

Тема IV: Технологія приготування соусів.

Значення соусів в харчуванні, класифікація.

План.

1.Значення соусів в харчуванні.

2.Класифікація соусі

Відповіді.

1.Соус – це додатковий компонент страви з напіврідкою консистенцією, який використовують у процесі її приготування або подають до готової страви для поліпшення смаку, аромату й зовнішнього вигляду. Соусом поливають основний продукт, заправляють перші страви або подають до страв окремо в металевих чи фарфорових соусниках, які ставлять поряд із стравою на тарілочці. На порцію подають 50, 75, 100 г. інколи 25 г. Соуси доповнюють склад страв, підвищують їхню енергетичну цінність, оскільки до більшості з них входять вершкове масло, олія, сметана, борошно. Соуси приготовлені на м'ясних і рибних, грибних бульйонах, багаті на екстрактивні речовини, тому збуджують апетит. Підібрати соуси до окремих страв треба вміло. Бідні на жири страви слід подавати з соусом польським, який збагачує страву жирами (варена риба), соус сухарний підвищує енергетичну цінність страв з відварної капусти. Соуси, до складу яких входять хрін, гірчиця й цибуля, подають до страв не дуже гострих м'ясних), з грибів до рисових, картопляних страв. Соуси до складу якого входять сметана і яйця, поліпшують смак овочевих страв і значно підвищують їх поживність, а м'ята усуває специфічний запах і присмак баранини.

2. Класифікація соусів.

За способом приготування соуси поділяють на дві групи : з загусниками, при виготовленні яких використовують пасероване борошно, крохмаль, і без загусників. За температурою подавання їх поділяють на гарячі температура подавання 65 – 70*С. і холодні 10 – 12*С.

За кольором розрізняють соуси червоні і білі. Як рідку основу для соусів використовують бульйони – м'ясні, рибні, грибні, молоко, сметану, вершкове масло, олію, оцет. Особлива група – солодкі соуси, готують на воді, овочевих і круп'яних відварах. За консистенцією розрізняють соуси рідкі для поливання і тушкування страв, середньої густоти – для запікання і додавання в овочеві страви і начинки, для фарширування і додавання як в'язку основу до деяких страв, густі соуси – для фарширування .

Основними соусами називають – соуси приготовлені на певній рідкій основі з максимальною кількістю продуктів. Похідними називають – якщо до основного соусу додати інші продукти і приправи.

Приготування напівфабрикатів для соусів : пасеровок овочевої, борошняної (сухої та жирової), м'ясний сік.

План.

1.Приготування напівфабрикатів для соусів : пасеровок овочевої, борошняної, м'ясний сік.

Відповіді.

1.Більшість соусів готують з загусником, як загусник використовують борошно, яке надає соусам густої консистенції. Щоб соус був однорідний, без грудочок, борошно пасерують (нагрівають до температури 120 – 150*С.) в процесі пасерування воно набуває аромату смаженого горіха, тому при розведенні гарячим бульйоном або молоком, борошно не утворює клейкої маси.

Залежно від способу приготування борошняну пасеровку поділяють на суху і жирову, за кольором - червону і білу.

Червону пасеровку можна приготувати без жиру і з жиром.

При пасерування без жиру – борошно просіюють, насипають на лист шаром 4 см. і безперервно помішуючи, обсмажують до світло – коричневого кольору при температурі 150 – 160 *С. Для червоної пасеровки з жиром використовують харчові жири, маргарин або вершкове масло. У посуді з товстим дном розтоплюють жир, всипають борошно і пасерують до світло – коричневого кольору і розсипчастої консистенції. Червону борошняну пасеровку використовують для червоних соусів.

Білу пасеровку готують для білих соусів на м'ясному, рибному бульйоні, а також молочних і сметанних. У посуді розтоплюють жир, всипають помішуючи просіяне борошно, яке нагрівають при температурі 120*С. до кремового відтінку, не допускаючи зміни забарвлення, білу пасеровку без жиру готують так само як червону суху пасеровку, але борошно підсмажують до світло – жовтого кольору.

М'ясний сік.

При обсмажуванні великих кусків м'яса або птиці на сковороді чи листі залишається м'ясний сік. Після смаження сік випарюють майже досуха, жир зливають, розводять бульйоном або водою, доводять до кипіння і проціджують. Використовують для поливання м'ясних смажених страв.

Овочева пасеровка – пасерують ріпчасту цибулю, моркву, томатне пюре.

Спочатку пасерують з жиром нашатковану цибулю, потім додають нарізану моркву і пасерують, через 2 – 3 хв. кладуть петрушку, селеру, використовують тваринні або рослинні жири.

Томатне пюре пасерують з розігрітим жиром 5 – 10% маси томатного пюре, помішуючи 30 – 50 хв.

Принципи підбирання соусів до страв.

План.

1.Принципи підбирання соусів до страв.

Відповіді.

Соус – це додатковий компонент страви з характерною напіврідкою консистенцією, який використовують у процесі приготування страви.

Соуси подають до готової страви для поліпшення її смаку і аромату, надають їм соковитості, підвищують калорійність і засвоювання їжі.

Аромат і гострий смак соусів збуджують апетит, що зумовлено наявністю в них високо екстрактивних бульйонів, гострих приправ, оцту або лимонної

кислоти, вин і прянощів. Тушкування м'яса з гострими соусами сприяє переходу колагену в глютин і розм'якшенню м'яса. Завдяки соусам з одного виду продуктів можна приготувати різні за смаком страви, крім того, використовуючи соус, стравам можна надати гарного зовнішнього вигляду. До складу соусів входять такі продукти як масло вершкове, сметана, яйця, борошно та ін.. Крім того, використовуючи соус, страві можна надати гарного зовнішнього вигляду. Наприклад, червоний маринад відтіняє білий колір риби.

Соус майонез використовують для оформлення салатів.

Страви з відварної риби, слід подавати з соусом польським, який збагачує страву жирами, соус сухарний підвищує калорійність страв з відварної капусти більш як у два рази. При правильному підборі соусів підвищується калорійність страв, доповнюється їхній склад. Так бідні на жири страви з відварної риби, слід подавати з соусом польським, який збагачує страву жирами, соус сухарний підвищує калорійність страв з відварної капусти більш як у два рази. Соусами поливають основний продукт або гарнір, заправляють ними супи або подають до страв окремо в металевих або фарфорових соусниках, які ставлять поряд з блюдом на тарілочці.

На порцію страви подають 50, 75, 100 г. соусу. За температурою подавання соуси поділяють на гарячі температура 65 – 70*С. і холодні – 10- 12 *С.

Соус білий основний. Технологія приготування основного соусу та його похідних на м'ясному та рибному бульйонах. Використання, вимоги до якості.

План.

1.Технологія приготування білого основного соусу на м'ясному бульйоні та його похідних, використання, вимоги до якості.

2.Технологія приготування білого основного соусу на рибному бульйоні та його похідних, використання, вимоги до якості.

Відповіді.

1.Білі соуси готують на основі борошняної пасеровки на м'ясному бульйоні, він містить менше екстрактивних речовин, ніж червоний, тому характеризується помірною сокогінною діяльністю. Для поліпшення смаку в білі соуси додають лимонну кислоту, яка сприяє кращому засвоєнню їжі. Соуси білі на м'ясному бульйоні. – соус білий основний.

Борошно пасерують на жиру і поступово розводять м'ясним бульйоном. Четверту частину гарячого бульйону вливають невеликими порціями в борошняну пасеровку, охолоджену до 60 -70*С., безперервно помішуючи мішалкою в один бік, доводять масу до консистенції густої сметани. Потім вливають решту бульйону і добре розмішують до утворення однорідної маси, кладуть дрібно нарізані петрушку, селеру, цибулю і варять 25 – 30 хв., збирають піну, наприкінці варіння додають сіль, перець горошком, лавровий лист. Соус проціджують, протираючи овочі і доводять до кипіння, заправляють маргарином і зберігають на марміті. Якщо соус використовують

для супів, запікання м'яса і приготування похідних соусів, не рекомендовано заправляти лимонною кислотою і жиром. Подають до відварного і припущеного м'яса.

Похідні - соус паровий, соус білий з яйцем, соус білий з капарцями, соус томатний, соус томатний з грибами.

Соус білий з яйцем. – сирі жовтки змішують з кусочками вершкового масла, додають бульйон або вершки і проварюють на водяній бані при температурі 60 – 70*С. до загусання, безперервно помішуючи. Суміш з'єднують з білим соусом при температурі не вище 70*С., додають розтертий мускатний горіх, сіль, лимонну кислоту.

Соус томатний – є похідним від білого соусу. Пасеровані овочі з томатом з'єднують з білим соусом і варять 30 хв. За 10 хв. до готовності, додають лавровий лист, мелений перець, сіль, цукор, лимонну кислоту, готовий соус проціджують, доводять до кипіння і заправляють маргарином, можна додати біле сухе вино. Подають : до страв зі смаженого м'яса, ескалопа, лангету, мозку фрі, баранячої грудинки фрі, страв з котлетної маси, овочів, чахохбілі. Вимоги до якості : зовнішній вигляд – однорідна еластична маса, без поверхневих плівок. Соус з капарцями, смак насичений з кислуватим присмаком капарців. Колір кремовий, консистенція в'язка, напіврідка. М'ясні білі соуси мають смак м'ясного або курячого бульйону з ніжним ароматом пасерованого білого коріння і цибулі, колір – від світло – кремового, консистенція однорідна.

2. Соус білий основний на рибному бульйоні.

Білі соуси на рибному бульйоні , використовують тільки для рибних страв.

Соус білий основний. Гарячу білу борошняну пасеровку, поступово розводять гарячим рибним бульйоном, приварюють, додають нарізані соломкою біле коріння, ріпчасту цибулю і варять 30 хв., знімають піну, заправляють сіллю, проціджують і доводять до кипіння. Соус білий основний використовують для приготування похідних соусів. Якщо його використовують для запікання риби, то коріння і цибулю не додають.

Подають білий соус до вареної або припущеної риби, заправляють лимонною кислотою і столовим маргарином.

Похідні соуси – соус паровий подають до відварних і припущених рибних страв, соус біле вино, до страв з відварної і припущеної риби , соус білий з розсолом, соус томатний, подають до відварних, припущених, смажених, запечених рибних страв, соус томатний з овочам до страв з відварної, припущеної риби і котлетної маси. Вимоги до якості : рибні соуси готують на рибному бульйоні, мають виражений смак і аромат білого коріння, риби і спеції. Колір злегка кремуватий, білий. Консистенція однорідна , в'язка, еластична без плівок і грудочок. Томатний соус має чітко виражений кисло – солодкий смак.

Технологія приготування молочного, сметанного, грибного соусів (основного та їх похідних). Вимоги до якості, використання соусів.

План.

1. Технологія приготування соусу молочного, та їх похідних, вимоги до якості.
2. Технологія приготування соусу сметанного, та їх похідних, вимоги до якості.
3. Технологія приготування соусу грибного, та їх похідних, вимоги до якості. Відповіді.

1. Соуси молочні готують на незбираному молоці або молоці, розведеному бульйоном чи водою, з додаванням пасерованого до світло – кремового кольору на вершковому маслі. Залежно від використання соуси молочні мають рідку, середню і густу консистенцію.

Соус молочний.

Білу борошняну жирову пасеровку поступово розвести гарячим молоком, безперервно нагріваючи і помішуючи, проварити 7 – 10 хв., додати цукор, сіль, процідити, довести до кипіння і заципати кусочками вершкового масла, щоб на поверхні не утворилась плівка. Консистенція соусів залежить від кількості борошна. На 1л. густого соусу - 130г. борошна, середньої густоти – 100 г., і для рідкого соусу – 50 г. борошна.

Рідкий соус використовують для поливання овочевих, круп'яних і других страв; середньої густини – для запікання (з додаванням сирих яєчних жовтків), страв з овочів, м'ясних, рибних і для заправлення варених овочів, густий – для фарширування котлет із птиці і дичини, а також як зв'язуючу основу для морквяних котлет.

Похідні від молочного соусу : молочний з цибулею, молочний солодкий.

Подають до натуральних котлет і смаженого м'яса баранини. Готовий соус повинен мати ніжний смак з легким присмаком і запахом цибулі. Молочний солодкий подають до пудингів, запіканок, сирників, круп'яних і овочевих страв. Вимоги до якості : смак ніжний з ароматом молока, колір білий, або світло – кремовий, консистенція однорідна, без поверхневих плівок.

2. Соуси сметанні.

Соуси сметанні натуральні готують на сметані і білому соусі. Рідкою основою натурального соусу є сметана і біла борошняна пасеровка.

Найчастіше готують сметанний соус на білій пасеровці і рідкій основі 50% сметани і 50% м'ясного або рибного бульйону, залежно від призначення соусу. Соуси сметанні, приготовлені на м'ясному, овочевому відварі, використовують для м'ясних, рибних, овочевих страв, а на рибному бульйоні – тільки для рибних.

Соус сметанний.

У білий соус додають підігріту сметану, сіль, перець і варять 3 – 5 хв., проціджують, доводять до кипіння і заципують вершковим маслом.

Використовують для приготування похідних соусів. Соус сметанний з томатом, використовують для овочевих фаршированих страв і тюфтельок, соус сметанний з цибулею до лангету, биточків, печінки бефстроганов, соус

сметаний з хріном до відварної яловичини, язика, шинки, рулету, смаженого поросяти.

Вимоги до якості. Сметанні соуси мають насичений смак сметани, колір від білого до світло – кремового, а сметана з томатом – рожевого, консистенція однорідна, в'язка, еластична.

3. Соуси грибні.

Грибні соуси мають сильний аромат і характерний смак. Основою для приготування грибних соусів є біла борошняна пасеровка і відвар з білих грибів. У соус кладуть готові гриби, нарізані соломкою або дрібно посічені. Білу борошняну пасеровку готують на жиру.

Соус грибний – відварені гриби і ріпчасту цибулю нарізують соломкою, цибулю пасерують, з'єднують з грибами і обсмажують. Гарячу білу пасеровку поступово розводять гарячим грибним бульйоном і варять 45 – 60 хв., потім додають сіль. Проціджують, додають цибулю і гриби і варять 10 хв. Для поліпшення смаку покласти масло або маргарин. Соус подають до зраз, рулету, запіканки картопляної, рисових і м'ясних котлет.

Використовують для приготування похідних: соус грибний з томатом до крокеті картопляних та овочевих і круп'яних страв, соус грибний кисло – солодкий – до котлет, биточків, крокеті з картоплі, а також до страв з крупів. Вимоги до якості: грибні соуси мають коричневий колір і яскраво виражений аромат грибів. Рідка основа однорідна, в'язка, еластична, гриби м'які, смак у міру солоний.

Технологія приготування холодних соусів та заправок, (маринад овочевий з томатом, соус – гірчиця, салатні заправи).

План.

1. Технологія приготування холодних соусів : маринад овочевий з томатом, вимоги до якості.

2. Технологія приготування салатних заправ: заправка для салатів, заправка гірчична, вимоги до якості.

Відповіді.

1. Маринади мають гострий смак їх готують на оцті (винний, плодово – ягідний оцет). Маринад готують на рибному бульйоні з томатом і без нього. Коріння нарізують : соломкою, кружальцями, зірочками, у вигляді шестерень.

Маринад овочевий з томатом.

Цибулю і коріння нарізають і пасерують на олії до напівготовності, додають томатне пюре і пасерують, 10 хв. У пасеровані овочі вливають рибний бульйон, оцет і варять 15 – 20 хв. У кінці кладуть сіль, цукор, лавровий лист, запашний перець, гвоздику і корицю. Для загусання в кінці варіння кладуть борошно або картопляний крохмаль. Використовують для риби під маринадом. Вимоги до якості : овочі досить м'які, колір оранжево – червоний, смак кислувато – пряний з ароматом овочів, прянощів, без присмаку сирого томату, консистенція напіврідка, овочі рівномірно розподілені в соусі.

2. Заправи на олії – це нестійкі емульсії, в яких олія емульсована в розчині оцту.

Заправка для салатів – оцет з'єднують з цукром, сіллю, меленим перцем, все добре перемішують і додають олію. Для того щоб заправка мала однорідну консистенцію, перед поливанням страви її ретельно збовтати.

Заправка гірчишна – гірчицю розтерти із сіллю, цукром, меленим перцем, жовтками і поступово розвести оцтом, процідити, влити олію і все добре збовтати. Заправу використовують для вінегретів, оселедців, холодних гарнірів. Вимоги до якості заправ. Всі компоненти перемішані до однорідної маси, смак і запах гострий з ароматом спецій і гірчиці, колір від світлого до жовтуватого, консистенція рідка. Зберігають 2 – 3 доби в керамічному або емальованому посуді при температурі не вище 4 – 8*С.

Майонез та його похідні. Вимоги до якості соусів, використання.

План.

1. Майонез та його похідні.

2. Вимоги до якості, використання.

Відповіді.

1. Жовтки сирих яєць відокремити від білків, рафіновану олію охолодити до температури 16 -18*С. У жовтки додають гірчицю, сіль, цукор і добре розтирають дерев'яною лопаткою. В утворену суміш невеликими порціями, безперервно помішуючи, вводять олію і продовжують збивати, додають оцет і перемішують, соус стає світлішим. Майонез можна приготувати з додаванням білого соусу. Майонез використовують для приготування похідних : соус майонез із сметаною до страв з м'яса, риби, заправляють салати; соус майонез із корнішонами; соус майонез із хрінном; соус майонез із зеленню.

Виробничі ситуації : в разі недостатнього збивання і тривалого зберігання кульки жиру з'єднуються між собою і виступають на поверхні соусу. Цей процес називають відмаслювання. Для того щоб відновити майонез, що відмаслювався, необхідно розтерти жовтки з гірчицею, безперервно збиваючи, додати соус, який відшарувався.

Майонезом заправляють салати, вінегрети, подають до м'ясних страв, рибних, холодних закусок.

2. Вимоги до якості : майонез являє собою однорідну, напівпусту емульсію, яка не розшаровується. Смак і запах гострий, кисло – солодкий, з ароматом оцту і гірчиці, колір біло – кремовий, консистенція в'язка, однорідна.

Технологія приготування солодких соусів: соус яблучний, абрикосовий тощо. Вимоги до якості, використання.

План.

1. Технологія приготування солодких соусів.

2. Вимоги до якості соусів, використання.

Відповіді.

1. Солодкі соуси можна приготувати із свіжих, консервованих, сухих фруктів і ягід, соків, пюре, сиропів, молока. До їх складу входять цукор, ароматичні речовини, ванілін, шоколад, какао, лимонна цедра, кориця. Як загусник для соусів використовують картопляний крохмаль, а також борошно.

Соус яблучний – обчищені і нарізані скибочками яблука, припустити в воді до готовності, протерти до пюреподібної консистенції, з'єднати з відваром, додати цукор, лимонну кислоту, довести до кипіння, влити попередньо розведений охолодженим відваром крохмаль, знову довести до кипіння, помішуючи. В готовий соус покласти корицю.

Соус абрикосовий - абрикоси ошпарити, зняти шкірку і розрізати на чотири частини, видалити кісточки, засипати цукром і витримати 3 – 4 год., потім проварити 5 – 8 хв. Курагу перебрати, промити, замочити у холодній воді на 2 -3 год. для набухання. Варити в цій воді до готовності, протерти, додати відвар, цукор і помішуючи, проварити до загусання. Для поліпшення смаку покласти лимонну кислоту.

Соус шоколадний – какао з'єднують з цукром, молоко згущене розводять гарячою водою і доводять до кипіння, поступово вливають у суміш какао цукром, доводять до кипіння, охолоджують. В охолоджений соус вводять ванілін, розчинений в теплій воді.

2. Використовують: соус яблучний до запіканок, пудингів, млинців, грінок з фруктами; соус абрикосовий – до каші гур'євської, пудингів, яблук у тісті, яблук з рисом; соус шоколадний – до круп'яних котлет, биточків, запіканок, пудингів, кремів, морозива.

Вимоги до якості: зовнішній вигляд – соуси мають однорідну консистенцію, смак солодкий відповідає назві соусу.

Контрольні запитання

1. Значення соусів у харчуванні.
2. За якими ознаками класифікують соуси?
3. Якою може бути рідка основа для соусів?
4. Які загусники для соусів застосовують?
5. Які спеції та приправи використовують для приготування соусів?
6. При якій температурі готують голландський соус?
7. Які соуси готують без борошна?
8. Розкажіть про терміни й умови зберігання гарячих і холодних соусів.
9. Як підібрати соус до страви?

Завдання для практичних занять

Складіть технологічну схему приготування соусу білого основного.