

Тема: Технологія приготування соусів.

Урок : 40

Тема уроку : **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.