

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ТЕХНОЛОГІЙ ВИРОБНИЦТВА І ПЕРЕРОБКИ  
ПРОДУКЦІЇ ТВАРИННИЦТВА, СТАНДАРТИЗАЦІЇ ТА  
БІОТЕХНОЛОГІЇ**

**КАФЕДРА ТЕХНОЛОГІЙ ПЕРЕРОБКИ, СТАНДАРТИЗАЦІЇ І  
СЕРТИФІКАЦІЇ ПРОДУКЦІЇ ТВАРИННИЦТВА**

**ТЕХНОЛОГІЯ ВИРОБНИЦТВА КУЛІНАРНОЇ  
ПРОДУКЦІЇ  
Частина 2**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ  
для виконання лабораторних занять здобувачами вищої освіти  
СВО «Бакалавр» освітньої спеціальності 181 «Харчові технології»,  
денної форми навчання**

Миколаїв  
2021

УДК 664  
Т 38

Друкується за рішенням науково-методичної комісії факультету технології виробництва і переробки продукції тваринництва, стандартизації та біотехнології Миколаївського національного аграрного університету від 23.09.2021 р., протокол № 2.

#### Укладачі:

Г. А. Данильчук – канд. с.-г. наук, доцент кафедри технології переробки, стандартизації і сертифікації продукції тваринництва, Миколаївського національного аграрного університету;

А. В. Зюзько – канд. техн. наук, доцент, доцент кафедри технології переробки, стандартизації і сертифікації продукції тваринництва, Миколаївського національного аграрного університету;

О. І. Петрова – канд. с.-г. наук, доцент, доцент кафедри технології переробки, стандартизації і сертифікації продукції тваринництва, Миколаївського національного аграрного університету;

Л. О. Стріха – канд. с.-г. наук, доцент, доцент кафедри технології переробки, стандартизації і сертифікації продукції тваринництва, Миколаївського національного аграрного університету.

О. С. Крамаренко – канд. с.-г. наук, старший викладач кафедри технології переробки, стандартизації і сертифікації продукції тваринництва, Миколаївського національного аграрного університету.

#### Рецензенти:

О. І. Ващенко – головний технолог ТОВ «Алиманіка», м. Миколаїв;

Л. С. Патрева – доктор с.-г. наук, професор, завідувач кафедри птахівництва, якості та безпечності продукції Миколаївського національного аграрного університету.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	5
Тема 1. Технологічний процес приготування і подання розсипчастих каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини .....	7
Тема 2. Технологічний процес приготування і подання в'язких каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини .....	9
Тема 3. Технологічний процес приготування і подання рідких каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини .....	10
Тема 4. Технологічний процес приготування і подання страв із каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини .....	12
Тема 5. Технологічний процес приготування і подання страв із бобових і макаронних виробів. Оцінка їх якості, розрахунок сировини .....	14
Тема 6. Технологічний процес приготування і подання страв із вареної і припущеної риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	19
Тема 7. Технологічний процес приготування і подання страв із смаженої риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв.....	24
Тема 8. Технологічний процес приготування і подання страв з тушкованої і запеченої риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	29
Тема 9. Технологічний процес приготування і подання страв із січеної натуральної риби і котлетної маси. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	33
Тема 10. Технологічний процес приготування і подання страв з нерибних морепродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	36
Тема 11. Технологічний процес приготування і подання варених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	39
Тема 12. Технологічний процес приготування і подання смажених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	43

Тема 13. Технологічний процес приготування і подання тушкованих страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	52
Тема 14. Технологічний процес приготування і подання запечених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	59
Тема 15. Технологічний процес приготування і подання страв з січеного натурального м'яса і котлетної маси. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	62
Тема 16. Технологічний процес приготування і подання варених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	66
Тема 17. Технологічний процес приготування і подання смажених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	68
Тема 18. Технологічний процес приготування і подання тушкованих страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	73
Тема 19. Технологічний процес приготування і подання запечених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	75
Тема 20. Технологічний процес приготування і подання страв з січеної натуральної і котлетної маси із сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв .....	112
ЛІТЕРАТУРА .....	113

## ВСТУП

Харчування – одна із основних життєво необхідних умов існування людини. Здоров'я людини, її працездатність і настрої, нормальний розвиток значною мірою залежать від харчування.

Технологія приготування кулінарної продукції, тобто їжі – це спеціальна дисципліна, яка вивчає способи обробки харчових продуктів і приготування страв та кулінарних виробів.

Приготування їжі називають кулінарією. Слово «кулінарія» походить від латинського слова «culina» – кухня й означає кухонна або кухарська справа.

Кількість, якість, асортимент споживаних харчових продуктів, своєчасність і регулярність приймання їжі мають важливе значення для життєдіяльності організму. «Хороший кухар вартий лікаря», – говорить народне прислів'я. Цими словами підкреслюється тісний зв'язок між смачно приготованою різноманітною їжею і здоров'ям людини.

Майстерність приготування їжі є однією з найдавніших галузей людської діяльності. Сучасний великий досвід обробки харчових продуктів і приготування із них страв накопичувався протягом багатьох віків.

Організація підприємств громадського харчування вимагає відповідної механізації технологічних процесів, вивчення фізико-хімічних змін, які відбуваються під час кулінарної обробки продуктів, створення такого харчування на науково-гігієнічній основі.

Все це спричинило виникнення нової технічної дисципліни – технології приготування їжі, яка вивчає раціональне приготування їжі з найменшими затратами праці, матеріальних цінностей, з мінімальними втратами поживних речовин. В її основі лежать традиції народної кухні і досвід кухарів-професіоналів, досягнення науки і техніки.

Масове харчування на сучасному етапі – це одна із важливих галузей народного господарства України. Воно об'єднує різні підприємства, які відрізняються виконавськими функціями в приготуванні і реалізації страв, обслуговуванні населення – їдальні, ресторани, кафе, закусочні, бари та ін.

Масове харчування сприяє економії суспільної праці внаслідок більш раціонального використання техніки, сировини і матеріалів, підвищенню продуктивності праці, організації збалансованого

харчування з урахуванням енергетичних витрат, збільшенню бюджету вільного часу працівників і особливо жінок.

Розвиток масового харчування сприяє підвищенню продуктивності праці в промисловості й сільському господарстві, дає можливість раціональніше використовувати продовольчі і трудові ресурси.

Масове харчування в нашій країні перетворено на велику механізовану галузь народного господарства. Технічний прогрес у масовому харчуванні передбачає максимальну механізацію всіх процесів праці, враховуючи й підсобні роботи.

Передбачена широка автоматизація технологічних процесів на основі автоматизованих систем, машин і механізмів, уніфікація модулів обладнання, робототехнічних комплексів і обчислювальної техніки. Розробляються і використовуються нові електрофізичні, біотехнічні і ферментативні методи обробки продукції.

Ринкові відносини сприяють випуску продукції високої якості, раціональному використанню сировини, розвитку естетичного смаку в оформленні страв та виробів, створюють тенденції до конкуренції.

Значно підвищуються вимоги до ефективності роботи підприємств, неефективне підприємство неминуче збанкрутує.

В нинішніх умовах набуває великого значення формування у майбутніх працівників технологічної грамотності. Сучасний працівник масового харчування повинен мати високий рівень теоретичних знань та професійної підготовки, уміти застосовувати їх у повсякденній практичній роботі, розуміти роль своєї праці в народному господарстві країни, а також володіти прогресивною технологією і новою технікою.

Справжній технолог повинен мати глибокі знання в галузі хімії, фізіології харчування, санітарії і гігієни, організації виробництва і обслуговування технологічного обладнання, психології й етики спілкування, економіки, математики та інших дисциплін.

Для нього важливо знати економіку масового харчування, вміти оцінювати ефективність роботи підприємства, вплив різних факторів на результати його господарської діяльності.

## Тема 1. Технологічний процес приготування і подання розсипчастих каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання розсипчастих каш, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Розсипчасті каші* варять з рису, гречаної, перлової, пшоняної, ячмінної і Полтавської круп на воді або бульйоні. Використовують як самостійні страви або на гарнір. Вихід з 1 кг крупи – 2,1-3 кг готової каші.

*Гречана каша.* У наплитний або харчоварильний казан наливають за нормою воду, доводять до кипіння, додають сіль і засипають підготовлену крупу. Знімають шумівкою зерна, які спливли. Варять кашу, періодично помішуючи до загусання, додають жир (5–10% маси крупи), вирівнюють поверхню, закривають кришкою і розпарюють кашу до готовності при малому нагріванні.

Для приготування каші із підсмаженої крупи слід влити води на 5-6% більше, ніж для каші з сирої крупи, оскільки каша з підсмаженої крупи вариться швидше. Для того щоб каша була розсипчастою, її розпушують кухарською виделкою. Подають гарячою з вершковим маслом або пасерованою цибулею, а також з січеними звареними круто яйцями і маслом. Холодну кашу можна подавати з молоком, вершками або цукром. Гречану кашу використовують як гарнір до будь-яких страв.

*Рисова каша.* І с п о с і б . У киплячу підсолену воду, яку налили за нормою, додають жир (5-10% маси рису), засипають підготовлену крупу і варять, помішуючи, до загусання. Потім кашу доводять до готовності в посуді з закритою кришкою в жаровій шафі протягом 1 год. При слабкому нагріванні.

І с п о с і б (рис припущений). Підготовлений рис заливають окропом для видалення присмаку борошна, зливають воду, заливають гарячим м'ясним або курячим бульйоном (з розрахунку 2,1 л бульйону на 1 кг рису), додають сіль, вершкове масло, сиру очищену цибулю і запашний перець. Варять, помішуючи, до загусання, закривають казан кришкою і доводять на парі до готовності. Після закінчення варіння

цибулю виймають. Припущений рис використовують як гарнір, фарш і самостійну страву.

**І с п о с і б** (рис відкидний). Підготовлений рис засипають у киплячу підсолену воду (6 л на 1 кг), варять при слабкому кипінні 25-30 хв. Коли зерна набухнуть і стануть м'якими, їх відкидають на сито і промивають гарячою водою, потім кладуть у посуд, додають жир і розпарюють до готовності в жаровій шафі. Подають кашу з вершковим маслом.

*Пшоняна каша.* **І с п о с і б**. У киплячу підсолену воду, взяту за нормою, засипають підготовлену крупу і варять до загусання, періодично помішуючи. Доводять кашу до готовності в жаровій шафі протягом 1,5 год.

**І с п о с і б** (зливна каша). У киплячу підсолену воду об'ємом 5-6 л (на 1 кг крупи і 50 г солі) засипають підготовлену крупу і варять протягом 5-7 хв. Потім воду зливають, додають жир і доводять до готовності в жаровій шафі протягом 30-40 хв. Подають кашу і вершковим маслом, охолоджену – з холодним молоком.

*Манна каша.* Просіяну манну крупу підсушують до світло-жовтого кольору і змішують з топленим маслом. У киплячу підсолену воду за нормою засипають тоненькою цівкою манну крупу, безперервно помішуючи. Посуд з кашею ставлять у жарову шафу на 20-30 хв.

*Каша розсипчаста з концентрату.* Брикети концентрату розминають до зникнення грудочок, заливають холодною водою і доводять до кипіння. Потім варять при слабкому кипінні в щільно закритому посуді доти, доки крупа не набухне повністю. Кашу відпускають з жиром або посипають цукром.

*Вимоги до якості каш.* У готовій розсипчастій каші зерна добре зварені, зберегли форму і легко відокремлюються одне від одного. Всі каші мають смак і запах, властиві певному виду крупи.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати розсипчасту кашу, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової каші (табл. 1).

Таблиця 1

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак



## Тема 2. Технологічний процес приготування і подання в'язких каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання в'язких каш, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *В'язкі каші* готують на молоці, воді, молоці з водою з усіх видів круп за загальними правилами варіння. В'язка каша – це густа маса. При температурі 60-70°C вона тримається на тарілці гіркою, не розсипається. З 1 кг крупи дістають від 4 до 5 кг готової каші. Під час варіння необхідно враховувати, що різні види круп неоднаково швидко набухають і розварюються. Такі крупи, як рисова, перлова, вівсяна, пшоняна в молоці варяться гірше, ніж у воді.

*Рисова (пшоняна, вівсяна) каша молочна.* В киплячу підсолену воду засипають підготовлений рис, варять 20 хв., потім зайву воду зливають, додають гаряче молоко і варять до готовності. В'язкі молочні каші в кінці приготування заправляють цукром. Якщо в'язкі молочні каші використовують як самостійну страву, то при відпусканні поливають вершковим маслом.

*Манна каша молочна.* Незбиране молоко або молоко, розведене водою, кип'ятять, додають сіль, цукор і швидко, безперервно помішуючи, засипають тоненькою цівкою манну крупу, щоб не утворились грудочки, оскільки манна крупа швидко набухає в гарячій воді (20-30°C), її варять, помішуючи, 10-15 хв. Подають гарячу кашу з маслом, цукром, варенням.

*Каша в'язка з гарбузом.* З гарбуза обчищають шкірку, видаляють насіння і насінневу м'якоть, нарізають маленькими кубиками, кладуть у кипляче молоко або воду з молоком, додають сіль, цукор і нагрівають до кипіння. Засипають підготовлену рисову або пшоняну крупу і варять до готовності при слабкому кипінні. Подають з маслом вершковим.

*Каша в'язка з чорносливом.* Чорнослив відварюють у воді і залишають, щоб набухнув. Відвар зливають, додають необхідну кількість води і варять кашу. При відпусканні на кашу кладуть чорнослив.

*Вимоги до якості каш.* У в'язкій каші зерна – частково розварені, але не злипаються, при температурі 60-70°C каша тримається на тарілці гіркою. Всі каші мають смак і запах, властиві певному виду крупи.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати в'язку кашу, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової каші (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

### Тема 3. Технологічний процес приготування і подання рідких каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання рідких каш, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Рідкі каші* готують з усіх видів круп, крім гречаної, ячмінної і саго, на молоці або суміші молока і води (60% молока, 40% води) або на воді.

Рідкими вважають каші, вихід яких становить 5-6 кг з 1 кг крупи. Готують їх так само, як і в'язкі, але використовують більше рідини.

Подають гарячими з вершковим маслом, цукром, джемом, повидлом, медом, корицею.

*Основні правила варіння каш.* Для варіння рекомендується використовувати посуд із товстим дном відповідного об'єму.

Кількість рідини, необхідну для варіння каш, визначають за нормою (табл. 1) множенням зазначеного в таблиці об'єму рідини на масу взятої крупи. Крім об'єму рідини на 1 кг крупи для приготування каш різноманітної консистенції, подано вихід готових каш, час варіння і приварок.

Таблиця 1

**Співвідношення крупи і рідини під час приготування рідких каш**

Каша	На 1 кг виходу каші		На 1 кг крупи вихід каші		Тривалість варіння, год	Приварок, %
	крупа, г	рідина, л	рідина, л	вихід, кг		
Манна	154	0,88	5,7	6,5	0,25	550
Рисова	154	0,88	5,7	6,5	1-1,5	550
Вівсяна	200	0,84	4,2	5,0	2,0	400
Вівсяні пластівці «Геркулес»	154	0,88	5,7	6,5	0,5	550
Пшенична	200	0,84	4,2	5,0	1-1,5	400

Сіль, цукор кладуть у посуд із рідиною до засипання крупи з розрахунку на 1 кг крупи для розсипчастих каш, приготовлених на бульйоні або воді, – 10 г, а для молочних солодких – 5 г. Крупу, промиту перед засипанням у посуд, кладуть у киплячу рідину, періодично помішуючи мішалкою.

Не рекомендується зливати воду з казана, краще взяти менше води, а потім у разі потреби долити гарячу воду. Об'єм, який займає крупа з водою в посуді, подано в таблиці 2.

Таблиця 2

**Початковий об'єм 1 кг крупи з водою під час варіння каш, л**

Каша	Консистенція каші рідка
Пшоняна	5,2
Рисова	6,6
Пшенична	5,2

Манну кашу доводять до готовності протягом 10-15 хв. Манну крупу засипають у рідину тоненькою цівкою, безперервно помішуючи, оскільки вона набухає за 20-30 с, одночасно всипають до 5 кг крупи. Пшоно, рис крупа погано розварюються в молоці, тому, щоб зварити молочну кашу, крупи попередньо проварюють 5-10 хв. у киплячій воді, яку беруть за нормою, потім вливають гаряче молоко і варять до готовності. Можна відварити крупу протягом 5-10 хв. у великій кількості киплячої води, потім злити воду і знову залити молоком (за нормою). Варити слід при слабкому кипінні.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати рідку кашу, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової каші (табл. 1).

Таблиця 1

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## Тема 4. Технологічний процес приготування і подання страв із каш. Оцінка їх якості, розрахунок сировини

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із каш, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. В'язкі каші можна використовувати для приготування котлет, биточків, запіканок, пудингів та ін. Для цього каші варять на воді або молоці. Готову кашу злегка охолоджують, додають сирі яйця або меланж і добре перемішують. Вироби формують з теплої маси, оскільки з остиглої вони погано формуються.

З каш готують *запіканки* солодкі і несолодкі, з твердим сиром, гарбузом, фруктами. Запіканка з гречаної або Полтавської круп називається *крупником*.

*Пудинги* відрізняються від запіканок тим, що до їхнього складу входять збиті білки яєць, завдяки яким вироби виходять пухкими і ніжними. Для їх приготування потрібно більше жиру, цукру, яєць, а також горіхів, цукатів, ніж для запіканок.

*Котлети або биточки манні.* В охолоджену до 60°C в'язку кашу додають цукор, сирі яйця або меланж і добре перемішують. Теплу (45-50°C) масу розкладають на порції, формують у вигляді котлет або биточків, панірують у сухарях і обсмажують на сковороді з жиром з обох боків до утворення добре підсмаженої кірочки. Подають на тарілці по 2 шт. на порцію з солодким соусом або кисілем.

*Запіканка рисова, манна, пшоняна.* Варять в'язку кашу з додаванням молока, охолоджують до 60°C, кладуть в утворену масу сирі яйця, можна родзинки і ванілін і добре перемішують. Викладають на змащений жиром і посипаний сухарями лист. Шар маси повинен становити не більш як 3-4 см. Поверхню виробу вирівнюють, змащують сумішшю яєць і сметани і запікають у жаровій шафі до утворення рум'яної кірочки. Готову запіканку охолоджують до 80°C, нарізають на порції. Подають з маслом, сметаною або солодким соусом.

*Пудинг рисовий, манний, пшоняний.* В готову в'язку кашу, охолоджену до 60-70°C, додають жовтки, розтерті з цукром, промиті родзинки ізюм, розчинений ванілін, розм'якшене вершкове масло, нарізані маленькими шматочками цукати і перемішують. В підготовлену масу вводять збиті до утворення густої піни яєчні білки і обережно перемішують. У форму або лист, змащені маслом і посипані сухарями, викладають масу на 3/4 об'єму. Поверхню пудингу вирівнюють, змащують сумішшю яєць зі сметаною і запікають у жаровій шафі до готовності. Нарізають на порційні шматки і подають зі сметаною, солодким соусом або варенням.

*Каша пшоняна з чорносливом.* Підготовлений чорнослив залити водою, варити до готовності з частиною цукру, охолодити і вийняти кісточки. Зварену з маслом розсипчасту пшоняну кашу викласти в змащений маслом сотейник разом з вареним чорносливом і прогріти в жаровій шафі. Подаючи, кашу полити сиропом, який приготували з відвару чорносливу і цукру.

*Крупник гречаний.* Варять розсипчасту кашу на воді з молоком. Охолоджують до 60°C, додають цукор, яйця, частину сметани, протертий сир, перемішують. Підготовлену масу викладають на змащений маслом і посипаний сухарями лист і розрівнюють поверхню, змащують сметаною і запікають у жаровій шафі до утворення рум'яної кірочки. Готовий крупник нарізають на порційні шматки. При подаванні поливають розтопленим вершковим маслом або сметаною.

*Галушки манні.* Варять густу в'язку кашу на суміші молока і води або на воді. Кашу охолоджують до температури 70°C, додають яйця, розтоплений маргарин і добре перемішують. Потім цю масу за допомогою двох ложок або кондитерського мішка розділяють на галушки (по 10-15 г) і варять при слабкому кипінні 5-6 хв. Як тільки галушки спливають, виймають їх шумівкою і заправляють маслом, щоб вони не зліпились. Подають зі сметаною, можна посипати тертим твердим сиром або подати його окремо.

В разі масового приготування тісто для галушок розкачують, нарізають на маленькі ромбики і варять.

*Вимоги до якості страв з каш.* Котлети овальної форми з одним загостреним кінцем, биточки – круглі, без тріщин на поверхні, рівномірно обсмажені з обох боків. Колір – золотистий, смак і запах – властиві відповідній каші, з якої приготовлені.

Запіканки з підрум'яненою шкірочкою без тріщин, смак і запах – властиві крупі, з якої приготовлена страва.

Пудинги мають на поверхні підрум'янену кірочку без тріщин. Смак – солодкий, з присмаком наповнювачів, консистенція – пухка.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страви із каш, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готових страв (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## Тема 5. Технологічний процес приготування і подання страв із бобових і макаронних виробів. Оцінка їх якості, розрахунок сировини

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із бобових і макаронних виробів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Правила варіння бобових.* До бобових відносять горох, зелений горошок висушений, квасолю, сочевицю, боби, нут. Перед варінням бобові ретельно перебирають, видаляючи домішки, промивають 2-3 рази.

Бобові, крім гороху луценого, розварюються повільно, тому перед варінням їх замочують у холодній воді (2 л на 1 кг) при температурі не вищій як 15 °С на 5-8 год. Попереднє замочування дає можливість

скоротити строк теплової обробки і сприяє кращому збереженню форми бобових. Під час замочування маса бобових збільшується приблизно в 2 рази. В процесі замочування потрібно стежити, щоб температура води не перевищувала 15°C, оскільки в теплій воді бобові швидко прокисають в результаті молочнокислого бродіння, а це в свою чергу впливає на час варіння бобових і затримує їх розварювання.

Підготовлені боби заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варять у закритому посуді при слабкому кипінні. Бобові містять велику кількість клітковини, зверху їх зерна вкриті товстою оболонкою, тому вони погано розварюються. Тривалість варіння бобових коливається в таких межах гороху – 1-1,5 год., квасолі – 1,5-2 год., сочевиці – 40-60 хв.

При википанні рідини під час варіння бобових підливають гарячу воду, оскільки холодна вода затримує їх розварюваність і зерна втрачають свою форму.

Для поліпшення смаку бобових під час варіння можна додати коріння петрушки, селери, моркви, лавровий лист, запашний перець. Після закінчення варіння їх виймають.

Бобові погано варяться у кислому і солоному середовищах, тому їх варять без солі, томатного пюре. Після того як бобові стануть м'якими, додають сіль і залишають їх на 15-20 хв. у відварі, який потім зливають. Заправляють їх томатним пюре і соусами тоді, коли зерна повністю зваряться.

Під час варіння бобових не рекомендується додавати харчову соду, оскільки вона руйнує вітаміни групи В і погіршує колір і смак страви.

Кольорові сорти квасолі містять речовини, які надають їй гіркуватого присмаку, а відварові – неприємного смаку і темного кольору. Тому квасолі варять 15-20 хв., відвар зливають, а потім заливають гарячою водою і варять до готовності. З 1 кг сухих бобових одержують 2,1 кг варених. Збільшення маси відбувається за рахунок поглинання води крохмалем, що клейстеризується. Привар становить 110%. Зварені бобові використовують як самостійну страву або як гарнір до м'ясних і рибних страв.

*Бобові з жиром і цибулею.* Варені бобові заправляють сіллю, перцем, пасерованою цибулею. Для цього цибулю дрібно нарізають, пасерують на свинячому салі і поливають розтопленим маргарином. Подаючи, посипають зеленню.

*Бобові в соусі.* Відварні бобові з'єднують з соусом червоним або томатним, помішуючи, нагрівають до кипіння, заправляють сіллю, перцем, маргарином. Можна покласти ріпчасту цибулю і часник. Перед подаванням заправляють зеленню.

*Бобові з копченою грудинкою або корейкою.* Відварну копчену грудинку нарізають маленькими кубиками. Дрібно нашатковану ріпчасту цибулю пасерують. Все з'єднують з соусом червоним основним або томатним, проварюють 10 хв., додають відварні бобові, прогрівають і заправляють часником.

*Бобові з соусом і шпиком.* Відварні бобові заправляють червоним або томатним соусом і прогрівають. Перед подаванням додають нарізаний маленькими кубиками підсмажений шпик.

*Пюре з бобових.* Бобові варять, відвар зливають, а бобові протирають. В одержану масу додають сіль і масло. Використовують як гарнір і як самостійну страву, в цьому випадку до пюре додають нарізані дрібними кубиками варену грудинку або корейку, можна заправити пасерованою на жирі або шпику ріпчастою цибулею.

*Запіканка з бобових і картоплі.* Відварні бобові, картоплю і пасеровану цибулю в гарячому стані змішують і протирають. Масу заправляють сіллю, сирими яйцями, перемішують, кладуть на підготовлений лист, змазують сметаною, посипають сухарями і запікають 10 хв. Подають зі сметаною або соусом червоним.

*Бобові з тушкованою капустою.* Відварні бобові заправляють червоним соусом, кладуть на порційну сковорідку або лист, змазані жиром, зверху – шар капусти тушкованої, посипають тертим твердим сиром, сухарями і запікають.

*Вимоги до якості страв із бобових.* Бобові зберегли свою форму. Смак і запах відповідають смаку і запаху бобових, з яких приготовлена страва. Зерна добре зварені, повністю набухли. Строк реалізації – 3 год.

*Страви з макаронних виробів.* Перед тепловою обробкою макаронні вироби перебирають для видалення сторонніх домішок, довгі вироби розламують на частини до 10 см. Малі вироби, локшину, вермішель просіюють.

*Способи варіння макаронних виробів.* І с п о с і б (зливний). Макарони, локшину, вермішель кладуть у киплячу підсолену воду (на 1 кг макаронних виробів 5-6 л води і 50 г солі), варять, періодично помішуючи, до готовності. Чим більше співвідношення води і макаронних виробів, тим швидше закипає вода після засипання макаронів, тим вищою буде якість готового виробу. Тривалість варіння



макаронних виробів залежить від їхнього виду. Макарони варять 20-30 хв., локшину – 20-25 хв., вермішель – 12-15 хв.

Відварні макаронні вироби відкидають на сито або друшляк і промивають гарячою кип'яченою водою, перекладають у посуд, заправляють розтопленим жиром (для поливання страви перед подаванням), перемішують дерев'яною мішалкою, щоб вони не склеїлись і не утворились грудочки.

Під час варіння макаронні вироби збільшуються в об'ємі в 2-3 рази за рахунок поглинання води, що клейстеризується. Таке збільшення називається приварком і становить 150 %. Відвари з макаронних виробів використовують для приготування перших страв і соусів.

**П с п о с і б** (незливний). У киплячу підсолону воду (на 1 кг – 2,2-3 л води і 30 г солі) засипають макаронні вироби і варять до загусання, помішуючи. Наприкінці варіння додають жир, закривають кришкою, доварюють на слабкому вогні так само, як каші. Приварок становить 200-300%. Таким способом варять макаронні вироби, які потім використовують для приготування запечених страв.

*Макарони відварні з жиром або сметаною.* Макарони або локшину варять зливним способом, заправляють вершковим маслом або маргарином. Подають як гарнір або як самостійну страву. При подаванні поливають жиром або сметаною.

*Макарони з твердим сиром, бринзою, сиром.* Зварені зливним способом макарони заправляють жиром, перед подаванням посипають тертим твердим сиром або бринзою або їх подають окремо. Сир протирають і змішують з макаронами безпосередньо перед відпусканням.

*Макарони відварні з овочами.* Моркву, цибулю, петрушку нарізають соломкою і пасерують на жирі. Наприкінці пасерування додають томатне пюре. Відварні макарони, приготовлені зливним способом, з'єднують з пасерованими овочами і томатним пюре. Перед подаванням посипають зеленню.

*Макарони з грибами.* Ріпчасту цибулю нарізають соломкою і пасерують, додають нарізані соломкою варені гриби і смажать 5-6 хв. Макарони варять зливним способом, змішують з підготовленими грибами з цибулею.

*Макаронник.* Макарони, зварені в суміші молока і води незливним способом, охолоджують до 60°C, додають сирі яйця, збиті з цукром, і перемішують. Масу викладають на змащений жиром і посипаний сухарями лист, вирівнюють поверхню, збризкують маслом і запікають

у жаровій шафі. Готовий макаронник розрізають на порції і подають з вершковим маслом.

*Макарони, запечені з сиром.* Макарони відварюють незливним способом, заправляють маргарином, кладуть на змащену жиром і посипану сухарями порційну сковорідку, зверху посипають тертим твердим сиром, збризкують маслом і запікають в жаровій шафі до утворення добре підсмаженої кірочки. Подають на порційній сковороді, поливають маслом вершковим.

*Бабка з локшини з твердим сиром.* Локшину або вермішель, зварену незливним способом, охолоджують до 60°C. Твердий сир протирають, змішують з сирими яйцями, заправляють сіллю і цукром. Суміш з'єднують з відварними макаронами. М'ясу добре перемішують, викладають на попередньо підготовлений лист або форму шаром 3-4 см, поверхню вирівнюють, змащують сметаною і запікають у жаровій шафі. Готову бабку нарізають на порції. Подають з маслом, солодким соусом або сметаною.

*Макарони, запечені з яйцем.* Сирі яйця змішують з холодним молоком і солять. Цією сумішшю заливають зварені незливним способом макарони, кладуть на сковороду або лист, змазані жиром, і запікають 10 хв. При подаванні заливають жиром.

*Макарони по-флотськи.* М'ясо перемелюють через м'ясорубку, обсмажують на сковороді або листі з жиром, періодично помішуючи. Потім додають бульйон, дрібно нарізану пасеровану ріпчасту цибулю і тушкують до готовності м'яса. Макарони варять у підсоленій воді, проціджують і змішують з готовим м'ясом, заправляють сіллю, перцем. Можна використати і варене м'ясо. При відпусканні посипають зеленню.

*Вимоги до якості страв з макаронних виробів.* Відварні макаронні вироби легко відокремлюються один від одного, зберігають форму, запечені можуть бути з'єднані між собою. Колір відварних макаронів – білий, запечених – золотистий. Смак і запах – властиві макаронним виробам. Страви з макаронних виробів реалізують протягом 2 год. після їх приготування.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву із макаронних виробів, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

## Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 6. Технологічний процес приготування і подання страв із вареної і припущеної риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із вареної і припущеної риби, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Правила варіння риби.* Для варіння можна використовувати всі види риби. Проте хек сріблястий, оселедець, карась, окунь, навага, вобла у вареному вигляді менш смачні, ніж смажені.

Рибу варять порційними шматками, цілими тушками і кругляками. Для варіння порційними шматками використовують філе з шкірою і кістками, філе з шкірою без кісток і шматки-кругляки. Підготовлену рибу укладають у глибокі листи або рибні казани в один ряд шкірою догори, заливають гарячою водою так, щоб вона на 2-3 см покривала рибу (2 л на 1 кг). Для поліпшення смаку додають біле коріння, ріпчасту цибулю, моркву, сіль, лавровий лист, перець горошком, доводять до кипіння і варять при слабкому нагріванні (температура 85-90°C) 10-15 хв., знімаючи з поверхні зсілі білки. Готовність визначають за зовнішнім виглядом, куштуючи рибу на смак. Якщо риба має приємний запах, то при варінні не додають перець і лавровий лист.

Морську рибу, що має специфічний запах (тріску, пікшу, зубатку, камбалу та ін.) варять у пряному відварі. Для цього у воду кладуть коріння, цибулю, сіль, перець запашний, гіркий, лавровий лист і проварюють 5-7 хв., після чого кладуть рибу і варять до готовності.

Під час варіння тріски, ставриди, сома, лина чи іншої риби для пом'якшення смаку і послаблення специфічного запаху іноді додають

огірковий розсіл. М'ясо при цьому набуває більш ніжної консистенції. Спеції під час варіння додають з розрахунку на порцію, г: солі – 3, перцю горошком – 0,01, лаврового листа – 0,01, коріння – згідно з рецептурою. Варену рибу зберігають у бульйоні і використовують протягом 30-40 хв. Втрати маси становлять 20%.

Судака, форель, лососину, білориблицю, щуку, нельму, стерлядь варять цілими. Підготовлену тушку перев'язують шпагатом і укладають черевцем донизу на решітку рибного казана. Заливають холодною водою так, щоб вона на 3 см покривала рибу, солять, додають цибулю, корінь петрушки, доводять до кипіння і варять при слабкому нагріванні, знімаючи з поверхні піну. Велику рибу варять 1-1,5 год., малу – 30-45 хв. Під час варіння форелі, лососини для збереження кольору і консистенції додають оцет (10 г на 1 л води).

Готовність риби визначають проколюванням кухарською голкою в найтовщій частині. У місці проколювання має виділятися прозорий сік; якщо сік рожевий, то рибу слід доварити.

Пласти риби з хрящовим скелетом, підготовлені для варіння, укладають на решітку рибного казана. Великі пласти білуги нарізають на шматки по 2-3 кг. Пласти укладають шкірою донизу, заливають холодною водою і варять так само, як цілі тушки риби. Для збереження смаку й аромату риби з хрящовим скелетом при варінні спеції і коріння кладуть у невеликій кількості. Час варіння залежить від виду і величини пластів. Севрюгу варять, як правило, 45-60 хв., осетра – 1,5-2 год. Готовність визначають так само, як і цілої риби. Втрати маси становлять 15%.

Варену рибу охолоджують у бульйоні, перед подаванням виймають і змивають згустки білків, зачищають від хрящів, укладають на лотки. Охолоджені пласти риби з хрящовим скелетом використовують для холодних закусок, для гарячих страв рибу нарізають на порційні шматки, прогрівають у бульйоні до 70°C. Рибні бульйони проціджують і використовують для приготування соусів і перших страв. Як гарнір до відварної риби використовують картоплю відварну, картопляне пюре, овочеve рагу, кабачки і гарбуз припущені. Додатково подають солоні або мариновані огірки, свіжі помідори, салат з капусти, салат зелений, а також відварні ракові шийки. Соус подають у соуснику (в ресторані) або поливають ним рибу. Найчастіше використовують такі соуси: «Голландський», «Польський», «Голландський» з лимонним соком або капарцями, білий з капарцями,

сметанний з хрінном, соус хрін з оцтом; до морської риби із специфічним смаком – томатний або соус розсіл.

До назви страви з відварної риби входить назва риби і соусу, в якому її припускали. Наприклад: «Лосось відварний з соусом Голландським», «Тріска відварна з соусом Польським».

*Риба відварна.* Рибу варять, як описано вище. Картоплю обточують у вигляді бочечок або кульок і відварюють до готовності. На прогріте металеве блюдо або тарілку кладуть гарнір – картоплю відварну обточену або картопляне пюре, поряд шматок відварної риби, шкіркою догори. Гарнір поливають розтопленим вершковим маслом, а рибу – бульйоном. У соуснику подають соус Польський, білий основний, томатний, сметанний.

*Бенкетні страви з вареної риби.* Для бенкетів використовують рибу цінних порід (судак, севрюга, осетер, стерлядь, форель). У стерляді після варіння видаляють спинні «жучки» і нитку, якою була прикріплена голова до хвостового плавника. Варену цілу рибу кладуть на підігріте овальне або кругле блюдо, поряд викладають гарнір – картоплю варену, обточену бочечками, грушками, прикрашають зеленню петрушки, вареними раками, лимоном, грибами. Окремо в соуснику подають соус.

*Вимоги до якості страв з вареної риби.* Варена риба у вигляді цілої тушки або порційними шматками, викладена шкірою догори, зберігає свою форму, повністю проварена, полита маслом або соусом. Смак і запах – властиві певному виду риби, з ароматом спецій, прянощів у поєднанні з соусом. Колір риби на розрізі – білий або світло-сірий, консистенція – м'яка. Гарнір укладений акуратно збоку, политий розтопленим маслом, посипаний подрібненою зеленню.

*Загальні правила припускання риби.* Припускання – найпоширеніший вид теплової обробки, під час якого у бульйон переходить менше поживних речовин, ніж при варінні. Цим способом готують рибу, що має найбільшу енергетичну цінність, з ніжною шкірою і м'якоттю.

Рибу припускають у невеликій кількості рідини. Припускають рибу цілою, пластами, порційними шматками, нарізаними з філе із шкірою і чистого філе. Невелику рибу (форель, судак, стерлядь, щуку, рибу фаршировану) припускають цілою, пластами – рибу з хрящовим скелетом масою 2-3 кг, порційними шматками – камбалу, палтуса, налима, тріску, вугра, сига, судака, щуку, морського окуня та ін.

Рибу припускають у рибних казанах з решіткою при закритій кришці. Підготовлену рибу кладуть у посуд в один ряд. Пласти – шкірою донизу, а порційні шматки – шкірою донизу або тією частиною, де була шкіра, для того щоб більш товста частина шматка була занурена у воду. Пласти і цілу рибу можна перев'язати і прикріпити шпагатом до решітки. Рибу заливають водою або рибним бульйоном (0,3-0,5 л на 1 кг) так, щоб рідина покрила рибу на 1/3. Пласти і цілу рибу заливають холодною, а порційні шматки – гарячою водою, додають біле коріння, ріпчасту цибулю, спеції. Для надання ніжності і специфічного смаку під час припускання додають біле вино, лимонну кислоту, відвар із шампінйонів, огірковий розсіл. Тріску, камбалу, зубатку, палтуса, сома, щуку часто припускають у пряному відварі, лососину, форель припускають обов'язково з додаванням оцту або лимонної кислоти. Посуд з рибою щільно закривають кришкою, доводять до кипіння і припускають при слабкому вогні протягом 10-15 хв. – порційні шматки і 25-50 хв. – цілу рибу, фаршировану і пластовану. Внутрішні шари риби повинні прогріватися до температури не нижче - 0°C.

Цілу рибу укладають на блюдо, кладуть гарнір і прикрашають, подають на бенкетах. Пласти риби з хрящовим скелетом охолоджують, нарізають порційними шматками, знову заливають бульйоном і доводять до кипіння. Порційні шматки подають гарячим або зберігають на марміті у бульйоні в посуді із закритою кришкою не більш як 25-30 хв. Основний гарнір до страв з припущеної риби – картопля відварна, картопляне пюре або овочі відварні з жиром, додатковий – огірки свіжі, помідори свіжі або солоні, шампінйони, білі гриби, ракові шийки або краби, лимон.

Припущену рибу залежно від її виду подають з різними соусами. Найчастіше до припущеної риби подають соуси: білий основний, паровий, біле вино, розсіл, томатний.

Назва більшості припущених рибних страв, так само як і відварних, залежить від виду соусу. Наприклад: «Риба парова» (риба припущена з соусом паровим), «Риба в розсолі» (риба припущена у соусі розсіл).

Втрати маси під час припускання становлять 18-20%.

*Риба парова.* Порційні шматки риби припускають з додаванням грибів. На овальне металеве блюдо кладуть відварену картоплю, обточену у вигляді бочечок, або картопляне пюре. Збоку розміщують шматок припущеної риби, на неї – відварні гриби, зверху рибу поливають паровим соусом, приготовленим на бульйоні, у якому

припускали рибу. Страву прикрашають зеленню, креветками або крабами, обчищеним і нарізаним лимоном. Гарнір поливають маслом.

*Риба припущена з соусом білим з розсолом.* Порційні шматки риби або пласти з хрящовим скелетом припускають у бульйоні з додаванням огіркового розсолу, селери, петрушки. На відварі готують білий соус з розсолом, додають відварні білі гриби або шампіньйони, припущені солоні огірки, зачищені від шкірки і насіння. Перед відпусканням рибу кладуть на блюдо, на неї – гриби, нарізані скибочками огірки, варені хрящі риби, все заливають соусом з розсолом. Зверху розміщують скибочку лимона і посипають зеленню. Гарнір – варена картопля або картопляне пюре.

*Судак або щука фаршировані.* Для фарширування цілого судака випотрошують через спинку, у щуки шкіру знімають «панчохою». Після зняття шкіри щуку випотрошують і промивають.

М'якоть відділяють від кісток, з голови видаляють очі і зябра, з м'якоті готують фарш. Пшеничний хліб розмочують у молоці, м'якоть риби нарізають на шматочки, з'єднують з хлібом і пропускають через м'ясорубку. Потім додають дрібно нарізану пасеровану цибулю, часник, перемішують, і ще раз пропускають через м'ясорубку. У фарш додають сирі яйця, сіль, мелений перець, молоко, вершкове масло або маргарин. М'ясу добре вимішують і вибивають. Щоб маса була пухкою, білки яєць можна збити.

Шкіру щуки акуратно зачищають і добре промивають, наповнюють фаршем так, щоб вона набула форми риби, біля хвоста роблять прокол для видалення повітря, пришивають голову (якщо її відокремили) або залишають отвір, через який рибу наповнюють фаршем.

Рибу загортають у марлю або пергамент, перев'язують шпагатом та укладають на решітку рибного казана, спинкою догори. Рибу заливають холодною водою так, щоб вона була вкрита на 1/3, додають петрушку, селеру, ріпчасту цибулю і сіль.

Припускають рибу з закритою кришкою на плиті при слабкому кипінні протягом 30-50 хв. залежно від величини риби. За 5-10 хв. До готовності додають перець і лавровий лист.

Готову рибу трохи охолоджують, знімають марлю і витягують нитки. Для бенкетів рибу подають цілою або нарізаною на порційні шматки у вигляді кругляків. На підігріте блюдо або тарілку кладуть відварну гарячу картоплю, картопляне пюре або відварні овочі з жиром,

поряд шматок риби, поливають соусом паровим або томатним, прикрашають зеленню.

*Вимоги до якості припущених страв із риби.* Припущену рибу з кістковим скелетом подають порційними шматками без кісток, з шкірою або без неї, рибу з хрящовим скелетом – без хрящів і шкіри, малу – цілою.

На поверхні риби допускаються згустки зсілого білка, тому для поліпшення зовнішнього вигляду страви рибу поливають соусом, прикрашають лимоном, грибами, раковими шийками, крабами. Гарнір розміщують поряд з рибою або окремо. Смак ніжний, трохи кислуватий, консистенція – м'яка.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву з вареної чи припущеної риби, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 7. Технологічний процес приготування і подання страв із смаженої риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із смаженої риби, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Загальні правила смаження риби. Для смаження використовують рибу майже всіх видів. Риба смажена має чітко виражений смак завдяки утворенню на поверхні підсмаженої кірочки, містить велику кількість цінних поживних



речовин. Калорійність риби підвищується, оскільки вона поглинає певну кількість жиру.

Для смаження використовують цілу дрібну рибу, а велику нарізають на порційні шматки, розроблені на філе з шкірою і реберними кістками, на філе з шкіркою без кісток і чисте філе. Рибу з хрящовим скелетом смажать пластами або порційними шматками.

Рибу можна смажити у невеликій кількості жиру або використовуючи багато жиру (у фритюрі), а також на решітці або рожні. Рибу смажать на листах сковородах, електросковородах, у фритюрницях. Втрати маси становить 16-18%.

Для смаження використовують олію (найкраще соняшникову), кулінарний жир (фритюрний). Фритюр складається із суміші харчовою саломасу (60%) і олії (40%), оскільки цей жир при високих температурах мало змінюється. Крім того, риба, підсмажена у такому жирі, має гарний зовнішній вигляд і добрий смак. В разі смаження риби у фритюрі рибу повністю занурюють у жир (4:1), нагрітий до 180°C, смажать 3-5 хв., доводять до готовності у жаровій шафі.

Якщо рибу використовують для холодних закусок, її смажать тільки на олії. Пласти риби з хрящовим скелетом смажать основним способом. Для цього їх укладають на лист з жиром шкірою донизу, змащують сметаною, посипають сіллю, перцем і поливають жиром. Смажать 30-40 хв. у жаровій шафі до утворення рум'яної кірочки, поливаючи соком, що виділився, після чого накривають промасленим папером і доводять до готовності.

Для смаження на решітці гриля використовують запаніровані і незапаніровані шматки риби, які укладають на змащену шпиком решітку і смажать з обох боків, внаслідок чого на шматках риби залишаються смуги темно-золотистого кольору. Порційні шматки з пласта риби без шкіри і хрящів нарізають під прямим кутом, смажать у мангалі або електрогрилі, нанизаними на шпачки. Шматочки риби змащують розтопленим вершковим маслом і смажать протягом 8-10 хв.

Для гарніру до смаженої риби використовують відварну або смажену картоплю, картопляне пюре, розсипчасті каші, тушковані овочі. Додатково до гарніру можна подати огірки свіжі, солоні, мариновані томати, салат з капусти (50 г на порцію).

Перед подаванням рибу поливають жиром або до неї подають соус (окремо або підливають його до риби), прикрашають скибочкою лимона.

*Риба смажена.* Порційні шматки риби нарізають під кутом 30° або дрібну цілу рибу посипають сіллю, перцем і панірують у борошні, укладають на добре розігріту сковорідку або лист з олією шкірою донизу і смажать з обох боків до утворення підсмаженої золотистої кірочки протягом 5-10 хв. при температурі 140-160°C. Доводять до готовності у жаровій шафі 5-7 хв. при температурі 250°C, всередині риба має прогрітися до 85-90°C.

Готовність риби визначають за наявністю на її поверхні маленьких повітряних бульбашок.

Перед подаванням на тарілку або порційне блюдо кладуть гарнір із смаженої або відварної картоплі, картопляне пюре. Поряд розміщують гарячу смажену рибу, поливають розтопленим вершковим маслом. Окремо у соуснику подають соус томатний або томатний з овочами чи майонез з корнішонами. Прикрашають гілочками зелені петрушки, лимоном.

*Риба, смажена з цибулею по-ленінградськи.* Страву готують із судака, тріски, ставриди, скумбрії, морського окуня. Характерною особливістю страви є спосіб приготування гарніру і велика кількість смаженої цибулі при подаванні. Картоплю варять у лущинні, охолоджують, обчищають, нарізають кружальцями і підсмажують з обох боків. Ріпчасту цибулю нарізають кружальцями, панірують у борошні і підсмажують у фритюрі до золотистого кольору. Рибу смажать основним способом, як описано вище.

Перед подаванням на середину порційної сковорідки кладуть смажену рибу, навколо – картоплю, смажену кружальцями, зверху на рибу – смажену цибулю.

*Піджарка з риби.* Порційні шматки без шкіри і хрящів (риба осетрових порід) або філе без шкіри і кісток (риба з кістковим скелетом) нарізають по 3-5 шматків на порцію, посипають сіллю і перцем, панірують у борошні і смажать разом з дрібно нарізаною цибулею.

При відпусканні на тарілку кладуть шматочки риби з цибулею з одного боку, а з другого – гарнір: картоплю смажену, овочі відварні.

*Риба, смажена з лимоном.* Рибу, розроблену на філе з шкірою, смажать основним способом. Вершкове масло розтоплюють, додають сік лимона або розчинену лимонну кислоту, посічену зелень петрушки, сіль, доводять до кипіння і поливають рибу при відпусканні. Гарнірують смаженою картоплею.

*Риба, смажена у фритюрі.* Підготовлену цілу рибу або порційні шматки посипають сіллю, перцем чорним меленим, панірують у

борошні, змочують в льезоні, обкачують у мелених сухарях, кладуть у розігрітий до температури 180°C фритюр і смажать 5-10 хв. до утворення на поверхні золотистої кірочки. Потім рибу виймають шумівкою, дають стекти жиру, доводять до готовності в жаровій шафі.

Перед відпусканням на підігріту тарілку або блюдо кладуть смажену картоплю, нарізану брусочками, збоку – рибу, яку поливають розтопленим маслом. Страву прикрашають зеленню петрушки, підсмаженою у фритюрі, скибочками лимона. Окремо у соуснику подають соус томатний або майонез з корнішонами.

*Риба, смажена в тісті.* Рибу розбирають на чисте філе, нарізають брусочками 1-1,5 см завтовшки, 5-6 см завдовжки, посипають сіллю, перцем, додають дрібно нарізану зелень петрушки, олію, лимонну кислоту, перемішують і ставлять на 20-30 хв. у холодне місце для маринування.

Шматочки риби після маринування наколюють на кухарську голку, занурюють у тісто кляр, швидко опускають у фритюр і смажать 3-5 хв. Коли риба спливе на поверхню фритюру, її виймають шумівкою і дають стекти жиру.

Для приготування тіста кляр борошно з'єднують з молоком або водою (температура 20-30°C), розмішують, додають олію, жовтки яєць, сіль. Перед смаженням у тісто додають збиті білки і перемішують. Консистенція тіста – сметано-подібна.

На кругле блюдо або тарілку кладуть різану паперову серветку, на неї – гіркою смажену рибу. Страву прикрашають гілочками петрушки, підсмаженої у фритюрі, скибочками лимона, окремо подають гарячий томатний соус або холодний – майонез з корнішонами.

*Риба, смажена під зеленим маслом.* Підготовлений напівфабрикат у вигляді стрічки або вісімки панірують в льезоні і сухарях, смажать у фритюрі. При відпусканні рибу кладуть на підігріте блюдо або тарілку, поруч укладають гарнір: смажену картоплю (із вареної) або складний гарнір, на рибу кладуть кружечок зеленого масла, оформляють лимоном, овочами, гілочками зелені. Окремо подають соус томатний або майонез з корнішонами.

*Зрази донські.* Із підготовленого філе риби без шкіри і кісток або без шкіри і хрящів нарізають тонкі широкі шматки, злегка відбивають до товщини 0,5-0,6 см, солять, перчать, а потім в них загортають фарш і надають виробу продовгуватої форми.

Сформовані зрази панірують у борошні, в льезоні, а потім – в сухарях і смажать в жирі. Для фаршу: злегка пасерують нарізану

цибулю, додають сухарі із пшеничного хліба, яйця дрібно нарізані варені, зелень петрушки, сіль, перець, все перемішують.

Зрази відпускають по 2 шт. на порцію, з гарніром, поливають жиром. На гарнір дають смажену картоплю, картопляне пюре, припущені овочі. До страви подають соус томатний або майонез.

*Риба, смажена на решітці гриля.* Філе лосося, свіжого оселедця, нельми або іншої нежирної риби нарізають на порційні шматки під кутом 30° і маринують, посипавши сіллю, перцем, збризкують олією і оцтом або лимонним соком, протягом 25-30 хв. Мариновану рибу смажать, не паніруючи.

Судака, рибу-капітан, палтуса нарізають на порційні шматки, солять, змочують розтопленим маслом і панірують у білій паніровці.

Підготовлену рибу кладуть на змащену шпиком решітку і смажать з обох боків. На поверхні риби при цьому утворюються смуги темно-золотистого кольору.

На гарнір подають мариновану цибулю, помідори, зелену цибулю, дольки лимона. Можна відпускати із смаженою картоплею.

*Риба, смажена на шпажці* Порційні шматки з пласта без шкіри і хрящів нарізають під прямим кутом, маринують, нанизують на шпажку і смажать на відкритому вогні.

На гарнір подають мариновану цибулю ріпчасту, дольки лимона, смажену картоплю. На рибу кладуть кружечки зеленого масла.

*Вимоги до якості смажених страв з риби.* Смажену рибу подають одним шматком з шкірою і кістками, зі шкірою без кісток; дрібну рибу – цілою; осетрову – без хрящів, з шкірою або без неї.

Риба і вироби з риби повинні зберігати форму, мати рівномірну добре підсмажену кірочку від золотистого до світло-коричневого кольору.

Смак страв – специфічний, властивий певному виду риби, без стороннього присмаку, з запахом риби, начинки.

Консистенція – м'яка, соковита. У риби і виробів, смажених у фритюрі, поверхнева кірочка злегка хрустка, але не суха, без відставання

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву із смаженої риби, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

## Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

### Тема 8. Технологічний процес приготування і подання страв з тушкованої і запеченої риби. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із тушкованої і запеченої риби, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Правила тушкування риби.* Тушковані рибні страви мають приємний смак, аромат, соковиту консистенцію, оскільки їх готують з додаванням нашаткованої моркви, петрушки, ріпчастої цибулі, томатного пюре, оцту, олії, цукру, рибного бульйону.

Для надання рибі особливого аромату і смаку за 10-15 хв. до закінчення тушкування додають спеції, прянощі: сіль, перець чорний горошком, лавровий лист, гвоздику, корицю.

Тушкувати рибу можна сирю або попередньо підсмаженою. Тушковані страви з підсмаженої риби смачніші. Для тушкування використовують цілу дрібну рибу, порційні шматки-кругляки, порційні шматки, нарізані з філе зі шкірою і кістками.

Рекомендується тушкувати солону вимочену рибу і морську рибу з різким специфічним запахом і смаком (камбалу, зубатку, тріску, палтуса та ін.).

Тривалість тушкування порційних шматків – 45-60 хв. Готовність риби визначають за м'якістю кісток.

Тушковану рибу подають разом з овочами, з якими вона тушувалася, посипають подрібненою зеленню.

*Риба, тушкована з цибулею і томатами.* Філе риби зі шкірою без кісток нарізають на порційні шматочки, заливають бульйоном або

водою, додають нашатковану цибулю, томати або томатний сік, вершкове масло, солять і тушкують 45-60 хв. До готовності. Рибу виймають, а з бульйону, що залишився після тушкування овочів, готують соус. Овочі протирають, додають бульйон і доводять до кипіння. Подають рибу з соусом, в якому вона тушувалася, гарнір – картопляне пюре, картопля відварна.

*Риба, тушкова на томаті з овочами.* Рибу розбирають на філе зі шкірою без кісток, нарізають на порційні шматочки, укладають у сотейник двома-трьома шарами, чергуючи з шаром нашаткованих овочів (моркви, петрушки, селери, ріпчастої цибулі). Знизу і зверху повинен бути шар овочів. Додають сіль, цукор, оцет, томатне пюре, олію і заливають бульйоном або водою, тушкують з закритою кришкою до готовності 45-60 хв. За 5-7 хв. до закінчення тушкування додають перець, лавровий лист, гвоздику, корицю.

Подають рибу з гарніром – картоплею вареною або картопляним пюре, поливають соусом з овочами, який утворився у процесі тушкування.

*Загальні правила запікання риби.* Запечені страви готують з різних видів риби. Дрібну запікають цілою (карась, лящ, короп, лин). Велику рибу нарізають на порційні шматочки без кісток.

Запікають рибу в основному з гарніром – картоплею вареною або смаженою (з сирі), картопляним пюре, картоплею смаженою (з вареної), капустою тушкованою, розсипчастою гречаною кашею, макаронами відварними під соусом білим основним, паровим, молочним, сметанним, томатним, майонезом. Можна запікати рибу сирію, припущеною або смаженою. Сирію рибу запікають з вареною картоплею під білим соусом; припущену – під паровим або молочним соусом з вареною картоплею або макаронами; смажену – під соусом сметанним або томатним з цибулею і грибами, майонезом, смаженою картоплею або розсипчастою гречаною кашею.

Рибу запікають на листах і сковородах, які змащують жиром, інколи додають частину соусу. Для утворення при запіканні рум'яної кірочки рибу і гарнір, залиті соусом, посипають тертим твердим сиром або сухарями і збризкують розтопленим вершковим маслом.

Запікають рибу в жаровій шафі при високій температурі (250-280°C) до утворення на поверхні рум'яної кірочки (15-20 хв). Втрати маси при запіканні становлять 15-18%.

*Риба, запечена з картоплею по-російському.* Порційні шматки сирію риби нарізають на філе зі шкірою без кісток або порційні шматки

риби з хрящовим скелетом солять і посипають перцем. Кладуть на змащену жиром порційну сковорідку, политу частиною білого соусу, який готують на рибному бульйоні. Навколо розмішують варену картоплю, нарізану скибочками або кружальцями.

Страву поливають рештою соусу, посипають тертим твердим сиром або сухарями, збризкують розтопленим вершковим маслом і запікають у жаровій шафі 15-20 хв. до утворення рум'яної кірочки. Соус повинен злегка загуснути, але не підсохнути і не википіти, після цього рибу виймають, ставлять на плиту і прогрівають протягом 3-5 хв. до готовності. Подають у цій самій порційній сковороді.

*Риба, запечена у сметанному соусі з грибами (по-московськи).* Порційні шматки риби підсмажують основним способом. Відварену картоплю нарізають кружальцями і обсмажують. Гриби відварюють, нарізають скибочками і обсмажують. Ріпчасту цибулю нарізають соломкою, пасерують і з'єднують з грибами. Яйця відварюють, нарізають кружальцями. Зачищений твердий сир подрібнюють на тертці. Готують сметанний соус. Порційну сковороду змащують жиром, наливають на неї трохи сметанного соусу, потім кладуть шматок смаженої риби, а навколо – картоплю. На рибу кладуть цибулю з грибами, якщо риба осетрова, то варені хрящі, зверху – кружальце вареного яйця.

Підготовлену страву заливають сметанним соусом, поливають розтопленим вершковим маслом або маргарином. Запікають у жаровій шафі при температурі 250°C. Готовність визначають за підрум'яненою поверхнею страви і загустінням соусу. Подають страву в цій самій порційній сковороді, посипають зеленню.

*Риба, запечена в сметанному соусі.* Нарізану рибу порційними шматками посипають сіллю, перцем, панірують у борошні і смажать основним способом. Для гарніру використовують гречану розсипчасту кашу або картоплю відварну, смажену з вареної, нарізану кружальцями.

Порційну сковороду змащують жиром, кладуть заправлену маслом гречану кашу, посередині роблять заглиблення і поміщають рибу. Страву заливають сметанним соусом середньої консистенції, посипають тертим твердим сиром, поливають розтопленим жиром і запікають у жаровій шафі. Страву можна приготувати із смаженою картоплею, яку слід викласти перед запіканням навколо смаженої риби.

Подають у порційній сковорідці.

*Риба, запечена під молочним соусом.* Порційні шматки риби зі шкірою без кісток припускають у невеликій кількості води. Макарони

відварюють і заправляють вершковим маслом. Готують молочний соус середньої густини. Цибулю ріпчасту після пасерування з'єднують з соусом і доводять до кипіння. Твердий сир зачищають і натирають на тертці з маленькими отворами. Порційну сковороду змащують жиром і викладають на неї макарони, посередині роблять заглиблення і кладуть порційні шматки припущеної риби. Страву поливають гарячим молочним соусом, посипають твердим сиром, збризкують маслом і запікають у жаровій шафі.

*Солянка з риби на сковороді.* Рибу розбирають на філе без шкіри і кісток, з хрящовим скелетом – без хрящів, нарізають на шматочки масою 25-30 г (по 3-4 на порцію) і припускають. Готують тушковану капусту. З огірків обчищають шкіру і видаляють насіння, нарізають тоненькими скибочками, цибулю – соломкою. З рибних харчових відходів готують рибний бульйон, проціджують. Цибулю пасерують.

Підготовлені огірки, капарці, пасеровану цибулю, томатне пюре, спеції припускають у невеликій кількості рибного бульйону протягом 8-10 хв. і з'єднують з припущеною рибою.

Порційну сковороду змащують жиром і кладуть на неї половину тушованої капусти, на капусту – припущену рибу з гарніром. Зверху кладуть шар тушованої капусти, поверхню вирівнюють, посипають тертим твердим сиром, збризкують вершковим маслом і запікають у жаровій шафі протягом 15-20 хв. до утворення підсмаженої кірочки.

Перед подаванням запечену солянку прикрашають маринованими плодами, ягодами, маслинами, кружальцями лимона, огірками, зеленню петрушки. Солянку подають на порційній сковорідці.

*Риба, запечена в червоному соусі з грибами.* Порційні шматки риби, нарізані на філе зі шкірою без кісток, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні і смажать.

На підготовлену сковороду кладуть рибу, навколо скибочками розміщують відварну картоплю, поливають соусом червоним з цибулею і грибами, посипають тертим твердим сиром, збризкують жиром і запікають. Подають у цій самій порційній сковороді.

*Вимоги до якості запечених страв.* На поверхні страви повинна бути тонка глянцева рум'яна кірочка. Страва соковита. Соус густий, але без ознак висихання. Не допускається наявність кісток, крім страв із запеченої цілої дрібної риби, а також підгорання риби і гарніру. Готують страву у міру попиту, зберігають не більше 45 хв.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.



Завдання 2. Приготувати страву із тушкованої чи запеченої риби, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

Таблиця 1

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 9. Технологічний процес приготування і подання страв із січеної натуральної риби і котлетної маси. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв із січеної натуральної риби і котлетної маси, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Страви з січеної натуральної риби і котлетної маси.* Для приготування січеної натуральної і котлетної мас використовують рибу, розроблену на філе без шкіри і кісток, або філе зі шкірою без кісток. Страви смажать, варять, тушкують і запікають. Готують котлети, биточки, зрази, рулети, тюфтельки та інші вироби.

*Котлети або биточки рибні.* З підготовленої котлетної маси формують котлети овально-приплюснutoї форми з загостреним кінцем і биточки округло-приплюснutoї форми 2 см завтовшки. Вироби панірують у сухарях або білій паніровці, обсмажують з обох боків основним способом до утворення рум'яної кірочки (8-10 хв.) і доводять до готовності у жаровій шафі протягом 5 хв. Готовність котлет визначають за появою на їхній поверхні світлих повітряних бульбашок.

Подають на порційному блюді або тарілці, збоку кладуть гарнір: картоплю смажену або відварну, картопляне пюре, зелений горошок, овочі, припущені в маслі. Перед відпусканням гарнір поливають маслом. Биточки можна полити соусом томатним або червоним

основним, сметаним або сметаним з цибулею. До котлет можна подавати окремо соус томатний, сметаний або підливати його на тарілку поряд з котлетами.

*Тюфтельки рибні.* З котлетної маси з додаванням ріпчастої цибулі формують кульки (3-5 шт. на порцію), панірують їх у борошні, укладають на лист, підсмажують основним способом, заливають червоним, томатним або сметано-томатним соусом і тушкують до готовності 10-15 хв.

Перед відпусканням на підігріту тарілку кладуть відварну картоплю, рис або картопляне пюре; поряд – готові тюфтельки. Гарнір поливають маслом, тюфтельки – соусом, в якому їх тушкували, страву посипають подрібненою зеленню.

*Зрази рибні.* З рибної котлетної маси формують коржі завтовшки 1 см, посередині кожного кладуть фарш, надають їм овальної форми, обкачують у сухарях. У фарш для зраз додають смажені гриби, пасеровану ріпчасту цибулю, дрібно нарізані варені яйця, сіль, перець. Сформовані зрази смажать основним способом.

Подають з картопляним пюре, смаженою картоплею, припущеними овочами; поливають розтопленим маргарином, соусом томатним, основним червоним.

*Зрази у формі півмісяця (тільні).* Цю страву готують так само, як і зрази з рибної котлетної маси, але надають форми півмісяця. Сформований виріб змочують у льезоні і панірують у сухарях, обсмажують у фритюрі протягом 3-4 хв. до утворення добре підсмаженої кірочки, виймають, дають стекти жиру.

Обсмажений виріб кладуть на сковороду і доводять до готовності у жаровій шафі при температурі 250°C протягом 4-5 хв. Готовність визначають за появою на поверхні виробу маленьких повітряних бульбашок.

Подають на порційному блюді по 2 шт. на порцію з картопляним пюре, смаженою картоплею або складним гарніром, поливають розтопленим маргарином, посипають зеленню. Соус томатний можна подати в соуснику окремо.

*Фрикадельки рибні.* У котлетну масу додають дрібно посічену пасеровану цибулю, яйця (у масу з нежирної риби додають маргарин) і все перемішують, формують кульки масою 15-18 г, припускають у воді або бульйоні 10-15 хв.

Подають на порційній тарілці з відварним рисом або картоплею, картопляним пюре, відварними овочами, поливають соусом томатним, сметанним або сметанним з томатом.

*Рулет з риби.* Котлетну масу викладають на мокру полотняну серветку шаром 1,5-2 см. На середину вздовж кладуть фарш. Краї серветки з'єднують так, щоб утворився суцільний шов. Сформований рулет перекладають на змащений жиром лист швом донизу. Поверхню змащують льезоном і запікають.

У фарш для рулету додають пасеровану ріпчасту цибулю, дрібно нарізані варені яйця, пасеровані гриби, сіль, перець або відварні макарони, заправлені яйцем, омлет, яйця варені.

Перед відпусканням рулет нарізають по 2-3 шматки на порцію. Відпускають з картоплею відварною, смаженою і соусом томатним, сметанним з цибулею.

*Шніцель рибний натуральний.* Філе риби без шкіри і кісток нарізають на шматки, додають ріпчасту цибулю і пропускають через м'ясорубку. В підготовлену котлетну масу додають перець чорний мелений, воду або молоко, сіль, формують вироби овальної форми, панірують в яйці і сухарях. Смажать основним способом, кладуть у жарову шафу на 4-5 хв.

Відпускають з картоплею відварною, смаженою, овочами, припущеними з жиром, поливають маслом вершковим або маргарином.

*Ковбаски рибні.* Рибу розбирають на чисте філе, пропускають два рази через м'ясорубку з додаванням шпику і часнику, заправляють сіллю, перцем, перемішують і вибивають, формують ковбаски, панірують у льезоні, сухарях і смажать в жирі до готовності.

Подають із складним гарніром. Поливають жиром.

*Вимоги до якості страв із січеної натуральної і котлетної мас.* Страви із січеної натуральної і котлетної мас повинні зберігати форму, як правило, вони запаніровані і вкриті тоненьким шаром сухарів або борошна (тюфтельки).

Поверхня смажених страв – з рум'яною кірочкою, без тріщин. Колір на розрізі – від білого до сірого, вироби соковиті, пухкі. Не допускається відставання паніровки. Маса однорідна, без шматків хліба і м'якоті риби.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву з січеної натуральної чи котлетної маси із риби, подати.

**Завдання 3.** Визначити органолептичні показники якості готових страв (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 10. Технологічний процес приготування і подання страв з нерибних морепродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв з нерибних морепродуктів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Страви з нерибних морепродуктів.* З морепродуктів можна приготувати різноманітний асортимент страв, закусок, кулінарних виробів як у натуральному вигляді, так і в поєднанні з овочами, картоплею, крупами й іншими продуктами.

Морепродукти багаті повноцінними білками, мінеральними речовинами (кобальт, марганець, цинк, кальцій, фосфор, йод, натрій та ін.), вітамінами РР, С, D, групи В. Вони містять незначну кількість жиру, мають хороший смак.

Для приготування страв використовують крабів, креветок, кальмарів, морських гребінців, трепангів, мідій, раків морських (лангусти, омари), устриць, пасту «Океан».

Нерибні морепродукти морського промислу обробляють і варять в міру реалізації.

*Краби з рисом і соусом.* Крабів (консервованих) вивільняють від пергаменту, разом з соком викладають у сотейник, доводять до кипіння.

Подають на тарілці, з припущеним рисом. Крабів кладуть зверху, окремо подають соус томатний.

*Раки відварні.* Живих раків промивають у холодній воді до повного видалення з поверхні забруднення. Варити їх слід у воді або пиві, хлібному квасі з додаванням солі і спецій. Підготовлених до варіння раків кладуть у киплячу підсолену воду, в яку додають перець чорний горошком, лавровий лист, дрібно нарізану моркву, петрушку, кріп, естрагон і варять 10-15 хв. у посуді з закритою кришкою. Потім посуд ставлять на край плити, залишають його там на 10-15 хв., щоб раки набули приємного аромату.

Використовують їх як закуску, а також для оформлення рибних страв, салатів, холодних закусок.

*Креветки, запечені під сметанним або молочним соусом.* На порційну сковороду, змащену жиром, укладають половину картоплі вареної, нарізаної скибочками, на неї – варену м'якоть креветок або креветок-консерви, навколо укладають решту картоплі і заливають молочним або сметанним соусом, посипають тертим твердим сиром, збризкують розтопленим маргарином і запікають у жаровій шафі.

*Креветки варені з соусом.* Розморожені блоки креветок (2-3 кг) опускають в киплячу підсолену воду з додаванням спецій, солі і варять, помішуючи, протягом 5 хв. Готові креветки спливають на поверхню.

Перед подаванням відварних креветок розбирають на м'якоть, відділяючи шийку і знімаючи панцир (великих креветок нарізають на шматки), заливають бульйоном і доводять до кипіння.

Якщо використовують креветок консервованих, після відкриття банок їх перекладають у посуд і доводять до кипіння.

Як гарнір до креветок можна використати відварну картоплю, відварні овочі з жиром, соус томатний або молочний подають окремо.

*Кальмари в томатному або сметанному соусі.* Підготовлених кальмарів варять у киплячій підсоленій воді (на 1 кг кальмарів беруть 2 л води 120-140 г солі) 5 хв. з моменту закипання води. Довго варити їх не слід, оскільки вони стають твердими. Зварених кальмарів охолоджують у відварі, потім нарізають соломкою, заливають соусом і доводять до кипіння.

Подають з гарніром – картоплею вареною або смаженою.

*Котлети з кальмарів.* Кальмарів варять, з'єднують з нарізаними шматками філе сирі тріски, пшеничним хлібом, замоченим у молоці або воді, і пропускають два рази через м'ясорубку. В утворену масу додають яйця, сіль, перець, ретельно перемішують, формують котлети або биточки, панірують в сухарях і смажать основним способом.

Подають з вареною або смаженою картоплею, зеленим горошком, відварними макаронами. Поливають розтопленим вершковим маслом або маргарином. Страву можна доповнити свіжими огірками або томатами і прикрасити зеленню петрушки.

*Морський гребінець відварний з соусом.* Філе морського гребінця розморожують на повітрі і варять протягом 10-15 хв. у киплячій підсоленій воді (15-20 г солі на 1 л води) з додаванням коріння, спецій, солі.

Після варіння охолоджують, нарізають упоперек волокон скибочками або брусочками і використовують для приготування страв.

Перед подаванням філе морського гребінця заливають бульйоном, доводять до кипіння. Подають з відварною картоплею або картопляним пюре, соусом томатним або сметанним.

*Трепанги по-далекосхідному.* Свинину нарізають брусочками і обсмажують до готовності, з'єднують з відварними, нарізаними брусочками, трепангами, заправляють сметанним соусом з томатом і цибулею, тушкують 7-10 хв., наприкінці тушкування додають соус Південний. Подають зі смаженою картоплею, посипають січеною зеленню.

*Котлети, биточки з риби і пасти «Океан».* Пасту «Океан» розморожують на повітрі при температурі 18-20°C протягом 2-6 год. у міру використання. Повторне заморожування пасти не допускається.

Чисте філе риби нарізають на шматки, пропускають через м'ясорубку. З'єднують із замоченим у молоці черствим пшеничним хлібом, розмороженою пастою «Океан», повторно пропускають через м'ясорубку. Додають яйця, сіль, перець і добре перемішують. Формують котлети або биточки, панірують у сухарях і смажать з обох боків протягом 8-10 хв., потім доводять до готовності у жаровій шафі.

Подають по 2 шт. на порцію з відвареною, смаженою картоплею або гречаною кашею. Котлети, биточки поливають жиром; соус томатний, сметанний або сметанний з цибулею подають окремо.

*Рулет із риби з фаршем із пасти «Океан».* Підготовлену котлетну масу з риби розкладають на мокру полотняну серветку 1,5-2 см завтовшки, на середину кладуть фарш, з'єднують краї маси так, щоб один край котлетної маси накрив другий, утворюючи суцільний шов.

Сформований рулет перекладають на змащений жиром лист швом донизу. Поверхню рулету вирівнюють, посипають сухарями, збризкують жиром, роблять проколи в двох-трьох місцях і запікають у жаровій шафі при температурі 250-280°C протягом 25-30 хв.

Для фаршу розморожену пасту «Океан» викладають шаром 2-3 см, додають гарячу воду (5-10% маси пасту) і, періодично помішуючи, припускають протягом 10 хв. Припущену пасту охолоджують, подрібнюють на м'ясорубці і з'єднують з дрібно нарізаною пасерованою ріпчастою цибулею, звареними круто січеними яйцями, білим соусом, заправляють сіллю, перцем і перемішують.

Перед подаванням рулет нарізають на порції, на гарнір використовують гречану кашу розсипчасту або рис відварний, картоплю відварну і смажену, підливають соус томатний або сметанний.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву із нерибних продуктів, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

#### **Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

### **Тема 11. Технологічний процес приготування і подання варених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання варених страв з м'яса і субпродуктів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Загальні правила варіння м'яса.* Варені другі гарячі м'ясні страви готують з яловичини, баранини, козлятини, свинини, копчених продуктів, ковбасних виробів. Для варіння використовують ті частини м'яса, що містять значну кількість сполучної тканини: з туш яловичини (І категорія) використовують м'якоть грудинки, лопаткову і підлопаткову частини, пружок, бічну і зовнішню частини задньої ноги; баранини і козлятини – грудинку і

м'якоть лопаткової частини; свинячої туші – грудинку, шию і лопаткову частини. У баранячої, свинячої або телячої грудинки з внутрішнього боку вздовж ребер підрізають плівки. М'якоть лопаткової частини і пружка згортають рулетом і перев'язують.

Підготовлене м'ясо кладуть у гарячу воду (на 1 кг м'яса 1-1,5 л води). Варять м'ясо великими шматками масою 1,5-2 кг, оскільки шматки більшої маси будуть проварюватися нерівномірно (зовнішня частина може переваритися, а внутрішня залишається сирого). На сильному вогні доводять до кипіння, потім нагрівання зменшують і через 15-20 хв. солять.

Гаряча вода сприяє поступовому набряканню сполучної тканини, переходу колагену в глютин, завдяки чому м'ясо стає м'яким і соковитим. Якщо м'ясо варити у великій кількості води при бурхливому кипінні, смак його погіршується внаслідок значної втрати екстрактивних речовин. Для поліпшення смаку й аромату вареного м'яса у бульйон додають білі корені, моркву і ріпчасту цибулю (за 30-40 хв. до закінчення варіння), сіль і перець горошком кладуть у бульйон за 15-20 хв. до готовності м'яса, лавровий лист – за 5 хв. Готовність визначають кухарською голкою, у зварене м'ясо вона входить легко, при цьому виділяється безбарвний сік. Тривалість варіння (1,5-2,5 год.) залежить від величини шматків м'яса, щільності і кількості сполучної тканини.

Втрати м'яса при варінні становлять 38-40%.

Після варіння з свинячої, баранячої і телячої грудинки видаляють реберні кістки. Готове м'ясо охолоджують, нарізують упоперек волокон по 1-2 шматочки на порцію, заливають невеликою кількістю бульйону, доводять до кипіння і зберігають до подавання на стіл у цьому самому бульйоні при температурі 50-60°C у закритому посуді.

*М'ясо відварне.* Шматки м'яса вагою до 2 кг кладуть у посуд, заливають окропом і на сильному вогні доводять до кипіння, потім нагрівання зменшують. Через 15-20 хв. після закипання бульйон солять, а за 30 хв. до закінчення варіння додають ріпчасту цибулю, моркву, петрушку. Варять м'ясо без кипіння при температурі 90°C до готовності. При такому режимі варіння зменшуються втрати розчинних поживних речовин, м'ясо буде соковитим, а процес варіння – рівномірним. Наприкінці варіння кладуть лавровий лист і перець горошком.

Нарізане відварне м'ясо прогрівають у бульйоні, подають з гарніром, поливають жиром або соусом. Яловичину і свинину подають



з соусом червоним основним, цибулевим і сметанним з хріном. Телятину і баранину краще подати з соусом паровим і білим з яйцем. Як гарнір до яловичини використовують відварну картоплю, картопляне пюре, припущені овочі, моркву або зелений горошок у молочному соусі, розсипчасті каші, баранину – з припущеним рисом, свинину – з тушкованою капустою.

*Окіст, корейка відварні.* Копчено-варені і варені м'ясопродукти перед подаванням нарізають на порції і проварюють у бульйоні. Сирокопчену корейку або грудинку відварюють, знімають шкіру, видаляють кістки, нарізають на порції і прогрівають. Сирокопчений окіст вимочують, варять 2,5-3 год., нарізають на порції і прогрівають. Подають з картопляним пюре або відварною картоплею, зеленим горошком, поливають соусом червоним, сметанним з хріном або червоним з вином.

*Сосиски, сардельки відварні.* З сардельок видаляють шпагат, з сосисок попередньо знімають штучну оболонку, кладуть у підсолений окріп, доводять до кипіння, зменшують нагрівання і прогрівають сосиски протягом 3-5 хв., сардельки – 7-10 хв. Щоб запобігти пошкодженню натуральної оболонки і погіршенню смаку, сосиски і сардельки не рекомендується довго зберігати у гарячій воді.

До сосисок або сардельок на гарнір подають каші розсипчасті або в'язкі, картопляне пюре або капусту тушковану, поливають соусом червоним основним, цибулевим з гірчицею або томатним.

*Язик відварний.* Підготовлені язики кладуть у киплячу воду, варять до готовності разом з морквою, цибулею і петрушкою. Строк варіння залежить від виду язиків і коливається від 1 до 3 год. Після варіння язики опускають на 5-10 хв. у холодну воду, щоб зняти шкіру, нарізають тонкими скибочками по 2-4 шматочки на порцію, доводять до кипіння в бульйоні і зберігають в ньому до відпускання.

На гарнір до язика подають картоплю відварну, картопляне пюре, овочі в молочному соусі, зелений горошок, поливають соусом червоним основним, червоним з вином, білим основним, сметанним з хріном.

*Баранина варена з овочами.* Баранину розрубують на шматки масою 30-40 г разом з кістками, заливають водою і при слабкому кипінні варять до напівготовності. Додають нарізані кубиками сиру картоплю, свіжу білоголову капусту, моркву, цибулю, петрушку і варять до готовності при слабкому кипінні. Бульйон зливають, на ньому готують білий соус, яким заливають м'ясо з овочами, доводять до кипіння, заправляють спеціями і часником. Відпускають баранину

разом з овочами і соусом. Перед подаванням страву посипають посіченою зеленню.

*Вим'я варене в соусі.* Вим'я миють, розрізають на шматки, вимочують у холодній воді протягом 3-5 год., варять з корінням та цибулею, додавши сіль та перець горошком, лавровий лист, поки воно не стане м'яким. Нарізають широкими скибками, заливають цибулевим соусом з корнішонами або цибулевим з гірчицею, сметанним, сметанним з хрінном, червоним основним і доводять до кипіння.

Подають з вареною картоплею, картопляним пюре, розсипчастими кашами, відварними макаронними виробами, посипавши зеленню.

*Серце варене.* Серце миють, розрізають уздовж, замочують у холодній воді на 1 год., варять з корінням та ріпчастою цибулею, додавши сіль, лавровий лист та перець горошком. Зварене серце нарізають на шматки і подають з вареною картоплею або розсипчастим рисом, поливають соусом червоним основним або сметанним.

*Мозок відварний.* Мозок теляти після вимочування опускають у холодну воду, додають оцет, моркву, петрушку, цибулю і варять 25 хв. Додають перець, сіль, лавровий лист. Зберігають в цьому ж відварі.

Відпускають з припущеним рисом, відварною картоплею або картопляним пюре, поливають соусом білим основним, паровим, томатним. На мозок кладуть шматочки білих грибів.

*Вимоги до якості.* М'ясні продукти нарізані упоперек волокон на тоненькі шматочки, поверхня необвітрена. Колір м'яса – від світло-сірого до темного, консистенція – м'яка, соковита, смак – у міру солоний, з ароматом, властивим певному виду м'яса.

Сосиски і сардельки варені подають цілими. Колір – від світло-червоного до темно-червоного, консистенція – ніжна, соковита, смак і запах повинні відповідати виробу.

Варені м'ясні продукти зберігають у невеликій кількості бульйону в посуді з закритою кришкою при температурі 50-60°C, не більш як 3 год. Для тривалого зберігання м'ясо охолоджують і зберігають у холодильнику не більше як 48 год.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати варену страву з м'яса чи субпродуктів, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 12. Технологічний процес приготування і подання смажених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання смажених страв з м'яса і субпродуктів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Для приготування смажених страв використовують ті частини м'яса, які містять незначну кількість нестійкої сполучної тканини і велику кількість м'ясного соку, з яловичини – вирізку, товстий і тонкий краї, верхню і внутрішню частини задньої ноги, з баранини, телятини, козлятини – усі частини туші, крім шийної, а зі свинини – шийну.

Під час смаження цих частин колаген встигає перейти у глютин, завдяки чому тканини м'яса розм'якшуються.

М'ясо смажать великими шматками, порційними (натуральними і запанірованими) і дрібними. Щоб м'ясо не втратило приємного смаку й аромату, його смажать безпосередньо перед подаванням. Для смаження використовують сковороди чавунні, листи, електросковороди.

Під час смаження на поверхні утворюється підсмажена рум'яна кірочка завдяки меланоїдиновим утворенням і зсіданню білків, в якій концентруються органічні сполуки (екстрактивні речовини), що надають м'ясу особливого смаку й аромату.

*Смажені страви з м'яса великими шматками.* Для смаження м'яса великими шматками його нарізають масою 1-2 кг. Шматки повинні мати приблизно однакову товщину. М'ясо лопаткової частини згортають рулетом і перев'язують. Тазостегнові частини розрізають шарами на 2-3 шматки. Грудинку свинини, баранини смажать з

реберними кістками. Перед смаженням з внутрішнього боку вздовж ребер підрізують плівки, щоб краще було видаляти кістки після смаження. Підготовлені шматки м'яса посипають сіллю і перцем, укладають на розігрітий лист або сковороду з жиром так, щоб шматки не стикались один з одним, обсмажують на плиті або жаровій шафі при температурі 200-250°C. При щільному укладанні шматків м'яса значно знижується температура жиру, сповільнюється утворення кірочки і сік витікає. Досмажують м'ясо у жаровій шафі при температурі 160-170°C, періодично перевертаючи і поливаючи жиром і соком, що виділяється.

Залежно від розмірів шматків і виду м'яса процес смаження триває від 40 хв. до 1 год. 40 хв.

Готове м'ясо перед подаванням розрізають упоперек волокон на порційні шматочки по 1-3 шт. на порцію, заливають м'ясним соком і прогрівають. Готовність м'яса визначають кухарською голкою. В готове м'ясо вона входить легко, при цьому виділяється безбарвний сік.

*Яловичина смажена великими шматками (ростбіф).* Яловичину (вирізку, товстий і тонкий краї) великим шматком масою 1-2,5 кг зачищають, натирають сіллю, перцем, кладуть на лист, розігрітий з жиром. М'ясо укладають так, щоб між шматками була відстань не менше 5 см, обсмажують на сильному вогні до утворення добре підсмаженої кірочки, потім ставлять у жарову шафу і смажать при температурі 160-170°C. Під час смаження м'ясо необхідно періодично перевертати і поливати соком і жиром, що виділяються.

Ростбіф можна підсмажити до трьох ступенів готовності, з кров'ю (м'ясо смажать до утворення добре підсмаженої кірочки), напівпросмажений (всередині до центру м'ясо має блідо-рожевий колір) і просмажений (всередині м'ясо сірого кольору). Готовий ростбіф нарізають на порції по 2-3 шматки.

Подають з картоплею відварною, смаженою або зі складним гарніром, додатково можна подати струганий хрін (15-20 г), а м'ясо поливають м'ясним соком. Для приготування соку на лист після зливання жиру наливають трохи бульйону, прокип'ячують і проціджують.

*М'ясо смажене шпиговане.* Яловичину шпигують шпиком і корінням, баранину – часником і корінням, свинину – корінням. Нашпиговане м'ясо підсмажують. Готове м'ясо нарізають по 1-2 шматки на порцію, заливають невеликою кількістю м'ясного соку і прогрівають у жаровій шафі.

До яловичини подають картоплю відварну, смажену або складний гарнір, до свинини – кашу гречану розсипчасту, відварні бобові з жиром, томатом і цибулею, картоплю відварну або смажену, тушковану капусту, складний гарнір. До телятини можна подавати відварні макаронні вироби, картоплю в молоці, овочі в молочному соусі, до баранини – кашу розсипчасту гречану, рис припущений, бобові відварні з жиром, томатом і цибулею, картоплю відварну або смажену, складні гарніри. Можна подати соус молочний з цибулею.

*Грудинка фарширована.* Грудинку миють і надрізають нижню частину так, щоб утворилася «кишенька», посипають сіллю і перцем. «Кишеньку» заповнюють фаршем, але не дуже щільно, зашивають і м'ясо смажать до готовності.

З готової грудинки видаляють нитки, виймають реберні кістки, нарізають по одному або по два шматки на порцію упоперек волокон і поливають м'ясним соком. Якщо фарширують розсипчастими кашами (рисовою, гречаною), змішаними з пасерованою цибулею і жиром, з вареними яйцями, зеленню петрушки, то подають без гарніру, а якщо фарширують м'ясним або м'ясним з рисом фаршем, то на гарнір використовують розсипчасті каші, відварні бобові, відварні макаронні вироби, картопляне пюре, картоплю смажену.

Можна грудинку також фарширувати розсипчастою рисовою кашею, змішаною з пасерованою цибулею і жиром; печінкою і вареними дрібно посіченими яйцями, зеленню.

*Порося смажене.* Оброблених поросят посипають всередині і зверху сіллю, червоним і чорним перцем, натирають сметаною і часником. Підготовлені тушки кладуть на розігрітий лист з жиром спинкою вверху, проколюють шкіру в декількох місцях, обсмажують у жаровій шафі до утворення рум'яної кірочки, зверху поливають жиром. Смажать 50-60 хв. Смажене поросся ділять на порції. Для цього спочатку відрізають голову, розрубують тушку вздовж хребта, а потім поперек на порції.

На виставки або бенкети поросся смажене подають цілим. Відпускають на блюді з гречаною кашею, картопляним пюре, поливають соком або жиром.

*Смажені страви з м'яса порційними натуральними шматками.* Порційні шматки м'яса смажать основним способом (жиру беруть 5-10% маси м'яса) на сковородах, листах або електросковородах.

Підготовлені порційні шматки посипають сіллю і перцем, кладуть на розігрітий до 180°C лист або сковороду з жиром і смажать до

утворення рум'яної кірочки. Втрати під час смаження м'яса натурального порційними шматками становлять 37%. Подають зі смаженою картоплею або складним гарніром, поливають м'ясо м'ясним соком або маслом, оформляють гілочками зелені й овочами.

*Біфштекс натуральний.* Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю, перцем, кладуть на розігріту сковороду і смажать з обох боків до готовності. З кров'ю – 5-7 хв. на сильному вогні (на поверхні м'яса утворюється рум'яна кірочка, при натискуванні виділяється кров'янистий м'ясний сік), напівпросмажений – 7-10 хв. (при натискуванні виділяється коричнево-сіруватий сік), просмажений 10-15 хв. до повної готовності, коли при натискуванні виділяється прозорий безбарвний сік.

Подають біфштекс з гарніром, струганим хрінном, поливають м'ясним соком, зверху можна покласти зелене масло. На гарнір можна подати картоплю, смажену основним способом, картоплю, смажену у фритюрі, кабачки, баклажани смажені, складний гарнір.

*Біфштекс з яйцем.* Страву готують так само, як біфштекс натуральний, при відпусканні на м'ясо кладуть яєчню з одного яйця.

#### *Біфштекс з цибулею*

Готують так само, як біфштекс натуральний. При відпусканні на м'ясо кладуть смажену у фритюрі цибулю, а навколо біфштекса – картоплю смажену з вареної або фрі. М'ясо поливають м'ясним соком.

*Філе.* Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю і перцем, кладуть на розігріту сковорідку і смажать до необхідного ступеня готовності.

Перед подаванням на порційне блюдо кладуть картоплю смажену або букетиками складний гарнір, з боку – філе, поливають м'ясним соком, вершковим маслом.

На гарнір використовують картоплю відварну, смажену основним способом або у фритюрі, овочі відварні з жиром, томати смажені, складні гарніри.

*Філе з соусом.* Філе готують так само, як і натуральне. Перед подачею на порційну сковороду (кроншель або блюдо) кладуть грінку, на неї – скибочку прогрітого копчено-вареного окосту або вареного язика, зверху – смажене філе і поливають соусом червоним з вином, червоним з грибами.

Гарнір подають окремо – картоплю смажену із вареної або сирії, картоплю, смажену у фритюрі, складний гарнір.

*Філе з грибами.* Готують так, як філе натуральне. При відпусканні на грінку кладуть скибочку прогрітого копчено-вареного окосту або вареного язика і смажене філе, зверху – відварні гриби, поливають соусом червоним з вином.

На гарнір використовують картоплю смажену з вареної або сирої, картоплю, смажену у фритюрі, або складний гарнір.

*Філе з помідорами.* Готують так само, як філе натуральне. При відпусканні на грінку, змащену паштетом з печінки, кладуть смажене філе, поливають соусом, а зверху кладуть половинки підсмажених помідорів.

Гарніри – картопля смажена з вареної або сирої, картопля, смажена у фритюрі, соус – червоний з вином.

*Лангет.* Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю, перцем, смажать з обох боків на сковороді з жиром, нагрітим до 150-180°C, до утворення рум'яної кірочки (8 хв.).

Перед подаванням на порційне блюдо кладуть картоплю смажену або складний гарнір, крокети картопляні, поряд – лангет, поливають м'ясним соком.

Лангет можна приготувати з помідорами і соусом.

*Антрекот.* Напівфабрикат антрекота посипають сіллю, перцем і смажать основним способом з обох боків до готовності. Перед відпусканням на порційне блюдо кладуть картоплю смажену або фрі, картоплю у молоці, складний гарнір, з боку – антрекот, струганий хрін, зелень петрушки.

Антрекот поливають м'ясним соком, зверху кладуть шматочок охолодженого зеленого масла.

Можна подати з яйцем або цибулею, як біфштекс.

*Ескалоп.* Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю, перцем, кладуть на розігріту сковорідку і смажать до готовності. Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть картоплю смажену або фрі, складний овочевий гарнір. Поряд на грінку з пшеничного хліба кладуть ескалоп, поливають м'ясним соком.

Ескалоп можна подати з соусом або помідорами.

*Котлети натуральні.* Котлети натуральні, нарізані з корейки по одному шматку на порцію разом з реберною кісткою, смажать на розігрітій сковороді з жиром і доводять до готовності в жаровій шафі.

Подають зі смаженою картоплею з сирої або вареної, картоплею, смаженою у фритюрі, картоплею відварною, картоплею в молоці,

овочами в молочному соусі, складними гарнірами. Поливають жиром або м'ясним соком, на кісточку надівають папільйотку.

*Шашлик по-карському.* На металеву шпажку наколюють половину нирки, потім – маринований шматок м'яса (один на порцію) і знову половинку нирки. Підсмажують і подають, знявши зі шпажки, з маринованими помідорами, цибулею, огірками, скибочками лимона. Окремо подають соус «Південний» або «Ткемалі» і сушений мелений барбарис.

*Смажені страви з м'яса порційними запанірованими шматками.* Запаніровані м'ясні напівфабрикати порційними шматками обсмажують основним способом на добре розігрітій сковороді з жиром до утворення рум'яної кірочки і доводять до готовності у жаровій шафі. М'ясо слід смажити доти, доки на поверхні його не утворяться прозорі бульбашки.

Перед подаванням смажені запаніровані вироби поливають розтопленим вершковим маслом, оформляють гілочками зелені й овочами.

*Котлети відбивні.* Готовий напівфабрикат підсмажують на добре розігрітій сковороді до утворення рум'яної кірочки і доводять до готовності у жаровій шафі.

Перед подаванням котлету кладуть на порційне блюдо, поряд – смажену картоплю або складний гарнір, поливають вершковим маслом. На кісточку надівають папільйотку.

До котлет з баранини можна подати окремо соус молочний з цибулею, а на гарнір (крім картоплі) – стручки квасолі у маслі, розсипчастий рис, квасолі у томаті або маслі, до котлет з свинини і телятини – картоплю у молоці, овочі у молочному соусі.

*Ромштекс.* Підготовлений напівфабрикат кладуть на розігріту з жиром сковороду, обсмажують з обох боків і доводять до готовності у жаровій шафі.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть гарнір (картоплю смажену або фрі, складний гарнір, розсипчасті каші), поряд – ромштекс, поливають його розтопленим вершковим маслом.

*Шніцель.* Підготовлений напівфабрикат смажать основним способом до утворення рум'яної кірочки, доводять до готовності у жаровій шафі.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть картоплю смажену, овочі припущені, тушковану капусту, розсипчасті



каші або складний гарнір, поряд – шніцель, поливають його розтопленим маслом.

Шніцель можна подавати з капарцями і лимоном. При цьому шніцель поливають вершковим маслом, прогрівають разом з лимонною цедрою, нарізаною соломкою й ошпареною, зверху кладуть кружальця обчищеного лимона, віджаті від розсолу капарці і прикрашають гілочками зелені.

*Битки по-київському.* Підготовлений напівфабрикат солять, перчать, обкачують у борошні, змочують в яйцях і смажать. Подають з картопляним пюре, комбінованим або складним гарніром, поливають вершковим маслом або маргарином.

*М'ясо хрустке.* З м'якоті корейки або тазостегнової частини свинини нарізають порційні шматки (по 2 шт. на порцію), відбивають, солять, перчать, змочують у льезоні, обкачують у тертому твердому сирі, посипають кмином і смажать з обох боків до утворення золотистої кірочки. Смажене м'ясо кладуть на грінку.

Приготування грінок: батон нарізають скибочками завтовшки 0,5 см, змочують у льезоні, обкачують у тертому твердому сирі, посипають кмином і смажать з обох боків.

Подають з комбінованим або складним гарніром, поряд 2 грінки, на них – смажене м'ясо. Поливають вершковим маслом або маргарином.

*Мозок смажений.* Відварений мозок охолоджують, нарізають скибочками, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні, обсмажують у жирі до утворення рум'яної кірочки.

Подають зі смаженою картоплею, картопляним пюре, картоплею у молоці, кашею гречаною або рисовою розсипчастою, зеленим горошком або складним гарніром, поливають розтопленим маслом або подають окремо соус томатний.

*Печінка смажена з жиром або цибулею.* Печінку нарізають по 1-2 шматки на порцію (свинячу печінку необхідно бланшувати), посипають сіллю, перцем, панірують у борошні і смажать з обох боків до готовності. Печінку не рекомендується пересмажувати, оскільки вона стає твердою.

Подають зі смаженою або вареною картоплею, картопляним пюре або кашею розсипчастою. Печінку поливають розтопленим маслом, зверху можна покласти смажену цибулю.

*Страви з м'яса, смаженого малими шматками.* Для смаження м'яса малими шматками використовують вирізку, товстий і тонкий краї,

внутрішню і верхню частини задньої ноги яловичини, корейку або окіст, лопатку, грудинку свинини, баранини або телятини. На розігріту сковороду м'ясо укладають одним шаром для того, щоб воно швидше підсмажилось і менше втрачався міжм'язовий сік.

*Бефстроганов.* М'ясо, нарізане соломкою, підсмажують протягом 3-4 хв. на добре розігрітій сковороді (м'ясо кладуть рівним тонким шаром), посипають сіллю і перцем, з'єднують з пасерованою ріпчастою цибулею, заливають сметанним соусом, додають соус «Південний» і доводять до кипіння.

Подають на порційній сковороді разом з соусом, посипають зеленню, на гарнір подають окремо смажену картоплю.

*Піджарка.* Нарізані шматочки м'яса кладуть на розжарену сковорідку з жиром, посипають сіллю, перцем і смажать. За 2-3 хв. до готовності додають пасеровану ріпчасту цибулю і томатне пюре.

Подають з картоплею смаженою або розсипчастою кашею, посипають подрібненою зеленню.

*Шашлик по-кавказькому.* Мариновані шматки баранини нарізають на менші шматки, змащують жиром і смажать над гарячим жаром, повертаючи для рівномірного просмаження.

Перед подаванням шашлик знімають зі шпажки і подають з маринованою або зеленою цибулею, свіжими або маринованими томатами, скибочками лимона. Окремо подають соус «Південний» або «Ткемалі» і сушений мелений барбарис.

*Шашлик зі свинини.* З корейки або окосту свинини нарізають м'ясо масою по 25-30 г. Маринують, нанизують на шпажку, чергуючи з кільцями цибулі, так, щоб на початку і на кінці були шматки м'яса. Напівфабрикат підсмажують над жаром, періодично поливаючи маринадом.

Готовий шашлик подають на овальному блюді з огірками, помідорами, цибулею, лимоном. Окремо у соуснику подають соус «Ткемалі» або «Південний».

*Шашлик з яловичини.* М'ясо, нарізане кубиками, нанизують на шпажки, чергуючи зі шматками шпику, посипають сіллю, перцем, кладуть на розігріту сковорідку з жиром і підсмажують з усіх боків до готовності. Можна смажити шашлик на жирі або в гриль-апаратах.

Перед подаванням на середину порційного блюда або тарілки кладуть розсипчасту рисову кашу або припущений рис, на нього – шашлик, зверху укладають кільця смаженої у фритюрі цибулі, поливають м'ясним соком, окремо подають соус «Південний».

*Печінка по-строганівськи.* Підготовлену печінку нарізають брусочками 3-4 см завдовжки і масою 5-7 г, обсмажують на добре розігрітій сковороді 3-4 хв., наприкінці смаження солять. Потім заливають соусом сметанним з цибулею, додають пасероване томатне пюре, соус «Південний», розмішують і доводять до кипіння.

Перед подаванням печінку разом з соусом кладуть у баранчик або порційну сковороду, посипають подрібненою зеленню петрушки. На гарнір подають картопляне пюре, картоплю смажену або відварну, макарони відварні.

*Нирки смажені в соусі.* Підготовлені сирі свинячі, телячі, баранячі нирки (яловичі попередньо відварені) нарізають скибочками або кружальцями, посипають сіллю, перцем, кладуть у розігрітій жир і смажать 5-6 хв., заливають соусом червоним, цибулевим, томатним або сметанним і доводять до кипіння.

Перед подаванням у баранчики або порційну сковорідку кладуть смажену картоплю або розсипчасту кашу, поряд – нирки і посипають подрібненою зеленню.

*Вимоги до якості смажених м'ясних страв.* Смажені натуральні страви з м'яса повинні мати добре підсмажену рум'яну кірочку. М'ясо нарізане упоперек волокон на тоненькі шматочки. Консистенція – м'яка, соковита. Смак – у міру солоний, запах – смаженого м'яса.

Порційні шматки непаніровані – однакові за товщиною, обсмажені з обох боків до утворення рум'яної кірочки, у натуральних котлетах кісточка добре зачищена. Колір на розрізі – від сірого до коричневого, для лангетів, біфштексів, антрекотів – від рожевого до сірого, смак і запах – властиві смаженому м'ясу, з ароматом, характерним для певного виду м'яса. Консистенція біфштексів, лангетів, філе – соковита, добре підсмажена, інші вироби можуть бути менш соковиті.

М'ясні страви, смажені малими шматками, повинні мати форму нарізання, що відповідає страві, консистенція – м'яка, соковита, без грубих плівок і сухожилків. Смак і запах – властиві певному виду смаженого м'яса.

Паніровані смажені страви повинні мати овальну форму, поверхню – рівну з хрумкою кірочкою. Колір на розрізі – від сірого до коричневого. Смак і запах – властиві м'ясу, смаженому у сухарях. Допускається присмак жирів, які використовуються при смаженні. Консистенція виробів – пружна, м'ясо м'яке, соковите, кірочка хрумка.

М'ясні страви, смажені великими шматками, зберігають 3 год. гарячими, для тривалого зберігання їх охолоджують і зберігають у

холодильнику протягом 48 год. Натуральні порційні і паніровані порційні вироби слід смажити перед подаванням, допускається зберігання їх не більше 30 хв.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати смажену страву з м'яса і субпродуктів, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## Тема 13. Технологічний процес приготування і подання тушкованих страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання тушкованих страв з м'яса і субпродуктів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Для тушкування використовують бічну і зовнішню частини задньої ноги, плечову і заплічну частини лопатки, пружок яловичини, лопатку, грудинку, шию телятини, баранини, козлятини, свинини. М'ясо тушкують великими, порційними і дрібними шматками. Для деяких страв перед обсмажуванням шматки м'яса шпигують білим корінням, морквою, часником, цибулею, шпиком.

Підготовлене м'ясо посипають сіллю, перцем і обсмажують на плиті або у жаровій шафі до утворення кірочки. Щоб надати страві особливого смаку й аромату, під час тушкування додають цибулю, петрушку, моркву, а також вино, прянощі (лавровий лист, перець, гвоздику, кмин). Овочі, які входять до складу соусу, підсмажують

окремо або разом з м'ясом, додаючи їх після того, як м'ясо злегка підсмажиться. Прянощі додають за 10-15 хв. до закінчення тушкування.

Підсмажене м'ясо і овочі заливають бульйоном так, щоб порційні і маленькі шматки були вкриті повністю, а великі – наполовину (50-60 г рідини на порцію).

М'ясо тушкують у посуді при слабкому кипінні з закритою кришкою. Бурхливе кипіння спричиняє втрату аромату і сильне википання. Великі шматки м'яса у процесі тушкування кілька разів перевертають.

Для розм'якшення сполучної тканини і надання м'ясу гостроти під час тушкування додають томатне пюре, кислі соуси, мариновані ягоди і фрукти разом із соком і квасом.

На бульйоні, що залишився після тушкування, готують соус. Для цього його проціджують, з'єднують з пасерованим борошном, додають протерті овочі і доводять до кипіння.

Якщо для тушкування використовують готовий соус, в нього додають бульйон (15-20% загальної кількості).

*Тушковані м'ясні страви готують двома способами. І с п о с і б .* М'ясо тушкують з овочевим (рагу, азу) або круп'яним гарніром (плов) і разом з ним відпускають.

*І с п о с і б .* Гарнір готують окремо (м'ясо тушковане, м'ясо шпиговане, м'ясо духове, зрази відбивні та ін.).

Страви, які готують першим способом, більш ароматні й соковиті. Особливо смачне м'ясо, приготовлене у глиняних горщечках з щільно закритими кришками. Для масового приготування м'ясо, тушковане разом з гарніром, важко порціонувати.

Тушковане м'ясо подають з гарніром і соусом, в якому їх тушували. Перед подаванням страву посипають зеленню петрушки або кропу.

*М'ясо, тушковане великими шматками.* Обсмажені шматки м'яса тушкують до готовності з додаванням бульйону або води, пасерованих овочів і томатного пюре. Іноді готове м'ясо виймають, обсушують на повітрі, кладуть на листи, поливають бульйоном, у якому тушували м'ясо, і ставлять у жарову шафу для відновлення добре підсмаженої кірочки.

На бульйоні після тушкування готують соус. Готове м'ясо охолоджують, нарізають по 1-2 шматки на порцію, заливають соусом і доводять до готовності.

Подають з соусом і гарніром. Як гарнір використовують відварні макаронні вироби, картоплю відварну, пюре картопляне, картоплю смажену, тушковану, овочі, припущені з жиром, капусту, а також буряки тушковані, кабачки, баклажани смажені.

Перед подаванням на порційне блюдо кладуть гарнір, поряд – м'ясо, яке поливають соусом.

*М'ясо шпиговане тушковане.* Шматки м'яса вагою 1,5-2 кг зачищають від плівок і сухожилків, шпигують вздовж волокон довгими брусочками моркви, петрушки, сала-шпику і часнику. Підготовлений напівфабрикат посипають сіллю, перцем й обсмажують у жаровій шафі, періодично поливають соком і жиром, який виділяється під час смаження.

Підсмажене м'ясо кладуть в сотейник, заливають наполовину об'єму гарячою водою або бульйоном і тушкують майже до готовності під кришкою. Під час тушкування шматки кілька разів перевертають, додають пасероване коріння з томатом-пюре. На бульйоні від тушкування готують червоний соус.

Готове м'ясо нарізають шматочками уперек волокон по 2-3 шт. на порцію, заливають соусом, в якому тушувались, і доводять до кипіння.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – макарони відварні, розсипчасті каші, картоплю відварну або смажену, комбінований гарнір, поряд – нарізане м'ясо, поливають його соусом.

*Яловичина, тушкована в сметані.* Великі шматки м'яса яловичини (1-1,5 кг) натирають частиною солі, обсмажують з усіх боків до рум'яної кірочки, кладуть у сотейник або каструлю, додають бульйон (воду), нарізані моркву, петрушку, пастернак, цибулю і тушкують. Наприкінці тушкування додають сіль, що залишилася, і спеції, заливають сметаною і доводять до готовності.

Яловичину охолоджують, нарізають тонкими шматками по 2-3 шт. на порцію, кладуть у сотейник і заливають сметанним соусом, приготовленим з протертих крізь сито овочів з рідиною, в якій тушувалося м'ясо.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір (картоплю смажену або комбінований), поряд – шматки яловичини, поливають сметанним соусом і посипають подрібненою зеленню петрушки.

*Страви з м'яса та субпродуктів, тушкованих порційними шматками.* М'ясо духове. М'ясо яловичини, баранини або свинини нарізають на порційні шматки по 2 шт. на порцію, обсмажують і

тушкують з бульйоном, пасерованим томатним пюре близько 1 год. На бульйоні готують соус. До м'яса додають обсмажену картоплю, пасеровані моркву, петрушку, цибулю, нарізані часточками, перець чорний, лавровий лист, заливають приготуваним соусом і тушкують до готовності.

Подають м'ясо разом з овочами, посипають подрібненою зеленню.

Можна страву приготувати в порційних глиняних горщечках з кришками. В разі приготування страви у масовій кількості м'ясо тушкують окремо з додаванням бульйону, томатного пюре, борошняної пасеровки, спецій, а овочі тушкують окремо.

М'ясо подають з тушкованими овочами, поливають соусом, в якому його тушували.

*Зрази відбивні.* Підготовлені напівфабрикати зраз посипають сіллю, перцем, обсмажують і тушкують близько 1 год. з додаванням пасерованих овочів і томатного пюре. Зрази виймають, на бульйоні готують червоний соус, яким заливають зрази, додають перець горошком, лавровий лист і тушкують 30-35 хв. при слабкому кипінні.

Відпускають по 2 шт. на порцію з гречаною кашею, розсипчастим рисом або картопляним пюре, поливають соусом, в якому тушувались.

*Яловичина в кисло-солодкому соусі.* М'ясо нарізають на шматочки (по 3 шт. на порцію), підсмажують, додають перець чорний горошком, дрібно нарізану пасеровану цибулю, томатне пюре, заливають гарячим бульйоном або водою і тушкують при слабкому кипінні близько 1 год. Потім додають подрібнені сухарі, відварений і порізаний соломкою чорнослив, ошпарений ізюм, дрібно нарізані горіхи, вино, оцет, цукор і тушкують до готовності м'яса, наприкінці тушкування кладуть лавровий лист.

Подають на порційному блюді або тарілці з макаронами відварними, розсипчастими кашами, картоплею відварною або смаженою, складним гарніром, поливають соусом, в якому його тушували.

*Яловичина, тушкована з чорносливом.* М'ясо нарізають на шматочки (по 3 шт. на порцію), посипають сіллю і перцем, обсмажують, додають нарізану пасеровану цибулю, томатне пюре, заливають бульйоном або водою і тушкують при слабкому кипінні 1 год. Потім кладуть промитий чорнослив і тушкують ще 20 хв. За 5 хв. до закінчення тушкування додають сіль, перець горошком і лавровий лист.

Подають тушковане м'ясо з гарніром (картопля відварна, картопляне пюре, картопля смажена з вареної, картопля смажена з

сирої, кабачки, баклажани смажені, макаронні вироби варені) і поливають соусом, в якому тушкувалося.

*Печінка, тушкова в соусі.* Печінку нарізають на порційні шматки, посипають сіллю, перцем, панірують у борошні, обсмажують з обох боків до напівготовності 5-10 хв. Потім печінку заливають сметанним соусом, сметанним з цибулею або сметанним з томатом і цибулею і тушкують 15-25 хв.

Подають з картопляним пюре, картоплею відварною, картоплею смаженою з вареної або сирої, розсипчастими кашами.

*Страви з м'яса і субпродуктів, тушковані малими шматками.*  
*Гуляш.* М'ясо, нарізане шматочками по 20-30 г, підсмажують, посипають сіллю, перцем, перекладають у каструлю з товстим дном, заливають бульйоном або водою і тушкують з додаванням томатного пюре близько 1 год. Потім додають пасеровану дрібно нарізану ріпчасту цибулю, розведену червону борошняну пасеровку, перець, лавровий лист і тушкують при слабкому кипінні 25–30 хв. до готовності. У гуляш можна покласти сметану, часник.

Подають на тарілках з розсипчастими кашами, відварними макаронами, картоплею вареною або картопляним пюре. М'ясо з соусом кладуть поряд з гарніром, посипають дрібно посіченою зеленню.

*Азу.* Обсмажене м'ясо кладуть у глибокий посуд, заливають гарячим бульйоном або водою, додають томатне пюре і тушкують на невеликому вогні з закритою кришкою майже до готовності. Картоплю нарізають брусочками або часточками, обсмажують, цибулю нарізають соломкою і пасерують, солоні огірки нарізають соломкою і припускають. В азу додають розведену червону борошняну пасеровку, пасеровану цибулю, картоплю, солоні огірки, перець і тушкують 15-20 хв. до готовності. Наприкінці тушкування додають лавровий лист, заправляють часником. Якщо замість томатного пюре використовують томати, їх додають разом з картоплею.

Азу подають в баранчику, посипають зеленню петрушки. В разі масового приготування картоплю смажать окремо і подають безпосередньо перед вживанням.

*Рагу з баранини або свинини.* Шматочки м'яса разом з кісточкою масою 40-50 г обсмажують на добре розігрітій сковороді або листі, солять. Потім м'ясо кладуть у глибокий посуд, заливають гарячим бульйоном або водою, додають пасероване томатне пюре і тушкують 30-40 хв. Картоплю, моркву, ріпу, ріпчасту цибулю, петрушку



нарізають кубиками або часточками. Картоплю і ріпу обсмажують, інші овочі пасерують. У тушковане до напівготовності м'ясо вводять розведену червону пасеровку, додають моркву, петрушку, цибулю, тушкують 10 хв., кладуть обсмажену картоплю, перець горошком, лавровий лист і тушкують до готовності. У готове рагу можна покласти варений зелений горошок. Крім зазначених овочів, у рагу можна покласти кабачки, баклажани, томати, цвітну капусту, стручки квасолі, солодкий перець.

Подають рагу у баранчиках, посипають подрібненою зеленню петрушки або кропу. В разі масового приготування м'ясо й овочі тушкують окремо.

*Плов.* М'ясо нарізають шматочками по 20-30 г на порцію, обсмажують з додаванням цибулі, моркви і томатного пюре, солять. М'ясо з овочами кладуть у широкий з товстим дном посуд, заливають бульйоном або водою (рідини повинно бути стільки, скільки потрібно для приготування розсипчастої каші), доводять до кипіння і всипають перебраний промитий рис, додають перець, лавровий лист і тушкують. Після того як рис вбере всю рідину, посуд закривають кришкою, поміщають на лист з водою у жарову шафу на 25-40 хв. або на водяну баню.

Перед подаванням плов розпушують кухарською виделкою, рівномірно розподіляють м'ясо з рисом і овочами.

Плов можна приготувати без томату. При відпусканні плов посипають подрібненою зеленню.

*Печеня по-домашньому.* М'ясо нарізають по 2-4 шт. на порцію масою 30-40 г, обсмажують з додаванням томатного пюре, заливають бульйоном і тушкують до готовності.

У посуд кладуть підсмажені картоплю і моркву, нарізані часточками або кубиками, сиру ріпчасту цибулю, нарізану часточками. М'ясо й овочі кладуть шарами, щоб під м'ясом і поверх нього були овочі (продукти мають бути тільки вкриті рідиною), закривають кришкою і тушкують до готовності. За 5-10 хв. до закінчення тушкування кладуть перець, лавровий лист, наприкінці тушкування заправляють часником.

Подають в баранчиках, посипавши зеленню. Страву можна приготувати без томатного пюре.

*Нирки по-російському.* Варені яловичі або сирі баранячі, телячі і свинячі нирки нарізають скибочками і обсмажують. Солоні огірки очищають, нарізають скибочками і припускають. Картоплю, нарізають

часточками або кубиками, обсмажують. Моркву, петрушку і ріпчасту цибулю, нарізану часточками, пасерують з додаванням томатного пюре. Пасеровані овочі з'єднують з припущеними огірками, тушкують 10-15 хв., вводять розведену борошняну пасеровку, кладуть обсмажені нирки, картоплю, перець і тушкують 20-25 хв. За 5 хв. до закінчення тушкування додають лавровий лист і перець.

Подають нирки тушковані разом з овочами і соусом у баранчиках. Посипають дрібно посіченим часником і зеленню.

Якщо страву готують у великій кількості, то картоплю при тушкуванні не кладуть, а використовують її як гарнір.

*Серце або легені в соусі.* Легені і серце окремо відварюють до готовності з додаванням овочів. Зварені субпродукти нарізають на шматочки масою 20-30 г, злегка обсмажують, складають у посуд, додають пасеровану ріпчасту цибулю, заливають червоним соусом і тушкують 15-20 хв. Наприкінці тушкування кладуть дрібно посічений часник.

Подають у баранчиках або тарілках з картоплею відварною або смаженою, картопляним пюре, макаронами відварними, розсипчастими кашами.

*Вимоги до якості тушкованих страв з м'яса.* Тушковане м'ясо великими шматками на поверхні повинно мати підсмажену рум'яну кірочку, всередині м'яке, соковите. Нарізають його упоперек волокон на рівні шматки і заливають соусом.

Маленькі шматки м'яса для бефстроганов, рагу, гуляшу, азу, плову – однакової форми і розміру, залиті соусом.

Овочі, тушковані разом з м'ясом, зберегли форму, м'які, колір – від темно-червоного до коричневого. Колір м'яса – сірий або коричневий, овочі, тушковані разом з м'ясом, – коричневі або бурі. Смак і запах – тушкованого м'яса, з ароматом овочів і спецій, консистенція – м'яка і соковита. Порційні шматки відповідної форми, консистенція м'яса – м'яка, соковита, м'ясо залите соусом.

Тушковані страви з м'яса зберігають не більш як 2 год.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати тушковану страву з м'яса і субпродуктів, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

## Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

### Тема 14. Технологічний процес приготування і подання запечених страв з м'яса і субпродуктів. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання запечених страв з м'яса і субпродуктів, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. М'ясо і м'ясні продукти запікають з картоплею, овочами, кашами та іншими гарнірами разом з соусом і без нього. Для приготування запечених страв їх попередньо відварюють, припускають або смажать.

Запікають страви при температурі 230-280°C до утворення добре підсмаженої кірочки і прогрівання продукту до 80-85°C безпосередньо перед подаванням, оскільки при зберіганні погіршується зовнішній вигляд страв та їхні смакові якості. Страви можна запікати у порційних сковорідках (у них і подають) і на листах.

Подаючи на стіл, запечені м'ясні страви поливають вершковим маслом.

*Запіканка картопляна або рулет картопляний з м'ясом.* Сире м'ясо нарізають на шматки, обсмажують, заливають гарячим бульйоном або водою і тушкують до готовності. Потім пропускають через м'ясорубку, з'єднують з пасерованою ріпчастою цибулею, додають сіль і перець.

Зварену гарячу картоплю протирають, кладуть маргарин або вершкове масло, охолоджують до 50°C, додаючи яйця, перемішують. Картопляну масу розділяють на дві частини. Одну частину викладають на лист, змащений жиром, і посипають сухарями, розрівнюють і кладуть м'ясний фарш, на нього поміщають другу частину картопляної

маси, поверхню вирівнюють, посипають сухарями, збризкують маслом і запікають.

Готову запіканку трохи охолоджують і розрізають на порції.

*Для приготування рулету* картопляну масу розкладають на змочену серветку 1 см завтовшки, на середину кладуть м'ясний фарш, краї серветки з'єднують, зашипують, перекладають рулет швом донизу, на змащений жиром лист.

Поверхню рулету змащують яйцем, роблять проколи і запікають у жаровій шафі до готовності.

Перед подаванням запіканку або рулет нарізають по одному шматку на порцію, кладуть на тарілку або порційне блюдо, поливають маслом, соусом червоним, томатним або грибним. Можна приготувати запіканку у порційній сковороді.

*Макаронник з м'ясом.* Макарони варять у малій кількості води (II способом) – 2,1 л на 1 кг макаронів, охолоджують до 60°C, вводять сирі яйця і перемішують. Готують м'ясний фарш. На підготовлений лист кладуть рівним шаром половину макаронів, на них – шар м'ясного фаршу, а зверху – другу половину макаронів. Поверхню вирівнюють, збризкують маслом і запікають. Готову запіканку трохи охолоджують і нарізають на порції.

При відпусканні запіканку кладуть на тарілку або порційне блюдо, поливають розтопленим маслом.

*Яловичина, запечена у цибулевому соусі.* М'ясо варять або тушкують великими шматками, потім нарізають по 2 шт. на порцію. Картоплю варять, нарізають кружальцями, скибочками або готують картопляне пюре (по першій колонці Збірника рецептур).

Порційну сковорідку змащують жиром і підливають трохи цибулевого соусу. На середину сковороди кладуть м'ясо, заливають соусом, навколо – картоплю або з кондитерського мішка випускають картопляне пюре, посипають тертим твердим сиром або сухарями, збризкують маслом і запікають.

Подають у порційній сковороді, посипають подрібненою зеленню петрушки або кропу.

*Баранина, телятина, запечена в молочному соусі.* Готують так само, як яловичину, запечену у соусі, але використовують смажену картоплю, нарізану кружальцями, і молочний соус.

*Солянка м'ясна збірна на сковороді.* Варені сосиски або сардельки, нирки і язик, м'ясо, нарізане тонкими скибочками, злегка обсмажують. Солоні огірки без шкіри і насіння нарізають скибочками і припускають.

М'ясні продукти з'єднують з припущеними огірками, капарцями, частиною маслин, червоним соусом і доводять до кипіння.

Порційну сковорідку змащують жиром і посипають сухарями, кладуть частину квашеної тушкованої капусти. На неї зверху – м'ясні продукти з соусом і капарці, потім – капусту, що залишилася (гіркою). Поверхню вирівнюють, посипають тертим твердим сиром або сухарями, збризкують жиром і запікають у жаровій шафі протягом 15 хв. При температурі 250°C до утворення рум'яної кірочки.

Перед подаванням солянку прикрашають лимоном, маслинами, зеленню петрушки, маринованими фруктами або ягодами. Подають у порційній сковороді, в якій запікали.

Солянку можна приготувати без фруктів, маслин, лимона, відповідно зменшивши вихід. У разі масового приготування солянки її запікають на листі.

*Голубці з м'ясом і рисом.* М'ясо подрібнюють на м'ясорубці, змішують з відварним розсипчастим рисом, пасерованою цибулею, додають сіль, перець, січену зелень петрушки і перемішують. На листок капусти кладуть фарш і загортають його, надаючи виробу циліндричної форми.

Голубці кладуть на змащений жиром лист і обсмажують у жаровій шафі, потім заливають сметанним або сметано-томатним соусом і запікають.

Подають по 2 шт. на порцію, поливають соусом, в якому запікали, посипають подрібненою зеленню.

*Кабачки, баклажани, перець або помідори, фаршировані м'ясом і рисом.* Підготовлені овочі наповнюють фаршем м'ясним з рисом, кладуть в один ряд на лист, заливають соусом сметано-томатним або томатним, посипають тертим твердим сиром або сухарями, збризкують жиром і запікають.

*Вимоги до якості запечених м'ясних страв.* Запечені м'ясні страви під соусом мають рум'яну кірочку, консистенція – м'яка, не допускається висихання соусу, колір – світло-коричневий. Смак і запах – властиві запеченим продуктами, з ароматом соусу і спецій.

Запечені м'ясні страви зберігають не більш як 2 год. Подають з соусом, в якому запікали.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати запечену страву з м'яса і субпродуктів, подати.

**Завдання 3.** Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

**Тема 15. Технологічний процес приготування і подання страв з січеного натурального м'яса і котлетної маси. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв з січеного натурального м'яса і котлетної маси, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Страви з січеного м'яса смажать, тушкують і запікають. Смажать вироби основним способом або у фритюрі – безпосередньо перед подаванням, оскільки при тривалому зберіганні погіршується смак і консистенція їх.

Смажені вироби доводять до готовності у жаровій шафі. Втрати при смаженні виробів з січеної натуральної маси становлять 30%, з котлетної маси – 19%.

Органолептичними ознаками готовності виробів з січеного м'яса є виділення світлого соку у місці проколювання, сірий колір на розрізі, на поверхні готових виробів утворюються білі бульбашки.

Перед подаванням натуральні січені вироби поливають жиром або соусом, вироби з котлетної маси – жиром або відпускають з соусом. На гарнір подають картоплю та овочі смажені, варені або тушковані, розсипчасті каші.

*Біфштекс січений.* Підготовлений напівфабрикат кладуть на розігріту з жиром сковороду й обсмажують з обох боків, доводять до готовності у жаровій шафі протягом 5-7 хв. Перед смаженням біфштекс можна запанірувати у борошні.

Подають на тарілці з розсипчастими кашами, відварними макаронними виробами, картоплею вареною або смаженою, овочами у молочному соусі, складними гарнірами, поливають м'ясним соком.

Біфштекс січений можна подавати з яйцем або цибулею, як біфштекс натуральний.

*Шніцель натуральний січений.* Підготовлений напівфабрикат обсмажують на розігрітій з жиром сковороді до утворення добре підсмаженої кірочки і доводять до готовності у жаровій шафі.

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір – картоплю смажену або відварну, кашу розсипчасту, бобові, а також відварні макаронні вироби, кабачки, смажені баклажани, складний гарнір, поряд – шніцель, який слід полити розтопленим маслом.

*Биточки по-селянському.* Напівфабрикати у вигляді биточків обкачують у борошні й обсмажують з обох боків основним способом.

Варені гриби дрібно нарізують і обсмажують разом з цибулею і томатним пюре.

Обсмажені биточки перекладають у посуд, додають підсмажені з цибулею і томатним пюре гриби, заливають грибним відваром і тушкують 10-15 хв.

Для гарніру картоплю і моркву нарізають кубиками або часточками, обсмажують окремо майже до готовності, додають подрібнену ріпчасту цибулю, пасероване томатне пюре, заливають бульйоном або водою і тушкують до готовності, перед закінченням тушкування додають перець і лавровий лист.

Подають биточки з тушкованими овочами і соусом, в якому вони тушувалися.

*Люля-кебаб.* Баранину, цибулю ріпчасту, жир-сирець пропускають через м'ясорубку, заправляють сіллю і перцем, витримують на холоді 2-3 год. З приготовленого фаршу формують напівфабрикати люля-кебаба у вигляді сардельок, нанизують на шпажку і підсмажують над жаром. З борошна на воді замішують круте тісто, розкачують лаваш 1 мм завтовшки, випікають на листі без жиру.

Перед подаванням на порційне блюдо кладуть тоненький коржик з пшеничного хліба (лаваш), на нього – знятий зі шпажки люля-кебаб (2-3 шт. на порцію) і закривають другою половиною лаваша. Поряд або навколо кладуть гарнір: зелену або ріпчасту цибулю, томати і частину лимона, зелень. Окремо у соуснику подають соус «Південний» або на розетці сухий барбарис. Можна подавати без лаваша.

*Котлети полтавські.* Яловичину пропускають два рази через м'ясорубку, додають воду, шпик, нарізаний дрібними кубиками, подрібнений часник, сіль, перець, перемішують. З підготовленої маси формують котлети по 2 шт. на порцію, панірують у сухарях і підсмажують. Подають зі смаженою картоплею, поливають маслом.

*Котлети, биточки, шніцелі.* Підготовлені напівфабрикати кладуть на розігрітий з жиром лист або сковороду, обсмажують до утворення добре підсмаженої рум'яної кірочки, доводять до готовності у жаровій шафі (4-5 хв). Готовність визначають за появою білих бульбашок на поверхні виробів.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть гарнір (каші розсипчасті, відварні бобові, макаронні вироби, картоплю відварну або смажену, картопляне пюре, капусту тушковану, складний гарнір), поряд кладуть котлети або шніцель, поливають розтопленим маслом або підливають соусом червоним, цибулевим, червоним з цибулею і корнішонами, сметанним, томатним, сметанним з цибулею. Биточки поливають соусом.

*Зрази січені.* Підготовлені напівфабрикати підсмажують основним способом, доводять до готовності у жаровій шафі.

Подають з розсипчастими (рисовою або гречаною) кашами, картоплею відварною, картопляним пюре, поливають маслом чи підливають соус червоний або цибулевий.

*Тюфтельки.* Підготовлені напівфабрикати обсмажують, заливають соусом червоним, томатним або сметанним з томатом і тушкують 10-12 хв.

Подають з розсипчастими (рисовою або гречаною) кашами, картопляним пюре, відварною картоплею, поливають соусом, в якому їх тушували, посипають подрібненою зеленню петрушки.

*Рулет з макаронами.* Сформований рулет укладають на змащений жиром лист швом донизу, змащують яйцем, посипають сухарями, роблять проколи, щоб виходила пара. Підготовлений рулет запікають у жаровій шафі 30-40 хв. при температурі 120-200°C.

Перед подаванням нарізають по 1-2 шматки на порцію, поливають соусом червоним основним, цибулевим або м'ясним соком.

*Биточки, запечені під сметанним соусом з рисом (по-козацьки).* Заправлену розсипчасту рисову кашу заправляють пасерованим томатом. На порційну сковорідку, змащену жиром, кладуть заправлений рис, зверху – підсмажені биточки, заливають сметанним соусом, посипають тертим твердим сиром і запікають.



Подають у порційній сковороді, в якій запікали, посипають подрібненою зеленню петрушки.

*Вимоги до якості страв з січеної та котлетної мас.* Страви з січеної маси мають рум'яну кірочку, поверхня і краї рівні, без тріщин. Смак – у міру солоний, із запахом спецій. Колір на розрізі – світло - або темно-сірий. Консистенція – соковита, однорідна, без грубої сполучної тканини і сухожилків.

Страви з котлетної маси зберегли форму, поверхня не розтріскалася, з добре підсмаженою коричневою кірочкою, колір на розрізі – сірий.

Вироби зі свинини на розрізі світло-сірі. Смак – у міру солоний, запах – смаженого м'яса, допускається присмак цибулі і перцю. Не повинно бути присмаку і запаху хліба. Консистенція – соковита, пухка, кірочка хрумка, маса однорідна без шматків м'яса і хліба, сухожилків.

Страви з котлетної маси слід смажити перед подаванням, допускається зберігання їх не більше 30 хв.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву з січеного натурального м'яса і котлетної маси, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

#### **Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

### **Тема 16. Технологічний процес приготування і подання варених й припущених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання варених й припущених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Для других страв варять курей, курчат, індиків, кроликів, рідше гусей, качок, для холодних страв можна використати дичину. Бульйон, що залишився після варіння птиці, використовують для приготування соусів або припускання рису для гарніру. Втрати при варінні птиці становлять 25-28%.

У процесі припускання курчат, філе курей і дичини втрати поживних речовин менші, ніж при варінні. Втрати маси при припусканні становлять 12%.

*Птиця, дичина або кролик варені з гарніром.* Оброблені тушки птиці і дичини перед варінням формують, тобто надають їм гарної і компактної форми. Заправлені тушки птиці і дичини, оброблені тушки кроликів кладуть у гарячу воду (на 1 кг продукту 2-2,5 л води) і доводять до кипіння, знімають піну, додають ріпчасту цибулю, біле коріння, сіль, зменшують нагрівання і варять до готовності при температурі 85-90°C. Готовність визначають кухарською голкою, проколюючи потовщену частину ніжок (голка вільно проходить, витікає прозорий сік). Час варіння залежить від віку і маси птиці. Курчат варять 20-30 хв., молодих курей – майже одну годину, старих курей і півнів – до 2 год., гусей та індиків – 1-2 год., дичину – 20-40 хв., кроликів – 40-60 хв.

Зварену птицю або кролика виймають з бульйону, охолоджують, потім розрубують на порції по два шматочки (від окосту і філе). Спочатку тушку розрубують уздовж навпіл, потім кожну половину розбирають на філе й окіст, які розрубують упоперек. Варену птицю і кролика розрубують на 4-6 частин залежно від величини тушок і норм виходу, складають у глибокий посуд, заливають гарячим бульйоном, доводять до кипіння і зберігають на марміті у закритому посуді.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть припущений рис, картопляне пюре або відварну картоплю, зелений горошок варений або складний гарнір, поряд порцію птиці, поливають соусом білим, білим з яйцем, паровим, для качок і гусей червоним основним, можна полити вершковим маслом.

*Птиця або дичина під паровим соусом з грибами.* Курей, курчат, бройлерів-курчат, фазанів припускають, індиків відварюють. Для припускання підготовлені напівфабрикати кладуть у посудину, заливають бульйоном або водою на третину їхньої висоти, додають ароматичні овочі, сіль, закривають кришкою і припускають.

Для поліпшення смаку можна додати сухе вино. Філе з курей і дичини збризкують лимонним соком, щоб зберегти білий колір.

Гриби варять, нарізують. Відвар з грибів можна використовувати для припускання птиці. Бульйон, що залишився після припускання, використовують для приготування соусу парового. Готову птицю розрубують на порції (так само, як і варену).

Перед подаванням на тарілку кладуть гарнір (рис варений або припущений), поряд шматочки припущеної птиці, зверху на них кладуть нарізані готові гриби і поливають паровим соусом.

*Вимоги до якості варених і припущених страв з птиці, дичини, кролика.* Варена і припущена птиця, кролик нарубані на порції, які складаються з частинки тушки і частинки окосту. Колір філе курки, курчат, кролика, індички – від сіро-білого до світло-сірого, окосту – темно-сірий, гусей, качок – світло- або темно-коричневий, консистенція м'яка, соковита, ніжна. Смак у міру солоний, без гіркоти, з ароматом, властивим певному виду птиці і соусу.

Строк зберігання гарячих варених цілих тушок птиці не більше 1 год. Для більш тривалого зберігання їх охолоджують, кладуть у холодильник. Перед використанням розрубують на порції, заливають бульйоном і прогрівають.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати варену або припущену страву з сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## **Тема 17. Технологічний процес приготування і подання смажених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання смажених страв з сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Смажать птицю, дичину, кролика (цілими тушками, порційними шматками) і вироби з січеного м'яса основним способом, у жаровій шафі та у фритюрі. Втрати при смаженні птиці становлять 25-40% залежно від виду і вмісту жиру, який при смаженні витоплюється (при смаженні жирних качок і гусей витоплюється до 15% жиру).

*Птиця або кролик смажені (цілими тушками).* Заправлені цілі тушки курей, курчат і кроликів натирають сіллю всередині і зовні, змащують сметаною, кладуть спинкою донизу на розігрітий з жиром лист і обсмажують на плиті при температурі 150-160°C до утворення на поверхні рум'яної кірочки. Тушки обсмажують з усіх боків і доводять до готовності у жаровій шафі при температурі 150-160°C, періодично перевертаючи і поливаючи жиром і соком, що виділяються.

Заправлені тушки великої птиці натирають сіллю, кладуть спинкою донизу на лист, поверхню. Індиків поливають розтопленим маслом, а гусей і качок змочують гарячою водою і смажать у жаровій шафі при температурі 220-250°C. Через кожні 10-15 хв. птицю поливають соком і жиром, що виділяються. Коли на поверхні грудної частини утвориться рум'яна кірочка, тушку перевертають спинкою догори і смажать до готовності при температурі 150-160°C.

Старих курей, гусей, качок та індиків перед смаженням відварюють до напівготовності.

Тривалість смаження курчат, куріпок, рябчиків – 20-30 хв., тетеруків – 40-50 хв., курей і качок – 40-60 хв., гусей, індичок – 1-1,5 год.

Готовність смаженої птиці або кролика визначають проколюванням кухарською голкою товстої частини м'якоті (з готового виробу витікає прозорий сік).

Смажені тушки птиці розрубують уздовж на дві частини, потім кожну половину розбирають на однакову кількість шматочків. Коли порціонують велику птицю, можна вирубати спинну кістку. Філе розрубують упоперек, а ніжки навскіс. На порцію подають по 2 шматочки (філе й окісточок). Курчат подають цілими тушками або розрубують уздовж навпіл, посередині грудної кістки. Іноді на 3—5 частин. Шматочки птиці кладуть у сотейник, доливають м'ясний сік і прогрівають 5-7 хв.

Подаючи на стіл, на порційне блюдо або тарілку кладуть смажену картоплю, поряд порцію смаженої птиці, поливають м'ясним соком і вершковим маслом. Додатково на гарнір можна подати у салатнику або на пиріжковій тарілці зелений салат, салат з білоголової або червоноголової капусти, мариновані ягоди і фрукти, квашені яблука.

*Гуска, качка фаршировані.* Оброблену тушку гуски або качки фарширують картоплею, чорносливом або яблуками, смажать у жаровій шафі 45-60 хв. Для начинки беруть картоплю середнього розміру або обточують бульби і злегка підсмажують. Яблука обчищають від шкірки, видаляють насінневе гніздо, нарізають часточками і посипають цукром. Попередньо замочений чорнослив з видаленою кісточкою посипають цукром.

Перед подаванням фаршировану птицю розрубують на порції, кладуть на блюдо разом з начинкою і поливають соком, що виділяється під час смаження, і розтопленим вершковим маслом.

На бенкети фаршировану птицю подають в цілому вигляді. На ніжки надівають папільйотки. Якщо фарширували яблуками, то на гарнір навколо тушки кладуть печені яблука, якщо картоплею – то смажену картоплю. Оформляють фігурно нарізаними овочами і гілочками зелені.

*Дичина смажена.* Заправлені тушки дичини натирають сіллю і смажать так само, як курку. Малу дичину (перепілку, дупеля, бекаса) смажать у сотейнику. Перед смаженням їх покривають тонким шаром шпику і перев'язують шпагатом. Після утворення коричневої кірочки сотейник закривають кришкою і на слабкому вогні доводять до готовності.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть картоплю фрі або смажену, поряд – на скибочці пшеничного хліба, підсмаженого на маслі і змащеного паштетом з печінки, кладуть шматок дичини або цілу тушку, поливають вершковим маслом або підливають

м'ясним соком. Окремо можна подати салат з червоної або білоголової капусти, мариновані фрукти або ягоди.

*Курчата табака.* Оброблену тушку курчати розрубують по грудній кістці вздовж навпіл, розпластують, ніжки заправляють у «кишеньку», надають плоскої форми, натирають сіллю, часником, сметаною, посипають перцем і смажать на вершковому маслі під пресом на слабкому вогні до готовності, періодично перевертаючи.

Можна смажити на спеціальних сковородах з кришками, в які вмонтовано прес масою 2-2,5 кг.

При подаванні на порційне блюдо або тарілку кладуть курча, навколо – гарнір (помідори, зелену цибулю, нарізану на частини 3-4 см завдовжки, або ріпчасту цибулю, нарізану кільцями, дольку лимона).

Прикрашають листочками салату або зеленню петрушки, окремо подають соус «Ткемалі» або потовчений з сіллю часник, розведений бульйоном або водою.

*Котлети натуральні з філе.* Підготовлені котлети з філе птиці, дичини або м'якоті кролика смажать на вершковому маслі.

Перед подаванням котлети кладуть на грінки, гарнірують складним гарніром. Котлету поливають вершковим маслом, на кісточку надівають папільйотку.

*Котлети паніровані з філе.* Підготовлене куряче філе змочують у яйцях, обкачують у сухарях, кладуть на розігріту з вершковим маслом сковороду і смажать до утворення рум'яної кірочки з обох боків, ставлять у жарову шафу на 5 хв. і доводять до готовності.

Подають з картоплею, смаженою у фритюрі, або складним гарніром, поливають вершковим маслом. На кісточку надівають папільйотку. Гарнір можна подати у тарталетках.

*Котлети по-київському.* Підготовлений напівфабрикат смажать у фритюрі 5-7 хв. до утворення золотистої кірочки, доводять до готовності у жаровій шафі.

Подають із складним гарніром. Поряд з гарніром розміщують крутон з пшеничного хліба, на нього кладуть котлету, поливають вершковим маслом, на кісточку надівають папільйотку, прикрашають зеленню.

*Птиця, дичина або кролик по-столичному.* Підготовлений напівфабрикат смажать на вершковому маслі 12-15 хв. безпосередньо перед подаванням.

Відпускають із складним гарніром, на крутон кладуть філе, на нього – консервовані фрукти, прогріті у сиропі, і в момент подавання – охолоджене вершкове масло у вигляді квітки.

*Котлети з філе птиці, дичини, кролика, фаршировані соусом молочним з грибами або печінкою.* Підготовлене філе птиці, дичини або м'якоть кролика фарширують густим молочним соусом з грибами або паштетом з печінки. Панірують у подвійній паніровці, смажать у фритюрі 5-7 хв. і доводять до готовності у жаровій шафі. Котлету подають на крутоні, поливають маслом. Гарнір – картопля, смажена у фритюрі, або складний гарнір.

*Кури, курчата і кролик у фритюрі.* Птицю або кролика відварюють, охолоджують, розрубують на порції і кладуть під прес, потім панірують у борошні, змочують в льезоні, знову панірують у білій паніровці і смажать у фритюрі.

Подають зі смаженою картоплею або складним гарніром, поливають маслом.

*Котлети січені з птиці, дичини або кролика.* З котлетної маси формують котлети, панірують у сухарях або білій паніровці. Смажать котлети основним способом, до готовності доводять у жаровій шафі.

Котлети пожарські панірують у пшеничному хлібі, який нарізають кубиками, форма котлети – приплюснута з затупленим кінцем.

Котлети гатчинські готують з м'яса дичини, обидва кінці котлети симетрично загострені.

Подають з картоплею відварною, смаженою, картопляним пюре, рисовою або гречаною кашею, поливають вершковим маслом.

*Биточки, фаршировані грибами.* Котлетну масу розкладають на порції, надають форму кружечків, на середину кладуть дрібно нарізані варені гриби, краї з'єднують, панірують у сухарях, надають форму биточків і смажать з обох боків.

Подають з картопляним пюре, картоплею в молоці, картоплею смаженою або складним гарніром.

*Вимоги до якості смажених страв і птиці.* Кожна порція складається з передньої частини тушки і ніжки, м'якоть становить не менш як 65% порції.

Внутрішня частина тушки без згустків крові, залишків вола та інших органів. Допускають, проте вважають дефектами, надриви шкіри, сліди колодочок на крилах, нерівномірно обсмажені шматочки м'яса. Відхилення у масі окремих порцій для смаженої птиці допускається  $\pm 3\%$ , проте маса 10 порцій має бути без відхилень.

Смажена птиця повинна мати рівномірний золотистий колір, кролик – коричневий, зарум'янений, на розрізі – білий. Колір окоренків – темно-сірий. Консистенція кірочки – хрустка, всередині – м'яка, соковита.

Котлети по-київськи та інші паніровані вироби мають світло-золотисту рівномірно підсмажену кірочку, смак і запах – властиві смаженій курці, консистенція – м'яка, соковита, кірочка – хрустка. Масло всередині котлет розтале, але не витікає.

Котлети січені правильної форми, на поверхні – світло-золотиста кірочка, колір на розрізі – від світло-сірого до кремово-сірого. Консистенція – пухка, соковита. Не допускається почервоніння м'яса і присмак хліба.

Строк зберігання у гарячому стані смажених цілих тушок птиці – не більш як 1 год. Для більш тривалого зберігання їх охолоджують, а перед використанням розрубують на порції і прогрівають.

Страви з філе птиці і тушки малої дичини готують безпосередньо перед подаванням, оскільки при зберіганні погіршується їхня якість.

Страви з котлетної маси зберігають гарячими не більше ніж 30 хв.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати смажену страву з сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## **Тема 18. Технологічний процес приготування і подання тушкованих страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання тушкованих страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.



Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. Для тушкування використовують дорослу птицю, яка під час смаження стає твердою і несмачною. Перед тушкуванням м'ясо обсмажують з обох боків на розігрітій з жиром сковороді до утворення рум'яної кірочки, що надає страві відповідних смаку і запаху. Під час тушкування додають ароматичні корені та спеції. Тушковане м'ясо стає соковитим і смачним.

*Птиця або кролик, тушковані в соусі.* Підготовлені тушки птиці або кролика смажать, розрубують на порційні шматки, заливають соусом червоним основним (цибулевим або червоним з вином) і тушкують 15-20 хв.

Подають з відварним або припущеним рисом, картопляним пюре або смаженою картоплею.

*Гуска, качка по-домашньому.* Підготовлені тушки птиці або кролика нарубують на шматки, обсмажують, солять, складають у горщечок, додають нарізану часточками і обсмажену картоплю, нашатковану, пасеровану ріпчасту цибулю, перець, заливають бульйоном так, щоб рідина покрила продукти, і тушкують до готовності. Наприкінці тушкування додають лавровий лист.

Перед подаванням на тарілку ставлять горщечок, страву посипають зеленню.

*Рагу з птиці, кролика, дичини і субпродуктів.* Тушки птиці або кролика рубають на шматки по 40-50 г, субпродукти обробляють. Приготовлені продукти обсмажують до утворення рум'яної кірочки, солять, кладуть у каструлю, заливають гарячим бульйоном або водою (20-30% маси продукту), додають пасероване томатне пюре і тушкують 30-40 хв. На бульйоні, що утворився під час тушкування, готують соус червоний основний, яким заливають шматочки м'яса, додають обсмажені картоплю, нарізану часточками моркву, цибулю, корінь петрушки, ріпу і перець, тушкують 15-20 хв. Наприкінці тушкування заправляють лавровим листом.

Подають рагу в баранчиках, посипають зеленню.

*Чахохбілі.* Тушку птиці розрізають на порційні шматки і обсмажують, потім їх солять, додають перець. Добре обсмажені шматки птиці кладуть у глибокий посуд, додають пасеровану цибулю, дрібно нарізані помідори або пасероване томатне пюре, розведену суху

борошняну пасеровку, бульйон або воду, оцет і тушкують. За 5 хв. до готовності заправляють зеленню кіндзи, лавровим листом, товченим часником.

Подають у баранчиках або порційній сковорідці разом з соусом, посипають зеленню, прикрашають долькою лимона.

*Плов з птиці, дичини і кролика.* Птицю, дичину або кролика розрубують на шматки, обсмажують до утворення рум'яної кірочки, посипають сіллю, перцем, кладуть у посуд, додають пасероване коріння з томатом-пюре, заливають гарячим бульйоном або водою (з розрахунку на розсипчасту рисову кашу) і тушкують.

У процесі тушкування додають промиту рисову крупу і варять до запусіння. Після цього посуд з пловом ставлять на 40-50 хв. на водяну баню або в жарову шафу.

Подають у тарілках, посипають січеною зеленню.

*Курчата в сметані.* Смажених на маргарині цілою тушкою курчат розрубують на порційні шматки, заливають сметаною і тушкують 5-10 хв.

Подають з картопляним пюре, макаронними виробами, галушками з тіста, розсипчастим рисом поливають сметаною, в якій вони тушкувались.

*Вимоги до якості тушкованих страв з птиці і кролика.* Смак і запах – тушкованого м'яса птиці або кролика, з ароматом спецій та овочів. Консистенція – соковита, м'яка, ніжна.

Колір птиці – світло-коричневий, овочів – властивий їхньому натуральному вигляду.

Гарячими тушковані страви зберігають не більше як 2 год.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати тушковану страву з птиці, дичини чи кролика, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## **Тема 19. Технологічний процес приготування і подання запечених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання запечених страв з сільськогосподарської птиці, дичини і кролика, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Птиця або кролик смажені (цілими тушками).* Заправлені цілі тушки курей, курчат і кроликів натирають сіллю всередині і зовні, змащують сметаною, кладуть спинкою донизу на розігрітий з жиром лист і обсмажують на плиті при температурі 150-160°C до утворення на поверхні рум'яної кірочки. Тушки обсмажують з усіх боків і доводять до готовності у жаровій шафі при температурі 150-160°C, періодично перевертаючи і поливаючи жиром і соком, що виділяються.

Заправлені тушки великої птиці натирають сіллю, кладуть спинкою донизу на лист, поверхню. Індиків поливають розтопленим маслом, а гусей і качок змочують гарячою водою і запікають у жаровій шафі при температурі 220-250°C. Через кожні 10-15 хв. птицю поливають соком і жиром, що виділяються. Коли на поверхні грудної частини утвориться рум'яна кірочка, тушку перевертають спинкою догори і смажать до готовності при температурі 150-160°C.

Старих курей, гусей, качок та індиків перед запіканням відварюють до напівготовності.

Тривалість запікання курчат, куріпок, рябчиків – 20-30 хв., тетеруків – 40-50 хв., курей і качок – 40-60 хв., гусей, індичок – 1-1,5 год.

Готовність запеченої птиці або кролика визначають проколюванням кухарською голкою товстої частини м'якоті (з готового виробу витікає прозорий сік).

Запечені тушки птиці розрубують уздовж на дві частини, потім кожну половину розбирають на однакову кількість шматочків. Коли порціонують велику птицю, можна вирубати спинну кістку. Філе розрубують упоперек, а ніжки навскіс. На порцію подають по 2 шматочки (філе й окісточок). Курчат подають цілими тушками або розрубують уздовж навпіл, посередині грудної кістки. Іноді на 3—5

частин. Шматочки птиці кладуть у сотейник, доливають м'ясний сік і прогрівають 5-7 хв.

Подаючи на стіл, на порційне блюдо або тарілку кладуть смажену картоплю, поряд порцію запеченої птиці, поливають м'ясним соком і вершковим маслом. Додатково на гарнір можна подати у салатнику або на пиріжковій тарілці зелений салат, салат з білоголової або червоноголової капусти, мариновані ягоди і фрукти, квашені яблука.

*Гуска, качка фаршировані.* Оброблену тушку гуски або качки фарширують картоплею, чорносливом або яблуками, запікають у жаровій шафі 45-60 хв. Для начинки беруть картоплю середнього розміру або обточують бульби і злегка підсмажують. Яблука обчищають від шкірки, видаляють насіннєве гніздо, нарізають часточками і посипають цукром. Попередньо замочений чорнослив з видаленою кісточкою посипають цукром.

Перед подаванням фаршировану птицю розрубують на порції, кладуть на блюдо разом з начинкою і поливають соком, що виділяється під час запікання, і розтопленим вершковим маслом.

На бенкети фаршировану птицю подають в цілому вигляді. На ніжки надівають папільйотки. Якщо фарширували яблуками, то на гарнір навколо тушки кладуть печені яблука, якщо картоплею – то смажену картоплю. Оформляють фігурно нарізаними овочами і гілочками зелені.

*Дичина запечена.* Заправлені тушки дичини натирають сіллю і смажать так само, як курку. Малу дичину (перепілку, дупеля, бекаса) смажать у сотейнику. Перед запіканням їх покривають тонким шаром шпику і перев'язують шпагатом. Після утворення коричневої кірочки сотейник закривають кришкою і на слабкому вогні доводять до готовності.

Перед подаванням на порційне блюдо або тарілку кладуть картоплю фрі або смажену, поряд – на скибочці пшеничного хліба, підсмаженого на маслі і змащеного паштетом з печінки, кладуть шматок дичини або цілу тушку, поливають вершковим маслом або підливають м'ясним соком. Окремо можна подати салат з червоної або білоголової капусти, мариновані фрукти або ягоди.

*Куряча запіканка.* В пательню викладають шарами напівкільця цибулі, терту моркву, кольорову капусту, зелений горошок або квасолю. Зверху – курячі ніжки замариновані у соєво-часниковому соусі. Заливають соусом і запікають.

Відпускають порційно на тарілці або у горщику.

*Рулетики з курятини з білими грибами.* На підготовлене філе викладають фарш, звертають рулетиком, обсмажують, змащують йогуртом, посипають сумішшю сухарів і паприки, запікають.

Подають гарячими з салатом.

*Гусяча печінка у тісті.* Нашпиговану трюфелями і замариновану у бренді і мадері гусячу печінку обгортають часточками свинини, запікають у тісті 30-35 хв при 160 °С.

Подають з соте із тропічних фруктів.

*Вимоги до якості запечених страв із сільськогосподарської птиці, дичини і кролика.* Кожна порція складається з передньої частини тушки і ніжки, м'якоть становить не менш як 65% порції.

Внутрішня частина тушки без згустків крові, залишків вола та інших органів. Допускають, проте вважають дефектами, надриви шкіри, сліди колодочок на крилах, нерівномірно запечені шматочки м'яса. Відхилення у масі окремих порцій для запеченої птиці допускається  $\pm 3\%$ , проте маса 10 порцій має бути без відхилень.

Запечена птиця повинна мати рівномірний золотистий колір, кролик – коричневий, зарум'янений, на розрізі – білий. Колір окоренків – темно-сірий. Консистенція кірочки – хрустка, всередині – м'яка, соковита.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати запечену страву з сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

### Показники якості страви

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## **Тема 20. Технологічний процес приготування і подання страв з січеної натуральної і котлетної маси із сільськогосподарської птиці, дичини і кролика. Розрахунок витрат сировини, оцінка якості страв**

Мета заняття. Ознайомитися з технологією приготування і подання страв з січеної натуральної і котлетної маси із сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, розрахунком сировини та оцінкою якості готової страви.

Наочні приладдя та матеріали. Конспект лекцій, методичний матеріал, спеціальна література, натуральні зразки продуктів, кухонний інвентар та обладнання.

Зміст теми і методика виконання завдань. *Котлети натуральні з філе.* Підготовлені котлети з філе птиці, дичини або м'якоті кролика смажать на вершковому маслі.

Перед подаванням котлети кладуть на грінки, гарнірують складним гарніром. Котлету поливають вершковим маслом, на кісточку надівають папільйотку.

*Котлети паніровані з філе.* Підготовлене куряче філе змочують у яйцях, обкачують у сухарях, кладуть на розігріту з вершковим маслом сковороду і смажать до утворення рум'яної кірочки з обох боків, ставлять у жарову шафу на 5 хв. і доводять до готовності.

Подають з картоплею, смаженою у фритюрі, або складним гарніром, поливають вершковим маслом. На кісточку надівають папільйотку. Гарнір можна подати у тарталетках.

*Котлети по-київському.* Підготовлений напівфабрикат смажать у фритюрі 5-7 хв. до утворення золотистої кірочки, доводять до готовності у жаровій шафі.

Подають із складним гарніром. Поряд з гарніром розміщують крутон з пшеничного хліба, на нього кладуть котлету, поливають вершковим маслом, на кісточку надівають папільйотку, прикрашають зеленню.

*Котлети з філе птиці, дичини, кролика, фаршировані соусом молочним з грибами або печінкою.* Підготовлене філе птиці, дичини або м'якоть кролика фарширують густим молочним соусом з грибами або паштетом з печінки. Панірують у подвійній паніровці, смажать у фритюрі 5-7 хв. і доводять до готовності у жаровій шафі. Котлету подають на крутоні, поливають маслом. Гарнір – картопля, смажена у фритюрі, або складний гарнір.

*Котлети січені з птиці, дичини або кролика.* З котлетної маси формують котлети, панірують у сухарях або білій паніровці. Смажать котлети основним способом, до готовності доводять у жаровій шафі.

Котлети пожарські панірують у пшеничному хлібі, який нарізають кубиками, форма котлети – приплюснута з затупленим кінцем.

Котлети гатчинські готують з м'яса дичини, обидва кінці котлети симетрично загострені.

Подають з картоплею відварною, смаженою, картопляним пюре, рисовою або гречаною кашею, поливають вершковим маслом.

*Биточки, фаршировані грибами.* Котлетну масу розкладають на порції, надають форму кружечків, на середину кладуть дрібно нарізані варені гриби, краї з'єднують, панірують у сухарях, надають форму биточків і смажать з обох боків.

Подають з картопляним пюре, картоплею в молоці, картоплею смаженою або складним гарніром.

*Вимоги до якості страв з січеної натуральної і котлетної мас із сільськогосподарської птиці, дичини і кролика.* Котлети по-київськи та інші паніровані вироби мають світло-золотисту рівномірно підсмажену кірочку, смак і запах – властиві смаженій курці, консистенція – м'яка, соковита, кірочка – хрустка. Масло всередині котлет розтале, але не витікає.

Котлети січені правильної форми, на поверхні – світло-золотиста кірочка, колір на розрізі – від світло-сірого до кремово-сірого. Консистенція – пухка, соковита. Не допускається почервоніння м'яса і присмак хліба.

Страви з котлетної маси зберігають гарячими не більше ніж 30 хв.

Завдання 1. Розрахувати потребу в сировині згідно завдання.

Завдання 2. Приготувати страву з січеної натуральної і котлетної мас із сільськогосподарської птиці, дичини чи кролика, подати.

Завдання 3. Визначити органолептичні показники якості готової страви (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Показники якості страви**

Назва страви	Зовнішній вигляд	Колір	Консистенція	Запах і смак

## ЛІТЕРАТУРА

1. ДСТУ 3862-99. Громадське харчування. Терміни та визначення. Державний стандарт України : затв. 29.10.2017 р.; наказ № 185. Київ, 2003. 17 с.
2. Гуцин В. В. Технология полуфабрикатов из мяса птицы. Москва : Колос, 2016. 200 с.
3. Денисов Д. И. Соусы. Москва : «Ведомости», 2002. 200 с.
4. Збірник рецептур національних страв та кулінарних виробів: для підприємств громад. харчування всіх форм власності / О. В. Шалимінов та ін. Київ : АСК, 2007. 848 с.
5. Ефимов А. И., Ковалев В. Н., Шарова Т. В. Рыба и морепродукты. Москва : Ведомости, 2004. 245 с.
6. Ковалев Н. И., Куткша М. Н., Кравцова В. А. Технология приготовления пищи : учебник. Москва : Деловая лит., 2015. 468 с.
7. Кулінарне-мистецтво: правила змагань (вимоги, коментарі, рекомендації) / А. А. Мазаракі, та ін. Київ : КНТЕУ, 2033. 458 с.
8. Райт Дж., Трой Э. Новое о кулинарии: кулинарные шедевры. Москва : Ниола 21 век, 2017. 352 с.
9. Справочник технолога общественного питания. Москва : Экономика, 2016. 424 с.
10. Здобнов А. И., Циганенко В. А., Пересичный М. И. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Київ : АСК, 2016. 656 с.
11. Мелько М. В., Ступін О. С. Збірник технологічної документації. Львів : СПОЛОМ, 2016. 226 с.
12. Толмачев А. В. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва : Экономика, 1982. 720 с.
13. Технология продукции общественного питания / А. С. Ратушный и др. Москва : Мир, 2015. 416 с.
14. Фуре И. Н. Технология производства продукции и общественного питания. Минск : Новое знание, 2014. 799 с.
15. Шумило Г. І. Технологія приготування їжі : навч. посіб. Київ : «Кондор», 2003. 506 с.