

ТЕМА VII. ТЕХНОЛОГІЯ ПРИГОТУВАННЯ СУПІВ

Значення перших страв у харчуванні та їх класифікація. Порядок і норми відпускання

План

1. Значення перших страв у харчуванні
2. Класифікація перших страв
3. Порядок і норми відпускання супів

1. Перші страви збуджують апетит, підвищують секрецію залоз органів травлення. Секрецію травних залоз підвищують екстрактивні речовини рідкої основи перших страв (бульйонів, відварів), органічні кислоти (томатів, квашеної капусти, квасів, солоних огірків, сметани та ін.), смакові ароматичні речовини (цибулі, моркви, білого коріння), прянощі та приправи.

Перші страви є важливим джерелом мінеральних і біологічно активних речовин (вітамінів, мікроелементів). Вони містять велику кількість рідини і покривають потребу організму у воді на 15-25 %.

Багато перших страв мають високу енергетичну цінність (кулешики, борщі, юшки з крупами, бобовими та макаронними виробами, молочні супи), оскільки до складу їх входять м'ясо, риба, крупи, бобові та макаронні вироби. Поживну цінність перших страв підвищують вироби з борошна (хліб, галушки, пампушки та ін.). Калорійність таких перших страв, як бульйони без гарніру, овочеві юшки (крім картопляних), капустянки без м'яса, дуже низька.

2. Перші страви класифікують за характером рідкої основи, температурою подавання, способом приготування.

За характером рідкої основи перші страви поділяють на чотири групи: до першої належать перші страви на бульйонах (м'ясо-кістковому, кістковому, з сільськогосподарської птиці, грибному, рибному) і відварах (овочевому, з круп і макаронних виробів); до другої – на молоці; до третьої – на хлібному квасі, сироватці, кислому молоці, охолоджені овочевому відварі, охолоджених і проціджених бульйонах, відварах з житніх сухарів; до четвертої – на фруктових і ягідних відварах (солодкі).

За температурою подавання перші страви поділяють на гарячі (температура 75°C) і холодні – 14°C. Гарячими відпускають перші страви на бульйонах, відварах і молоці, холодними – всі інші. Солодкі перші страви у весняно-літній період подають холодними, а в осінньо-зимовий – частіше гарячими.

За способом приготування розрізняють перші страви заправні (борщі, юшки картопляні, розсольники та ін.), прозорі (бульйони), пюреподібні (кулешики з овочів, м'яса) і різні (солодкі, молочні, холодні).

Перші страви, які готують з продуктів молочних і рослинного походження (без м'яса), називають вегетаріанськими.

Гарячі перші страви готують у суповому відділенні гарячого цеху, холодні – в холодному цеху.

3. Перші гарячі страви подають у підігрітих до температури 40°C глибоких столових тарілках (240 мм у діаметрі), прозорі бульйони без гарніру і кулешики у бульйонних чашках (місткістю 300-400 см³).

Заправні супи подають в супових мисках або глибоких тарілках по 500, 300, 250г. Зберігають на марміті не більше 2 годин. Термін зберігання супів з макаронними виробами 30-40хвилин.

Молочні супи подають в супових мисках, тарілках по 250, 300, 400г, зберігають 30-40хвилин.

Супи-пюре подають в тарілці по 250, 300, 500г, в бульйонній чашці або в суповій мисці. Зберігають не >2 годин, а супи заправлені льезоном при температурі не вище 60-65°C.

Прозорі супи відпускають двома способами:

– в бульйонну чашку наливають 250, 300г бульйону, а окремо на пиріжковій тарілці подають грінки, омлет, пиріжки.

– в бульйонну чашку, тарілку або супову миску кладуть підготовлений гарнір та наливають прозорий бульйон.

Якщо бульйон подають у чашці, її слід поставити на блюдце або тарілку. Прозорі супи зберігають на марміті не більше 2-3 годин.

Холодні супи відпускають в суповій мисці або тарілці по 250, 400, 500г при t° не вище 14C з шматочком харчового льоду. Лід можна подати окремо на розетці. Їх подають в охолоджених до температури 12°C глибоких столових тарілках. Супи зберігають на холоді.

Солодкі супи подають в тарілці по 250, 300, 400г. Окремо на пиріжковій тарілці можна подати кекс, бісквіт, сухе печиво. Зберігають не більше 2 годин на марміті або на холоді.

При більш тривалому зберіганні перших страв погіршується їх аромат, смак, зовнішній вигляд, знижується вітамінна активність.

Технологія приготування овочевої пасеровки. Тривалість теплової обробки продуктів

План

1. Технологія приготування овочевої пасеровки
2. Тривалість теплової обробки продуктів

1. Моркву, ріпчасту цибулю і томат-пюре варто закладати в супи пасерованими. Ріпчасту цибулю можна пасерувати окремо від інших овочів. Петрушку і селеру дозволяється додавати в суп непасерованими.

Пасерувати овочі необхідно у сотейнику з товстим дном або на сковороді. Колір овочів при пасеруванні майже не повинен змінюватися. Для пасерування придатний будь-який харчовий жир; грибні, рибні, овочеві супи часто готують на рослинних жирах. Якщо пасерують овочі на вершковому маслі, то частину цього жиру залишають і додають у суп перед його подачею; інші види жирів вводять у супи тільки з пасерованими овочами.

При пасеруванні моркви й овочів у жир переходить каротин. Процес засвоєння каротину відбувається в нашому організмі тільки в жировому розчині, тому що у воді він нерозчинний. Тому пасерування прискорює перехід каротину у вітамін А, а також зменшує втрати ароматичних речовин, тому що при цьому виключається перегонка їх з водяними парами.

Крім цього **каротин, який міститься у моркві, розчиняється в жирі і підфарбовує його, завдяки чому юшки набувають золотистого забарвлення.**

2. Тривалість теплової обробки продуктів

№ з/п	Найменування продуктів	Тривалість варіння, хв.	№ з/п	Найменування продуктів	Тривалість варіння, хв.
1	Рис	30	11	Супова засипка	10-12
2	Перлові крупи (запарені)	40-50	12	Капуста квашена тушкована	25-30
3	Гречана крупа (ядриця)	30-40	13	Капуста білоголова свіжа	20-30
4	Гречана крупа (швидкорозвариста)	15-20	14	Капуста цвітна	20-25
5	Пшоно	40-50	15	Овочі пасеровані	12-15
6	Квасоля замочена	60-70	16	Буряки тушковані	10-12
7	Горох колотий	30-50	17	Картопля нарізана	12-15
8	Макарони	30-40	18	Лопатки зеленого горошку	8-10
9	Локшина	20-25	19	Квасоля стручкова	8-10
10	Вермішель	12-15	20	Шпинат	5-7

Заправні супи: характеристика, класифікація, загальні правила приготування

План

1. Характеристика заправних супів
2. Класифікація заправних супів
3. Загальні правила приготування заправних супів

1. Заправними називають такі перші страви, які готують на бульйонах, відварах або воді і заправляють пасерованими овочами (цибулею, морквою, білим корінням), томатом і борошном. До складу заправних перших страв входять овочі, крупи, бобові або макаронні вироби, тому ці страви набувають смаку й аромату тих продуктів, які використані для їх приготування.

Для їх приготування очищені овочі шаткують або нарізують відповідної форми залежно від виду страви. Використовують їх сирими або після попередньої теплової обробки. Квашену капусту тушкують, солоні огірки нарізують і припускають, столові буряки варять або печуть неочищеними, очищають, нарізують або обробляють, нарізують, а потім тушкують або припускають. Нарізані ріпчасту цибулю, моркву, біле коріння, томати і томатне пюре пасерують

з жиром або без нього. Для пасерування беруть борошно I сорту і прогрівають його при температурі 120-130°C до світло-жовтого кольору. Жирову пасеровку розводять гарячим, а суху – охолодженим бульйоном або відваром (1 : 4), розмішують до однорідної маси і проціджують.

2. Заправні перші страви поділяють на борщі, капустняки, розсольники, юшки (овочеві, картопляні, без картоплі) і кулеші.

Борщ – українська національна страва, обов'язковою складовою частиною якої є буряк столовий червоний.

Популярними в Україні є також **капустняки**. Основним продуктом для приготування їх є квашена капуста. Готують кілька видів капустняків, які відрізняються як за складом продуктів, так і за способом приготування. Капустняки готують вегетаріанські або на бульйоні з грибів чи жирної свинини. Капустняк звичайний можна готувати на рибному бульйоні.

Обов'язковою складовою частиною **розсольників** є солоні огірки. Крім того в рецептуру входить цибуля (ріпчаста, порей) і біле коріння (петрушка, селера, пастернак). Готують розсольники вегетаріанські, на бульйонах (кістковому, м'ясо-кістковому, рибному, з птиці, грибному). До рецептури розсольників входять також картопля, крупи, капуста, щавель.

Юшки (супи) прості у приготуванні, мають приємний смак і аромат. Юшки готуються переважно з картоплі, круп, бобових, макаронних виробів, овочів і грибів.

Куліш – страва, яка за способом приготування схожа на крупник, але переважно з пшоняних круп. Куліш легко готувати в домашніх і польових умовах. Звідси й інша його назва – польова каша.

3. Загальні правила приготування заправних перших страв:

1. Бульйон або відвар проціджують і доводять до кипіння.

2. Підготовлені продукти кладуть у киплячий бульйон або воду у певній послідовності залежно від тривалості варіння, щоб вони одночасно дійшли до готовності. Після закладання кожного виду продукту бульйон повинен швидко закипати.

3. Сирими закладають свіжу капусту, картоплю, вироби з борошна, крупи, крім перлової.

4. У перші страви, до яких входять картопля і щавель, солоні огірки, квашена капуста, спочатку кладуть картоплю, варять її до напівготовності, потім інші продукти за рецептурою, оскільки в кислому середовищі картопля погано розварюється.

5. Заправні перші страви, за винятком кулешів, юшок картопляних і тих, що містять крупи, вироби з борошна, заправляють пасерованим борошном (розведеним бульйоном, водою або відваром), яке надає їм більш густої консистенції, поліпшує смак і запах, сприяє утриманню часток у завислому стані і збереженню вітаміну С. Капустняки, борщі можна заправити протертою картоплею.

6. Пасерованими овочами заправляють перші страви за 10-15 хв. до готовності, пасеровкою з борошна або протертою картоплею – за 5-10 хв. до закінчення варіння.

7. Для поліпшення смаку перших страв рекомендується додавати перець солодкий (20-40 г [нетто] на 1000 г супу), при цьому відповідно зменшується закладання інших овочів.

8. Заправні перші страви варять при слабкому кипінні, оскільки при сильному овочі дуже розм'якшуються, не зберігають форму і, крім того, вивітрюються ароматичні речовини.

9. Спеції (лавровий лист, перець) і сіль кладуть у перші страви за 5-7 хв. до готовності.

10. Зварені заправні перші страви настоюють, залишаючи їх на плиті на 10-15 хв., щоб спливав жир. Вони стають прозорішими й ароматнішими.

11. Розтертий часник додають у першу страву наприкінці варіння. Після цього страву не кип'ятять.

Технологія приготування і відпуск супів картопляних з овочами та крупами. Вимоги до якості

План

1. Технологія приготування і відпуск супів картопляних з овочами
2. Технологія приготування і відпуск супів картопляних з крупами
3. Вимоги до якості картопляних супів

1. Свіжі овочі для картопляних юшок нарізують залежно від виду продуктів, які додаються. Так, для юшок з макаронними виробами картоплю нарізують брусочками, коріння і цибулю – соломкою; для юшок з крупами і бобовими – кубиками, часточками, капусту – шашками. Цвітну капусту розбирають на маленькі суцвіття. Стручки квасолі нарізують ромбиками. Крупи, крім перлової, закладають у бульйон сирими перед картоплею і пасерованим корінням. Перлові крупи попередньо відварюють до напівготовності і промивають. Макарони кладуть у бульйон за 15-20 хв. перед картоплею, локшину – одночасно з нею, а вермішель – через 5-8 хв. Замість томатного пюре краще використовувати свіжі помідори.

Подають з м'ясними продуктами, рибою, грибами, посипають зеленню.

Юшка картопляна. У киплячий бульйон або воду кладуть картоплю, нарізану кубиками, часточками або брусочками, доводять до кипіння, додають нарізані кубиками або соломкою і пасеровані з томатним пюре ріпчасту цибулю, моркву, петрушку, варять до готовності (12-15 хв.). За 5-7 хв. до закінчення варіння додають спеції і сіль. Юшку можна готувати без томатного пюре. Вона буде смачнішою, якщо замість томатного пюре використати свіжі помідори.

Цю юшку найкраще готувати з рибою і рибними продуктами. Якщо готують юшку з грибами, варені гриби нарізують скибочками або соломкою, злегка обсмажують і кладуть разом з пасерованими овочами

Перед подаванням у тарілку кладуть м'ясо або рибу, наливають юшку, посипають зеленню.

Юшка картопляна з кабачками. У киплячий бульйон кладуть нарізану часточками картоплю, парять 10-15 хв., додають нарізані часточками кабачки, помідори, нарізані скибочками і пасеровані цибулю, моркву, петрушку. За 3-5 хв. до

закінчення варіння додають розведене бульйоном пасероване борошно, сіль, спеції. Перед подаванням юшку наливають у тарілку і посипають зеленню.

Юшка селянська. Картоплю нарізують кубиками, свіжу білоголову капусту – шашками, томати – часточками, біле коріння й моркву – кружальцями або скибочками, цибулю – часточками. Цибулю й коріння пасерують.

Варять м'ясо-кістковий бульйон. У проціджений киплячий бульйон кладуть картоплю, доводять до кипіння, додають капусту, варять 10-15 хв. Потім кладуть пасеровані цибулю і коріння, свіжі томати, варять 5-7 хв, додають сіль, спеції, доводять до готовності.

Перед подаванням у тарілку кладуть шматочок м'яса, наливають юшку, додають сметану, посипають зеленню.

2. Юшка картопляна з крупою. Картоплю нарізують великими кубиками або часточками, моркву, петрушку – маленькими кубиками, цибулю дрібно січуть. Цибулю і коріння пасерують.

Крупи (крім манної і полтавської) перебирають, промивають теплою водою (40-50 °С), потім гарячою (60-70°С), пшоно обшпарюють окропом, перлову крупу відварюють до напівготовності й промивають, манну просіюють.

У киплячий бульйон або воду кладуть підготовлену крупу (крім манної), варять 10 хв., додають картоплю, варять 10-15 хв., потім пасеровані овочі і варять до готовності. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Якщо варять юшку з манною крупою, то її засипають за 5-7 хв. до закінчення варіння.

Юшку з перловою крупою можна приготувати з рибою. Перед подаванням у тарілку наливають юшку, посипають зеленню.

3. Вимоги до якості картопляних супів:

Бульйон прозорий або трохи каламутний (якщо крупою). Часточки жиру на поверхні жовтого кольору або безбарвні.

Картопля й овочі нарізані скибочками, кубиками, брусочками. Овочі не розварені (частина картоплі може бути розвареною). Картопля добре обчищена, без вічок і темних плям.

Крупи добре набухли, не розварені, зберігають форму. Консистенція продуктів м'яка.

Смак і запах відповідають тим продуктам, які входять до складу юшки. Термін зберігання картопляних юшок з овочами або крупами не більше 2 год.

Технологія приготування і відпуск супів картопляних з бобовими та макаронними виробами. Вимоги до якості

План

1. Технологія приготування і відпуск супів картопляних з бобовими
2. Технологія приготування і відпуск супів картопляних з макаронними виробами
3. Вимоги до якості супів

1. Юшка картопляна з бобовими. Цибулю дрібно січуть, картоплю нарізують великими кубиками, а моркву і петрушку – малими і пасерують.

Квасоллю, горох, сочевицю перебирають, миють, замочують у холодній воді на 5-8 год, потім варять у посуді з закритою кришкою до розм'якшення.

У киплячий бульйон (грибний, м'ясо-кістковий, кістковий або з птиці) кладуть бобові, доводять до кипіння, додають картоплю, через 5-7 хв. пасероване коріння та цибулю і варять до готовності. Зелений горошок закладають разом з пасерованими овочами. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Перед подаванням юшку наливають у тарілку, посипають подрібненою зеленню. Юшку картопляну з бобовими можна готувати з додаванням вермішелі або домашньої локшини.

Юшка горохова з салом. Цибулю, моркву, петрушку (корінь) нарізують дрібними кубиками й пасерують на салі шпик. Наприкінці пасерування додають борошно й пасерують ще кілька хвилин.

Перебраний, промитий лущений або цілий (замочений у воді) горох варять 1 год. до розм'якшення, кладуть картоплю, нарізану кубиками, і варять 20-25 хв. Потім додають пасеровані овочі з борошном (їх попередньо розводять гороховим відваром) і варять 10 хв. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Перед подаванням у тарілку наливають юшку, посипають дрібно нарізаною зеленню.

2. Юшка картопляна з макаронними виробами. Макаронні вироби перебирають, макарони розламують так, щоб їх довжина становила 3-4 см.

Овочі нарізують відповідно до виду макаронних виробів: картоплю брусочками, коріння і цибулю – соломкою для юшок з макаронами, локшиною, вермішеллю; кубиками – для юшок з фігурними макаронними виробами. Юшку можна приготувати з куркою, яловичиною, м'ясними консервами, грибами.

У киплячий бульйон або воду кладуть макарони або локшину, варять 7-10 хв, додають картоплю, пасеровані овочі і варять до готовності. Вермішель або засипку для юшки слід класти після пасерованих овочів за 10-15 хв до закінчення варіння. Домашню локшину просіюють від борошна, засипають в окріп на відкидають на друшляк, дають стекти воді і закладають у юшку за 10-12 хв до готовності.

Перед подаванням у тарілку кладуть м'ясо, птицю або субпродукти, наливають юшку, посипають зеленню.

3. Вимоги до якості супів:

Бульйон прозорий або трохи каламутний (якщо з макаронними виробами). Часточки жиру на поверхні жовтого кольору або безбарвні.

Картопля й овочі нарізані скибочками, кубиками, брусочками. Овочі не розварені (частина картоплі може бути розвареною). Картопля добре обчищена, без вічок і темних плям.

Бобові та макаронні вироби добре набухли, не розварені, зберігають форму. Консистенція продуктів м'яка.

Смак і запах відповідають тим продуктам, які входять до складу юшки. Термін зберігання юшок з макаронними виробами 30-40 хв., з бобовими – не більше 2 год.

Технологія приготування і відпуск супів: з крупами (суп польовий, куліш пшоняний); овочевих (юшка селянська з крупою); з бобовими. Вимоги до якості

План

1. Технологія приготування і відпуск супів з крупами
2. Технологія приготування і відпуск супів овочевих та з бобовими
3. Вимоги до якості супів

1. Юшки без картоплі готують на кістковому, м'ясо-кістковому, рибному, грибному бульйонах, бульйоні з птиці, молоці. Гарнірами для цих юшок є макарони вироби, локшина домашня, різні крупи і бобові.

Юшки з бобовими рекомендується готувати з свининою, копченою корейкою, грудинкою, сирокоченим окостом. Овочі для юшок нарізують залежно від виду продуктів, які додаються (так, як і для юшок картопляних). Моркву і цибулю пасерують.

Суп польовий. Пшоно промити холодною водою і обшпарити окропом. У киплячу воду покласти підготовлену пшоно, довести до кипіння, потім додати картоплю і нарізану кубиками, підсмажений з цибулею шпик

Перед подаванням суп наливають у тарілку і посипають дрібно нарізаною зеленню.

Куліш пшоняний. Пшоно миють кілька разів теплою водою (40-50°C), а потім обшпарюють окропом. Сало шпик нарізують дрібними кубиками, смажать до виділення жиру, додають нарізану дрібними кубиками ріпчасту цибулю, пасерують.

У киплячий бульйон кладуть підготовлене пшоно, варять майже до готовності, заправляють пасерованою на салі цибулею, солять і варять 3-5 хв. Куліш можна готувати з картоплею. У цьому випадку частину пшона замінюють картоплею.

2. Юшка селянська з крупами. Картоплю нарізують кубиками, моркву, петрушку – скибочками, кружальцями, капусту – шашками, цибулю – часточками. Коріння і цибулю пасерують.

Крупу перлову, ячну, вівсяну промивають спочатку в теплій (40-50°C), а потім у гарячій воді (60-70 °C), кладуть у киплячу воду (3 л на 1 кг) і варять до напівготовності, воду зливають.

Рис, пшоно промивають теплою і гарячою водою. Пшоно обшпарюють окропом. У киплячий м'ясо-кістковий бульйон кладуть підготовлену крупу, картоплю, свіжу білоголову капусту і варять 10-15 хв. Додають пасеровані овочі і томатне пюре або томати. Рис чи пшоно закладають одночасно з овочами. Пластівці вівсяні Геркулес засипають за 15-20 хв. до готовності юшки. За 5-7 хв. до закінчення варіння юшку заправляють сіллю, спеціями.

Подають із сметаною, посипають подрібненою зеленню.

Юшка з бобовими. З свинячої копченої грудинки варять бульйон. Бобові перебирають, промивають, замочують у холодній воді (2-3 л на 1 кг) на 3-4 год., потім варять у цій воді без солі при закритій кришці до розм'якшення. Цибулю і коріння нарізують дрібними кубиками, пасерують.

У киплячий бульйон кладуть підготовлені бобові, доводять до кипіння, додають пасеровані овочі і варять 15-20 хв. За 5-7 хв. до закінчення варіння додають сіль, спеції.

Юшку з квасолею можна приготувати з томатним пюре і заправляти часником, розтертим з сіллю.

Перед подаванням у тарілку наливають юшку, посипають зеленню. Окремо можна подати грінки.

Приготування грінок. Черствий пшеничний хліб без скоринки нарізують кубиками і підсмажують у жаровій шафі.

3. Вимоги до якості супів без картоплі:

Бульйон прозорий або трохи каламутний (якщо з макаронними виробами або крупою). Часточки жиру на поверхні жовтого кольору або безбарвні.

Овочі нарізані скибочками, кубиками, брусочками. Овочі не розварені.

Крупи та макаронні вироби добре набухли, не розварені, зберігають форму. Консистенція продуктів м'яка.

Смак і запах відповідають тим продуктам, які входять до складу юшки. Термін зберігання юшок з макаронними виробами 30-40 хв., усіх інших – не більше 2 год.

Хімічний склад і харчова цінність молока. Асортимент молока

План

1. Хімічний склад молока
2. Харчова цінність молока
3. Асортимент молока

1, 2. Академік І.П.Павлов назвав молоко "дивною" їжею, виготовленою самою природою. У ньому міститься понад 100 різних компонентів, які добре збалансовані, тому легко і майже повністю засвоюються організмом людини.

Молоко містить, %: води – 85-89, білків – 2,8-4, жирів – 2,9-6, молочного цукру – 4-4,7, мінеральних речовин – 0,7-1, вітаміни А, D, E, C, PP, групи B, ферменти.

Білки молока належать до групи повноцінних. Їх поділяють на три види: казеїн (у середньому 2,7 %), молочний альбумін (0,4 %), в якому сконцентрована значна кількість триптофану – дуже дієвої біологічної речовини, і глобулін (0,2 %), який має антибіотичні та імунні властивості, що захищають організм від інфекції.

Казеїн – складний білок, який міститься у молоці, надає молоку білого кольору. При кип'ятінні він не зсідается, якщо кислотність молока не підвищена. Це дає змогу пастеризувати та стерилізувати молоко. Під впливом молочної кислоти кальцій відщеплюється, а казеїн випадає в осад, утворюючи щільний згусток.

Альбумін належить до простих білків, він розчиняється у воді. Глобулін – також простий білок, але у воді не розчиняється. При нагріванні молока до температури вище 75 °C ці білки зсідаяються і випадають в осад.

Молочний жир у молоці міститься у вигляді емульсії з жирових кульок. Молочний жир містить до 40 % ненасиченої олеїнової кислоти, близько 7 % низькомолекулярних жирних кислот (масляної, капронової, каприлової), які надають жиру специфічного приємного смаку, має м'яку консистенцію, температура топлення його – 25-30 °С, тому він легко засвоюється організмом людини (на 96 %).

Молочний цукор (лактоза) знаходиться у молоці у вигляді дрібних кристаликів. Під дією ферментів лактоза зброджується і утворюється молочна кислота, яка викликає скисання молока. На цьому основане виробництво кефіру, кумису, кисляку та інших кисломолочних продуктів.

У кишечнику лактоза запобігає нагромадженню шкідливих речовин, сприяє кращому засвоєнню кальцію та фосфору.

Мінеральні речовини молока – це солі фосфору, калію, натрію, магнію та мікроелементів цинку, свинцю, кобальту, йоду, фтору та ін. В молоці їх близько 80.

Вітаміни молока (їх близько 30) представлені жиророзчинними А, D, Е і водорозчинними В1, В2, В6, В12, С, РР.

Гази молока – кисень, водень і вуглекислий газ при кип'ятінні вивітрюються, а на поверхні молока утворюється піна.

Ферменти молока сприяють кращому травленню й обміну речовин.

3. Свіже коров'яче молоко на молокозаводі очищають від механічних домішок, а потім піддають тепловій обробці для знищення мікроорганізмів і підвищення його стійкості при зберіганні. За способом теплової обробки коров'яче молоко поділяють на пастеризоване і стерилізоване.

Пастеризованим називають молоко, яке піддають обробці при температурі не вище 100 °С, а потім охолоджують.

Виробляють:

пастеризоване молоко з вмістом жиру: 3,5, 2,5 і 1,5%; 3,2 і 6%;

топлене з вмістом жиру 4 і 6 %;

білкове – 1 і 2,5 %;

з вітаміном С, яке містить 3,2 і 2,5 % жиру;

нежирне.

Стерилізованим називають молоко, яке піддавали обробці при температурі вище 100 °С. Його випускають у пляшках і пакетах з вмістом жиру 3,2 і 3,5 %.

Молоко являє собою однорідну рідину без осаду. Молоко топлене і пастеризоване 4- і 6-процентної жирності без вершків. Колір білий з жовтуватим відтінком, топлене – з кремовим відтінком, нежирне – з синюватим відтінком. Смак і запах властиві молоку без сторонніх присмаків і запахів. Топлене молоко має виражений присмак пастеризації, білкове – солодкуватий присмак, стерилізоване – із слабким присмаком кип'яченого молока.

Не допускаються дефекти молока: гіркість, запліснявілість, з присмаками і запахами, не характерними для молока, з різко вираженим присмаком кормів, забруднене, з тягучою консистенцією і кольоровими відтінками.

Вершки. Вимоги до якості

План

1. Характеристика вершків
2. Вимоги до якості вершків

1. **Вершки** - жирова частина молока, одержувана сепаруванням. Залежно від масової частки жиру виробляють вершки 8 -, 10 -, 18 -, 20 -, 33 - і 35%-ої жирності. Виробляють ще пластичні (високожирні) вершки жирністю 73-83% для технологічних цілей.

Технологія вершків аналогічна технології молока, але застосовується більш висока температура пастеризації (85-87° С), яка залежить від жирності вершків.

Вершки жирністю 8 і 10% мають кислотність не вище 19°Т, жирністю 20% - не вище 18°Т, жирністю 35% - не вище 17°Т.

Пастеризовані вершки розливають в пляшки, пакети «Тетра-Пак», «Тетра-Брік», «Пюр-Пак» місткістю 0,25 і 0,5 л, зберігають не більше 36 год. при температурі не вище 8°С.

Стерилізовані вершки виробляють за технологією стерилізованого молока при двоступінчастому режимі стерилізації. Фасують вершки в тару місткістю 0,25, 0,5 і 1,0 л. Масова частка жиру в стерилізованих вершках не нижче 10%, кислотність - не вище 19 ° Т. Термін реалізації 30 днів при температурі 20°С.

Молочною промисловістю виробляються також вершки з наповнювачами (цукор, какао-порошок, натуральна кава), додається стабілізатор агар. Ці вершки мають масову частку жиру 10% (з какао) і 6% (з кавою). Кислотність цих напоїв повинна бути не більше 20°Т, термін реалізації - не більше 12 год. з моменту вироблення при температурі зберігання не вище 8°С. У невеликих обсягах виробляють збиті вершки з наповнювачами жирністю 28 і 27%. Збитість готового продукту повинна бути 80-100%.

2. Вимоги до якості вершків:

Зовнішній вигляд - однорідна непрозора рідина. Допускається незначний відстій жиру, який зникає при перемішуванні.

Консистенція однорідна залежно від жирності - в'язка. Без пластівців білка і збитих грудочок жиру.

Смак і запах чистий, свіжий, злегка солодкуватий, характерний для вершків, без сторонніх присмаків і запахів, з ледве відчутним присмаком кип'ятіння. Для продукту, що виробляється з відновлюваних вершків, допускається солодкувато-солонуватий присмак.

Колір білий з кремовим відтінком, рівномірний по всій масі

Молочні консерви. Використання. Кисломолочні продукти (виробництво двома способами: термостатним та резервуарним). Вимоги до якості

План

1. Молочні консерви та її використання в кулінарії
2. Кисломолочні продукти
3. Вимоги до якості

1. Промисловість виробляє також молочні консерви. До них належать згущене і сухе молоко.

Згущене молоко одержують з високоякісного свіжого молока випаровуванням з нього води і консервуванням цукром або стерилізацією. У згущеному молоці міститься, %: води – 26-74; білків – 7-11; жиру – 0,5-9,5; вуглеводів – 9,5-58,5; мінеральних речовин – 1,5-1,8 і вітаміни.

Згущене молоко випускають таких видів:

- згущене молоко з цукром,
- нежирне згущене молоко з цукром,
- згущене стерилізоване молоко без цукру.

Фасують згущене молоко з цукром у металеві банки, фляги, дерев'яні і фанерно-штамповані бочки. Зберігають при температурі від 0 до 10 °С і 85% відносній вологості повітря в закладах ресторанного господарства – 5-10 діб.

У кулінарії використовують згущене молоко так само, як і свіже, а також для виробництва морозива, приготування кремів.

Сухе молоко – це високопоживний продукт, який одержують висушуванням пастеризованого свіжого коров'ячого незбираного або знежиреного молока з додаванням цукру або без нього. Воно містить, %: води – 4, білків – 25,5, жиру – 25, лактози – 39,4, мінеральних речовин – 6%.

Сухе молоко виробляють плівковим або розпилювальним способом сушіння. При плівковому способі сушіння згущене молоко наносять тонким шаром на нагріту поверхню вальців, де воно висихає. Плівку сухого молока знімають, охолоджують і перемелюють. Способом плівкового висушування дістають в основному знежирене молоко.

При розпилювальному способі сушіння попередньо згущене молоко розпилюють у камері за допомогою форсунок або дисків, а потім висушують повітрям, нагрітим до температури 150 °С. Молоко, одержане цим способом сушіння, відрізняється високою якістю і доброю розчинністю.

Молоко незбиране сухе (крім молока сухого знежиреного) поділяють на вищий і I сорти. В кулінарії використовують *тільки сухе молоко вищого сорту*. Розчиняючи сухе молоко у воді, одержують рідке молоко нормальних смакових властивостей, яке називають відновленим.

Для цього молочний порошок розтирають у невеликій кількості холодної води, потім додають гарячу до норми і доводять до кипіння. На склянку води (200мл) беруть 25 г розпилювального молока або 35 г плівкового. Сухе молоко використовують так само, як і свіже.

2. **Кисломолочними** називають продукти, які одержують з молока шляхом молочнокислого бродіння, інколи за участю спиртового. Залежно від характеру зброджування лактози весь асортимент кисломолочних продуктів поділяють на дві групи: молочнокислого бродіння і змішаного бродіння (молочнокислого і спиртового). До продуктів молочнокислого бродіння належать кисле молоко, йогурт, ацидофільне молоко, ацидофілін, кисломолочний сир, сметана.

Існує два способи сквашування молока: термостатний і резервуарний. При **термостатному** способі заквашене молоко витримують від 3 до 6 год. у спеціальних камерах (термостатах) при температурі, яка на кілька градусів нижча

від температури охолодженого молока. Сквашене молоко охолоджують до температури +4 +8° С і витримують від 12 до 18 год. для дозрівання. Продукт набуває густої консистенції.

При **резервуарному** способі виготовлення кисломолочних напоїв процеси заквашування, сквашування, охолодження і дозрівання проходять у великих резервуарах (танках).

Кефір випускають таких видів: звичайний - нежирний, 1; 2,5 і 3,2%; Талліннський - нежирний та 1%; Український - нежирний та 1%. При виготовленні Українського кефіру до складу закваски вводять грибову культуру "Київська К-1".

Сметана. Споживні властивості сметани визначаються насамперед вмістом жиру, кількість якого коливається від 10 до 25%. Сировиною для виготовлення сметани є вершки. Дозрівання сквашених вершків відбувається при температурі +2 +8° С протягом 24-48 год. При цьому жирові кульки тверднуть (кристалізуються), білки набухають; консистенція стає густою.

Сметану поділяють на звичайну і десертну. Сметану звичайну виготовляють з вмістом жиру 10 (дієтична), 15, 20 і 25%, десертну - з вмістом жиру 14%.

Кисломолочний сир. Споживні властивості кисломолочного сиру визначаються насамперед вмістом у ньому жирів і білкових речовин. Жири, білки і лактоза сиру засвоюються на 95-98%.. Особливо багато в сирі фосфору і кальцію, відповідно.

Кисломолочний сир за вмістом жиру поділяється на нежирний, напівжирний (9%) і жирний (18%). Залежно від термічної обробки його виготовляють з пастеризованого і непастеризованого молока.

3. Вимоги до якості:

Молоко згущене з цукром повинно мати смак солодкий з присмаком пастеризації; згущене стерилізоване молоко – смак, властивий топленому молоку. Консистенція однорідна, без кристалів молочного цукру. Згущене стерилізоване молоко має консистенцію рідких вершків. Колір білий з кремовим відтінком.

Смак і запах *молока сухого* незбираного вищого сорту властиві свіжому пастеризованому молоку при розпилювальному сушінні і перепастеризованому (кип'яченому) – при плівковому сушінні. Консистенція молока вищого сорту – дрібний сухий порошок. Допускається незначна кількість грудочок, які легко розсипаються при механічній дії на них. Колір молока вищого сорту – білий з легким кремовим відтінком, кремовий – для плівкового.

Консистенція *сметани* повинна бути однорідною, в міру густою. Вигляд продукту глянцевиий. Допускається недостатньо густа, трохи в'язка консистенція і наявність окремих бульбашок повітря.

Кисломолочний сир повинен мати ніжну, однорідну консистенцію. В нежирному сирі може бути незначне виділення сироватки і розсипчаста консистенція.

Колір *кефіру* білий, сметани - білий з кремовим відтінком, кисломолочного сиру - білий, трохи жовтуватий, з кремовим відтінком. У кисломолочних продуктах колір повинен бути однорідним у всій масі; смак і запах — чистим, без сторонніх присмаків і запахів.

Термін зберігання кисломолочних продуктів не повинен перевищувати: йогурту і тортів із сиркової маси 24 год., утому числі на підприємстві-виробнику - 12 год.; кефіру, кисломолочного сиру відповідно 36 год. і 18 год.; сметани дієтичної 48 год. і 18 год.; сметани звичайної 72 год. і 36 год..

Технологія приготування, відпуск, вимоги до якості молочних супів (з крупами і макаронними виробами)

План

1. Технологія приготування, відпуск молочних супів з крупами
2. Технологія приготування, відпуск молочних супів з макаронними виробами
3. Вимоги до якості молочних супів

1. **Молочні супи** готують з крупами, макаронними виробами, домашньою локшиною, галушками, овочами. Макаронні вироби, крупи з цілих зерен і овочі погано розварюються у молоці, тому їх спочатку варять до напівготовності у воді, а потім у молоці. Норма закладання солі на 1000 г молочного супу 6 г.

Молочні супи варять у невеликій кількості, оскільки при тривалому зберіганні погіршуються колір, запах і смак, а також консистенція. Готовий суп заправляють вершковим маслом або маргарином.

Суп молочний з крупами. Підготовлені крупи варять у підсоленій воді до напівготовності 10-15 хв. Вливають гаряче молоко, додають сіль, цукор і варять до готовності. Якщо суп варять на незбираному молоці, крупи слід попередньо проварити у воді 5-7 хв., відкинути на сито і дати стекти воді, а потім покласти в кипляче молоко і варити до готовності.

Готуючи суп з ячною або манною крупою, просіяні крупи засипають тоненькою цівкою в кипляче молоко або суміш молока з водою, додають сіль, цукор, варять 5-7 хв. до готовності.

Подаючи на стіл, суп наливають у тарілку, додають вершкове масло або маргарин столовий.

2. **Суп молочний з макаронними виробами.** Макаронні вироби варять до напівготовності (макарони – 15-20 хв., локшину – 10-12, вермішель – 5-7 хв.), воду зливають, а макарони кладуть у киплячу суміш молока й води і, періодично помішуючи, варять до готовності, додаючи сіль, цукор.

Макаронну засипку ("зірочки", "алфавіт", "вушка") відразу засипають у кипляче молоко або суміш молока з водою, додають сіль, цукор, варять до готовності. Подаючи на стіл, наливають суп у тарілку, кладуть шматок вершкового масла.

Затірка молочна (стиранка). З пшеничного борошна, яєць, солі, води, замішують круте тісто і натирають його на тертці. Тісто можна не замішувати, а розтерти. У киплячу суміш молока і води вводять розтерте тісто, додають цукор, сіль і варять до готовності. Заправляють маслом або маргарином.

3. Вимоги до якості молочних супів.

Консистенція продуктів, з яких приготовлений суп, м'яка, форма зберігається. Колір білий, смак солодкуватий, слабкосолоний, без присмаку і запаху підгорілого молока. Термін зберігання молочних супів 30-40 хв.

Запитання і завдання для повторення

1. Розкажіть про значення перших страв у харчуванні.
2. Як класифікують перші страви?
3. Які перші страви називають заправними? Загальні правила їхнього варіння.
4. Які перші страви називають борщами? Різновидності борщів.
5. Як приготувати квас-сирівець з борошна, сухарів для борщу?
6. Як приготувати борщ український?
7. Чим відрізняється борщ полтавський з галушками від борщу київського?
8. Складіть технологічну схему приготування борщу літнього.
9. Як готують і подають капусняки?
10. Як готують і подають розсольник домашній і по-домашньому?
11. Які юшки готують в Україні? Що спільного в їхньому приготуванні? Чим вони відрізняються між собою?
12. Як готують і подають куліш з грибами?
13. У чому особливість приготування кулешиків? їх асортимент.
14. Як прояснюють бульйони?
15. Як готують і подають борщі холодний, український, криворізький?
16. Яка температура подавання гарячих і холодних перших страв?
17. Який посуд використовують для подавання перших страв? Норма відпускання і правила їх оформлення.