

# Французская кухня



Выполнил:  
Студент 3 курса СПО  
группы 301  
Шевченко Никита





- **Французская кухня является одной из самых знаменитых. Ее блюда вошли в рецептуру многих национальных кухонь, а рестораны, где подают истинно французскую пищу, является одними из самых посещаемых и изысканных. В менталитете французов издавна сложилось мнение о том, что кулинария- это искусство особого рода, а тот, кто в полном мере овладел им- это настоящий поэт и художник.**

Характерны для французского стола омлеты и сырные суфле, которые готовят с различными приправами и начинками: ветчиной, грибами, зеленью.

Приготовление хорошего омлета, считают французы, требует особого внимания. Для омлетов выбирают тяжелые сковороды с очень ровным дном. Некоторые специалисты из французской Академии гастрономов рекомендуют: 1) в сковороде, которая используется для приготовления омлетов, больше ничего не готовить; 2) никогда не мыть эту сковороду. Достаточно еще горячую сковороду протереть чистой бумагой с небольшим количеством крупной соли и слегка промаслить для предотвращения ржавчины.



- Характерная особенность питания французов - обилие на обеденном столе овощей. Картофель, различные сорта лука, стручковая фасоль, шпинат, капуста разных сортов, помидоры, баклажаны, сельдерей, салаты далеко не полный перечень овощей, из которых готовят салаты, закуски, гарниры.
- Первые блюда - супы-пюре из лука-порейя с картофелем, луковый суп, заправленный сыром, прозрачные супы на говяжьем бульоне, заправочные супы, солянки, провансальский рыбный суп, уха.





**Луковый суп (soupe à l'oignon gratinée)**  
Знаменитый французский луковый суп на мясном бульоне с сыром и гренками когда-то считался супом для бедных из-за простых и недорогих ингредиентов, сейчас же он один из самых любимых в Европе. На самом деле луковый суп это прекрасное во всех отношениях блюдо: вкусное, ароматное, сытное, согревающее и дающее силы.

В нём нет жесткого вкуса и запаха свежего лука, но большая часть его полезных свойств сохраняется. А в сочетании с другими ингредиентами французского лукового супа: бульоном, сыром, гренками, а иногда со сливками и вином – получается полноценное вкусное блюдо. На самом деле необычайный вкус и аромат супа достигается благодаря особому рецепту карамелизации лука с добавлением вина, коньяка, вермута или хереса. При готовке многих блюд, французы кладут в кастрюлю небольшой пучок трав, так называемый сборный букет, bouquet garni, – небольшой пучок из петрушки, укропа, лаврового листа. Перед подачей на стол букет из пищи извлекают.



## Буйабес (bouillabaisse)

Буйабес также известен как марсельский рыбный суп или марсельская уха. Это – настоящая легенда и гордость Прованса. Буйабес - изобретение марсельских рыбаков, продав свой дневной улов, вечером варили суп из остатков этого улова. А были там и рыба, и кальмары, и креветки – всё, что попало в сети за день. Кроме даров моря в суп добавляли овощи и травы, что были под рукой. По технологии приготовления его можно назвать обыкновенной русской тройной ухой: сначала варится всякая мелочевка, которую даже кошка есть не будет, потом в получившемся бульоне варится рыба покрупнее и так далее. Отличие буйабеса от тройной ухи в подаче, т.е в её последовательности - вместе с бульоном горчичного цвета подаются куски багета, густой чесночный соус и тертый сыр.



## Фуа-гра (Foie gras)

Фуа-гра – это жирная печень гуся или утки, один из любимых французских деликатесов. Нежный вкус фуа-гра можно оценить как в холодных, так и в горячих блюдах. Также она очень популярна в маринованном виде. Специи, перец и соль добавляют в печень птицы, затем заливают коньяком и оставляют ночевать на льду. На следующее утро в него подмешивают грибы трюфели и мадеру, и все растирают в однообразную массу. На водяной бане блюдо выдерживают около одного часа в духовке. Полив жиром гуся, продукт подают на стол в холодном состоянии. Существуют и другие рецепты фуа-гра. Для этого у гусей искусственно увеличивают печень.



## Киш (Quiche)

Традиционный французский открытый пирог киш из рубленного (слоеного) теста с различными начинками употребляют во Франции как завтрак, обед, ужин или в дополнение к ним.

Самый известный киш - Лорен - с копченой грудинкой и сыром грюйер. В качестве начинки может быть что угодно: овощи, рыба, мясо, но всегда в сочетании с яйцами, сливками и любым видом сыра. Киш едят холодным или горячим.

Вторые блюда бифштекс с жареным во фритюре картофелем и бифштекс с кровью со слегка поджаренной корочкой и почти сырой внутри. Эти два блюда олицетворение французской кухни. Французы любят, чтобы мясо было не пережаренным, в не розовый сок.

Распространено рагу из белого мяса под белым соусом. В числе вторых блюд морская и пресноводная рыба (треска, камбала, палтус, скумбрия, щука, карп), морепродукты креветки, лангусты, морские гребешки. После второго блюда на стол подается сыр,

причем сразу нескольких сортов. Запивать сыр можно только белым или красным вином, а ни в коем случае не соком или чаем.





## **Петух в вине (Coq au vin)**

**Петух в вине – классическое блюдо французской кухни. Во Франции для приготовления этого блюда используется свежая или мороженая дичь. Готовят блюда также из выдержанной дичи. Выдерживают дичь на воздухе (в домашних условиях за окном) в течение нескольких суток. В традиционном бургундском рецепте используется целый годовалый петух и красное бургундское вино, причем очень важно во время поедания блюда пить то же вино, что использовалось при приготовлении. Название блюда может меняться в зависимости от названия вина, в котором тушилась курятина. Разумеется, в каждом винодельческом регионе свой рецепт петуха в вине.**





- Нельзя умолчать о шикарных десертах, в которых французы несомненно знают толк. Это и вишневый пирог клафути, и конечно же знаменитый крем брюле-король и повелитель всех десертов.

## Мильфэй (mille feuille)

Известное французское пирожное или торт, состоящий из трех слоев слоеного теста, смазанных кремом. То, что в России, странах Восточной Европы и Скандинавии гордо величают «Наполеоном», во Франции поэтично именуют «мильфэй» (mille-feuille в переводе «тысячелистник») - божественный десерт из миндального крема с ягодами и фруктами между прослойками из воздушного слоеного теста.



- Из напитков французы предпочитают фруктовые соки, минеральные воды. Чрезвычайно популярен кофе. Из спиртных напитков во Франции распространены абсент, кальвадос, коньяк.



# Заключение

- В настоящее время французская кухня получила признание во всем мире, и хотя сейчас во многих ресторанах чаще можно встретить общенациональные блюда, чем исконно принятые во Франции, традиции ее известны всему миру и оставили след в кулинарной культуре многих стран.



**Спасибо за  
внимание!**

