

**МДК02.02 « Процессы
приготовления, подготовки
к реализации и презентация
горячих блюд, кулинарных
изделий, закусок»**

**Раздел 2.1 « Приготовление и
подготовка к реализации горячих
супов разнообразного ассортимента**

Супы.

- ✘ Роль и значение супов в питании.**
- ✘ Классификация супов.**
- ✘ Бульоны.**
- ✘ Заправочные супы.**
- ✘ Супы молочные.**
- ✘ Супы-пюре.**
- ✘ Прозрачные супы.**
- ✘ Холодные супы.**
- ✘ Технологии приготовления и правила подачи.**
- ✘ Требования к качеству, отпуску и хранению.**

ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ СУПОВ ЗНАЧЕНИЕ В ПИТАНИИ

- Суп – важная составная часть обеда.
- Основная роль супов- возбуждение аппетита.
- Важный источник экстрактивных и минеральных веществ, витаминов.
- Возмещение потребности организма в жидкости.
- Суп – калорийное блюдо, и употребляя с супом хлеб и другие выпечные изделия (пирожки, расстегаи) можно повысить калорийность супов.

ЧТО ТАКОЕ СУП?

- **Суп** – ассортиментная группа кулинарной продукции, которую принято называть первыми блюдами.

Суп – это блюдо, состоящее из жидкости – это основа супа, и плотной части, которая проваривается в этой жидкости, и называется гарниром.

Жидкая часть супа называется бульоном или отваром.

СУП СОСТОИТ ИЗ ДВУХ ЧАСТЕЙ:

- ▣ Жидкая часть (основа)- бульон, отвар.
- ▣ Плотная часть (гарнир).



- **Гарнир** - крупы, овощи, картофель, макаронные изделия, мясо, мясо птицы, соленые огурцы, рыба, грибы, яйца и прочее)





КЛАССИФИКАЦИЯ СУПОВ

Супы классифицируем:

- По жидкой основе**
- По температуре подачи**
- По способу приготовления**

ПО ЖИДКОЙ ОСНОВЕ СУПЫ

- ✓ **На бульонах** (костном, мясокостном, рыбном и из птицы).
- ✓ **На отварах** (грибном, крупяном, овощном).
- ✓ **На хлебном квасе**, свекольных отварах.
- ✓ **На фруктово-ягодных отварах.**
- ✓ **На кисло-молочных продуктах**(кефир, простокваша).



ПО ТЕМПЕРАТУРЕ ПОДАЧИ

- ❖ **Горячие супы** (температура подачи 75-80*С, супы-пюре – температура подачи 55-60*С).
- ❖ **Холодные супы** (температура подачи 10-14*С).

ПО СПОСОБУ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- **Заправочные супы.**
- **Прозрачные супы.**
- **Молочные супы.**
- **Холодные супы.**
 - **Супы-пюре.**

Бульоны.

- Самые распространенные бульоны – это мясной бульон (костный – из мясных костей, мясной – из мяса и костей), рыбный (из голов, костей, кожи и плавников или обработанной рыбы), грибной бульон (из сушеных или свежих грибов).
- Кроме того, супы готовят на овощных отварах. Эти супы питательны, легко усваиваются и поэтому особенно пригодны для диетического питания, они так и называются – вегетарианскими или диетическими.

-
- Бульоны для супов можно варить впрок – концентрированными. Из 1 кг мясных продуктов или рыбных пищевых отходов получается 1 л концентрированного бульона. Из 1 кг сушеных грибов получается 5 л грибного концентрированного бульона.
 - Варить хороший бульон следует долго – 3–5 часов. Чтобы бульон был прозрачным, его сначала варят на большом огне. После того как он закипит, 2–3 раза добавляют по столовой ложке холодной воды, каждый раз доводя до кипения. Затем огонь убавляют. Сбравшуюся на поверхности пену удаляют шумовкой. Чтобы бульон не имел привкуса сала, с него в процессе варки периодически удаляют жир.

Костный бульон

Ингредиенты:



мясо с костями – 500 г



морковь – 1 шт.



луковица – 1 шт.



пучок сельдерея, петрушки



перец душистый – 10–15 горошин



лист лавровый – 1 шт.



вода – 3–3,5 л



соль

Приготовление:



1 мясные кости



примять



разрубить на куски по 5–6 см



добавить 3–3,5 л воды



варить 2–3 ч на слабом огне



2



пассеровать в жире, смешанном с бульоном



3

Примечания.

Когда мясо в бульоне сварится и станет мягким (если воткнутая вилка свободно входит в мясо, оно готово), его следует вынуть, положить в бульон поджаренные на жаре коренья, приправы, затем продолжать варить бульон. Готовому бульону нужно дать остыть, затем его процедить сквозь сито.

Говяжьи и бараньи кости следует варить 4,5–5 ч, а телячьи и свиные – 2–3 ч.

Бульон из домашней птицы

Ингредиенты:



курица с костями – 800 г – 1 кг



морковь – 1 шт.



луковица – 1 шт.



петрушка



перец душистый – 10 горошин



вода – 3 л



соль

Приготовление:



1 курица с разрубленными костями



добавить 3 л воды



варить 30–40 мин, сильная пену



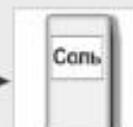
2 Луковица – 1 шт.



петрушка



перец душистый – 10 горошин



соль



варить до готовности кур

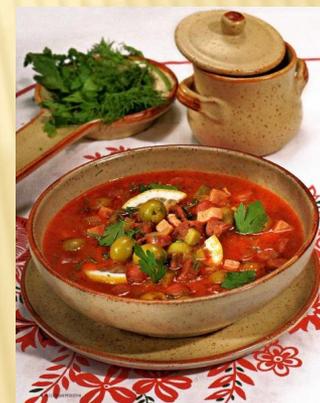
Примечания.

Готовность кур определить при помощи поварской иглы (если игла свободно входит в мясо крылышка или ножки, куры сварены).

Чтобы улучшить вкус и аромат куриного бульона, во время варки следует положить в него обжаренные до светло-золотистого цвета куриные кости.

Заправочные супы делят на:

- Борщи.
- Щи.
- Рассольники.
- Овощные супы.
- Картофельные супы.
- Супы с макаронными изделиями, крупой, бобовыми.
- Солянки.



ОБОРУДОВАНИЕ, ПРИМЕНЯЕМОЕ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ: ПИЩЕВАРОЧНЫЕ КОТЛЫ



ВЕСОИЗМЕРИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ



ПОСУДА, ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ



ИНВЕНТАРЬ, ПРИМЕНЯЕМЫЙ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ



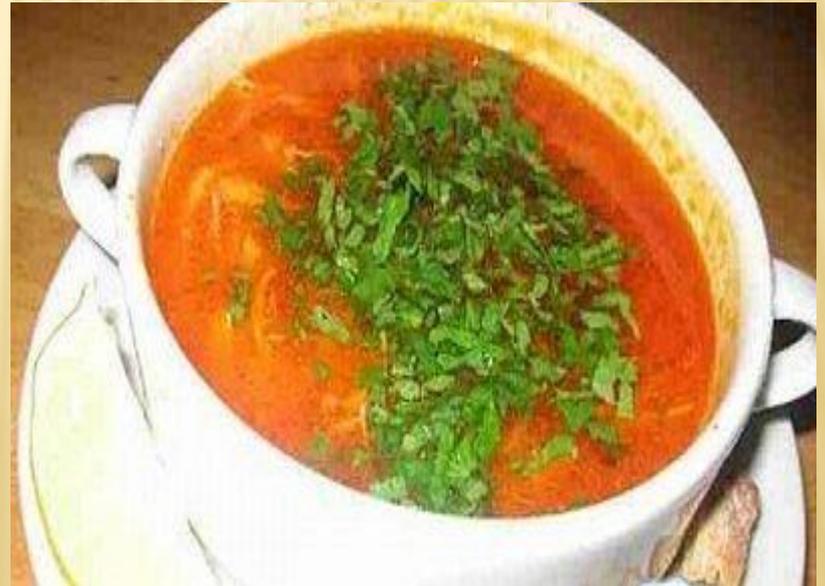
ИНВЕНТАРЬ, ИСПОЛЬЗУЕМЫ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ СУПОВ





ОТПУСК СУПОВ И ОФОРМЛЕНИЕ





ПРАВИЛА ВАРКИ ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ

Заправочные супы — это супы, которые заправляют пассерованными овощами. Супы этой группы состоят из жидкой основы, в которой проваривается гарнир, поэтому они приобретают такой необыкновенный вкус и аромат. Широкий ассортимент заправочных супов (борщи; щи; рассольники; супы с макаронными изделиями, крупами и бобовыми; солянки) обусловлен большим разнообразием продуктов, составляющих гарнир.

Заправочные супы готовят вегетарианскими, на костном, мясокостном, рыбном бульонах, бульонах из птицы, грибных отварах.

Общая технологическая схема приготовления заправочных супов состоит из следующих операций:

- приготовление жидкой основы;
- подготовка гарнира;
- введение в жидкую основу гарнира и варка супа;
- оформление и отпуск блюда.

Существуют общие правила варки заправочных супов.

1. Все продукты закладывают в бульон или воду после закипания. Это способствует инаktivации ферментов, окисляющих витамины, в результате последние лучше сохраняются. Доливать воду или бульон в процессе варки не следует.

2. Необходимо строго придерживаться сроков варки продуктов, закладывать их в котел в определенной последовательности, так как при длительной варке теряется значительная часть витаминов, снижаются вкусовые свойства супов, а картофель, овощи и другие продукты перевариваются, теряют форму. Сроки варки различных продуктов приводятся в сборниках рецептур.

3. При варке супов, в которые входят соленые огурцы, квашеная капуста, щавель, уксус, в первую очередь закладывают картофель и только через некоторое время — продукты, содержащие кислоту. Обусловлено это тем, что в кислой среде превращение протопектина в пектин происходит медленно и овощи плохо размягчаются. Необходимо, чтобы после закладки каждого вида продукта бульон снова быстро закипал.

4. Морковь, лук, томатное пюре перед закладкой в супы пассеруют. Это улучшает вкусовые качества и внешний вид супа. Закладывают их в суп за 10 ... 15 мин до окончания варки.

5. Петрушку, сельдерей, пастернак кладут в суп сырыми за 20 ... 25 мин до окончания варки, так как содержащиеся в них эфирные масла хорошо сохраняются при варке. Обработанные стручки сладкого перца перед использованием промывают, надрезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами. Затем перец мелко шинкуют и закладывают в суп в пассерованном или сыром виде за 5 ... 10 мин до окончания варки.

6. Во многие супы (кроме картофельных, с крупами и макаронными изделиями) вводят пшеничную муку. Мучная пассеровка придает супам нужную консистенцию и является стабилизатором витамина С.

7. Варят супы при слабом кипении, так как при бурном кипении овощи сильно развариваются и с парами улетучиваются ароматические вещества.

8. Специи и соль в рецептурах не указаны, но их следует вводить во все супы, кроме сладких. Пряности (лавровый лист, перец) и соль кладут в суп за 5...7 мин до его готовности. Избыток соли и пряностей ухудшает вкусовые и ароматические качества супа. На порцию (500 г) используют: соли 3...5 г, перца горошком — 0,05 г, лаврового листа — 0,02 г. Норма закладки соли в молочные супы — 3 г, в пюреобразные — 3...5 г на 500 г супа.

9. Зелень (петрушка, укроп, сельдерей) также не указана в рецептурах, но ее следует добавлять мелко нарезанной во все супы, кроме молочных, сладких, некоторых пюреобразных, для улучшения их вкуса и повышения содержания витаминов. Количество зелени — 2...3 г нетто на порцию супа.

10. Указанные в рецептурах нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т. д.) могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10 ... 15% при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.

11. При отсутствии овощей, которые входят в рецептуру в небольшом количестве (репа, брюква, сельдерей, пастернак и т. п.), они могут быть заменены другими соответствующими овощами, входящими в рецептуру.

12. В рецептурах не указывается норма закладки сладкого перца. Для улучшения вкуса супов рекомендуется добавлять его в борщи, щи и овощные супы в количестве 10 ... 20 г нетто на 500 г супа, при этом соответственно уменьшается закладка других овощей.

13. Замена одних продуктов другими должна производиться в соответствии с таблицей «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» сборника рецептур.

14. В рецептурах горячих супов не предусмотрена закладка сметаны, используемой при отпуске блюд (кроме солянок). Норма закладки сметаны — 10 г на порцию.

15. Сваренные супы оставляют без кипения на 10 ... 15 мин для того, чтобы они настоялись, жир всплыл на поверхность и стал более прозрачным, а суп — ароматным.

16. Отпускают горячие супы в подогретой тарелке, порционных мисках или бульонных чашках. Вначале кладут прогретые в бульоне кусочки мяса, птицы, рыбы, наливают суп, посыпают мелко нарезанной зеленью. Если супы отпускают со сметаной, то ее кладут в тарелку с супом или подают в соуснике отдельно. Норма отпуска супа может быть 500, 400, 300 или 250 г, в зависимости от спроса потребителей.

Отдельно к супам на пирожковой тарелке можно подать ватрушки, пирожки и кулебяки из дрожжевого и слоеного теста, к щам и борщам из квашеной капусты — крупеник, к борщу украинскому — пампушки из дрожжевого теста в чесночном соусе.