристику различных видов киселей.
4. Как готовят и оформляют желе, мусс, самбук, крем?
5. Назовите различные виды мороженого. Как их оформляют?
6. Охарактеризуйте блюда: суфле, пудинги.
7. Как готовят и подают крутоны с фруктами, фрукты в тесте?
8. Как оформляют и в какой посуде подают горячие сладкие блюда?

Глава XII. Кулинарная характеристика изделий из теста

Изделия из теста имеют значительную пищевую ценность, так как в них содержатся растительные белки, жиры, витамины группы В и РР, а также большое количество углеводов в виде крахмала. Для того чтобы крахмал лучше усваивался организмом человека, тесто, которое готовится главным образом из пшеничной муки высших сортов, должно быть рыхлым, пористым. С этой целью вводят дрожжи, пищевую соду, углекислый аммоний.

Все изделия из теста подразделяются на четыре группы:

мучные блюда — пельмени, вареники, домашняя лапша, блинчики, оладьи, блины, клецки, профитроли;

мучные кулинарные изделия — ватрушки, волованы, пирожки, пончики, кулебяки, расстегаи и др.;

сдобные хлебобулочные изделия — сдоба обыкновенная, выборгская, различные булочки, пироги;

мучные кондитерские изделия — пирожные, торты, печенье, пряники.

Для приготовления этих изделий используются различные виды теста.

Виды теста

Различают две группы теста: дрожжевое и бездрожжевое (пресное). Каждая из них состоит из различных видов теста. Дрожжевое тесто приготавливают простым, сдобным, слоеным; бездрожжевое — сдобным, бисквитным, слоеным, песочным, заварным, для лапши, пельменей и т. д. В зависимости от характера изделий тесто готовят различной консистенции: густым, средней густоты или жидким.

Дрожжевое тесто

Существует два способа приготовления дрожжевого теста: опарный и безопарный. При опарном способе тесто замешивают в два приема. Вначале готовят опару: из части муки (35—60%), воды или молока с добавлением дрожжей замешивают жидкое тесто и ставят его в теплое место для брожения на 2—4 ч. Когда опара поднимется, в нее добавляют остальную муку, вымешивают, добавляют остальные ингредиенты и вновь ставят для брожения. Опарный способ применяют для приготовления сдобного теста, т. е. с добавлением различного количества яиц, жиров и сахара. При безопарном способе тесто замешивают в один прием: из всей муки, жидкости, дрожжей и соли. В конце замеса добавляют жиры.

Слоеное дрожжевое тесто готовят опарным или безопарным способом и прослаивают жиром.

Сдобное пресное тесто. Замешивают из муки, воды или молока, с добавлением яиц, сливочного масла, сахара, соли, пищевой соды. Иногда при замесе добавляют сметану.

Песочное тесто

Приготавливают из муки с добавлением яиц, сахара, соды и иногда углекислого аммония. Это тесто получается рассыпчатым, так как в отличие от сдобного пресного для него берут больше яиц и жира.

Слоеное пресное тесто

Замешивают из муки и воды с добавлением яиц и лимонной или винной кислоты. На раскатанный пласт кладут сливочное масло, смешанное с мукой, тесто складывают в несколько слоев, раскатывают и охлаждают. Так повторяют несколько раз.

Бисквитное тесто

Содержит большое количество яиц. Желтки растирают с сахаром, соединяют с мукой и замешивают тесто. Затем в него осторожно

вводят взбитые белки. Существуют и другие способы приготовления бисквитного теста. Меланж или яйца нагревают на мармите с сахаром, затем взбивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 15—20 сек. Тесто разливают в формы и выпекают.

Заварное тесто

Готовят из муки, воды, масла и яиц. В нагретую воду кладут масло, сахар, соль, доводят до кипения, всыпают муку, проваривают, охлаждают, вводят яйца и перемешивают.

Тесто для блинчиков

Готовят из муки, яиц и молока или воды с добавлением соли и небольшого количества сахара. Это тесто жидкой консистенции.

Тесто для пельменей

Готовят из муки и воды с добавлением яиц и соли. Это тесто густой консистенции, так как для него берут больше муки и меньше жидкости.

Тесто для вареников

Готовят из муки, воды или молока с добавлением яиц, сахара, жира и соли. Оно более слабой консистенции, чем для пельменей.

Тесто для лапши домашней

Готовят из муки и воды или молока с добавлением яиц и соли. Замешанное крутое тесто раскатывают в тонкие пласты, складывают один на другой, нарезают на полоски шириной 3,5—4 см, которые в свою очередь шинкуют поперек соломкой. Затем лапшу подсушивают и используют для приготовления блюд.

Изделия и блюда из теста

Изделия из дрожжевого теста

Блины

Для приготовления блинов используют муку и воду или молоко в соотношении примерно 1 : 1,6 с добавлением яиц, жира, сахара, дрожжей и соли. Блины могут быть приготовлены и сдобными (опарным способом) с добавлением большого количества сдобы — жира, сливок. Выпекают на сковородках диаметром 17—18 см.

Отпускают блины (по 3 шт. на порцию — 150 г) в круглом баранчике или на сковороде. Отдельно в соуснике подают горячее растопленное сливочное масло или сметану. Кроме того, к блинам можно подавать в икорницах зернистую или кетовую икру, а на закусочной тарелке — лососину, семгу, кету или филе сельди. Блины можно поливать маслом или сметаной.

Оладьи

Тесто готовят так же, как для блинов, но более крутой консистенции (соотношение муки и жидкости 1:1). Выпекают на сковородах. Подают (по 2—4 шт. на порцию) на блюде или тарелке, полив сметаной или маслом. Сметану, масло, мед, варенье, повидло, джем можно подавать отдельно.

Расстегаи

Расстегаи имеют форму лодочки, но с открытой серединой. Существует несколько видов расстегаев: закусочные и более крупные — московские. Закусочные расстегаи готовят с мясным фаршем с луком, с рыбным, из визиги. Для начинки остальных расстегаев используют эти же фарши и другие: фарш мясной с яйцом, ливерный, рисовый с грибами.

Ватрушки

Ватрушка представляет собой лепешку из опарного теста. В середине ее делают углубление и заполняют его творожным фаршем или густым повидлом, джемом.

Кулебяки

Приготовленное опарным способом тесто раскатывают пластом толщиной 1 см и нарезают полосами шириной 18—20 см. На середину полосы по всей длине укладывают фарш, края теста соединяют и защипывают. Затем изделие выпекают. Перед

отпуском кулебяку разрезают на порции (по 100—150 г) и подают в горячем или холодном виде.

В качестве начинки для кулебяк используют следующие фарши: мясной с луком, из свежей капусты с яйцом, из квашеной капусты, грибной, рыбный, рисовый.

Изделия из пресного теста

Из пресного сдобного теста выпекают пирожки и ватрушки с такой же начинкой, как и изделия из дрожжевого теста. Из пресного теста в формочках выпекают и корзиночки (тарталетки), которые затем используют для приготовления холодных и горячих закусок (корзиночек с домашней птицей, паштетом, форшмака и др.) небольшими порциями, а также для подачи сложных гарниров.

Изделия из песочного теста

Из песочного теста готовят главным образом кондитерские изделия.

Пирожные, торты

Песочные пирожные бывают двух видов: нарезные и штучные. Для нарезных пирожных песочное тесто раскатывают в пласты толщиной 3—4 мм и выпекают. После этого две лепешки склеивают кремом, фруктовой начинкой, вареньем и т. д. и нарезают на пирожные. Изделие покрывают помадкой, украшают рисунками из крема, фруктами, цукатами.

Для штучных пирожных из раскатанного песочного теста штампом вырезают кольца (песочное кольцо), смазывают его меланжем, посыпают рублеными орехами и выпекают.

Торты готовят из двух песочных лепешек квадратной или круглой формы (торт песочно-фруктовый). Лепешки склеивают фруктовой начинкой, поверхность покрывают слоем фруктовой начинки, украшают фруктами, цукатами и заливают желе. Боковые стороны покрывают этой же начинкой и посыпают крошкой.

Корзиночки

Металлические формочки покрывают тонким слоем теста и выпекают. Готовые корзиночки используют для приготовления пирожных (их заполняют кремом, фруктами, начинками и т. д.), а также для подачи горячих закусок.

Сочники, пироги

Песочное тесто раскатывают в пласт толщиной 8—10 мм, вырезают из него небольшие лепешки овальной формы. На середину лепешки выпускают творожный фарш, лепешку складывают пополам, зажимают с краев и выпекают. Это изделие называется сочник.

Из песочного теста выпекают также пироги с творогом, с различными фруктовыми начинками. Готовые пироги нарезают на порции.

Изделия из пресного слоеного теста

Из пресного слоеного теста выпекают пирожки, печенье, ватрушки, рожки, языки, волованы, кулебяки, разнообразные пирожные.

Пирожки

Из раскатанных пластов слоеного теста формуют пирожки круглой, полукруглой формы или в виде треугольника. В качестве начинки используют различные фарши.

Кулебяка

Продолговатую полосу теста шириной 13—15 см покрывают блинчиками, на середине по всей длине укладывают фарш и покрывают его также блинчиками. Сверху укладывают другой пласт слоеного теста, края которого плотно прижимают к краям нижнего пласта. Кулебяку украшают фигурками, вырезанными из теста, и выпекают. Подают в горячем или холодном виде, нарезав на порции по 100—150 г.

Языки слоеные

Из раскатанных пластов теста толщиной около 5 мм вырезают лепешки овальной формы (70X110 мм), посыпают сахарным песком и выпекают.

Волованы

Волованы представляют собой выпеченные из слоеного теста невысокие цилиндрические корзиночки с плоским дном диаметром 4—6 см. Используют их при подаче закусок небольшими порциями: икры, кнельной массы, куриного мяса с шампиньонами и т. д.

Пирожные

Из слоеного теста изготавливают нарезные и штучные пирожные. Нарезные пирожные изготавливают следующим образом: выпеченный пласт слоеного теста покрывают кремом, сверху накрывают другим пластом, вновь наносят тонкий слой крема и обсыпают измельченной крошкой. Затем нарезают на отдельные пирожные. Пласты могут покрываться и фруктовой начинкой.

Штучные слоеные пирожные изготавливают в виде трубочек конусообразной формы, наполненных кремом, квадратиков и бантиков, отделанных кремом или посыпанных сахарной пудрой и т. д.

Изделия из бисквитного теста

Пирожные

Приготовленное бисквитное тесто разливают в противни, заполняя на $\frac{2}{3}$ их высоты, и выпекают. Готовый бисквит нарезают по горизонтали на два пласта. Один из них пропитывают по срезу охлажденным сахарным сиропом, покрывают кремом, затем накладывают другой пласт, который также пропитывают сиропом и покрывают кремом. Полуфабрикат

нарезают на отдельные пирожные[^] (бисквитное с кремом), которые украшают рисунком из крема и фруктовой начинкой.

Вместо крема первый бисквитный пласт может покрываться фруктовой начинкой, а второй — слоем помады, на который наносят рисунки из крема.

Торты

Торты изготавливают так же, как пирожные, но боковые поверхности их обмазывают кремом и посыпают жареной крошкой. Бисквиты для тортов выпекают также в специальных круглых формах.

Изделия из заварного теста

Трубочки заварные

Подготовленное заварное тесто выпускают в виде полосок на кондитерский лист и выпекают. Во время выпечки внутри изделия образуется воздушная камера. Выпеченную трубочку прокалывают на концах и заполняют кремом, затем глазируют помадой, украшают рисунком из крема. Такое заварное пирожное называют «эклер». Эти пирожные изготавливают также в форме колец.

Профитроли

Заварное тесто выпускают из кондитерского мешка на смазанный жиром лист в виде мелких кружочков, палочек и выпекают. Профитроли употребляют с прозрачными супами и для приготовления сладких блюд (профитроли со сливками, в ванильном соусе, в шоколадном соусе).

Кремы и полуфабрикаты для отделки пирожных и тортов

Кремы бывают масляные, белковые, заварные, сливочные и сливочно-сметанные.

Масляные

Масляные кремы готовят из взбитого сливочного масла с добавлением сахарной пудры и сгущенного молока (крем сливочный), сгущенного молока и какао (крем шо-коладно-масляный), сиропа, приготовленного из молока, яиц и сахара (крем сливочный шарлот) или яично-сахарного сиропа (крем сливочный глянсе).

В состав этих видов кремов входят также ванильная пудра и небольшое количество коньяка или вина.

Белковые

Белковые кремы бывают следующих видов — взбивной сырцовый и заварной (безе). Во взбитые охлажденные белки добавляют постепенно сахарную пудру. Такой крем называется взбивным сырцовым. Заварной крем готовят таким же способом, но в процессе взбивания в него добавляют горячий сахарный сироп.

Кондитерские изделия, отделанные белковыми кремами, колеруют в пекарских шкафах.

Заварные

Приготавливают из молока и сахара с добавлением муки, яиц и крема шарлот.

Сливочные

Охлажденные сливки взбивают, добавляют в них сахарную пудру и осторожно перемешивают.

Сироп для пропитывания

Сахар растворяют в воде, доводят до кипения, охлаждают и добавляют коньяк или вино и эссенции.

Помада

Представляет собой кристаллическую массу, приготовленную из большого количества сахара, воды с добавлением патоки или

пищевой кислоты и ароматических веществ. Добавляя различные соки или эссенции, помаде придают различные цвета.

Желе

Желе готовят из агар-агара или желатина, сахара, патоки, эссенций, пищевой краски, лимонной кислоты и коньяка. Застывшее желе имеет вид мармелада. Его нарезают на кусочки различной формы и используют для отделки пирожных и тортов.

Пирожки жареные, печеные, кулебяки, расстегаи (с рыбой, мясом, субпродуктами) хранят не более 24 часов при температуре 4—8°, при температуре выше 20° — не более 6 ч.

Торты и пирожные имеют следующие сроки хранения при температуре 4—8°: с белково-взбитым кремом — 72 ч, со сливочным кремом — 36 ч, с кремом из сливок — 6 ч, с заварным кремом — 6 ч.

Вопросы для повторения

1. Дайте характеристику дрожжевого теста простого, сдобного, для блинов и оладий.
2. Какие изделия готовят из дрожжевого теста и как их используют?
3. Охарактеризуйте бездрожжевое тесто: сдобное, песочное, слоеное, бисквитное, заварное.
4. Какие изделия выпекают из бездрожжевого теста и как их используют?
5. Охарактеризуйте виды фаршей и начинок.
6. Охарактеризуйте виды кремов для пирожных.
7. Каковы сроки хранения изделий из теста?

Глава XIII. Напитки

Такие напитки, как чай, кофе, какао, шоколад, обладают ценными пищевыми свойствами. В них содержатся тонизирующие вещества, возбуждающие сердечную и нервную деятельность, — кофеин, танин, а также дубильные вещества, витамины, кислоты. В состав кофе, какао и шоколада входят также белки и жиры. Пищевая ценность этих напитков повышается еще и тем, что в них добавляют сахар, сливки, молоко и т. д.

Чай

Чай заваривают в фарфоровых чайниках. Вначале чайник прогревают, ополаскивая его кипятком, всыпают сухой чай (из расчета 0,75 г на стакан), заливают кипятком до 1/3 объема чайника, закрывают крышкой и накрывают салфеткой. После настаивания в течение 5—7 мин чайник доливают кипятком до нормы. Заваренный чай нельзя кипятить или держать на горячей плите. Заваривать или держать по небольшим порциям, по мере реализации.

Подают чай в чашке с блюдцем или в стакане с подстаканником, который ставят на пирожковую тарелку. Чай может подаваться также одним чайником, парой чайников.

Отдельно на розетке подают сахар, лимон, варенье, мед, джем, в молочнике горячие молоко или сливки.

Чай можно подавать в охлажденном виде без сахара или с сахаром и ломтиками лимона или апельсина в коническом стакане или фужере.

Кофе

Кофе готовят в кофеварках, кофейниках или небольших кастрюльках малыми порциями. Кофе, приготовляемый в кофейниках или кастрюлях, доводится до кипения. После этого кофе отстаивается и его либо сливают в порционный кофейник, либо разливают в чашки.

Отпускают кофе в порционных кофейниках, кофейных чашках с блюдцами (по 100 или 200 мл), в стаканах с подстаканником, поставленным на блюдце.

Черный

Подают кофе в кофейниках или чашках. Отдельно на розетке подают сахар кусковой. Кофе может быть подан с ломтиком лимона

(отдельно на розетке сахар кусковой), со сливками или молоком, которые подают в горячем виде в молочнике. К черному кофе по заказу подают также в рюмке коньяк или ликер.

Черный со взбитыми сливками (по-венски)

В черный кофе кладут сахар (2/3 нормы). При отпуске в стакан или чашку опускают взбитые с сахарной пудрой сливки. Можно во взбитые сливки добавить ванилин и посыпать их мелко измельченным шоколадом.

По-варшавски

В черный кофе добавляют горячее топленое молоко, сахар и доводят до кипения. При отпуске в стакан или чайную чашку кладут горячую молочную пенку.

По-восточному

Кофе смешивают с сахаром в турке, заливают холодной кипяченой водой, доводят до кипения, но не кипятят. На поверхности кофе должна сохраниться пенка, образовавшаяся при начале закипания. Подают в турке. Отдельно подают кофейные чашки емкостью 100 см³. Кофе по-восточному по заказу может готовиться и без сахара. Отдельно в стакане подают также немного кипяченой холодной воды. По заказу — коньяк, ликер.

С мороженым (гляссе)

В сваренный черный кофе добавляют сахар и охлаждают. При отпуске в фужер или конический стакан кладут шарик мороженого и заливают кофе. Стакан или фужер ставят на десертную тарелку, на которую кладут чайную ложку или соломинку.

Какао

Порошок какао смешивают с сахарным песком, добавляют небольшое количество кипятка и растирают. После этого вливают горячее молоко и доводят до кипения при непрерывном помешивании. Какао может подаваться и в охлажденном виде.

Отпускают какао в чашках с блюдцами и в стаканах с подстаканниками.

Какао с мороженым предварительно охлаждают. Подают так же, как и кофе с мороженым.

Глинтвейн

Глинтвейн — горячий напиток с вином. Готовят его следующим образом: в красное столовое вино кладут сахар, пряности (корицу, гвоздику, мускатный орех, цедру лимона), доводят до кипения и процеживают. После этого добавляют коньяк, смесь наливают в стаканы и кладут ломтик лимона или апельсина. Подают в стаканах с подстаканником на блюдце, на которое следует положить чайную ложку.

Грог

В подогретый стакан кладут сахарную пудру, вливают коньяк или ром и доливают кипятком или чаем, затем в напиток кладут ломтик лимона. Подают так же, как глинтвейн.

Крюшон

Крюшон — холодный напиток с вином. Для его приготовления смешивают обычно два сорта вина, например шампанское и белое столовое вино, коньяк и белое вино и т. д. В любой крюшон в зависимости от сезона кладут свежие или консервированные ягоды, фрукты, разрезанные или разделенные на дольки: персики, абрикосы, клубнику, груши, апельсины, мандарины. Фрукты смешивают с сахаром, ставят на холод, чтобы они настоялись, а затем добавляют охлажденное вино, ликеры, мед или сахарный сироп. При подаче доливают шампанское или газированные напитки. Подают крюшон в хрустальной вазе (крюшоннице) хорошо охлажденным. Отдельно в салатнике подают пищевой лед.

Вопросы

1. Какие вы знаете виды напитков? Каково их пищевое значение?
2. Как готовят и подают чай?
3. Охарактеризуйте виды и способы подачи кофе.
4. Охарактеризуйте какао.
5. Как готовят и подают горячие и холодные напитки с вином?

Глава XIV. Кулинарная характеристика национальных блюд союзных республик

В процессе развития человеческого общества на протяжении многих веков складывались гастрономические привычки, пристрастия и антипатии у различных народов мира. Создавались национальные кухни, являющиеся неотъемлемой частью национальной культуры. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кухня, для которой характерны свои, отличные от других национальные блюда.

В основе каждой национальной кулинарии лежат два главнейших фактора: набор исходных продуктов и способ их обработки. Эти два фактора тесно связаны друг с другом.

Набор исходных продуктов определяется тем, что дают природа и материальное производство — земледелие, животноводство, разнообразные промыслы. Это, в свою очередь, означает, что на специфические особенности национальных кухонь влияют географическое положение страны, климат, экономические условия. Так, в национальных кухнях стран, граничащих с океанами и морями, значительное место занимают блюда из рыбы и продуктов моря. В национальных кухнях стран, расположенных в лесостепных районах, — блюда из продуктов животноводства и лесных промыслов. Народы южных стран больше используют для приготовления национальных блюд овощи и фрукты и т. д.

Географическое и климатическое положение отдельных стран обусловило также различное использование и вкусовых веществ в пище. Например, народы Юго-Восточной Азии, Африки, Южной Америки и др. используют для приготовления кушаний больше специй, приправ, острых соусов. Народы северных стран предпочитают пищу менее острую.

Однако не только набор исходного сырья определяет характер национальной кухни. Используя один и тот же продукт, разные народы в процессе приготовления блюда придают ему свой неповторимый вкус. В качестве примера можно привести такой популярный продукт, как рис. Он является основой питания многих народов, населяющих азиатский материк. Но блюда из него, приготовленные, например, узбеками, индийцами или китайцами, воспринимаются как совершенно разные.

Получается это потому, что каждая национальная кухня, используя одной то же сырье, применяет различную технологию и приемы тепловой обработки, своеобразные, присущие только ей сочетания продуктов.

Из всего сказанного можно сделать вывод: национальная кулинария создается национальной общностью людей, общностью свойственных им особенностей вкусовых восприятий. Это вовсе не значит, что национальная кухня есть нечто замкнутое, застывшее раз и навсегда. Кулинария является одной из наименее изолированных частей национальной культуры. Взаимные проникновения и взаимное влияние национальных кухонь друг на друга всегда имели и имеют место. Мы можем найти много общего, например, между армянской и болгарской национальными кухнями, которые в свою очередь заимствовали многое у турецкой кулинарии. Немало схожих национальных кушаний у народов Закавказья, Средней Азии, что позволяет нам говорить, к примеру, об общекавказской, среднеазиатской кухне.

Но это взаимное влияние национальных кухонь друг на друга не исключает самобытность каждой из них, так как каждый народ придает любым кушаньям, в том числе и созданным другой национальностью, свой особый вкус.

Животворное влияние друг на друга, взаимное обогащение национальных кухонь особенно хорошо видно на примере развития кулинарии народов Советского Союза. В процессе строительства коммунистического общества в нашей стране происходит дальнейшее сближение наций. Этот объективный исторический процесс, имеющий прогрессивный характер, находит свое отражение и в том, что многие национальные кушанья становятся общими для всех народов нашей страны. Сегодня уже на наших глазах рождается советская кулинария, которую в равной части украшают и русские пироги, и украинский борщ, и узбекские пловы, и грузинские шашлыки, и армянская толма, и азербайджанский суп-поти.

§ 1. Национальные блюда Украины

Блюда украинской национальной кухни снискали себе заслуженную славу и в нашей стране, и за рубежом. Они пользуются большим спросом в ресторанах и столовых Москвы, Ленинграда, Тбилиси, Праги, Софии, Будапешта.

Особенно популярен знаменитый украинский борщ, ныне распространенный повсеместно. Для приготовления его используется до 20 различных продуктов, чем и объясняются высокие вкусовые качества и питательность.

Широко употребляются на Украине и различные каши: пшенная, гречневая, тыквенная, вареники с начинкой из творога, картофеля, тушеной капусты, летом — из ягод. Не менее распространенные блюда — тушеное мясо с картофелем — жаркое (печеня), украинские битки, шпигованные чесноком и салом, буженина, тушенная с капустой и салом, свинина, крученики и многое другое.

Для украинской кухни характерен широкий ассортимент заправочных первых блюд. Среди них первое место занимают борщи. Их насчитывается до 30 видов (полтавский, черниговский, киевский, волынский, львовский и многие другие).

Значительное место в украинской кулинарии исстари занимают и блюда из рыбы: карась, запеченный в сметане, рыбные крученики, карп, фаршированный грибами и гречневой кашей, карп, тушенный с луком или в сметане, судак, запеченный с грибами и раками, и т. д.

Украинские повара бережно хранят и приумножают традиции национального кулинарного искусства.

Салат свекольный

Свеклу отваривают в кожуре с добавлением уксуса, очищают, нарезают ломтиками, сбрызгивают уксусом, посыпают корицей и перемешивают. Затем укладывают горкой в салатник и поливают сметаной, смешанной с тертым хреном, уксусом и сахаром.

Фасоль протертая

Отваренную фасоль, пассерованный репчатый лук и часть сырого репчатого лука пропускают через мясорубку, заправляют солью и перцем. При отпуске укладывают в салатник горкой, поливают маслом, уксусом и посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Сельдь по-киевски

Замоченный в молоке белый хлеб и филе сельди пропускают через мясорубку с мелкой решеткой, а затем протирают через сито. Полученную массу смешивают с растертым до густоты сметаны сливочным маслом, тертым сыром, горчицей, перцем, хорошо перемешивают и выкладывают в селедочницу, придав форму рыбы. Украшают зеленью петрушки, хвостиком и головкой селедки. Используют в качестве фуршетной закуски в валованах, оформляют взбитым сливочным маслом.

Борщ украинский

В кипящий костный бульон кладут мясо, варят его до готовности, вынимают и нарезают на порции. Свеклу нарезают соломкой, солят, сбрызгивают уксусом, добавляют жир из мясного бульона, сахар, томат-пюре и тушат до полуготовности. Морковь и петрушку, нашинкованные соломкой, лук, нарезанный дольками, слегка пассеруют с жиром. В процеженный кипящий бульон кладут нарезанный дольками картофель, доводят до кипения, добавляют нарезанную крупной соломкой капусту и варят. Затем закладывают тушеную свеклу, пассерованные овощи, нарезанный болгарский перец, слегка пассерованную, разведенную бульоном муку и кипятят. После этого заправляют борщ шпиком, толченым чесноком, а также солью и специями, доводят до кипения и настаивают. При подаче в тарелку кладут кусочек вареного мяса, сметану и посыпают мелко нарезанной зеленью. К борщу рекомендуется подавать пампушки с чесноком.

Борщ селянский

Свеклу нарезают соломкой и тушат с жиром, томатом-пюре и свекольным квасом. В кипящий мясной бульон кладут картофель, нарезанный кубиками. После закипания добавляют капусту и варят 15—20 мин. Затем кладут тушеную свеклу с квасом (Квас суровец очень часто используется для приготовления первых блюд украинской кухни. Приготавливают его из черствого ржаного хлеба, ржаной муки с добавлением дрожжей. Иногда квас суровец приготавливают и из одной муки.), пассерованные коренья и лук, вареную фасоль с отваром, дольки яблок кислых сортов и варят 5—7 мин. Незадолго до готовности борщ заправляют солью, специями, толченым салом. При отпуске в тарелку кладут кусочек баранины и сметану. Рекомендуется подавать к борщу 2—3 пампушки с чесноком.

Борщ полтавский с галушками

Варят бульон из мяса домашней птицы (курицы, гуся). Свеклу, коренья и лук готовят так же, как для украинского борща. В процеженный кипящий бульон кладут нарезанный кубиками картофель, шинкованную капусту и варят 10—15 мин, затем добавляют свеклу с луком, толченый шпик, зелень петрушки, варят до готовности, снимают с огня и дают настояться. При подаче в тарелку кладут галушки (клецки, приготовленные из муки и яиц), сметану и посыпают зеленью.

Кулеш пшенный

Пшено отваривают до полной готовности в подсоленной воде, затем вводят мелко нарезанный и поджаренный с рубленым луком шпик и варят еще 3—5 мин. При подаче посыпают мелкорубленной зеленью петрушки. Кулеш иногда готовят и с картофелем.

Котлеты по-полтавски

Говядину дважды пропускают через мясорубку, добавляют в мясо воду, измельченный шпик, чеснок, соль, молотый перец и перемешивают. Из фарша формируют котлеты, панируют их в сухарях и жарят. Подают с жареным из вареного картофеля, полив котлеты растопленным сливочным маслом.

Битки по-селянски

Мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой, добавляют воду, сырой рубленый лук, солят, посыпают перцем и перемешивают. Из фарша формируют битки, панируют их в муке, обжаривают, укладывают в сотейник, заливают соусом (луковым или грибным с луком) и тушат, по мере необходимости добавляя бульон. Отпускают с тушеным картофелем, блюдо поливают соусом, в котором тушились битки.

Крученики волынские

Мясо нарезают тонкими ломтиками (по 2—3 куса на порцию), отбивают тупкой и солят. Затем на каждый кусок кладут тушеную капусту, свертывают, перевязывают ниткой, панируют в муке и обжаривают. После этого укладывают крученики в сотейник, кладут на них тонкие куски шпика, заливают мясным бульоном и тушат до готовности. Подают, сняв нитки, с ломтиками шпика и соусом, в котором крученики тушились.

Рыбные толченики

Филе судака, щуки, трески или морского окуня пропускают через мясорубку вместе с репчатым луком, добавляют муку или картофельный крахмал, соль, перец и перемешивают. Из полученной массы формируют шарики (по 2 шт. на порцию) и отваривают или припускают их в подсоленной воде. Подают с гарниром, полив сливочным маслом или соусом.

Вареники с картофелем

Из муки, яиц и воды замешивают пресное тесто, раскатывают его в пласт толщиной 1,5 мм и смазывают смесью из яиц и молока или воды. Затем подготавливают фарш: картофель отваривают, протирают в горячем виде, заправляют пассерованным луком и черным молотым перцем. После этого фарш раскладывают в виде шариков, во всю длину раскатанного пласта теста накрывают его другим слоем теста и вырезают вареники специальной формочкой.

В кипящую подсоленную воду опускают приготовленные вареники и варят их при умеренном кипении. Готовые вареники вынимают, дают стечь воде и заправляют луком, поджаренным на растительном масле, или поливают сметаной.

Вареники с вишнями

Тесто и вареники готовят так же, как вареники с картофелем. У промытой вишни удаляют косточки, подготовленную мякоть посыпают сахаром и прогревают, затем вводят в нее манную крупу. При отпуске вареники поливают сметаной и посыпают сахаром. Сметану и сахар можно подать отдельно.

Узвар

Смесь сушеных фруктов (кроме яблок и груш) заливают кипятком и варят до мягкости под крышкой. Яблоки и груши варят отдельно. Отваренные фрукты смешивают, отвар заправляют медом, доводят до кипения и ставят в холодное место для настаивания.

§ 2. Национальные блюда Белоруссии

Одной из самых характерных черт белорусской национальной кухни является широкое использование картофеля. Из него готовят самостоятельные кушанья, применяют его и в виде гарнира. Повседневными блюдами являются отварной картофель, картофельная каша или комовики. Особенно любят белорусы традиционные картофельные блины (драники). Из картофеля готовят пирожки с различной начинкой, картофельную бабку и т. д. Картофель — неперенный компонент самых различных салатов. Часто он подается с другим излюбленным продуктом — грибами.

Белорусская национальная кулинария широко использует и мясо: говядину, телятину, дичь и особенно свинину и свиное сало. Поджаренное сало используется как приправа к различным мучным и картофельным блюдам.

При приготовлении первых блюд помимо картофеля применяют овощи, крупу, молоко и другие продукты. Любят белорусы всевозможные яичные блюда, каши, мучные изделия. Широко использует национальная кулинария ягоды, фрукты для приготовления различных киселей и компотов.

Для приготовления тех или иных блюд белорусские кулинары используют все виды тепловой обработки: варку, жарку, тушение и т. д. Многие кушанья готовятся в глиняной посуде.

Салат «Минский»

Отваренный картофель нарезают мелкими ломтиками, добавляют нашинкованную капусту и отварные шампиньоны, заправляют уксусом, маслом растительным и посыпают сахаром. Подают в салатнике.

Галки рыбные

Филе судака пропускают через мясорубку вместе с сырым луком, добавляют картофельную муку, соль, перец, воду или молоко и все перемешивают. Полученную массу разделяют в виде клецек и отваривают в подсоленной воде. Подают галки в холодном или горячем виде вместе с соусом хрен. Это блюдо готовят и из других видов рыб.

Борщ белорусский

Кости от ветчины или ветчину варят вместе с мясом до готовности. Морковь, петрушку, лук пассеруют, добавляют томат-пюре. Предварительно сваренную в кожуре свеклу очищают и шинкуют

соломкой. Картофель нарезают кубиками и кладут в бульон. Когда бульон закипит, в него опускают свеклу, пассерованную муку и коренья, прокипяченный уксус, сахар и доводят до готовности. Отпускают с мясом, сосисками и сметаной.

Бульон с «колдунами» или «ушками»

«Колдуны» готовят так же, как пельмени, но более крупных размеров (по 3—4 шт. на порцию), кладут в кипящий прозрачный бульон и варят при слабом кипении.

«Ушки» готовят из пресного теста. Пласт толщиной 0,5 см нарезают в форме ромбов, противоположные концы ромбов соединяют и защипывают. Приготовленные полуфабрикаты выпекают в жарочном шкафу на противне, смазанном жиром. «Ушки» подают к бульону на пирожковой тарелке.

Холодник

Щавель шинкуют и варят в воде или бульоне до готовности. В охлажденный отвар со щавелем кладут зеленый лук, растертый с солью мелко нарезанные свежие огурцы белки сваренных вкрутую яиц и растертые желтки. Перед подачей холодник заправляют сметаной и посыпают рубленым укропом. Яйца можно класть в тарелку, не растирая. Холодник готовят и с свеклой. Можно; - отпекать его с мясом.

Клецки с мясом

Сырой картофель протирают, добавляют соль, муку и все перемешивают. Из приготовленной смеси формируют клецки с мясным фаршем, обжаривают, заливают сметаной и тушат до готовности.

Мачанка с картофелем

Куски свинины или баранины с реберными костями обжаривают, затем тушат. На бульоне, полученном при тушении, готовят соус с пассерованным луком и петрушкой. Жареное мясо соединяют с соусом и доводят до готовности. На гарнир подают отварной картофель.

Драчена картофельная со свиной

В протертый сырой картофель добавляют муку, соль, перец, соду, лук, жаренный со шпиком, мелкие кусочки обжаренной свинины, все перемешивают, кладут на противень, смазанный жиром, и запекают. Подают драчену в горячем виде, полив маслом.

Копытка белорусская

В сырой протертый картофель добавляют соль, муку, соду и перемешивают. Из полученного теста раскатывают полосы, которые нарезают на кусочки длиной 2—3 см, и выпекают в жарочном шкафу. Перед отпуском изделие опускают в бульон на 10—15 мин, затем откидывают. Подают с жареным луком и салом.

Драники

В сырой протертый картофель добавляют пшеничную муку, соль, соду, все перемешивают. Из этой массы жарят оладьи на растительном масле. Подают оладьи с маслом или сметаной.

Пирожки картофельные с мясом

Отваренный картофель пропускают в горячем виде через мясорубку, добавляют в него яйца, соль и перемешивают. Полученную массу разделяют на круглые лепешки, кладут на них мясной фарш и формируют пирожки полукруглой формы, панируют в муке и обжаривают. Отпускают в горячем виде, полив сливочным маслом.

Пирог с яблоками

В приготовленное тесто добавляют предварительно замоченные мелко нарезанные яблоки. Когда тесто поднимется, его раскладывают на противень и дают расстояться, затем выпекают. Выпеченный пирог сверху смазывают густым сахарным сиропом. Вместо сметаны при приготовлении теста можно использовать кислое молоко.

Чернослив в молоке

Чернослив заливают кипящим молоком, затем добавляют сахарный песок, перемешивают, ставят в жарочный шкаф и выдерживают при невысокой температуре до тех пор, пока чернослив не станет мягким и на молоке не появится румяная пенка. Подают его и в горячем и в холодном виде, в креманках или тарелках.

Кисель белорусский

Разводят холодной водой овсяную муку или геркулес и дают хорошо закиснуть. Затем процеживают и заваривают густой кисель. Разливают в формочки и охлаждают. При подаче поливают сиропом, приготовленным из ягод. Кисель отпускают также с холодным кипяченым молоком.

§ 3. Национальные блюда Молдавии

Молдавская кухня пользуется заслуженной популярностью не только в республике, но и за ее пределами. Она отличается обилием овощей и фруктов, всевозможных пряностей и приправ. Кабачки, баклажаны, перец, помидоры, фасоль, редис, лук, маринованные и консервированные овощи широко используются для приготовления различных блюд. Приправы — чеснок, перец, чабер — значительно повышают их вкусовые качества, придают им особый аромат и остроту.

При приготовлении вторых блюд в молдавской кухне широко используется говядина, свинина, птица, баранина, рыба. Наиболее популярные приемы тепловой обработки — жарка и тушение. Многие мясные блюда жарят на гратаре (на решетке над раскаленными углями, предварительно смазанной шпиком).

Наиболее характерна для молдавской кухни мамалыга или, как ласково называют ее в народе, «мамалигуцэ». Готовят ее из очень густо заваренной кукурузной муки. Мамалыгу едят с борщом, с соленой рыбой, со шкварками, но главным образом с овечьей брынзой, молоком и сметаной.

Не менее популярны у молдаван «замэ де гэинэ» — куриный суп с овощами, холодец из петухов (рэсол), такие закуски, как протертая фасоль, копченое мясо, голубцы, которые часто заворачивают в виноградный лист, блюда на гратаре — костица, мититей. Национальными мучными изделиями являются вертуты и плацинды с различными фаршами, а сладкими блюдами — кисель из вина, разнообразные напитки и фрукты.

Молдавские повара стремятся оригинально оформить свои кушанья. Большинство блюд подаются в керамической посуде — горшочках, мисках, кружках.

Салат «Молдова»

Отваренные сушеные грибы нарезают соломкой, отварной картофель — ломтиками. Грибы и картофель смешивают с консервированной кукурузой, нарезанным луком и яйцами и солят. При подаче поливают салатной заправкой и посыпают рубленым укропом.

Фасоль протертая

Отваренную фасоль протирают, заправляют растертым чесноком, мелко рубленным пассерованным луком и солью. Фасоль выкладывают на тарелку при помощи кондитерского мешка или

ложки, придают определенную форму и при подаче украшают зеленью.

Закуска молдавская

Чеснок мелко шинкуют и соединяют с творогом и протертой брынзой. Всю массу хорошо перемешивают, заправляют солью и черным перцем. Отпускают на фарфоровых лотках, ложкой наносят рисунок.

Борщ с фасолью

Копченую грудинку или лопатку варят до готовности, в бульон закладывают предварительно замоченную фасоль и варят, пока она не станет мягкой. Затем добавляют пассерованные коренья и лук, соль, специи. За 15—20 мин до готовности вводят хлебный квас. При отпуске в суп кладут вареные копчености и зелень.

Суп с курицей

В куриный бульон вводят перебранный, промытый рис, доводят до кипения, добавляют пассерованные лук, морковь и специи. Перед окончанием варки вливают прокипяченный квас из отрубей, вводят зелень чабреца, которую затем вынимают. Готовый суп подают с кусочками курицы, посыпав зеленью петрушки.

Чорба с телятиной и грибами

В приготовленный из телячьей грудинки или говяжьего мяса бульон кладут отваренные сушеные грибы, домашнюю лапшу, пассерованные овощи и варят. За 5 мин до готовности вводят прокипяченный квас, заправляют солью, перцем, зеленью чабреца. При отпуске в тарелку кладут кусочки мяса, заправляют сметаной и посыпают зеленью.

Суп овощной по-молдавски

Картофель нарезают кубиками, капусту шинкуют, овощи пассеруют. Грибы шампиньоны нарезают соломкой. В куриный бульон последовательно кладут картофель, капусту, пассерованные овощи, грибы и варят до готовности. В конце варки вводят прокипяченный квас. Готовый суп заправляют льезоном. При отпуске в тарелки кладут кусочки курицы, наливают суп, кладут ломтик лимона и посыпают мелко рубленной зеленью.

Рыба отварная с соусом муждей

Обработанную рыбу нарезают на порционные куски вместе с кожей, реберными и позвоночными костями и укладывают в сотейник, заливают холодной водой и варят 15—20 мин при медленном кипении. В конце варки кладут чабрец, проваривают, затем добавляют белое вино и еще раз кипятят. Отвар используют для приготовления соуса муждей. При подаче рыбу поливают соусом муждей, на гарнир подают мамалыгу, блюдо украшают веточками зелени.

Приготовление соуса муждей

Чеснок очищают и растирают вместе с солью до образования однородной массы, затем разводят бульоном, вливают оливковое или растительное масло, добавляют перец и мелко рубленную зелень. Перед подачей соус перемешивают. Подают к мясным и рыбным блюдам.

Мититей на гратаре

Говядину пропускают через мясорубку, затем в фарш вводят соль, молотый красный перец, соду, чеснок, добавляют бульон, хорошо перемешивают, взбивают и выдерживают на холоде. Готовый фарш разделяют в виде сарделек длиной 10—15 см, жарят их на разогретой решетке. Подают мититей по две штуки на порцию со сложным овощным гарниром и соусом муждей.

Гуляш из свинины с мамалыгой

Свинину нарезают кусками массой 20—25 г, обжаривают с жиром до образования поджаристой корочки, затем, добавив муку, томат-пюре, продолжают жарить еще 5—6 мин. После этого вливают воду или бульон, кладут пассерованный лук, вино, соль, специи и тушат до готовности. Подают с мамалыгой. При отпуске мамалыгу укладывают на середину тарелки, а на нее — мясо.

Жаркое по-молдавски

Говядину нарезают по 2 куса на порцию и обжаривают с добавлением муки и репчатого лука. Картофель нарезают чесночком и обжаривают. Мясо соединяют с картофелем, укладывают в горшочки, заливают костным бульоном, кладут пассерованный томат-пасту, соль, специи и тушат. В конце тушения добавляют красное вино (сухое). Перед подачей жаркое посыпают мелко рубленным чесноком и зеленью. Отдельно на тарелке подают свежие помидоры или соленые огурцы.

Гарнир к блюдам на гратаре

К блюдам, приготовленным на решетке, в основном подаются овощи — огурцы и помидоры (свежие или маринованные), зеленый или репчатый лук, гогошары. Огурцы нарезают кружочками, помидоры — кружочками или дольками, зеленый лук — кусочками длиной 8—10 см. Гогошары шинкуют соломкой, посыпают солью и сбрызгивают уксусом. На тарелку рядом с основным продуктом укладывают гарнир и украшают веточкой зелени петрушки или сельдерея.

Гарнир к мясным блюдам

Картофель нарезают на кусочки и жарят во фритюре. На блюдо рядом с основным продуктом укладывают маринованные гогошары, нарезанные соломкой, жареный картофель, маринованные фрукты (яблоки, груши или сливы), нарезанные огурцы; украшают веточками зелени.

Голубцы по-молдавски

Для приготовления голубцов используют виноградные листья или капусту. Нежирную свинину нарезают мелкими кубиками и соединяют с предварительно перебранным и промытым рисом, пассерованными кореньями и томатом-пюре или свежими помидорами, мелко рубленой зеленью, солью, перцем. Фарш завертывают в капустные или виноградные листья, придавая изделиям конусообразную форму. Голубцы укладывают в сотейник, заливают куриным бульоном, квасом, накрывают крышкой и тушат. При подаче поливают сметаной.

Плацинда из сдобного теста с тыквой

Сдобное тесто тонко раскатывают, смазывают сливочным маслом и нарезают на квадратики. На середину каждого квадрата кладут фарш из тертой тыквы с сахаром, плацинды защипывают в виде конверта, смазывают яйцом и выпекают в жарочном шкафу. При подаче плацинду поливают сметаной и посыпают сахаром.

Вертуга с творогом

Из муки, яиц, воды и растительного масла замешивают тесто, тонко раскатывают его, поверхность раскатанного пласта покрывают творожной начинкой. Затем тесто заворачивают в виде рулета, который, в свою очередь, сворачивают спиралью и переносят на смазанный жиром лист. Поверхность вертуты смазывают яйцом и выпекают.

Так же готовят вертуту с тертой брынзой.

Кисель из красного вина с вареньем

Красное столовое вино разбавляют водой и доводят до кипения. Затем в него вводят варенье, сахар и заваривают растворенным в холодной воде крахмалом. Кисель доводят до кипения и охлаждают.

§ 4. Национальные блюда Армении

Блюда армянской кухни отличаются своеобразным пикантным вкусом и остротой. В качестве приправы применяют перец, чеснок, тмин, различную пряную зелень.

Из культивируемых овощей широко употребляются в Армении картофель, помидоры, капуста, баклажаны, перец, морковь, огурцы, свекла, щавель, шпинат, спаржа, баклажаны, кабачки, тыква, стручковая фасоль и др. Многие овощи употребляются в сочетании с мясными и рыбными блюдами.

Характерной особенностью армянской кухни является острота применяемых закусок. Армянская колбаса «суджук» содержит ряд пряных ароматных веществ: чеснок, перец, корицу и др.

Армянская кулинария наиболее широко использует говядину и баранину, свинина употребляется редко. Весной из свежих виноградных листьев готовят толму (голубцы), начиненную мясным фаршем, рисом и пряной зеленью.

В рационе у армян значительное место кроме овощей и мяса занимают также блюда из муки и круп. Из муки приготавливают своеобразную лапшу — аришту, из крупной пшеничной крупы — популярную кашу с мясом курицы — арису. Очень любимы различные пловы из риса. Значительное место занимает в питании и армянский национальный хлеб — лаваш. Он представляет собой длинную и тонкую, легко свертываемую полосу теста длиной около метра.

Один из самых распространенных молочно-кислых продуктов армянской кухни — мацун. Приготавливают его из коровьего, овечьего и буйволиного молока.

Фасоль стручковая с уксусом и чесноком

Молодые стручки фасоли перебирают, удаляют прожилки, промывают и нарезают соломкой. Затем припускают в подсоленной воде до готовности и откидывают. При отпуске кладут в салатник, заправляют черным перцем, поливают уксусом и посыпают зеленью. Измельченный чеснок подают отдельно.

Бозбаш ереванский (суп из баранины)

Баранью грудинку промывают, нарезают на куски и варят. В процеженный бульон кладут горох и варят почти до готовности. Затем добавляют картофель, нарезанный дольками, порционные куски мяса, обжаренный репчатый лук и томат-пюре, промытый

чернослив, яблоки, разрезанные на четыре части и очищенные от сердцевины, соль, перец и варят еще 10— 15 мин.

Хаш

Подготовленные телячьи или бараньи ножки варят, пока мясо не будет легко отделяться от костей. Отдельно варят рубцы. Ножки вынимают, мясо снимают с костей, нарезают, кладут обратно в бульон и варят вместе с нарезанными вареными рубцами.

Хаш подают очень горячим. Отдельно подают соль и измельченный чеснок, разбавленный бульоном.

Форель на вертеле (ишхан хоровац)

Рыбу очищают, потрошат со стороны головы, не разрезая брюшка, и ножом надрезают кожу в нескольких местах. Затем посыпают солью, красным перцем, надевают на шпажку и жарят над раскаленными углями без пламени, периодически поворачивая и смазывая сливочным маслом.

Подают форель на блюде, украсив кружочками лимона и веточками зелени эстрагона. Зерна граната подают отдельно.

Толма ереванская

Мякоть баранины пропускают через мясорубку. В измельченную массу добавляют вареный до полуготовности рис, мелко нарезанный репчатый лук, соль, перец, зелень кинзы, мяты, базилика, чабреца.

Свежие виноградные листья кладут в кипяток на 2—3 мин, после этого у них удаляют стебли. Затем фарш завертывают в виноградные листья и придают толме форму колбасок.

В кастрюлю кладут рубленые кости, оставшиеся после отделения от них мякоти, сверху рядами плотно укладывают подготовленную толму добавляют немного бульона или воды¹ закрывают крышкой и припускают до готовности на слабом огне.

При подаче толму поливают соком образовавшимся от тушения. Отдельно подают мацун с измельченным чесноком и солью или с сахаром и корицей

§ 5. Национальные блюда Грузии

Грузинская кухня завоевала большую популярность не только в нашей стране, но и за рубежом. Многие из грузинских блюд, такие, как шашлык суп харчо и др., стали интернациональными.

Среди популярных блюд из птицы следует назвать чихиртму — бульон из курицы или индейки, приправленный мукой, взболтанным в уксусе яйцом и луком, чахохбили — блюдо из курицы или баранины, приготовляемое с большим количеством жареного лука.

Говоря о специфических грузинских блюдах, нельзя не вспомнить о популярнейшей пище всех грузин — фасоли (лобио), различных рецептов приготовления которой имеются десятки.

Повсюду в Грузии из сыров выпекают особые пироги-ватрушки хачапури, которые тоже являются традиционным блюдом. Кстати, сыры также являются неотъемлемой частью национальной кухни.

Особой популярностью пользуется повсеместно крепко сдобренный чесно ком бульон, так называемый хаши, изготовляемый из говяжьих потрохов или баранины (главным образом ножек, рубца, голов).

В Грузии распространен хороший обычай подавать в любое время года к обеду и ужину тщательно обмытую и очищенную зелень (в зависимости от сезона: петрушку, укроп, кресс-салат эстрагон, мяту, базилик, чабер, зеленый лук и т. д.). Вместе с зеленью к любому столу подаются также редис, редька, целые помидоры, огурцы, стручковый перец.

И наконец, грузинская кухня отличается обилием всевозможных пряностей, приправ и соусов. Особенно распространен ткемали — кисловатый соус который изготовляется из -диких сортов алычи, сильно приправленный Красным перцем и рубленой зеленью, его подают к мясным блюдам.

Популярен острый соус с орехами и специями — сациви, которым заливают вареных кур и индеек. Превосходна и другая приправа к мясу — аджика, которая готовится из смеси красного перца и ароматных трав. Аджикку используют как готовую приправу не только к мясным, но и к рисовым, овощным блюдам, к отварной фасоли.

Холодные овощные закуски готовят из сырых, вареных, соленых и маринованных овощей и зелени. Широко используются баклажаны, фасоль (стручковая и в зернах), шпинат, красные и зеленые помидоры, капуста и другие овощи. Кроме того, в

качестве закуски на стол подают разнообразные рыбные изделия и мясные продукты.

Большинство закусок в Грузии заправляют различными пряностями, сырой пряной зеленью, грецкими орехами, обладающими высокими питательными качествами, соусами, винным уксусом, гранатовым соком и т. д. Ко многим из них отдельно подаются в соуснике различные острые соусы.

Холодные блюда красиво оформляют разной сырой пряной зеленью, нарезанными кольцами репчатым луком, зернами граната, ореховым маслом.

В грузинской кухне наиболее распространены заправочные супы. Их заправляют овощами, яйцами, крупами, орехами, острыми соусами и другими продуктами. К некоторым заправочным супам, таким, как харчо, суп из фасоли, подают гоми (кашу из смеси пшеничной и кукурузной муки) и мчади (кукурузные лепешки).

В грузинской кухне для приготовления различных блюд широко используются говядина, баранина, свинина, птица, рыба. При изготовлении блюд из мяса применяются все виды тепловой обработки: варка, тушение, жарка и т. д. Мясо готовится со специфическими приправами, острыми соусами, широко применяются также пряные травы и разные специи.

При изготовлении блюд из птицы грузинская кулинария помимо общераспространенных приемов тепловой обработки птицы используют и другие методы. Так, при приготовлении блюда цышлята табака применяется жарка под прессом.

Однако самыми излюбленными и изысканными блюдами грузинского стола являются кушанья, жаренные на вертеле. На вертеле жарят как мясные, рыбные, так и овощные и молочные (сыр) продукты. Продукты нанизывают на металлический вертел (шампур), помещают над горящими без пламени углями и жарят до готовности, периодически переворачивая. В качестве гарнира к блюдам из продуктов, жаренных на вертеле, подают репчатый лук, нарезанный кольцами, зеленый лук, свежие помидоры, дольки лимона, свежие и соленые огурцы, жаренные на вертеле помидоры, баклажаны, фаршированные курдючным салом, солью, перцем и зеленью. Как правило, блюда украшают веточками зелени петрушки, сельдерея, листьями салата и лука-порея. Отдельно подают соус ткемали, помидорный соус, соус, приготовленный из сока граната, и т. д.

Овощи в ореховом соусе

Для приготовления этого блюда используется один из многих видов овощей: капуста белокочанная, баклажаны, шпинат, крапива, стручковая фасоль и фасоль в зернах, маринованная кольраби, молодые листья свеклы, картофель, свекла, спаржа, цветная капуста и др.

Соус готовят из грецких орехов, измельченных вместе с чесноком, перцем и солью. В массу добавляют мелко нашинкованный лук, зелень кинзы, укроп, разводят уксусом и тщательно перемешивают. Подготовленные овощи заправляют ореховым соусом. Закуску укладывают горкой в салатник или на тарелку. При отпуске поливают оставшейся частью орехового соуса и украшают зеленью.

Харчо по-грузински

Грудинку нарезают вместе с хрящами кусочками по 25—30 г (из расчета 3—4 кусочка на порцию), заливают холодной водой и варят до полуготовности. Репчатый лук пассеруют вместе с томатом-пюре, добавляя жир, снятый с бульона. В бульон кладут предварительно замоченный рис и пассерованный лук и доводят до готовности. После этого суп заправляют соусом ткемали, рубленой зеленью кинзы, толченым чесноком, сушеной зеленью (хмели-сунели), перцем, лавровым листом, солью и кипятят еще 3—5 мин. Отпускают в глубоких тарелках или суповых мисках.

Чихиритма

Суп готовят на курином или мясном (из баранины) бульоне.

Мелко рубленый репчатый лук пассеруют на сливочном масле, добавляют муку и пассеруют еще 2—3 мин. Затем постепенно разводят куриным бульоном и кипятят. В процеженный бульон кладут пассерованный лук и белый соус, затем добавляют перец и дают закипеть. Суп заправляют яичным желтком, смешанным с мелко рубленой зеленью, специями и солью, уксусом, настоем шафрана. При отпуске в тарелку кладут кусочки курицы или баранины.

Сациви из домашней птицы

Подготовленную целую тушку птицы (индейки, курицы, гуся, утки) варят до полуготовности, затем обжаривают в жаро-чном шкафу до готовности и разрезают на порции. Приготовление соуса. Мелкорубленый лук пассеруют, добавляют муку и, продолжая пассерование, постепенно разводят бульоном, полученным при

варке птицы. Затем вводят уксус, соль, рубленую и толченую зелень, толченый чеснок и хмели-сунели (сушеную зелень). В полученный соус кладут птицу и проваривают в течение 5—10 мин. Грецкие орехи толкут со стручковым красным перцем, соединяют с яичными желтками, настоем шафрана и бульоном и вводят в соус. Отпускают в холодном виде, сбрызнув ореховым маслом, отжатым из толченых орехов.

Купаты

Мякоть свинины нарезают небольшими кусками, добавляют лук и пропускают через мясорубку. Шпик нарезают мелкими кубиками. В фарш добавляют толченый чеснок, зерна граната или барбариса, корицу, гвоздику, хмели-сунели, черный перец. Подготовленные кишки заполняют фаршем. Приблизительный размер купат 15—20 см. Концы их перевязывают нитками и соединяют, что придает купатам форму подковы. Купаты надевают на вертел (по 2 шт. на порцию) и жарят над раскаленными углями. Их можно жарить и на сковороде. Отпускают купаты с шинкованным луком и зеленью петрушки. Отдельно подают соус ткемали или нашараби.

Цыплята-табака

Тушку цыпленка разрезают вдоль грудки, разворачивают по надрезу, сплющивают, посыпают солью, смазывают спинку сметаной и кладут на раскаленную специальную сковородку (с прессом - тяжелой крышкой) с маслом. Цыпленка накрывают крышкой, сверху укладывают тяжелый предмет (гнет). Когда спинка прожарится, тушку переворачивают. Жареного цыпленка укладывают на блюдо и украшают зеленью. Отдельно подают соус ткемали или чеснок, толченый с солью и разведенный водой.

Бастурма

Говяжью вырезку нарезают кубиками и маринуют со специями. Замаринованное мясо нанизывают на вертел и жарят до полной готовности над раскаленными углями без пламени. Отпускают на вертеле. Отдельно подают гарнир и соус.

Корейка на вертеле

Баранью или свиную корейку нарезают по 2 куса ка порцию (корейку от молодых барашков нарезают по 1 куску на порцию) с реберными костями (как натуральные котлеты), посыпают солью, перцем, надевают на вертел и жарят над раскаленными углями. Готовую корейку отпускают на овальном блюде, красиво оформив соответствующим по сезону гарниром. Отдельно подают соус ткемали или соус нашараби.

§ 6. Национальные блюда Азербайджана

Кушанья азербайджанской кухни отличаются высокими вкусовыми и питательными качествами. Широкое распространение в республике и за ее пределами получили такие азербайджанские блюда, как суп пити, кюфта-бюз-баш — бульон с крупными тефтелями из мяса и риса с горохом и картофелем, довга — суп из кислого молока с зеленью, знаменитый люля-кебаб.

В качестве основы для приготовления первых блюд в азербайджанской кулинарии используются главным образом мясные и костные бульоны, которые варят обычным способом. Некоторые первые блюда готовят в отдельной посуде. Например, каждая порция супа пкти варится в питишнице — глиняном горшке.

Традиционное праздничное блюдо у азербайджанцев -плов. Его готовят из риса и подают с различными приправами из мяса, рыбы, овощей и фруктов. Мясные блюда заправляют каштанами, курагой, кишмишем и зеленью.

Отличительная особенность азербайджанской кухни - использование для приготовления различных блюд главным образом баранины. Гораздо в меньшей степени используют говядину, птицу, рыбу.

Другая особенность азербайджанской кулинарии -- острый вкус и неповторимый аромат, которые придают блюдам всевозможные специи и зелень: горький и душистый перец, базилик, корица, гвоздика, укроп, петрушка, кинза, мята, тмин и многие другие.

Особо стоит остановиться на шафране и сумахе (барбарисе в порошке). Первый из них является неизменным компонентом для приготовления многочисленных пловов. Сумах, как правило, подается к различным мясным блюдам.

Широко использует азербайджанская кухня овощи.

Пити

2—3 куска баранины (грудинка, шея, голяшки или лопатка) массой примерно по 55—80 г и предварительно замоченный в холодной воде горох закладывают в глиняный горшок, заливают холодной водой и варят на слабом огне. За 20 мин до готовности добавляют целиком картофель среднего размера, промытую алычу, соль. После того как бульон закипит, вводят нарезанный крупными кубиками репчатый лук, а за 10—15 мин до готовности - мелко нарубленное курдючное сало, специи, крепкий водный раствор

шафрана (шафран можно заменить томатом-пюре или свежими помидорами) и доводят до готовности.

Пити подают в той же посуде, в которой он готовился, рядом с горшком ставят глубокую тарелку или касу (специальную чашку в ёиде пиалы). При отпуске пити посыпают мелкотолченой мятой. Отдельно на тарелке подают очищенные головки репчатого лука и сумах.

Люля-кебаб

Мякоть бараньей лопатки или задней ноги пропускают вместе с луком и курдючным салом через мясорубку, добавляют соль, перец и тщательно перемешивают до тех пор, пока не получится вязкая масса. Подготовленный фарш на 20 мин ставят в холодное место. Затем из него формуют люля в виде сарделек из расчета от 3 до 6 шт. на порцию (по 45 г) и нанизывают на шпажку. Жарят люля-кебаб над раскаленными углями, периодически поворачивая шпажки.

Для приготовления лаваша из муки, воды с добавлением соли замешивают крутое тесто, которое раскатывают в форме лепешки толщиной в 1 мм и диаметром до 30 см. Лаваш кладут на противень и выпекают в жарочном шкафу без жира.

При отпуске люля-кебаб кладут на лаваш. Вместе с ним на гарнир подают нарезанный кольцами лук, зелень, сумах или жареные на вертеле помидоры.

Тава-кебаб

Мякоть баранины вместе с сырым репчатым луком пропускают через мясорубку. Затем добавляют соль, молотый перец и тщательно перемешивают массу. Из подготовленного фарша формуют биточки круглой формы (по 3—4 шт. на порцию). Биточки жарят на разогретой сковороде на масле.

Отдельно жарят мелко нашинкованный лук, добавляют в него уксус и сахар. Затем биточки заливают взбитым яйцом, смешанным с мелконарубленной зеленью, добавляют подготовленный соус из лука и запекают. При отпуске блюдо посыпают зеленью.

Тава-кебаб можно приготовить с картофелем. Для этого очищенный картофель нарезают дольками и жарят на масле. Затем укладывают его вместе с биточками, заливают взбитыми яйцами с зеленью, добавляют соус и запекают в жарочном шкафу.

Кутабы

Из муки и воды с добавлением соли замешивают крутое тесто и раскатывают его толщиной 1 мм. Затем вырезают из него кружки диаметром примерно 17 см. Мякоть баранины вместе с репчатым луком пропускают через мясорубку. В фарш добавляют кислый лаваш, наршараб (гранатовый сок) и все тщательно перемешивают. Фарш кладут на одну половину кружка теста, другой половиной его накрывают, края защипывают (так, чтобы получилась форма полумесяца). Обжаривают кутабы на сильно разогретой сковороде или противне на масле. При отпуске посыпают сумахом. Отдельно можно подать мацони.

Джуджа плов (плов с цыпленком)

Обработанного цыпленка разрубает на две половины, солят и обжаривают в масле на сковороде. Затем на 5 мин помещают в жарочный шкаф. Из риса готовят откидной плов, часть которого заправляют настоем шафрана, поливают маслом. Промытые изюм и сушеные абрикосы припускают в масле.

При подаче на тарелку кладут готовый плов, а сверху помещают жаренных цыплят с припущенными фруктами и поливают плов маслом.

§ 7. Национальные блюда Казахстана

Характерной особенностью национальных блюд Казахстана является широкое использование мяса, молока мучных продуктов. Мясные кушанья готовятся главным образом из баранины. Но используют и другие виды мяса: говядину, конину, козлятину, птицу.

Чрезвычайно популярны куыр-дак — жаркое из печени, легкого и мяса с картошкой, бадыр куйрык — нарезанная тонкими ломтиками печенка, отваренная вместе с курдючным салом (холодная закуска).

Из муки казахи часто готовят баур-саки — кусочки сдобного теста, жаренного во фритюре, пекут лепешки из дрожжевого и пресного теста.

Говоря о казахских национальных блюдах, нельзя не упомянуть также о популярных колбасах — казы, шужуке, карте.

Бадыр-куйрык (печенка с салом)

Курдючное сало нарезают большими кусками, кладут в кастрюлю, заливают водой, дают быстро закипеть и варят 15 мин на слабом огне. Затем кладут печенку, добавляют соль, перец и варят до готовности. После этого печенку и сало охлаждают и нарезают ломтиками.

При отпуске на каждый ломтик печени кладут кусочек курдючного сала, гарнируют зеленым горошком, огурцами и помидорами и посыпают сверху рубленой зеленью.

Сорпа (бульон)

Это блюдо готовят отдельно каждую порцию в глиняном горшочке емкостью 600 г. В горшочек кладут два-три куса говяжьей грудинки с косточкой, заливают бульоном, солят и варят при слабом кипении. За 10—15 мин до готовности добавляют перец горошком, лавровый лист, нарезанный репчатый лук и морковь.

Подают сорпу в большой пиале или глубокой тарелке, сверху посыпают рубленой зеленью. Отдельно на пирожковой тарелке подают баурсак из сдобного теста.

Мясо по-казахски

Из муки, яиц и воды с добавлением соли замешивают крутое тесто, тонко его раскатывают и нарезают на кусочки в виде крупных

ромбов (8X8 см) или квадратов. Куски баранины или говядины весом 1,5— 2 кг отваривают до готовности в подсоленной воде вместе с черным перцем горошком, вынимают, нарезают тонкими широкими ломтиками, заливают бульоном, в котором варилось мясо, добавляют шинкованный кружочками репчатый лук, молотый перец и туш 2—3 мин. В оставшейся части бульона отваривают сочни.

При отпуске в глубокую тарелку или на блюдо кладут вареные сочни, а на них мясо с луком. Сверху посыпают рубленой зеленью. Отдельно подают сорпу.

Куырдак (казахская поджарка)

Субпродукты — легкое, печень, сердце — нарезают мелкими кубиками, солят, посыпают перцем и обжаривают вместе с курдючным салом до образования корочки, добавляют шинкованный репчатый лук и снова жарят. После этого заливают небольшим количеством бульона и тушат до готовности.

Манты с бараниной

Из муки и воды с добавлением соли замешивают очень крутое тесто. Кусочки теста массой 20 г раскатывают в тонкие кружки.

Жирную баранину мелко рубят или пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Затем добавляют в мясо мелко рубленный репчатый лук, холодную воду, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают. Приготовленный фарш кладут на середину кружочка теста, тесто заворачивают с двух сторон и защипывают.

Подготовленные манты укладывают на смазанные жиром решетки кас-канов. Затем манты варят на пару в касканах. Готовые манты поливают бульоном с уксусом, жиром и перцем или сметаной.

Манты можно готовить и из дрожжевого теста.

Баурсаки

Из муки, молока, яиц, сливочного масла с добавлением сала замешивают пресное тесто, которое раскатывают слоем толщиной 3—4 мм. Затем из теста нарезают квадратики размером 3X3 или 4X4 см и жарят их во фритюре.

Баурсаки готовят также и из дрожжевого теста.

§ 8. Национальные блюда Узбекистана

В узбекской национальной кухне используются самые различные продукты. Среди них важную роль играет мясо. По традиции предпочитается баранина, говядина употребляется редко.

Характерная особенность современной узбекской кухни — использование для приготовления различных блюд разнообразных овощей, моркови, тыквы, картофеля, помидоров, репы и других. Широкое применение в узбекской

кухне нашли и различные травы, как культурные, так и дикорастущие. Такие приправы, как кориандр, мята, базилик, барбарис и другие пряности, особенно красный перец, добавляют в кушанья в довольно значительных дозах.

В узбекской кулинарии супы готовят на мясном, костном, а в некоторых местах (Хорезме, Каракалпакии) — рыбном бульоне. Широко распространены также супы, заправленные пресным или кислым молоком.

В зависимости от способа приготовления супы разделяются на приготовленные из предварительно поджаренного мяса (мастава, каурма-шурпа и др.) и сырого мяса (шурпа-чабан, на-рын и др.). Все супы, кроме молочных, заправляют стручковым или молотым черным или красным перцем.

Среди мучных изделий широкое распространение получила лапша, которая используется для приготовления и первых, и вторых блюд.

Чрезвычайно популярны в узбекской кухне разного вида пельмени. Мелкие пельмени с рубленным мясом и луком (чучвара) варят в воде, а крупные — манты — готовят на пару в особых решетках — касканах.

Гордость узбекской национальной кухни — плов. Плов готовят из риса, а кое-где из риса с машем (например, в Бухаре) в сочетании с мясом, луком и морковью. В него кладут много жира растительного и животного (баранье сало).

Любимый напиток населения — черный и зеленый чай. Его пьют повсюду. Зеленый чай, или, как его называют, кок-чай, употребляемый, как правило, без сладостей, прекрасно утоляет жажду в летний зной.

Мастава

Баранину нарезают кусочками по 20—25 г и жарят до образования румяной корочки в сильно разогретом жире. Затем добавляют

нарезанный соломкой лук, красный перец и жарят все вместе. После этого кладут нарезанные мелкими кубиками репу и морковь. Когда овощи поджарятся, добавляют томат-пюре и пассеруют еще 5—8 мин, затем заливают бульоном, закладывают рис, нарезанный крупными кубиками картофель и варят до готовности.

При отпуске суп заправляют кислым молоком, черным перцем и посыпают зеленью.

Шурпа

Баранину и курдючное сало нарезают кусочками, заливают холодной водой и варят до полуготовности, затем добавляют лук, морковь, нарезанные соломкой помидоры или томат-пюре, нарезанный кубиками картофель, красный перец и все варят до готовности. При отпуске блюдо посыпают зеленью.

Каурма (жаркое из баранины с картофелем)

Баранину нарезают кусочками и обжаривают вместе с шинкованным луком. Затем добавляют томат-пюре, муку и продолжают жарить. После этого заливают бульоном и тушат. Во время тушения кладут картофель, нарезанный кубиками, заправляют солью, специями и доводят до готовности. При отпуске посыпают зеленью.

Плов по-узбекски

Рис предварительно замачивают в подсоленной воде. Баранину нарезают кусочками по 12—15 г и обжаривают в чугунном котле (там, где их нет, используют электросковородку) с сильно разогретым жиром до образования румяной корочки, затем кладут, нарезанные соломкой репчатый лук и морковь и снова жарят все вместе. После этого вливают горячую воду и припускают. Затем закладывают набухший в воде рис, добавляют специи: анис, барбарис или молотый перец (можно добавить также промытую сушеную курагу из расчета 20 г на порцию), горячую воду в количестве, равном весу риса, набухшего в воде. Когда вода испарится, плов с помощью шумовки собирают к середине горкой, прокалывают в нескольких местах, плотно закрывают котел крышкой и варят на очень слабом огне еще минут 20—25.

При подаче плов укладывают в тарелку горкой, сверху кладут кусочки мяса и посыпают шинкованным луком. Отдельно можно подать маринованные или соленые огурцы.

Плов бухарский без мяса

Очищенные морковь, репчатый лук нарезают соломкой и пассеруют на растительном масле до полуготовности. Засыпают в посуду предварительно замоченный в холодной подсоленной воде рис, перебранный промытый изюм, добавляют зелень петрушки. Заливают горячей водой и варят при закрытой крышке до готовности.

Лагман

Из муки, воды и яиц замешивают пресное тесто, приготовляют из него лапшу отваривают в подсоленной воде.

Для лагмана готовят мясной соус (ваджу). Мясо нарезают мелкими брусочками, обжаривают на жире до образования румяной корочки, солят, добавляют нарезанную соломкой морковь, репчатый лук, сладкий перец, редьку и продолжают жарить еще 8—10 мин. Затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, мелко рубленый чеснок, томат-пюре или нарезанные свежие помидоры. Заправляют черным или красным перцем, заливают бульоном и тушат на слабом огне до готовности 30—40 мин.

При подаче лапшу подогревают, опустив в горячую воду. Укладывают в касу или в глубокую тарелку, заливают сверху мясным соусом и посыпают рубленой зеленью.

§ 9. Национальные блюда Киргизии

Для национальной кухни Киргизии характерны разнообразные мясные, молочные и мучные блюда. Для приготовления мясных блюд используются различные виды мяса: конина, баранина, говядина, птица, а также мясо диких животных; горных козлов, баранов, косуль. Наиболее распространенный способ тепловой обработки мясных продуктов — варка.

Излюбленным блюдом у киргизов является бешбармак — мелко накрошенное вареное мясо молодого барашка. Его поливают бульоном и смешивают со сваренной в этом бульоне лапшой. Отваренную крупными кусками баранину, которую нарезают во время еды широкими тонкими ломтями, едят вместе с кусочками тонко раскатанного, нарезанного квадратиками отварного теста. Это блюдо называется кульчетай.

Для приготовления различных блюд наиболее часто используются такие овощи, как лук, помидоры, огурцы, капуста, морковь. В Южной Киргизии особой популярностью пользуется тыква. Ее кладут в суп, в пельмени, едят с мясом и готовят как самостоятельное блюдо.

Большое место в киргизской национальной кухне занимают изделия из муки: печенье типа хворост (чоймо токоч), слоеные лепешки (жупка), которые кладут в горячее молоко и сдабривают маслом и творогом, слоеные лепешки на масле, иногда со сливками (каттама). Из муки готовят и излюбленное лакомство киргизов - боорсоки - жареные в масле нарезанные куски раскатанного теста. Следует отметить, что мучные изделия употребляют главным образом с чаем.

Кульчетай

Баранину куском 1,5—2 кг кладут в воду и варят. Затем нарезают тонкими широкими ломтями. Замешивают пресное крутое тесто, раскатывают его как на лапшу, режут на квадратные куски и отваривают в бульоне. Лук нарезают кольцами и варят в небольшом количестве жирного бульона с перцем. Готовую лапшу смешивают с луком, сверху кладут мясо. Бульон подают отдельно.

Баранина, шпигованная курдючным салом

Баранину шпигуют маринованным салом, чесноком и джусаем. Нашпигованный кусок обжаривают с четырех сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске к баранине подают овощи, нарезанные соломкой и обжаренные на курдючном сале. Для оформления блюда служат патиссоны и зелень.

Котлеты «Ала-тоо»

Приготавливают мясной фарш с добавлением молока и желтков, разделяют его на кружки, в середину которых кладут белок вареного яйца, заполненный зеленым маслом. Формуют зразы, затем обмакивают их в льезон, панируют и жарят во фритюре. До готовности доводят в жа-рочном шкафу. При отпуске котлеты посыпают зеленью.

Форель жаренная по-иссыкульски

Рыбу, обработанную и нарезанную на порции, панируют в муке и жарят. Затем обжаривают вместе с луком бланшированную редьку. Отдельно жарят сладкий перец, нарезанный соломкой, томат пассеруют и соединяют с редькой и луком. Готовую рыбу гарнируют, оформляют зеленым горошком, помидорами, патиссонами, зеленью.

§ 10. Национальные блюда Таджикистана

Характерной особенностью таджикской кухни является употребление в большом количестве мясопродуктов и ограниченное использование рыбы, яиц, отдельных видов круп (гречневой, овсяной, перловой). Наиболее распространенными видами мяса являются баранина, козлятина, реже используются куры, иыплята и почти совершенно не употребляются в пищу утки, гуси. Для многих блюд мясо используется без предварительной обвалки. Для приготовления первых блюд мясо вначале рубят на мелкие куски с костями и обжаривают. При таком способе готовые кушанья приобретают своеобразный вкус и коричневый оттенок. У домашней птицы до или после тепловой обработки снимается кожа.

Другой особенностью таджикской национальной кухни является повышенное употребление углеводов за счет приготовления блюд из бобовых, риса. Значительный удельный вес в рационе питания занимают изделия из муки: лепешки, лагман, угро, самбусы, хворост и др.

Большинство блюд таджикской кухни обильно заправляют луком, специями, зеленью, кислым молоком. Из специй широко применяются красный перец, зира, барбарис, анис, шафран и др. Пряная зелень в измельченном виде добавляется к салатам, первым и вторым блюдам, а также к кислому молоку. Наиболее широко используются кинза, укроп, петрушка, мята, зеленый лук, щавель и т. д.

Отдельно ко вторым блюдам подают салаты из свежих овощей, зерна граната, ревень, редьку.

Угро (суп мясной с лапшой)

Крупные куски баранины заливают холодной водой и варят до готовности с добавлением моркови и репчатого лука. В кипящий бульон закладывают предварительно замоченный горох, а через 30—40 мин картофель, нарезанный кубиками. Затем закладывают приготовленную лапшу, поджаренный лук, соль, специи и варят до готовности.

При отпуске в касу кладут мясо, наливают суп, заправляют кислым молоком, посыпают зеленью.

Мастоба (суп рисовый)

Баранину нарезают кусочками по 20—25 г, обжаривают в сильно разогретом жире до образования румяной корочки, добавляют лук, нашинкованный соломкой, морковь и репу, нарезанные кубиками;

и продолжают обжаривать на слабом огне. Затем добавляют свежие помидоры или томат-пюре и жарят еще 5 мин. После этого заливают водой или бульоном, дают закипеть и кладут перебранный и промытый рис. За 15—20 мин до готовности кладут картофель, нарезанный крупными кубиками. Незадолго до конца варки заправляют солью, специями, а при отпуске - катыком. Сверху посыпают рубленой зеленью.

Кабоб «Рохат»

Мякоть баранины вместе с половиной полагающегося по рецепту репчатого лука пропускают через мясорубку, добавляют соль и перец и перемешивают. Из фарша формуют кабоб в виде колбасок массой 30—40 г, панируют их в муке и обжаривают до полуготовности. Оставшуюся часть репчатого лука нарезают кольцами и обжаривают также до полуготовности. После этого укладывают лук на кабо-бы, закрывают крышку и жарят еще 5—8 мин.

При отпуске блюдо посыпают мелко рубленным зеленым луком, зеленью и зернами граната.

Плов таджикский

В сильно разогретом жире обжаривают кости до коричнево-красного цвета, добавляют репчатый лук, шинкованный соломкой, и обжаривают. Затем кладут мясо, нарезанное кусочками по 20—30 г, и обжаривают до образования румяной корочки, добавляют морковь, нашинкованную соломкой, заправляют перцем, зирой, барбарисом и обжаривают все вместе. Обжаренные продукты заливают водой, солят, все проваривают на медленном огне, добавляют предварительно замоченный в подсоленной воде рис, разравнивают шумовкой и варят. Когда вся жидкость будет поглощена, рис собирают горкой, котел плотно закрывают крышкой и на медленном огне доводят плов до готовности.

При отпуске плов укладывают горкой, сверху укладывают мясо и посыпают рубленой зеленью. Отдельно подают салаты из овощей.

Самбуса (пирожки)

Самбуса — одно из самых популярных изделий таджикской национальной кухни. Они имеют самую различную форму — миндаля, прямоугольника, трехугольника. Все они готовятся из тонко раскатанного теста и предварительно обжаренного фарша. Фарш обычно готовят из бараньего мяса, рубленого или пропущенного через мясорубку вместе с луком. Затем фарш обжаривают на растительном или животном жире, укладывают на раскатанные куски теста и заворачивают.

Приготовленные пирожки обжаривают в большом количестве жира или выпекают в тонуре.

Фарш можно приготовить комбинированный: мясо с горохом, мясо с зеленью или из одного гороха и т. д.

§ 11. Национальные блюда Туркмении

Туркменская кухня в общих чертах сходна с кухнями других среднеазиатских народов, в первую очередь соседних узбеков и каракалпаков, что объясняется общностью природных условий, а также этническими связями этих народов.

Главное место в туркменской национальной кухне занимают мясные, молочные и мучные блюда. Из всех видов мяса наиболее любима баранина, много употребляется куриного мяса.

Из мясных блюд наиболее распространены мясные супы - чорба, гайнатма, бульон с накрошенными в него лепешками-дограма, плов (палов), жареное мясо — говурма, говурдак, шашлык и др.

И наконец, еще одной характерной особенностью туркменской кухни являются разнообразные изделия из муки. Повсеместно большим спросом пользуется чурек. Широко распространены различные лепешки из дрожжевого теста, выпекаемые на сале и растительном масле, пирожки-гутап с различного рода начинкой.

Из пресного теста готовят пельмени — борек и лапшу — унаш, заправленную кислым молоком.

Гайнатма (суп с горохом)

Корейку или грудинку жирной баранины нарезают на куски массой 20—30 г с костями, заливают холодной водой, добавляют лук. Когда суп закипит, кладут промытый горох и варят. За 20 мин до готовности добавляют картофель, затем помидоры или томат; специи, лавровый лист.

Чектырме (жареная баранина с картофелем и помидорами)

Жирную баранину рубят по 3—4 куса на порцию, обжаривают в жире до образования румяной корочки, добавляют сырой репчатый лук, картофель, помидоры, нарезанные крупными кусками, соль, перец и жарят с бараниной еще 10—15 мин. Затем добавляют немного воды и тушат при закрытой крышке до готовности.

Шашлык степной

Баранину нарезают полосками длиной 10—15 см, кладут на них фарш, заворачивают, нанизывают на шпажки и жарят на углях. При отпуске посыпают зеленью.

Для фарша лук, чеснок, зелень мелко рубят, заправляют перцем, солью и тщательно перемешивают.

Печень фаршированная

Печень разрезают вдаль по вей; Длине, часть мякоти вырезают, образовавшееся углубление наполняют фаршем, а края зашивают. Печень заливают соусом и тушат до готовности.

При отпуске печень поливают соусом, в котором она тушилась, и посыпают зеленью.

Для фарша варяг вязкую гречневую кашу, добавляя в нее пассерованный репчатый лук, морковь, припущенную и измельченную печень, соль, перец и лезон.

Пирожки с хурмой

Из муки с добавлением сахара, топленого масла и соли замешивают дрожжевое тесто, разделяют его на лепешки, кладут на середину фарш, защипывают. Затем пирожки обжаривают в жире.

Для фарша подготовленную хурму пропускают через мясорубку, добавляют кипяченую воду, муку и все хорошо перемешивают.

§ 12. Национальные блюда Литвы

В литовской национальной кухне широко используются различные продукты земледелия: зерновые, картофель, овощи, главным образом свекла и капуста, из которых готовят первые блюда: щи и борщи. Особой популярностью пользуется картофель. Его готовят отварным, подают вместе с растертыми сметаной, творогом и молоком. Из картофеля готовят клецки, оладьи, цепелинай (зразы), картофель фаршируют, им начиняют вареники и т. д. Во многих местах готовят ведерай — хорошо очищенные толстые свиные кишки начиняют тертым сырым картофелем (или крупой с жиром) и обжаривают, предварительно облив их свиным салом. Очень вкусны и вареники из тертого сырого картофеля, начиненные творогом или рубленным мясом. При подаче их поливают свиным салом со шкварками.

Широко применяют литовские кулинары молоко и молочные продукты: творог, простоквашу и особенно сметану, которая используется в больших количествах для приготовления различных салатов, холодных закусок. Из кефира в жаркие летние дни готовят холодный литовский борщ.

Индарити агуркай (огурцы фаршированные)

Огурцы режут вдоль на две половины, сердцевину вынимают и рубят. Затем к рубленным огурцам добавляют вареный картофель, нар-е-занный кубиками, свеклу, морковь, шинкованный пассерованный лук, перемешивают, смесь заправляют сахаром, солью, перцем и растительным маслом. Этой смесью фаршируют огурцы. При отпуске подают сметану.

Якнине (паштет литовский)

Ошпаренную печенку нарезают кусками, тушат с добавлением жареного лука и пропускают через мясорубку. Затем добавляют соль, масло, перец, вино и взбивают смесь до получения пышной массы. Подготовленную таким образом печенку кладут со шпиком, нарезанным кубиком, в кастрюлю, перемешивают и варят на водяной бане до готовности. После этого паштет охлаждают.

Суп молочный с картофельными клецками

Картофель делят на две части: одну часть чистят, натирают на терке, отжимают, другую часть варят «в мундире», затем очищают и протирают в горячем виде. Тот и другой картофель соединяют, посыпают солью и перемешивают. Из полученной массы делают клецки (круглые), кладут их в воду, предназначенную для супа,

варят, добавляют соль, молоко, доводят до кипения. При отпуске кладут масло.

Борщ литовский холодный

Взбивают кефир с солью, добавляют охлажденную кипяченую воду и отварную свеклу, нарезанную соломкой, зеленый лук и укроп. При отпуске кладут вареное яйцо, заправляют сметаной. На гарнир отдельно подают горячий отварной картофель.

Плокштайнис (картофельная бабка)

Сырой картофель протирают, добавляют яйца, затем запекают на противне. При отпуске кладут шпик, поджаренный с луком.

Цепелинай

Половину сырого картофеля натирают на терке. Остальную часть отваривают «в мундире», чистят, протирают и смешивают с сырым тертым картофелем. Из полученной массы формируют лепешки. Из вареного мяса и пассерованного лука готовят фарш. Этим фаршем начиняют картофель, придают изделию форму зраз и варят. Подают с жареным шпиком, луком, сметаной.

§ 13. Национальные блюда Латвии

Основу латвийской национальной кухни составляют различные продукты земледелия: мука, крупа (в первую очередь перловая), горох, бобы, картофель, овощи, молоко¹ и молочные продукты: простокваша, кефир, творог, сметана. Из мясных продуктов наиболее употребительны свинина, реже говядина, телятина, птица.

Для приготовления национальных блюд широко используются сельдь, килька, салака.

Из первых блюд латвийской народной кухни, пользующихся популярностью, в первую очередь следует назвать кислый молочный суп, хлебный суп, а также путру и капусту. Путра — это густая похлебка, сваренная из круп (чаще всего из перловой) и заправленная молоком или мясом и салом. Капуста представляет собой блюдо из кочанной капусты, оно варится также из всевозможных свежих и квашеных овощей, свекольной ботвы, щавеля и прочих дикорастущих растений. Очень широко используют латвийские кулинары горох и бобы. Излюбленными блюдами считаются густая каша из гороха и бобов и перловой крупы. Очень вкусны отварной горох с жареным шпигом, а также круглые клецки из гороха или бобов с пахтаньем или кефиром.

Салат «Рассоле»

Вареный картофель, соленые или маринованные огурцы, яблоки, очищенные от кожуры и сердцевин, отварную свинину, сельдь и яйца нарезают ломтиками и соединяют с соусом из сметаны и уксуса. Добавляют горчицу и хрен. При отпуске украшают ломтиками огурцов, яблок, помидоров и яиц, листьями зеленого салата и зеленью петрушки.

Суп хлебный

Ржаные сухари поджаривают, заливают кипятком, настаивают, процеживают и протирают через сито. Затем полученную массу соединяют с отцеженным настоем, добавляют изюм, сахар, корицу, яблоки, нарезанные дольками, протертую клюкву и все кипятят. После этого суп охлаждают. Подают в холодном виде со взбитыми сливками.

Зимниеку брокастис (крестьянский завтрак)

Свинину (копченую корейку), говядину и колбасу нарезают кубиками и обжаривают с луком. Вареный картофель, нарезанный ломтиками, обжаривают отдельно на сливочном масле. Затем

обжаренные мясные продукты и картофель укладывают на сковороду и заливают смесью из яиц и молока (с добавлением соли). Все запекают, посыпают зеленым луком. На тарнир отдельно подают свежие или соленые огурцы или помидоры.

Буберт (манная каша со взбитыми яйцами)

Манную кашу, сваренную на молоке до состояния полувязкости, охлаждают до температуры 70—80°, добавляют растертые с сахаром и ванилином яичные желтки, орехи (миндальные, фундук, арахис), размельченные и поджаренные. Все осторожно смешивают со взбитыми белками и выкладывают на порционное блюдо. Подают в холодном виде с клюквенным соусом.

§ 14. Национальные блюда Эстонии

В ассортименте эстонских национальных блюд много кушаний из свинины (свиные ножки, гороховый суп из свиных ножек, свинина отварная с овощами и другие), из рыбы (маринованная салака, суп из салаки, маринованная сельдь, блюда из судака, камбалы и т. д.).

Такие народные блюда, как мука «кама» из ржи, гороха, пшеницы и ячменя, употребляемая с молоком или простоквашей, мультикапсад — капуста, приготовленная со свининой и крупой, кровяная колбаса, кровяные клецки пользуются большой популярностью. Особое место в эстонской кухне занимают молочные продукты. Молоко, творог, простокваша, взбитые сливки, домашний сыр (сыр) входят в повседневный рацион питания.

Из широко распространенных национальных блюд необходимо назвать также кислый овсяный кисель.

Роль-мопс (маринованная сельдь)

Сельдь замачивают, разделяют на филе и сворачивают рулетиком. Из репчатого лука, уксуса, перца, лаврового листа готовят маринад, охлаждают его до 30°, заливают им филе и оставляют на сутки.

Суп молочный с ячневой крупой и картофелем

В кипящую воду кладут ячневую крупу и варят до размягчения. Добавляют картофель и все доводят до готовности. После этого добавляют молоко и дают вскипеть. При отпуске в суп кладут сливочное масло.

Суп с пивом (сладкий)

Молоко кипятят. Яйца взбивают с сахаром, смешивают с пивом и добавляют к горячему молоку. Все подогревают а полученной смесью заливают кубики нарезанной булки. Подают суп в холодном виде.

Ножки свиные с горохом

Свиные ножки варят в воде, подают с отварным горохом, тушеной капустой.

Свинина или баранина отварная с овощами

Мясо (свинину или баранину) варят до полуготовности, постепенно добавляют морковь целиком, нарезанную ломтиками брюкву, нарезанную секторами капусту, картофель целиком или разрезанный пополам и варят до готовности. Готовое мясо вынимают, нарезают на порции и подают с овощами и отваром.

Мульгикапсад

Свинину режут на порции, посыпают солью и укладывают в котел слоями с капустой. Каждый слой пересыпают перловой крупой. Заливают водой и варят до готовности. При отпуске гарнируют отварным картофелем.

Кисель овсяный

Крупку «геркулес» засыпают в теплую воду и ставят в теплое место примерно на 12 ч. После этого процеживают, кладут соль, сахар и варят, помешивая, до консистенции густого киселя. Готовый кисель выливают на блюдо или тарелку, добавляют масло и охлаждают. Отдельно подают молоко.

Вопросы для повторения

1. Какие причины влияют на особенности приготовления блюд национальных кухонь?
2. Каковы характерные особенности украинской национальной кухни? Охарактеризуйте блюда: сельдь по-киевски, борщи, котлеты, по-полтавски, вареники, узвар.
3. Каковы характерные особенности белорусской кухни? Дайте характеристику блюд: борщ белорусский, холодник. белорусская копытка, драники, мачанка.
4. Каковы характерные особенности молдавской кухни? Дайте характеристику блюд: фасолица, чорба с телятиной и грибами, мититей.
5. Каковы характерные особенности грузинской кухни? Дайте характеристику блюд: овощи в ореховом соусе, харчо, чихиртма, купаты, шашлыки, сациви из кур.
6. Каковы характерные особенности армянской кухни? Охарактеризуйте блюда: бозбаш ереванский, суп-хаш, толма ереванская, ишхан на вертеле.

7. Каковы характерные особенности азербайджанской кухни? Дайте характеристику блюд: суп пити, люля-кебаб, тава-кебаб, купаты, джуджа плов.

8. Каковы характерные особенности кухонь среднеазиатских республик: Казахстана, Узбекистана, Таджикистана, Туркмении, Киргизии?

9. Охарактеризуйте блюда: манты, шурпа, плов по-узбекски, лагман, бешбармак.

10. Каковы характерные особенности кухонь Прибалтийских республик: Литвы, Латвии, Эстонии? Дайте характеристику блюд: огурцы фаршированные, борщ литовский, це-пелинай, салат «Рассоле», хлебный суп, буберт, суп с пивом, свиные ножки с горохом, мультыкапсад.

Глава XV. Кулинарная характеристика блюд зарубежных стран

§ 1. Болгарская кухня

Болгарская национальная кухня отличается большим разнообразием. Ее основу составляют различные овощи, мясо, пресноводная и морская рыба. Из мясных продуктов болгары предпочитают свинину, баранину, затем говядину, домашнюю птицу. Способы тепловой обработки мясных продуктов различны, однако преобладает, как и при обработке овощей, тушение. Для тушения и жарения используется главным образом растительное масло, реже - сливочное масло и свиной жир.

Ассортимент вторых блюд в болгарской кухне чрезвычайно широк. По способу тепловой обработки, а также по видам используемого сырья, вторые блюда можно подразделять на следующие:

гювечи — овощные блюда с мясом или без мяса, запеченные;

мусаки - блюда из овощей с молотым мясом или без мяса наподобие запеканки, запеченные в жарочном шкафу. Для этого мелко нарезанные овощи жарят или варят, затем укладывают на противень слоями, проложив между ними измельченную брынзу (если блюдо без мяса) или слегка обжаренный с луком и помидорами мясной фарш. Сверху блюдо заливают смесью взбитого яйца с молоком;

плакии - блюда, приготовленные с маринадом из различных овощей, лука, чеснока и приправ, тушенные с добавлением растительного масла. Плакии могут быть приготовлены также из различных рыб, из цыплят;

кебабы - кусочки свинины, баранины, дичи, зажаренные на вертеле или обжаренные в кипящем масле;

яхнии — болгарское национальное кушанье с соусом. Обыкновенно готовится из мяса домашней птицы или дичи с добавлением большого количества лука и различных овощей.

Наиболее характерное болгарское блюдо - чорба. Чорба может быть приготовлена из самых различных продуктов - овощей, грибов, рыбы, птицы, мяса, фасоли. В конце варки ее, как правило, заправляют пассерованной мукой с добавлением красного перца, или смесью взбитых яиц с кислым молоком (йогуртом), или уксусом, или тем и другим одновременно.

Другим характерным для болгарской кухни первым блюдом является таратор - холодный суп.

Помидоры, перец, баклажаны, картофель, огурцы, капуста, морковь, кабачки, различные пряные овощи широко используются в болгарской кухне в сыром, вареном, жареном, тушеном, маринованном виде. Их подают в качестве закуски, гарнира, самостоятельного блюда, они являются неизменным компонентом первых блюд.

Важное место в традиционной пище болгар занимают молоко и молочные продукты и среди них приготовленное особым способом кислое молоко — йогурт, отличающееся своеобразным острым вкусом. В Болгарии его подают с разными приправами с чесноком, сахаром, джемом, повидлом. Йогурт входит в состав многих первых и вторых блюд.

Излюбленными являются и такие молочные продукты, как брынза (сирене) и другой овечий сыр — кашка-вал, которые также используются для приготовления закусок, супов, вторых блюд, в качестве начинок для изделий из теста.

Традиционный горячий напиток болгар — кофе, сваренный преимущественно по-восточному.

Салат по-шопски

Свежие огурцы очищают и нарезают вместе с помидорами крупными кубиками, перец — ломтиками, репчатый лук шинкуют соломкой. Все смешивают и заправляют растительным маслом, уксусом и солью. Укладывают горкой в салатник и посыпают тертой брынзой. Украшают зеленью.

Чорба из фасоли

Перебранную фасоль замачивают в холодной воде. После этого снова заливают холодной водой, добавляют часть растительного масла и варят на слабом огне под

крышкой вместе с частью лука, нарезанного на кусочки, моркови и сельдерея, нарезанных кубиками, и сладкого перца, нарезанного на кусочки. Через некоторое время добавляют нарезанные дольками свежие помидоры и варят фасоль до мягкости. Часть оставшегося лука поджаривают на растительном масле, добавляют муку и пассеруют ее до золотистого цвета, после этого добавляют томат-пюре, красный перец и снова прожаривают. Полученную заправку разбавляют бульоном, вводят в чорбу и продолжают варить еще 7—8 мин. Готовую чорбу заправляют солью, мелко нарезанной мятой и уксусом.

Гювеч летний

Сладкий перец обмывают, нарезают небольшими кусочками и жарят до мягкости, предварительно посолив. Взбивают яйцо, добавляют измельченную брынзу, черный молотый перец, зелень петрушки, соль, все это соединяют с перцем и размешивают. Затем выкладывают массу в сковороду или на противень, смазанный маслом, и запекают в жарочном шкафу до образования румяной корочки.

Плакия из рыбы

Подготовленную рыбу (судак или карп) разделяют на филе (с кожей и реберными костями), нарезают на порции и укладывают на смазанный противень. Отдельно пассеруют лук и корень сельдерея, нарезанный мелкими ломтиками. После этого добавляют мучную пассеровку, разведенную горячей водой, соль, чеснок, черный перец, лавровый лист, доводят до кипения и этим соусом заливают уложенную на противне рыбу. Сверху на рыбу кладут дольки помидоров и лимона, посыпают нарезанной петрушкой и запекают в жарочном шкафу.

Мусака из свинины или телятины

Мякоть свинины или телятины пропускают через мясорубку, солят, перчат и обжаривают до полуготовности вместе с пассерованным луком, томатом и помидорами. Затем добавляют сырой картофель, нарезанный дольками, бульон и тушат до готовности. После этого приготовленную массу выкладывают на сковородку, заливают густым молочным соусом, приготовленным с добавлением яиц, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.

Кебабчета

Мясо пропускают; через мясорубку, тщательно вымешивают, добавляют мелко нарезанный лук, тмин, черный перец, снова хорошо вымешивают и выбивают. Из готовой массы формируют колбаски диаметром 2—2,5 см и длиной 6—7 см. Жарят на решетке, предварительно смазав ее растительным маслом или свиным салом.

Банница

Банница — вид слоеного пирога из пресного теста. Приготавливается с начинкой из брынзы и яиц, рубленого мяса, шпината, капусты, лука-порея. Банница может быть и сладкой, с начинкой из молотых или толченых орехов с сахаром, измельченной на терке тыквой с сахаром и другой начинкой.

§ 2. Венгерская кухня

Отличительная особенность венгерской национальной кухни — разнообразный ассортимент продуктов, используемых для приготовления кушаний. Среди них в первую очередь необходимо назвать мясные продукты: свинину, говядину, телятину, домашнюю птицу (индейки, гуси, куры, цыплята), дичь, пресноводную рыбу, всевозможные овощи: сладкий перец, кабачки, баклажаны, капусту (кольраби, белокочанную, цветную); молочные продукты.

Широко используется в венгерской кулинарии мука. Гордость национальной кухни — пироги типа «ретеш», приготовленные из тончайше раскатанного теста. Из муки, замешанной на яйцах, изготавливается и характерная для венгерской кухни тархоня — подсушенное тесто в виде шариков, напоминающих крупу. Тархоня используется и для приготовления супов, и в качестве гарнира для тушеных мясных кушаний, и как самостоятельное блюдо.

Другая отличительная особенность венгерской кухни — широкое использование овощей и пряностей. Среди них: лук, чеснок, корица, сельдерей, укроп, черный и красный перец, майоран, тимьян, тмин и др. Особенной популярностью пользуется перец паприка. Основа венгерских тушеных и приправленных этим сладким красным перцем блюд — лук, поджаренный на топленом свином сале.

Наиболее характерны для венгерской кухни четыре вида блюд, в которых паприка играет важную роль: гуляш, паприкаш, токань и перкельт. Помимо этих блюд большой популярностью пользуются запеканки, мясо, поджаренное на вертеле или на решетке, цыплята, обжаренные в сухарях, жареный молодой гусь, жареный поросенок и т. д.

В качестве гарнира ко вторым блюдам используют картофель, салаты, маринованные овощи.

Кроме специй и пряностей широко применяется еще одна характерная приправа — сметана.

Венгерская кухня широко использует овощи для приготовления различных салатов. Многие салаты заправляются растительным (оливковым) маслом, гусиным жиром или сметаной. К простым салатам, как правило, готовят заправку, состоящую из смеси воды, уксуса, соли и сахара.

Салат из свежих огурцов

Огурцы очищают, шинкуют и дают им постоять около 30 мин. Смешивают воду с уксусом, добавляют сахар, соль и заливают

огурцы. При подаче заправляют растительным маслом и посыпают черным и красным молотым перцем.

Салат из сладкого перца

Из перца вынимают сердцевину с зернами, стручки нарезают кружочками и обдают кипятком. Уксус смешивают с водой, добавляют сахар, соль, заливают им остывший перец и оставляют на 2 ч.

Суп-гуляш

Нарезанный лук поджаривают на свином сале (смальце), добавляют красный молотый перец, нарезанное кубиками мясо, мелко истолченный чеснок, тмин и лечо, солят, добавляют воду и тушат до полуготовности. Затем кладут нарезанный кубиками картофель, заливают водой и варят до готовности. (Лечо можно заменить помидорами и сладким перцем.)

Гуляш — это нечто среднее между мясным соусом и мясным рагу. Готовят блюдо с большим количеством муки и паприки, в его состав входят нарезанный кубиками картофель и мелкие клецки. Для приготовления гуляша используют говядину, свинину, баранину.

Перкельт — вид рагу, в котором рубленого лука значительно больше, чем в гуляше. Соус густой. Готовят перкельт тушением в очень маленьком количестве воды на слабом огне. Для приготовления перкельтов используют говядину, телятину, свинину, баранину, дичь, птицу, потроха от птицы.

Токань — блюда, похожие на перкельт. Мясо для них нарезают продолговатыми кусочками или ромбиками. Лука и паприки кладут меньше, чем в гуляш, но для вкуса добавляют сметану, грибы, зеленый горошек и зелень.

Перкельт из карпа

Обработанную рыбу разделяют на филе с кожей и реберными костями, нарезают (по 2 куса на порцию), и солят. Мелко нарезанный лук обжаривают в сотейнике, приправляют солью и красным перцем. Затем укладывают куски карпа, нарезанные помидоры, сладкий перец, добавляют немного рыбного бульона и тушат на слабом огне.

Паприкаш из цыплят

Цыплят разрубают на порционные куски (по 2 на порцию). Мелконарубленный лук слегка поджаривают в разогретом жире, затем кладут разделанных цыплят, солят, добавляют красный перец (паприку) и готовят лечо (в сезон — нарезанные ломтиками зеленый перец и помидоры, по желанию можно добавить чеснок), накрывают крышкой и тушат на небольшом огне, время от времени помешивая и добавляя немного бульона, так чтобы цыплята не варились, а тушились в собственном соку до полуготовности. Затем вновь добавляют немного воды или бульона. Сметану смешивают с мукой, добавляют в нее немного воды, размешивают до гладкости и добавляют к мясу, все размешивают и тушат до готовности. Перед отпуском добавляют сливки и дают еще раз вскипеть.

Гуляш по-секейски

Мясо нарезают на куски массой 30—40 г. Отдельно поджаривают мелконарезанный лук, смешивают его с красным перцем, чесноком, тмином, добавив немного воды, и дают некоторое время покипеть. Затем кладут мясо, накрывают крышкой и тушат до полуготовности. После этого добавляют к мясу хорошо промытую кислую капусту (в сезон добавляют нарезанный кружочками сладкий перец), доливают воду так, чтобы она покрывала капусту и мясо, и тушат, периодически помешивая. Когда мясо будет готово, в гуляш вливают смешанную с мукой сметану и проваривают. Подают в баранчике, предварительно полив сметаной и посыпав зеленью петрушки.

Вырезка по-будапештски

Говяжью вырезку нарезают (по 2 куса на порцию), солят и перчат. В сковороде разогревают свиной жир, вырезку обжаривают и вынимают. В оставшийся жир кладут нарезанный кубиками шпиг, мелко рубленный лук и обжаривают его до золотистого цвета. Затем добавляют грибы и куриную печенку, нарезанные кубиками, поджаривают их в течение трех минут, посыпают красным перцем, добавляют консервированное лечо, зеленый горошек и доводят до готовности. Готовое мясо выкладывают на тарелку и заливают приготовленным соусом. Гарнир — жареный или отварной картофель.

§ 3. Немецкая кухня

Немецкая кухня отличается большим разнообразием блюд из различных овощей, свинины, птицы, дичи, телятины, говядины и рыбы. Овощей употребляется очень много, особенно в отварном виде, в качестве гарнира — цветная капуста, стручки фасоли, морковь, краснокочанная капуста и пр. Широко используются также вареные горох и бобы и особенно отварной картофель, который во многих местах заменяет хлеб.

Чрезвычайно популярны у немцев бутерброды с различными продуктами: маслом, сыром, колбасой, сырковой массой, рыбой и пр. В широком ассортименте закуски и салаты из овощей, ветчина, колбасные изделия, шпроты, сардины, блюда из сельди с различными соусами, мясные и рыбные салаты, заправленные майонезом, и т. д.

Из первых блюд распространены различные бульоны: с яйцом, клецками, рисом и помидорами, суп-лапша, суп-пюре из гороха, цветной капусты, кур и дичи. В некоторых местах Германии популярны хлебный, пивной супы.

Рыба применяется чаще всего в отварном и тушеном виде.

Среди сладких блюд очень популярны фруктовые салаты с соусами или сиропами, компоты, кисели, желе, муссы, мороженое, фрукты.

Национальный немецкий напиток — пиво. Из других напитков самый любимый кофе чёрный и с молоком. Чай употребляется ограниченно.

Сельдь в сметане с яблоками и луком.

Филе сельди нарезают и кладут в лоток, сверху помещают нашинкованный промытый репчатый лук и очищенное нашинкованное яблоко. Заливают сметаной, заправленной сахаром, посыпают перцем паприкой. Гарнир — кусочки соленого огурца.

Салат из колбасы

Репчатый лук, нашинкованный и ошпаренный, и колбасу без шпига, соленые огурцы, очищенные и нашинкованные ломтиками, заправляют оливковым маслом, уксусом, сахаром, солью, горчицей, перцем. Заправленный салат выдерживают в течение 1 ч для создания букета, укладывают в салатник и оформляют зеленью.

Суп-пюре гороховый с гренками

Вареный горох протирают вместе с отваром. Из пассерованной муки и бульона приготавливают белый соус, соединяют с протертым горохом, кипятят и процеживают. Затем суп заправляют пассерованными мелко нашинкованными кореньями (морковь, петрушка) с добавлением свиных шкварок. Как все немецкие супы, бульон готовится более крепким. Подают со свиной в 400-граммовых бульонных чашках. Гренки, нарезанные кубиками и поджаренные на сливочном масле, подают отдельно.

Айсбан с гарниром

Свиную рульку рубят на порции по 400 г и ставят на три дня в тузлук из поваренной соли и селитры. Затем отваривают.

Разваренную рульку розового цвета подают с косточкой. Гарнир — отварной картофель, гороховое пюре, тушеная капуста (квашеная, без томата). Гарнир, заправляют свиным сало'м со шкварками.

Биточки в луковом соусе

Котлетную массу разделяют в форме сосисок и обжаривают. Подают (до 2шт. на порцию) с отварным картофелем, поливают соусом мадера с луком и маслом.

Мороженое воздушное

Из бисквита выемкой вырезают кружок и помещают в креманку. Затем выемкой на бисквит кладут мороженое в форме чашечки, а в нее — фрукты: клубнику, абрикосы, политые вином. Сливки взбивают с сахаром и кладут на фрукты, сверху посыпают шоколадом, украшают фруктами. По краям размещают печенье.

Шарлот

Сливки взбивают с сахарной пудрой, соединяют с желтками, растертыми с сахаром, и добавляют распущенный в сиропе желатин. Формы обкладывают готовым бисквитом и наполняют слоями взбитыми сливками, фруктами, бисквитом и т. д. Наполненные формы выдерживают в холодильнике 6—8 ч. После охлаждения формы снимают. Шарлот оформляют взбитыми сливками и поливают сладким десертным вином.

§ 4. Польская кухня

Основу польской кухни составляют самые разнообразные продукты питания: мясо, птица, дичь, рыба, овощи, молочные продукты (творог, простокваша, кефир и др.), грибы, ягоды и т. д. Во многом она напоминает русскую и украинскую кухни.

Большое место в польской кулинарии занимают холодные и горячие закуски — различные салаты: овощные, мясные, рыбные, заправленные майонезом, сметано-й, лимонным соком, закуски из яиц (яйца с сельдью, яйца с ветчиной под майонезом и др.).

Видное место среди закусок занимают бутерброды.

Чрезвычайно богат ассортимент первых блюд. Среди них различные бульоны, крупники, супы лимонный, из свежих огурцов, Из пива, рассольники, борщи и т. д. Особо следует выделить среди них такие традиционные кушанья, как борщ свекольный с ушками (вид пельменей с начинкой из мяса и грибов), жур с колбасой или грудинкой (составной частью этого блюда является жур — мука, залитая водой и заквашенная в течение двух дней) и др.

Следует отметить, что ко многим первым блюдам в Польше принято подавать вместо хлеба картофель, к другим — клецки, пирожки, каши, гренки и т. д.

Среди любимых поляками вторых блюд — отбивные котлеты из свинины и телятины, отбивные зразы, би-гос (кушанье из кислой и свежей капусты, тушенной с луком, лавровым листом, грибами и несколькими видами мясопродуктов — свининой, телятиной, говядиной, сосисками, кусочками колбасы, копченой грудинкой и т. д.), фляки — блюдо из рубцов и др. В качестве гарнира ко вторым мясным и рыбным блюдам готовят картофель, капусту, клецки, сложные овощные гарниры.

Ассортимент сладких блюд польской кухни широк и разнообразен. Особенно видное место занимают сладкие блюда из фруктов и ягод. Из сырых фруктов готовят всевозможные салаты, комлоты, кисели, желе, муссы и т. д. Фрукты варят в соусах, сиропах, запекают. Из ягод и фруктов готовят начинки для вареников, клецек, блинчиков.

Из горячих напитков поляки предпочитают кофе (черный, со сливками, молоком). Чая употребляют меньше. Пользуются спросом пунши, подогретое пиво.

Очень характерен режим питания поляков: обильный завтрак, плотный обед и сравнительно легкий ужин.

Сельдь в сметане

Вымоченную сельдь разделяют на чистое филе. Каждую половину нарезают на 3—4 части и укладывают в салатник. Яблоки промывают и натирают на крупной терке. Репчатый лук шинкуют соломкой и смешивают с яблоками, сметаной, добавляют соль, сахар, лимонный сок или уксус.

Сельдь гарнируют и заливают оставшейся сметаной. К сметане можно добавить немного горчицы. Сверху посыпают мелкорубленной зеленью петрушки.

Борщок свекольный

Замоченные грибы, кости и мясо промывают, заливают водой, солят и варят на слабом огне. За 15—20 мин до окончания варки закладывают овощи и слегка пассерованный репчатый лук.

Отдельно варят свеклу в кожице, очищают, натирают на крупной терке, добавляют ее в процеженный бульон и кипятят. Борщок заправляют чесноком, растертым с солью и сахаром, и свекольным квасом. Подают с гречневой кашей, крутыми яйцами. Прозрачный процеженный и обезжиренный борщок отпускают с пирогами из слоеного и дрожжевого теста.

Свекольный борщок готовят также на бульоне из ветчины, копченой свиной грудинки и колбасы.

Щи по-польски

Из свиных костей или из копченой свиной грудинки и корней готовят бульон. Капусту мелко шинкуют, заливают кипятком, варят под крышкой. Затем соединяют с процеженным бульоном. После этого заправляют подрумяненной мучной заправкой, приготовленной на сале с луком, кипятят, солят, добавляют перец ивливают рассол квашеной капусты.

Если щи варились с грудинкой, при отпуске в тарелку кладут нарезанную кубиками грудинку и наливают суп.

Котлета свиная «Заглоба»

Порционный кусок свиной корейки отбивают, зачищают косточку, перерезают сухожилия и обжаривают основным способом.

Соус

В мучную жировую пассеровку добавляют бульон, томат, прокипяченное вино (мадеру), консервированные сливы, свежие яблоки. Соус проваривают, заправляют сливочным маслом.

Фляки с фрикадельками

Процеженным бульоном из костей и части овощей заливают подготовленные рубцы, варят их 3—4 ч до мягкости и охлаждают в бульоне. Оставшиеся овощи нарезают соломкой и припускают до готовности. Приготавливают фрикадельки. Рубцы вынимают из бульона, нарезают соломкой длиной 3—4 см и смешивают с овощами.

Готовят мучную жировую пассеровку и заправляют ею рубцы, затем добавляют соль, черный и красный перец, мускатный орех, молотый майоран, имбирь, выкладывают в порционную посуду (глиняную), смешивают с фрикадельками, посыпают сверху тертым швейцарским сыром и сухарями и ставят в жарочный шкаф на 20—30 мин, чтобы рубцы подрумянились. Подают в той же посуде, в которой рубцы запекались. Эти фляки готовят также без овощей и фрикаделек.

§ 5. Румынская кухня

Основу румынской национальной кухни составляют блюда из овощей, кукурузы, молочных продуктов, рыбы и мяса, главным образом свинины и птицы.

Овощи — стручковая фасоль, свекла, помидоры, огурцы, баклажаны, морковь и др., а также картофель — используются для приготовления различных салатов, самостоятельных овощных блюд (фаршированный картофель, картофельные котлеты, зеленая фасоль под соусом, капуста под различными соусами, жареные кабачки, фаршированные кабачки и т. д.) и гарниров ко вторым блюдам.

Большую роль в румынской кухне играет кукуруза. Из нее готовят широкий ассортимент различных кушаний: каши, салаты. Кукурузу сочетают с различными овощами, рыбными, мясными продуктами. Из кукурузной муки готовят также мамалыгу — густо заваренную кашу, которая во многих случаях заменяет хлеб.

В ассортименте первых блюд одно из главных мест занимают различные чорбы: с говядиной, курицей, из картофеля и свеклы. Чорба — суп, который готовят на кислом настое из пшеничных отрубей. В состав ее, кроме того, входят морковь, корень петрушки, картофель, репчатый лук, фасоль, свекла, помидоры, стручковый перец и другие овощи.

Среди вторых блюд преобладают блюда из хорошо прожаренного натурального свиного или говяжьего мяса и птицы, баранина используется редко. Популярны также рыбные блюда.

Из широко распространенных румынских блюд следует назвать голубцы в виноградных листьях, жаркое на гратаре, токану из цыплят, телятины или свинины, чуламу (гуляш) из телятины под белым соусом, мититеи (обжаренные на решетке колбаски из пропущенного через мясорубку мяса) и др.

Из напитков широко распространены виноградные вина. По всей стране, особенно в городах, пьют много кофе.

Пюре из фасоли

Белую фасоль замачивают, затем варят до готовности, откидывают на дуршлаг и протирают в горячем виде через сито. Остывшее пюре перекладывают в глиняную миску и растирают, добавляя понемногу растительное масло, лимонный сок или лимонную кислоту. Солят, смешивают с мелко нарубленным луком.

Суп по-румынски

Морковь, лук, петрушку нарезают соломкой и слегка пассеруют, затем добавляют уксус или лимонную кислоту и прогревают.

В приготовленный куриный бульон кладут картофель и варят до полуготовности. После этого его заправляют пассерованными кореньями, мукой, красным перцем, солью и доводят до готовности.

Баклажаны по-португальски

Небольшие баклажаны нарезают кружками толщиной в 1 см, на сливочном масле поджаривают мелко нарезанный лук, добавляют разрезанные пополам помидоры, мелко нашинкованное перо зеленого чеснока, чабрец, лавровый лист, соль, перец, сахар и тушат, пока соус не загустеет»

Подготовленные кружки баклажан обваливают в муке и поджаривают в сале. Соус протирают через сито, наливают немного на дно порционного глиняного горшочка, укладывают ряд ломтиков брынзы, прикрывают их кружочками баклажан, затем снова кладут брынзу и баклажаны до тех пор, пока форма не заполнится. После этого заливают оставшимся соусом, посыпают тертой брынзой, смешанной с молотыми сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу.

Свинина отбивная в тесте

Из свиной корейки нарезают котлеты с косточкой, зачищают их, отбивают, солят, перчат и обжаривают на рашпере до готовности. Затем готовят тесто — кляр, котлету обмакивают в тесто и обжаривают в масле. Гарнир — консервированные фрукты, салат из капусты, соленые огурцы и зеленый горошек.

Фригэруй (шашлык) из печени

Печенку зачищают, нарезают ломтиками толщиной 1,5—2 см, а затем каждый ломтик — небольшими, примерно до 3 см, квадратиками. Слегка посыпают молотым перцем. Разогревают сливочное масло вместе с растительным, кладут на сковороду печенку и, слегка подрумянив ее с обеих сторон, снимают с огня. Затем нанизывают по четыре кусочка печенки на шпажки, чередуя их с ломтиками сала, и обжаривают на рашпере в течение 15 мин. Солят перед концом жарки. Подают с гарниром из овощей и салатом.

§ 6. Чехословацкая кухня

Чехословацкая национальная кухня широко использует для приготовления различных блюд свинину и продукты ее переработки (ветчину, сосиски). Многие блюда готовят из натурального мяса, телятины, дичи. Широко используются молочные продукты: сливки, сметана и др. Блюда из рыбы распространены меньше, их подают главным образом в холодном виде под маринадом или майонезом.

Наиболее характерные черты чехословацкой национальной кухни: широкий ассортимент холодных блюд и закусок. Среди них различные овощные салаты, бутерброды (канапе) с различными бутербродными массами, которые называют помазанкой. Бутерброды с помазанками из хрена, плавленого сыра, редиса и сыра, баклажан и др.

Другая особенность чехословацкой кухни — использование муки для приготовления различных блюд, мучных и кондитерских изделий. Наиболее типичны для чешской кухни кнедлики. Их делают из пресного или дрожжевого теста, начиняют чаще всего сливами, ягодами или повидлом, отваривают в подсоленной воде, посыпают маком и поливают маслом. Кнедлики из дрожжевого теста подают обычно с соусом к мясу. Очень любимы также кнедлики из сырого или отварного картофеля.

Из первых блюд наиболее характерны для чехословацкой кухни: картофельный суп, суп прозрачный из кур с лапшой, бульон с яйцом, супы с различными овощами: морковью, цветной капустой, луком-пореем, горохом или фасолью. Многие из них готовятся на овощном отваре и заправляются льезо-ном.

Самые популярные мясные блюда помимо жареной свинины с кнедликами и тушеной капустой: чевабчичи, ражничичи, шницели, карловарский рулет; из птицы — жареный гусь с кнедликами; из рыбы — жареный карп. Гарниры ко вторым блюдам подают чаще всего овощные (капуста, картофельный салат и др.).

Из горячих напитков у чехов наиболее популярны натуральный кофе, чай с ромом.

Салат влажский

Ветчину, вырезку, вареный картофель, яблоки, соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, шинкуют соломкой, заправляют майонезом, укладывают в салатник, украшают яйцом, зеленым горошком, огурцом и зеленью петрушки.

Конвертики по-чешски

Ветчину нарезают тонкими ломтиками, кладут на них французский салат и сворачивают конвертиками. При отпуске конвертики укладывают на закусочную тарелку и украшают маринованными фруктами.

Суп-гуляш

Готовят красную мучную пассеровку на жире, разводят ее бульоном, добавляют тмин, кипятят и процеживают. В процеженный суп кладут нарезанный кубиками картофель, отварное мясо, нарезанное кубиками, добавляют чеснок, растертый с салом, и доводят до готовности. Перед отпуском суп-гуляш посыпают рубленой зеленью.

Кнедлики из сырого картофеля

Картофель измельчают на терке. Часть образовавшегося сока сливают. Затем добавляют в массу муку, яйца, соль и замешивают тесто. После этого отделяют небольшие кусочки теста и опускают их в кипящую подсоленную воду. Варят в течение 6—8 мин, осторожно помешивая. При отпуске кнедлики поливают растопленным свиным салом с жареным луком. Отдельно подают ква-шенную капусту.

Ражничи

Свиное мясо нарезают небольшими ломтиками, слегка отбивают и солят. Каждый кусок смазывают растительным жиром и жарят на решетке или слегка смазанной жиром сковороде с двух сторон. Подают ражничи с ржаным хлебом, посыпав мелко нарубленным луком.

Чевабчичи

Свинину пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец и тщательно перемешивают. Затем из фарша формируют колбаски и нарезают их кружочками толщиной 2 см. Кружочки обваливают в муке и жарят с двух сторон на смазанной жиром сковороде.

Испанская «птичка»

Мякоть говядины нарезают на порционные куски, тонко отбивают, солят. Одну сторону кусочка мяса намазывают горчицей, на нее кладут тонко нарезанную ветчину, ломтик соленого огурца, рубленые вареные яйца, пассерованный репчатый лук, заворачивают «птичку» в виде зразы и перевязывают ниткой.

Затем зразы кладут в сотейник и вместе со шпигом обжаривают в жарочном шкафу. После этого добавляют бульон и тушат до готовности.

Готовые «птички» вынимают из сотейника, а на оставшемся соке готовят соус, добавив в него пассерованную муку. Гарнир — отварной рис или кнедлики. При отпуске блюдо поливают соусом.

Шницель моравский

Из свиной корейки нарезают порционные куски шницелей, тонко отбивают их, солят и перчат. Из зеленого горошка, ветчины, нарезанной кубиками, и части яиц готовят омлет в форме прямоугольника, который заворачивают в свинину (в виде отбивных зраз). Затем шницель панируют в муке, окунают в льезон, вновь панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира. При отпуске на жареный картофель укладывают шницель, на него — дольку лимона и сверху — влажский салат.

Фруктовые салаты

Приготавливают либо из одного вида фруктов или ягод, либо из их смеси. Салат заливают заправкой, приготовленной из сока лимона, смешанного с водой, фруктовым соком или вином, или фруктовым пюре, или сливками либо с молоком. Во фруктовое пюре предварительно кладут сахар, а затем соединяют его с салатом.

Охлажденный салат укладывают в вазочки и украшают фруктами и ягодами, отличающимися по вкусу от тех, из которых приготовлен салат.

§ 7. Английская кухня

Английская кухня сохранила и донесла до наших дней много традиционных блюд. Основу их составляют мясо, рыба, овощи, крупы.

Весьма разнообразен ассортимент холодных закусок, особенно рыбной гастрономии, сэндвичей. Из первых блюд наиболее распространены бульоны и различные супы-пюре.

Англичане употребляют в пищу много мяса: говядину, телятину, баранину, нежирную свинину в натуральном виде. Ростбиф, бифштекс — любимые национальные блюда. К мясу приготавливают различные соусы, маринады, чаще всего томатный соус и пикули. На гарнир предлагается обычно картофель или овощи.

Большое место в питании англичан занимают различные пудинги. Их готовят как второе (мясные, крупяные и овощные) и как третье блюдо (сладкие фруктовые пудинги).

Из напитков больше всего распространен чай. Его пьют обычно сладким с молоком за завтраком, после обеда и вечером. Кофе распространен значительно меньше.

Салат английский

Цыпленка отваривают, мякоть разделяют на ломтики. Отваренные грибы и соленые огурцы нарезают кусочками. Сельдерей нарезают соломкой. Все продукты перемешивают, заправляют майонезом с горчицей, солят. Салат укладывают в салатник, украшают редисом и листиками салата.

Яйца пашот по-английски

Яйцо отваривают в мешочек, очищают и кладут на гренки. Гренки помещают на порционную сковороду, яйцо посыпают тертым сыром и поливают разогретым сливочным маслом. После этого сковороду ставят на 2 мин в жарочный шкаф.

Суп из кур и лука-порей

Разделанную курицу рубят на куски. Лук-порей мелко шинкуют. Разогревают сливочное масло, кладут слегка посоленные и поперченные куски курицы, лук-порей и все вместе жарят. Бульон доводят до кипения, закладывают в него подготовленные куски курицы, лук-порей, петрушку и варят до готовности мяса. Затем кусочки мяса вынимают из бульона, удаляют косточки, петрушку.

Мясо мелко рубят, снова кладут в суп и доводят до кипения, заправляют солью и перцем.

Этот суп готовят и с рисом

Филе щуки по-английски

Щуку разделяют на филе без костей и кожи, нарезают на порционные куски, солят, посыпают черным молотым перцем, панируют в муке, смачивают растопленным сливочным или оливковым маслом, еще раз панируют в сухарях, укладывают на смазанные маслом противни, ставят в жарочный шкаф и доводят до готовности. Гарнир — отварной картофель. Отдельно подают соус каперсы.

Утка по-английски

Молодых уток потрошат, промывают, обсушивают, солят и перчат. Мелко нарезанный лук пассеруют на масле вместе с предварительно ошпаренным в кипятке и нарезанным соломкой беконом. Затем добавляют хлебные крошки, размешивают и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовленным фаршем начиняют тушки уток и зашивают их. Фаршированных уток смазывают маслом, кладут в кастрюлю и запекают, время от времени поливая маслом. При отпуске уток разрезают вдоль пополам и заливают соусом, в котором они запекались. Подают с овощным салатом.

Свинные отбивные во фруктовом желе

Свинные отбивные жарят до готовности и охлаждают. В горячий фруктовый сок вводят замоченный желатин и растворяют его. Охлажденные отбивные котлеты украшают оливками, корнишонами и заливают желе. Блюдо отпускают на листьях салата.

Хемпширский пудинг

Яблоки очищают, удаляют сердцевину и нарезают тонкими ломтиками. Муку и соль смешивают с сахаром, яйцами и молоком, сливочным маслом. Форму смазывают жиром, дно покрывают сливовым джемом, затем укладывают слой

яблок, а сверху — подготовленную смесь. Выпекают в жарочном шкафу. Перед отпуском пудинг выкладывают в тарелку и поливают горячим абрикосовым соусом.

§ 8. Арабская кухня

Несмотря на отдельные различия, кухни народов арабских стран (Египта, Алжира, Сирии, Ирака, Саудовской Аравии, Ливана, Ливии) объединяет много общего, начиная с используемых продуктов и кончая способами приготовления многих блюд.

Характерной особенностью арабской кухни является широкое применение таких продуктов, как баранина, козлятина, телятина, птица, бобовые, рис, овощи, свежие и консервированные фрукты. Значительное место занимают блюда, которые готовятся также из рыбы, яиц, молочно-кислых продуктов, особенно сыра, похожего на брынзу.

Другая отличительная черта арабской кухни — широкое применение в больших количествах пряностей и трав:

лука, чеснока, оливок, черного и красного перца, корицы, ароматических трав и т. д. Для приготовления пищи используется растительное масло, главным образом оливковое.

Режим питания многих народов арабских стран — двухразовый: очень плотный завтрак и не менее плотный обед.

Наиболее популярны у арабов мясные супы с фасолью и рисом, горохом и вермишелью, горохом и картофелем, со стручковой фасолью, с каперсами и т. д. Из вторых блюд — мясо тушеное и жареное, куры тушеные в томате, пловы. Распространенным блюдом у многих народов является пшеничная или кукурузная каша — бургуль.

Салат из помидоров по-арабски

Помидоры нарезают дольками, укладывают горкой в салатник, солят, поливают лимонной кислотой, по бокам кладут маслины и зеленый лук. Поливают оливковым маслом. Сверху кладут дольку лимона.

Сладкий стручковый перец по-алжирски

Печеные стручки очищают и нарезают крупной лапшой, смешивают с нарезанным кольцами репчатым луком, заправляют по вкусу солью, черным перцем, оливковым маслом и уксусом.

Суп фасолевый с мясом по-арабски

Крупные куски мяса обжаривают без жира и готовят бульон. Затем бульон процеживают, засыпают в него фасоль (красную) и варят

до полуготовности. После этого заправляют пассерованным томатом, мелко нашинкованным пассерованным луком и доводят до готовности. При отпуске кладут кусочки мяса, добавляют ложку чеснокового настоя и посыпают зеленью.

Суп гороховый с мясом и картофелем по-арабски

На мясе, обжаренном без жира, готовят бульон, процеживают, закладывают в него перебранный, промытый горох и варят до полуготовности. Затем кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нашинкованный пассерованный репчатый лук и пассерованный томат. При отпуске кладут 2 кусочка мяса, добавляют настой чеснока и посыпают зеленью.

Мясо тушеное по-арабски

Мясо нарезают крупными кусками, не отбивая, солят, перчат, маринуют 1—2 ч с добавлением лимонной кислоты и мелко нарубленной зелени. Замаринованное мясо обжаривают, перекладывают в сотейник, добавляют пассерованный томат, мелко рубленный пассерованный репчатый лук, нарезанные дольками помидоры, чеснок, лимонную кислоту, соль, молотый перец и тушат до готовности.

Отпускают с припущенным рисом, заправленным томатом или шафраном и пассерованным луком, или картофелем, жаренным во фритюре. При отпуске посыпают зеленью.

Шницель мясной рубленый по-африкански

Мясо пропускают через мясорубку, добавляют отварной рис, мелко рубленный пассерованный репчатый лук, яйцо сырое, соус «Южный», лимонную кислоту, соль, перец, мелко рубленные чеснок и зелень. Массу тщательно перемешивают, разделяют по форме шницелей (по 2 шт. на порцию) и обжаривают основным способом. При отпуске поливают соусом сметанным с томатом и посыпают мелко нарубленной зеленью.

Куры по-арабски

Курицу отваривают, нарубают на порционные куски, маринуют в течение 1—2 ч в чесноковом растворе с добавлением лимонной кислоты и мелко рубленной зелени. Во взбитое яйцо добавляют мелко рубленный пассерованный лук, зелень, лимонную кислоту, соль. Замаринованные, куски курицы панируют в муке, обмакивают в яйце и кладут на раскаленную сковороду. Оставшимся яйцом заливают курицу и запекают ее в жарочном

шкафу. Отпускают с припущенным рисом,заправленным томатом и пассерованным луком.

Омлет с мясом по-арабски

Мясо пропускают два раза через мясорубку с частой решеткой. Яйцо взбивают, добавляют мелко нашинкованный зеленый лук, соль, муку, молоко и соединяют с мясным фаршем. На раскаленную с жиром сковороду выливают массу для омлета, а после загустения ставят ее в жарочный шкаф и доводят до готовности. Гарнир — припущенный рис или картофель фри. При подаче омлет кладут на гарнир и украшают зеленью.

§ 9. Индийская кухня

Основу питания широких масс народов Индии составляет растительная пища: рис, кукуруза, чечевица и другие бобовые, лепешки из муки низших сортов — чопати, овощи.

Большинство индийцев не едят мяса. Исключение составляют главным образом мусульмане, которые используют баранину, козлятину, птицу. Есть мясо коровы и вообще крупного рогатого скота строгой запрещено религиозными законами и древними обычаями, которых придерживаются даже мусульмане. Многие не употребляют также яиц. Жители некоторых прибрежных районов употребляют в пищу-рыбу.

Излюбленным кушаньем является плов, сваренный с бобовыми (иногда со стручками), овощами, с небольшим количеством растительного масла.

Блюда из овощей, бобовых, картофеля, баранины, птицы, рыбы, как правило, подают с различными специями и приправами. Среди них самой популярной приправой считается карри. В ее состав входят: черный и красный перец, мускат, корица, гвоздика, имбирь, орехи, горчица, мята, майоран, петрушка, укроп, чеснок, шафран, лук, помидоры и пр. Все национальные индийские кушанья приготавливаются с луком, чесноком и большим количеством перца.

Важное место в питании индийцев занимают фрукты: бахчевые, свежий и сушеный тутовник, абрикосы, яблоки и т. д.

Любимый напиток индийцев — чай. Его пьют повсеместно с молоком. Распространенным напитком считается также кофе.

Салат по-индийски

Рис отваривают в большом количестве подсоленной воды в течение 15 мин, откидывают и охлаждают. Спаржу отваривают, перец запекают в жарочном шкафу, режут соломкой, яблоки — ломтиками. Рис кладут на середину тарелки, гарнируют спаржей, яблоками, перцем, поливают майонезом.

Рис по-индийски

Рис варят 15 мин в большом количестве подсоленной кипящей воды, откидывают. Затем его перекалывают в сотейник, смешивают со сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу 5—10 мин. Подают как горячую закуску.

Суп-пюре по-индийски

Приготавливают белый соус с луком, отваренным отдельно в воде, перцем карри и пюре из яблок. Затем все проваривают в бульоне и процеживают. В качестве гарнира используют рис, отваренный отдельно. Суп заправляют кипячеными сливками и сливочным маслом.

Бенгальское карри

Обработанного цыпленка, кролика или баранину отваривают, затем нарезают на маленькие кусочки. Обжаренные до золотистого цвета лук и чеснок, кусочки мяса, бульон, пряности, томатный сок, молоко, соль кладут в кастрюлю с разогретым маслом и тушат, все время помешивая. Гарнир — припущенный рис — подают отдельно.

Овощное карри

Лук и чеснок мелко рубят и слегка обжаривают в жире. Добавляют перец карри и держат на огне еще 3—4 мин, затем добавляют нарезанные помидоры или томатную пасту, очищенные и нарезанные стручки зеленой фасоли и немного воды. Когда фасоль будет готова, добавляют мелко нарезанный картофель, соль и доводят блюдо до готовности. Перед концом тушения вводят лимонный сок.

Пуди (лепешки)

Из муки, соды и воды замешивают крутое пресное тесто, как для домашней лапши, и раскатывают его пластом толщиной 1 мм. Затем формой вырезают большие круглые лепешки и жарят их во фритюре. Пуди подают как самостоятельное блюдо или вместо хлеба.

Халуа

В распущенное сливочное масло засыпают манную крупу и обжаривают до коричневого цвета. Изюм и орехи замачивают в холодной воде

и вместе с сахаром и ванилином добавляют к манной крупе, перемешивают. Всю массу прогревают на слабом огне. Халуа можно подавать на лепешке пуди.

§ 10. Итальянская кухня

Итальянская кухня использует самые разнообразные продукты питания: овощи, рыбу, продукты моря (моллюски, крабы, омары, лангусты, креветки, каракатицы и т. д.), говядину и нежирную свинину (в натуральном виде), птицу, фрукты и ягоды, сыр, бобовые (фасоль, горох), рис. Для приготовления различных блюд итальянские кулинары употребляют много пряностей, специй и приправ: маслины, каперсы, цикорий, мускатный орех и пр.

Завтрак у итальянцев, как правило, легкий: хлеб, сыр, кофе. Зато обед очень плотный. В него входят закуска, первое блюдо (минестра), второе блюдо и десерт: сыр, фрукты, кофе. Обычная принадлежность обеда итальянцев — сухое виноградное вино.

Минестру чаще всего составляют супы-пюре, прозрачные супы, супы с макаронами, а также блюда, приготовленные из макаронных изделий, которые в Италии разнообразны по форме и качеству и носят различные названия. Макароны — наиболее типичные для итальянской кухни изделия.

Любимое мясное блюдо итальянцев — рагу: большой кусок мяса, сначала поджаренный до румяной корочки, а затем тушенный в томатном соусе. Отдельно к мясу принято подавать овощной салат.

На второе чаще всего готовят овощные блюда: жареные овощи, сельдерей. Очень популярна тушеная цветная капуста, обильно заправленная оливковым маслом, каперсами и маслинами.

Ужин часто состоит из какого-либо холодного блюда: салата, винегрета, помидоров, сыра.

Сыр является излюбленным кушаньем итальянцев. Распространены всевозможные его сорта: пармезан, сыр из молока буйволиц (моцарелла), соленый сухой сыр из овечьего молока (пекорино) и многие другие.

Типичными для итальянской национальной кухни являются и такие блюда, как ризотто — плов с ветчиной, тертым сыром и луком, с креветками,

грибами, полента - круто сваренная каша из кукурузной муки (ее подают к столу нарезанной ломтиками), телячьи медальоны по-милански, цыпленок с рисом и др.

Из жиров итальянцы употребляют главным образом оливковое масло. Хлеб едят только пшеничный.

Салат по-итальянски

Картофель морковь, сельдерей моют, отдельно отваривают и нарезают мелкими кубиками. Зеленые стручки фасоли очищают, нарезают в виде ромбиков и отваривают. Свежие яблоки и соленые огурцы нарезают кубиками.

Подготовленные овощи складывают в посуду, к ним добавляют часть рубленого филе анчоусов, заправляют майонезом. Всю массу перемешивают, укладывают горкой в салатники на листья салата. Сверху украшают кружочками вареного яйца, маслинами, крабами, яблоками, анчоусами, зеленью.

Консоме с цыпленком и макаронами («Гарибальди»)

Приготавливают прозрачный куриный бульон. Макароны отваривают и нарезают маленькими кусочками, овощи (морковь, сельдерей) нарезают в форме шариков, помидоры — соломкой. При отпуске макароны, овощи, помидоры кладут в тарелку, заливают бульоном и добавляют нарезанный кольцами зеленый салат.

Суп-пюре из чечевицы по-неапольски

Чечевицу перебирают и заливают водой. Добавляют лук, морковь, сельдерей (очищенные, но не нарезанные) и варят до полной готовности чечевицы, солят. Овощи вынимают, а чечевицу вместе с жидкостью протирают через сито. Суп заправляют маслом и сливками, добавляют макароны, отваренные в воде и нарезанные кусочками длиной в 0,5 см. Отдельно подают ломтики хлеба, посыпанные сыром и подрумяненные в жарочном шкафу.

Отбивные по-милански

Яйца взбивают. Отдельно смешивают тертый сыр с сахарным песком. Подготовленные телячьи отбивные обмакивают в яйца, затем обваливают в смеси из сахара и сыра и обжаривают с двух сторон в хорошо разогретом масле. Подают горячими, сбрызнув соком лимона. Гарнир — отварные и политые маслом макароны или картофель. Блюдо украшают ломтиками лимона и веточками петрушки.

Цыпленок с рисом

Цыпленка рубят на порционные куски. Бекон нарезают тонкими ломтиками. Куски цыплят и бекон кладут в кастрюлю с маслом и подрумянивают, добавляют мелко нарезанный лук, томатный сок или томат-пюре, размешивают, заливают белым вином и бульоном, солят, посыпают черным перцем и тушат до полуготовности. Куски

цыпленка перекладывают на противень, добавляют промытый рис, посыпают черным перцем, заливают соусом, образовавшимся от тушения цыпленка, и тушат в жарочном шкафу до готовности. Отдельно подают тертый сыр.

§ 11. Китайская, монгольская, корейская и японская кухня

Китайская кухня

Основу китайской национальной кухни составляют блюда из разнообразных продуктов: крупы, муки, овощей, мяса, рыбы, морских беспозвоночных животных, водорослей, домашней птицы, молодых побегов бамбука и др.

Наиболее популярен рис. Во многих местах рисовая каша, приготовленная различными способами, заменяет хлеб. Ни один прием пищи не обходится без каши. Ее варят также из гаоляна, кукурузы, проса. Из риса варят кашу сухую рассыпчатую (дань) и очень жидкую (дамичжоу), которую китайцы очень любят и употребляют только на завтрак.

Китайская пища немыслима также без зернобобовых и продуктов из них: соевого масла, соевого молока, творога из сои. Зернобобовые культуры - основной источник белка в пище широких народных масс, заменяющий мясо, потребление которого весьма ограничено.

Большой популярностью у китайцев пользуются блюда и изделия из муки. Среди них: лапша, вермишель, различного вида лепешки, паровые хлебцы (пампушки), пельмени, ушки, сладкое печенье.

Большую роль играют в китайской кухне овощи. Наиболее широко используются капуста (салатная китайская, белокочанная, сычуаньская), картофель, редька разных видов, зеленый лук-батун, чеснок, томаты, перец, шпинат, зеленые стручки фасоли и др.

Из мясных продуктов самое широкое применение в китайской кухне находит свинина; говядина и баранина используются значительно реже. Большинство мясных блюд готовят из мяса, нарезанного мелкими ломтиками, кубиками, соломкой; Основной способ тепловой обработки — жарение на сильном огне.

Для многих блюд используется также мясо домашней птицы, особенно кур и уток.

Среди рыбы, которую используют китайские кулинары, - китайский окунь, камбала, сабля, а также морские беспозвоночные животные. Популярны также креветки, крабы, различные моллюски (кальмары, осьминоги, каракатицы), устрицы и пр.

Из напитков самым распространенным является чай.

Режим питания у китайцев трехразовый. Традиционное время обеда ровно в полдень.

Монгольская кухня

Основу монгольской национальной кухни составляют блюда, приготовленные из молочных и мясных продуктов, а также мучные изделия. Из молока готовят различные виды сыров, простокваши и напитки.

Из мясных продуктов наиболее широко используется баранина. Основной способ тепловой обработки - варка. Разрезанное на куски мясо заливают водой и варят, слегка подсаливая, а часто совсем без соли. Бульон заправляют крупой (пшеном, рисом), вермишелью или лапшой.

Из мучных изделий популярны борцог — куски мелко нарезанного теста наподобие украинских галушек, сваренного в бараньем жире или масле, хальмаг - поджаренная смесь растопленных пенек и муки, пирожки с начинкой из сырого мяса.

Любимый напиток - чай. Употребляют главным образом кирпичный чай, который густо заваривают и заправляют молоком, маслом или салом с солью.

Корейская кухня

Корейская кухня во многом сходна с китайской. Так же как и китайские, корейские кулинары широко используют рис, овощи, рыбу, изделия из муки. Мясо, главным образом свинина, употребляется сравнительно в небольших количествах. В качестве приправы к многим блюдам служит соя. Молочные продукты и молоко в пищу почти не употребляют. Многие блюда готовят на растительном масле.

Японская кухня

Основу японской кухни составляют следующие продукты: овощи, рис, рыба, многие морские животные. Японцы любят блюда из говядины, свинины, баранины и птицы, но употребляют эти мясопродукты мало, так как они стоят очень дорого.

Любимым продуктом является рис. Его варят под крышкой в небольшом количестве воды. Во время варки рис никогда не помешивают. Как правило, рис варится несоленый, поэтому к нему подают острые соленые или остросладкие приправы.

Из овощей широко используются капуста, огурцы, редис, репа, баклажаны, а также картофель, соя и различные виды бобов, часто проращиваемые до их употребления в пищу.

Очень многие национальные блюда готовятся из даров моря: моллюсков, трепангов, кальмаров, осьминогов, крабов, креветок, морских водорослей. Большое значение в питании японцев имеют бобовые продукты - тофу и мисо. Тофу - бобовый сыр, состоящий в основном из соевого белка и напоминающий по виду творог. Это почти повсюду обязательное блюдо на завтрак. Мисо — полужидкая масса, приготавливаемая из вареных и раздавленных соевых бобов, в которую для брожения прибавляют дрожжи. Мисо идет для приготовления различных супов.

Для приготовления вторых блюд широко употребляется рыба в различных видах: сырая, нарезанная ломтиками, жареная и пр., макарены.

Большинство японских национальных блюд обязательно подают с различными острыми приправами. Существует много видов приправ, но основные приготавливаются из редьки, редиса и зелени. Широко используются в качестве приправы, а также для изготовления супов и других блюд соленые и квашеные овощи: квашеная редька, маринованный чеснок, соленые огурцы.

Любимый напиток - чай. Его приготавливают из зеленых чайных листьев, высушенных и растертых в порошок. Японский чай имеет зеленоватый цвет и по виду и вкусу отличается от европейского. Пьют чай без сахара.

Салат из помидоров

Помидоры промывают, вырезают плодоножки и нарезают кружочками толщиной 3 мм, кладут горкой в салатник или на тарелку и посыпают сахарным песком.

Салат из почек

Свиные почки зачищают, нарезают соломкой, затем ошпаривают кипятком, откидывают и охлаждают. Зеленый салат нарезают на 2—3 части. На середину тарелки кладут салат, сверху почки и поливают все соевым соусом, смешанным с кунжутным маслом, концентратом (глюконатом натрия) и уксусом.

Креветки в коричневом соусе

Креветки очищают от панциря и нарезают ломтиками. Зеленый лук (белую часть, но не головку) и имбирь шинкуют соломкой и смешивают. При отпуске креветки кладут горкой на тарелку,

посыпают имбирем и зеленым луком, поливают соевым соусом, смешанным с кунжутным маслом, концентрированным куриным бульоном без специй, концентратом, рисовой водкой. Отдельно подают соевый соус.

Суп гороховый по-монгольски

Репчатый лук мелко шинкуют и пассеруют в масле до золотистого цвета, заливают холодным бульоном, кладут горох и варят. Затем лук и горох протирают через сито, кладут в бульон, добавляют томатный сок, заправляют солью и перцем и проваривают 10 мин на слабом огне. При отпуске кладут сметану.

Летний суп (Япония)

Огурец очищают, нарезают ломтиками. Прозрачный крепкий мясной бульон доводят до кипения, всыпают свежий зеленый горошек и варят 10 мин, затем добавляют соль, соевый соус, ломтики огурца и варят еще 5 мин. После этого бульон процеживают. Отваривают яйца в мешочек без скорлупы. При подаче в тарелку кладут ломтики огурца, горошек, яйцо и заливают горячим бульоном.

Филе из кур жареное с перцем

Куриное филе нарезают кубиками, смачивают в яичном белке, смешанном с крахмалом, который предварительно разводят холодной водой и обжаривают во фритюре до образования бледной корочки. Красный стручковый перец очищают от семян и нарезают мелкими квадратиками, репчатый лук — кубиками.

Лапша черная по-японски

Из соевой муки, воды, яйца с добавлением соли замешивают тесто, дают ему подойти в течение 30 мин. Затем раскатывают очень тонкий пласт и сворачивают рулоном длиной 25 см. Нарезают на кусочки шириной 0,5 см и опускают в кипящую воду.

§ 12. Скандинавская кухня

Основу скандинавской кухни составляют рыба и другие продукты моря. Почти ежедневно на столе датчан, шведов, финнов и норвежцев бывают рыбные блюда. Из рыбы готовятся салаты, первые, вторые блюда. В Финляндии, особенно на ее востоке, распространены рыбники - пироги с рыбой.

В Дании наиболее часто используются следующие виды рыбы; сельдь, макрель, угорь, камбала, лосось. Их едят в вареном и соленом виде. Менее распространена копченая и вяленая рыба.

В меню норвежцев наиболее популярны треска или соленая сельдь с картофельным гарниром, жареная треска, камбала или палтус. В Норвегии употребляют рыбу также в копченом и вяленом виде.

Для скандинавской кухни характерно широкое применение бутербродов.

Заметное место в рационе народов Скандинавских стран занимает и мясо - говядина, телятина, свинина.

Еще одна особенность скандинавской кухни — широкое использование молока и молочных продуктов. Молоко - один из самых любимых напитков.

Скандинавские кулинары широко применяют и различные крупы. Традиционные датские блюда - каши: пшеничная, овсяная, перловая, манная и рисовая.

Стол народов Скандинавии дополняют бобы, разнообразные овощи, фрукты, ягоды. Особенно широк ассортимент блюд из картофеля. Его используют и как самостоятельное блюдо, и в качестве гарнира.

Излюбленный напиток скандинавских народов — кофе.

Из хмельных напитков очень популярны пиво, виски, водка, джин, различные ликеры.

Огурцы по-датски

Отварную семгу протирают через сито, добавляют масло и сливки, тщательно перемешивают массу. Маринованную сельдь и яйцо мелко рубят, смешивают с приготовленным пюре и заправляют уксусом. Огурцы очищают, нарезают пополам, выскабливают семена, начиняют пюре и посыпают тертым хреном.

Салат из сельди

Сельдь замачивают и разделяют на чистое филе, за-

локи, картофель и лук нарезают мелкими кубиками. Белки яиц мелко рубят, а желтки протирают через сито. Все перемешивают и заливают заправкой из смеси оливкового масла и сливок. При отпуске салат посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Тефтели «селёдочно-птичьи гнезда».

Сельдь вымачивают, разделяют на чистое филе и мелко рубят вместе с анчоусами, луком, каперсами или солеными огурцами. Из подготовленной массы формируют тефтели. В середину каждой тефтели кладут вареные яичные желтки. Отпускают тефтели на листьях зеленого салата.

Суп весенний

Цветную капусту, лук, сельдерей, морковь мелко режут и кладут в посуду, добавляя зеленый горошек, немного бульона, и припускают до готовности.

Отдельно отваривают шпинат и мелко его нарезают. Готовят белый соус. В кипящий бульон кладут припущенные овощи, шпинат, добавляют белый соус и проваривают. Перед подачей заправляют льезоном и посыпают рубленой зеленью петрушки.

Камбала по-датски

Рыбу разделяют на филе. Филе рыбы кладут в смазанную маслом посуду, заливают вином и варят на слабом огне до готовности. Оставшуюся рыбу нарезают на куски, панируют в муке, яйцах и сухарях. Жарят во фритюре.

Соус

Готовят жирную пассеровку, разводят горячим бульоном, добавляют молоко, кипятят и процеживают. В соус добавляют отварную спаржу, нарезанные соломкой грибы, предварительно обжаренные на сливочном масле с лимонным соком, соль, перец по вкусу.

При отпуске на середину блюда кладут отварную рыбу и заливают соусом. Затем с одной стороны блюда укладывают жареную рыбу фри, а с другой — картофельное пюре.

Картофель по-датски

В подсоленной воде отваривают картофель (мелкий) и очищают его от кожицы. На сковороде разогревают свиной смалец,

добавляют сахарную пудру, кладут подготовленный картофель и жарят, пока сахар не начнет карамелизироваться. Посыпают картофель солью и измельченным в порошок мускатным орехом. Подают горячим, посыпав мелко рубленной зеленью петрушки.

Сельдь жареная

Свежую сельдь чистят, каждую разрезают вдоль пополам, слегка солят, сбрызгивают уксусом и смазывают с обеих сторон горчицей. Панируют сначала в муке, затем в сухарях. Шпик нарезают кубиками и вытапливают. На этом жире обжаривают сельдь с обеих сторон. Подают с картофельным салатом или картофельным пюре.

§ 13. Французская кухня

Французская национальная кухня отличается разнообразием, которое обусловлено широким ассортиментом используемых продуктов и различными способами их приготовления. Несмотря на региональные различия существуют общие, характерные особенности во французской национальной кухне. Прежде всего это широкое применение овощей и корнеплодов. Картофель, различные сорта лука (в том числе шалот, придающий пище специфический вкус), стручковая фасоль, шпинат, капуста разных сортов, помидоры, баклажаны, сельдерей, петрушка, салаты используются для приготовления закусок, первых и вторых блюд, а также в качестве гарниров.

Широко используется сыр для приготовления различных блюд, в том числе и первых. Сыр обязательно подают перед десертом. Сыр с хлебом и вино — обычный завтрак рабочего.

Еще одна особенность французской кухни — большое разнообразие соусов. Соусы широко применяются при приготовлении мясных блюд, салатов, различных холодных закусок, они очень разнообразят пищу.

Широко распространены блюда из морской и пресноводной рыбы: трески, камбалы, палтуса, скумбрии, щуки, карпа, а также из таких продуктов моря, как устрицы, креветки, лангусты, морские гребешки.

Характерен для французского стола и омлет. Его часто готовят с различными гарнирами — ветчиной, сыром, грибами, с зеленью, фаршированными помидорами и т. д.

Из первых блюд очень любимы супы-пюре из лука-поррея с картофелем и луковый суп, заправленный сыром. Широко известен также провансальский рыбный суп — буйабес.

Салат из сельдерея (бон фам). Ботву и стебель сельдерея нарезают соломкой и смешивают с очищенными и нарезанными соломкой яблоками. Укладывают в салатник и заливают горчичным соусом, разведенным сливками и лимонным соком.

Салат летний

У крупных помидоров срезают верхнюю часть и ложкой вынимают мякоть. Яйца варят вкрутую, нарезают поперек на половинки и вынимают желтки. Из желтков, замоченного в молоке хлеба, мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, мякоти маслин готовят фарш и заполняют им белки.

Мелко нарезают овощи - огурцы, морковь, редис, ветчину, креветки или крабы, все тщательно перемешивают и фаршируют этой смесью помидоры. Сверху укладывают нафаршированные половинки яиц.

Листья зеленого салата и сладкий зеленый перец нарезают узкими полосами и на слой этой зеленой массы помещают помидоры. Сверху на яйца кладут крест-накрест кильки, очищенные от голов и костей.

Консоме с овощами и яйцом по-парижски. Очищенные морковь, сельдерей, лопаточки зеленого горошка, стручки зеленой фасоли нарезают мелкими кубиками и варят в бульоне до готовности. Яйца в мешочек очищают от скорлупы.

При подаче в глубокую тарелку кладут яйца в мешочек и заливают консоме.

Суп луковый по-парижски

Тонко нарезанный репчатый лук (неострый) подрумянивают на сливочном масле, затем добавляют, размешивая, муку. Когда мука подрумянится, вводят бульон, перец, лавровый лист, солят и варят.

В суповую миску кладут подсушенные на сливочном масле тонкие ломтики хлеба, посыпают их тертым сыром и заливают кипящим супом. Миски накрывают крышками и дают постоять 6 мин. Перед подачей на стол посыпают укропом.

Треска с фасолью

Фасоль отваривают в подсоленной воде. Рыбу отваривают, охлаждают и нарезают мелкими кусочками. Мелко нарезанные лук и чеснок обжаривают в смеси сливочного и оливкового масла в сковороде, вводят часть растертой фасоли, смешанной с луком, рыбу, фасоль, солят, перчат, и ставят на огонь. Подают на ломтиках обжаренного хлеба.

Цыпленок с морковью

Подготовленного цыпленка рубят на порционные куски, солят и обжаривают на масле. Репчатый лук мелко нарезают, пассеруют и добавляют к цыплятам. Заливают куриным бульоном, кладут ароматическую зелень и тушат под крышкой на слабом огне до мягкости. Морковь нарезают кружочками и тушат до готовности с сахаром и маслом.

Цыпленка укладывают на тарелку, вокруг раскладывают морковь и посыпают все мелко рубленной петрушкой. Отдельно подают салат по выбору.

Розеты свиные по-провансальски

Свиные розеты нарезают из филе или корейки кусками в виде котлет, но без кости, слегка отбивают, посыпают солью, черным перцем и поджаривают на свином сале.

Лук-саженец и маслины припускают до мягкости с маслом. Шляпки свежих грибов отваривают. Выемкой формируют из сырого картофеля орешки и поджаривают на масле. Помидоры нарезают тонкими ломтиками.

Готовые розеты укладывают на поджаренные в масле хлебные крутоны, а на них немного помидоров. Остальной гарнир раскладывают вокруг мяса бутонами. Розеты поливают соусом провансаль, который готовится так: в жир, в котором жарились розеты, добавляют томат-пюре, вино и немного мясного сока, проваривают, а затем процеживают через сито. Отдельно к блюду подают салат по выбору.

§ 14. Кухни народов Латинской Америки

Кухни народов латиноамериканских стран - Мексики, Бразилии, Аргентины, Перу, Чили, Уругвая, Эквадора, Колумбии и др. — во многом схожи между собой. Наиболее типичны для этих кухонь следующие черты: широкое использование для приготовления многих блюд кукурузы, различных овощей, особенно помидоров, бобов, фасоли. В некоторых странах популярны тонкие лепешки из кукурузы - тортильяс.

Характерны для кухни латиноамериканских стран блюда из натурального мяса, главным образом говядины и свинины, поджаренных на решетках и углях до полуготовности. Популярны блюда и из тушеного мяса с красной фасолью и копченой колбасой в томатном соусе с красным молотым перцем.

Большое распространение получили мясные колбаски типа грузинских купат. Фарш для них готовят из хорошо измельченной говядины, смешанной с мелкими кусочками свиного сала, репчатым луком, перцем, корицей и гвоздикой. Готовые колбаски жарят на углях.

Еще одна особенность - мясные продукты для вторых блюд, а также рыбу не панируют.

Гарниры к мясным блюдам подаются отдельно. Их готовят, как правило, из овощей, картофеля, кукурузы, риса, иногда в качестве гарнира подают лапшу. Гарниры заправляют только сливочным, а салаты - оливковым маслом. Майонез и сметана используются редко. Первые блюда употребляют весьма ограниченно.

Во многих странах большой популярностью пользуются различные блюда из рыбы и морских животных: раков, креветок, осьминогов и т. д.

Видное место в питании южноамериканцев занимают фрукты, фруктовые соки, сыры. Самый любимый напиток — черный кофе.

Характерен и режим питания: легкие завтраки, состоящие из сливочного масла, джема, варенья, булочки, соков, кофе с молоком, и плотные, обильные обеды и ужины.

Салат по-мексикански

Филе жареного цыпленка нарезают соломкой. Очищенный сельдерей измельчают на терке. Сладкий перец, репчатый лук и салат шинкуют соломкой. Овощи и мясо укладывают в посуду, вливают салатную заправку из оливкового масла, уксуса, соли и

сахара. Перед подачей салат украшают маслинами, листьями салата и луком.

Салат из редиса

У редиса удаляют ботву (белый редис очищают от кожицы), затем его промывают и нарезают тонкими кружочками. Помидоры промывают и нарезают ломтиками, репчатый лук и мяту мелко шинкуют. После этого овощи соединяют и заправляют салатной заправкой, приготовленной из оливкового масла, лимонного сока, соли и перца.

Салат бразильский

Сельдерей и яблоки нарезают соломкой, бананы -кружочками. Мандарины очищают от кожи и делят на дольки. Все продукты смешивают, добавляют виноград и заправляют майонезом. Готовый салат укладывают в салатник или на та-

релку в виде горки и украшают дольками мандаринов, виноградом и кусочками бананов.

Суп вермишелевый по-аргентински

Вермишель отваривают. Репчатый лук, помидоры и петрушку (корень) обжаривают на сливочном масле, добавляют шафран, подготовленную вермишель и еще обжаривают. Затем вливают бульон и доводят до кипения, Заправляют по вкусу солью, черным и красным перцем. Перед подачей суп посыпают тертым сыром.

Суп-пюре из чечевицы по-бразильски

Чечевицу перебирают, заливают водой, добавляют очищенные, но не нарезанные лук, морковь и сельдерей и варят до полной готовности чечевицы. Солят. Овощи вынимают, а чечевицу вместе с жидкостью протирают. Полученное пюре взбивают венчиком и протирают через сито В суп кладут кусочек масла, заправляют сливками и яичным желтком. При отпуске в суп кладут томатный роаяль, нарезанный кубиками, и отварной рис.

Пикша по-бразильски

Пикшу разделяют на филе с кожей без реберных костей и нарезают небольшими кусочками. Глиняную посуду смазывают оливковым маслом, кладут в нее кусочки рыбы, измельченный чеснок, соль, перец, репчатый лук, помидоры, петрушку (чередую ряды) и ставят на холод на 30 мин. Затем сверху поливают оставшимся оливковым маслом и лимонным соком. Запекают в жарочном шкафу в течение часа.

Карбонадо аргентинское

Репчатый лук шинкуют полукольцами, помидоры нарезают ломтиками, мясо - - кубиками. Подготовленные продукты обжаривают на сливочном масле. Затем добавляют бульон, соль, перец и тушат. После этого кладут картофель, груши, нарезанные ломтиками, и тушат еще. Незадолго до готовности добавляют изюм без косточек.

Вопросы для повторения

1. Каковы характерные особенности болгарской кухни? Как готовят и подают блюда: салаты, суп чорба, гювечи, кебабчета, мусака, плакия, яхния?
2. Каковы характерные особенности блюд венгерской кухни? Как готовят и подают следующие блюда: салаты, суп-гуляш, паприкаш из цыплят, перкельт, токаны?
3. Каковы характерные особенности немецкой кухни? Как готовят и подают блюда: салат из колбас, консоме по-германски, айсбайн, суп-пюре гороховый?
4. Каковы характерные особенности польской кухни? Как готовят и подают блюда: щи по-польски, котлета свиная «Заглоба», фляки?
5. Каковы характерные особенности румынской кухни? Как готовят и подают: суп по-румынски, баклажаны по-португальски, свиную отбивную в тесте?
6. Каковы характерные особенности чехословацкой кухни? Как готовят и подают: салат влажский, конвертики по-чешски, кнедлики, ражнички, фруктовые салаты?
7. Каковы характерные особенности английской кухни? Как готовят и подают: салат по-английски, филе щуки, утку по-английски?
8. Каковы характерные особенности блюд арабской кухни? Как готовят и подают: салат из помидоров, фасолевый и гороховый супы, тушеное мясо, кур по-арабски?
9. Каковы характерные особенности индийской кухни? Как готовят и подают: салат по-индийски, рис по-индийски, суп-пюре, овощное карри?

10. Каковы характерные особенности итальянской кухни? Как готовят и подают: салат по-итальянски, консоме «Гарибальди», отбивные по-милански, цыпленка с рисом?

11. Каковы характерные особенности китайской, корейской, монгольской и японской кухни? Как готовят и подают: салат из почек, креветки в коричневом соусе, суп гороховый по-монгольски, лапшу черную по-японски?

12. Каковы характерные особенности скандинавской кухни? Как готовят и подают: салат из сельди, тефтели «селёдочно-птичьих гнезда», весенний суп, камбалу по-датски?

13. Каковы характерные особенности французской кухни? Как готовят и подают блюда: салат из сельдерея, консоме с овощами и яйцом, луковый суп, свиные розетки?

14. Каковы характерные особенности кухни народов Латинской Америки?