

Тема уроку: Загальні правила та технологія приготування борщів, щів.

Українською національною стравою є борщ. Його обов'язковими складовими частинами є буряки й томатне пюре. Борщі готують на кістковому, м'ясному, грибному бульйонах, бульйоні з птиці (гуски, качки), вегетаріанські — на воді або овочевих відварах. До складу борщів також входять морква, цибуля, петрушка, інша зелень.

Залежно від виду борщу в нього додають капусту, картоплю, перець солодкий, квасолу, чорнослив, гриби, галушки та різноманітні м'ясні продукти (м'ясо, копчення, сосиски, сардельки).

Овочі й картоплю нарізують по-різному (табл. 8.1).

Буряки варять цілими, необчищеними без оцту та обчищеними з оцтом. Після варіння з буряків обчищають шкірку. Варені буряки нарізають, з'єднують із пасерованими овочами, томатним пюре й тушкують.

Буряки тушкують у товстостінному посуді з додаванням бульйону (15–20% від маси буряків), жиру, томатного пюре, оцту, цукру протягом 1–1,5 год, періодично помішуючи.

Для збереження кольору, а також скорочення процесу приготування за 30 хв до закінчення тушкування буряків додають оцет і томатне пюре.

Нарізка овочів для різних борщів

Назва борщу	Особливості приготування	Нарізка овочів
З капустою і картоплею		Картопля — часточками Овочі — соломкою
Український	Пампушки, солодкий перець	Картопля — часточками Овочі — соломкою
Полтавський	Галушки, бульйон з курки або гуски	Картопля, овочі — кубиками Капуста — шашечками
Флотський	Свинокопченості	Капуста — шашечками Картопля — кубиками Овочі — скибочками
Київський	Грудинка яловича, баранина, яблука	Картопля — часточками Овочі — соломкою
Львівський	Сосиски	Картопля — часточками Овочі — соломкою
Чернігівський	Кабачки, яблука, квасоля	Овочі — часточками Капуста, буряки — соломкою
Селянський	Баранина, яблука, квасоля	Буряки, картопля — часточками Капуста — шашечками
Зелений	Щавель, шпинат, варені яйця	Картопля — часточками Шпинат, щавель — протерті

Буряки пасерують разом із цибулею та корінням у глибокому посуді при незначному нагріванні, періодично помішуючи. Потім додають оцет, цукор і прогрівають протягом 10–15 хв. При цьому спосіб збільшуються витрати жиру, але скорочується тривалість варіння, краще зберігаються барвники й ароматичні речовини.

Для приготування борщу використовують консервовану або швидкозаморожену борщову заправу.

До складу борщової заправки входять буряки, морква, цибуля, петрушка, томатне пюре, жир, борошно, цукор, спеції, оцет. Її додають за 10–12 хв до закінчення варіння із розрахунку 75 г на порцію. Свіжу білоголову капусту шаткують або нарізають квадратами (для борщу флотського, полтавського). Квашену капусту тушкують. Для цього її перебирають, великі шматочки подрібнюють, кладуть у казан, додають жир (10–15%), бульйон або воду (20–25% від маси капусти) й тушкують 1,5–2,5 год, періодично помішуючи.

Моркву, цибулю ріпчасту, біле коріння шаткують і пасерують.

Борщ український¹ (рис. 8.2): буряки (150), капуста свіжа (100), картопля (213), морква (50), корінь петрушки (21), цибуля ріпчаста (36), часник (4), томатне пюре (30), борошно пшеничне (6), шпик (10,4), кулінарний жир (20), цукор (10), оцет 3%7й (10 мл), перець солодкий (27), бульйон (700). Вихід готової страви становить 1000 г.



Рис. 8.2. Борщ український

Для пампушо к: борошно пшеничне (80), вода (35), цукор (5), дріжджі (2,5), олія (2), яйця для змащування (1/20 шт). Маса напівфабрикату — 120, маса готового продукту — 100.

Для соус у: часник (3), олія (5), сіль (1), вода (25), маса соусу (30).

Приготування борщу українського:

- столові буряки шаткують соломкою;
- додають оцет, жир, томатне пюре, бульйон і тушкують до напівготовності;
- ріпчасту цибулю, моркву, петрушку шаткують соломкою;
- пасерують на жирі;
- бульйон проціджують, доводять до кипіння;
- кладуть нарізану часточками або брусочками картоплю;
- доводять до кипіння;
- кладуть нарізану соломкою капусту;
- варять 10–15 хв; додають тушкований буряк, пасеровані овочі;
- за 5–10 хв до кінця варіння кладуть солодкий перець, нарізаний соломкою;
- додають борошняну пасеровку, розведену бульйоном, сіль, цукор, спеції;
- заправляють салом, розтертим з часником;
- настоюють 20 хв.

Пампушки готують за схемою: воду нагрівають до 35–40°C; додають дріжджі, цукор, сіль, просіяне борошно; вимішують до однорідної консистенції; залишають для бродіння на 3,5–4 год; обминають, коли тісто підійде, та формують кульки масою 30 г, щільно укладають їх на лист; залишають, щоб підійшли; змащують яйцями й випікають.

Приготування підливи: часник розтирають із сіллю, додають олію та переварену холодну воду.

При подаванні у глибоку порційну тарілку кладуть м'ясо, наливають борщ, додають сметану, посипають зеленню. На піріжкову

¹ Тут і далі. Кількість продуктів подано у грамах (г).

тарілку кладуть пампушки, поливають часниковою підливою або подають у соусниках.

Борщ полтавський з галушками (рис. 8.3): буряки (150), капуста (100), картопля (213), морква (25), корінь петрушки (21), цибуля ріпчаста (36), шпик (10,4), жир (10), томатне пюре (30), цукор (6), оцет 3% (10 мл), бульйон



(700); для галушок: борошно пшеничне високого сорту (50), яйця (1,5 шт.), бульйон або вода (90 мл), сіль (2). Маса готових галушок — 180. Вихід готової продукції становить — 7000 г.

Приготування борщу полтавського з галушками:

- зварити бульйон із курки;
- буряки нарізати скибочками;
- додати бульйон, жир, цукор, томат, оцет;
- тушкувати до готовності;
- моркву, петрушку нарізати скибочками, а цибулю — півкіл- цями

та пасерувати;

- бульйон процідити, довести до кипіння;
- додати картоплю, нарізану кубиками; довести до кипіння;
- додати капусту, нарізану шашечками, й варити 10–15 хв;
- додати тушкований буряк, пасеровані овочі, спеції;
- варити до готовності; заправити салом шпик, розтертим з

ріпчастою цибулею;

- настояти 20 хв.

Приготування галушок:

- у киплячу підсолону воду засипати $\frac{1}{3}$ борошна;
- добре вимішати; охолодити; додати решту борошна, яйця;
- замішати некруте тісто; набирати тісто ложкою;
- опускати у киплячу під-

солону воду;

- варити до готовності.

Подають у столовій глибокій тарілці. Спочатку кладуть шматочок курки, галушки, на- ливають борщ, посередині кла- дуть сметану, посипають дрібно нарізаною зеленню.

Борщ зелений український (рис. 8.4): картопля (107), бу- ряки (43), щавель (46), шпинат (47), цибуля ріпчаста (18),



Рис. 8.4. Борщ зелений український

морква (20), корінь петрушки (9), цибуля зелена (9), борошно пшеничне (2), цукор (2), кислота лимонна (0,2), жир (10), перець горош7 ком (0,01), яйця ($1\frac{1}{4}$ шт.), сметана (10). Вихід страви — 400 г.

Борщ зелений український готують за схемою:

- зварити м'ясний бульйон зі свинини;
- щавель, шпинат нарізати, припустити у власному соку і про- терти;
- бульйон процідити, довести до кипіння;
- покласти нарізану часточками картоплю;
- варити до напівготовності;
- додати тушковані буряки, протерте пюре із щавлю та шпинату, пасеровані цибулю, коріння, пасероване борошно, розведене бульйоном, сіль, цукор;
- варити 5–7 хв;
- заправити гірким перцем.

При подаванні у глибоку столову тарілку кладуть шматочок м'яса, наливають борщ, додають варене яйце, сметану, посипають зеленню.