Тема занятия: Супы.

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)

РОЖКИ ПРИМА
ПЕРЫШКИ
СПИРАЛЬКИ
РАКУШКИ
РИГАТОНЫ
ВЕРМИШЕЛЬ
РОЖКИ ОСОБЫЕ
ГРЕБЕШКИ
КОЛЕЧКИ

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. Собравшуюся 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.

перей сельдерей, петрушка

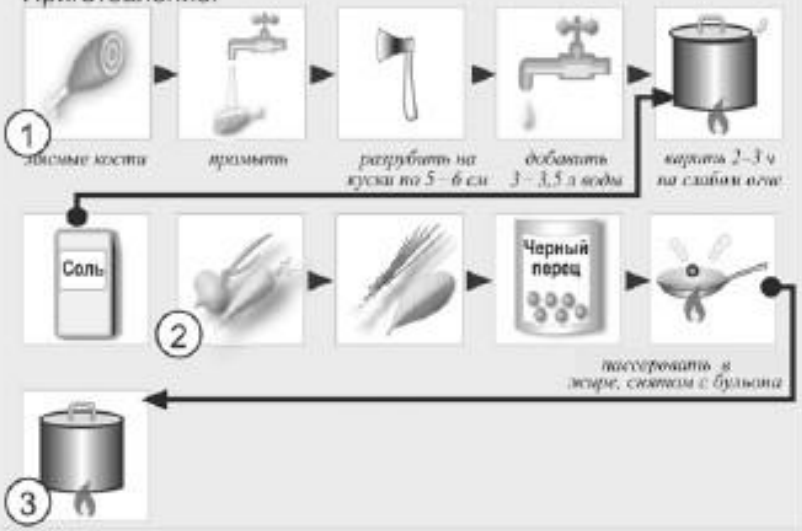
перец душистый – 10–15 горошин

лист лавровый – 1 шт.

вода – 3–3,5 л

соль

Приготовление:



мясные кости
промыть
разрубить на куски по 5–6 см
добавить 3–3,5 л воды
варить 2–3 ч на слабом огне
пассеровать в жире, снятом с бульона

Примечания.

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

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

Бульон из домашней птицы

Ингредиенты:

курятина с костями – 800 г – 1 кг

морковь – 1 шт.

луковица – 1 шт.

петрушка

перец душистый – 10 горошин

вода – 3 л

соль

Приготовление:

курятина с разрубленными костями
добавить 3 л воды
варить 30–40 мин, снимая пену
луковица – 1 шт.
петрушка
перец душистый – 10 горошин
соль
варить до готовности кур

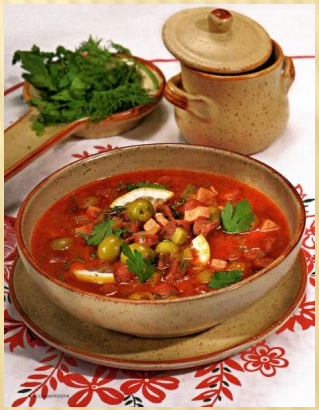
Примечания.

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

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

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ. КЛАССИФИКАЦИЯ ИХ. ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ.

Заправочные супы делят на:



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

Общие правила варки заправочных супов

1. Бульон или отвар доводят до кипения.
2. Подготовленные продукты закладывают только в кипящий бульон или отвар в определенной последовательности, в зависимости от продолжительности варки так, чтобы они были доведены до готовности одновременно.

При варке супов с квашеной капустой, солеными огурцами, щавелем, уксусом и картофелем в первую очередь закладывают картофель, варят почти до готовности, и затем закладывают продукты, содержащие кислоту, так как картофель в кислой среде плохо разваривается.

3. Пассированные овощи закладывают в суп за 10-15 мин до готовности.
4. Заправочные супы, кроме супов с картофелем, крупами, мучными изделиями, заправляют мучной пассировкой за 5--10 мин до окончания варки.
5. Варят супы при слабом кипении, так как при бурном кипении овощи сильно развариваются, не сохраняют форму и улетучиваются ароматические вещества.
6. Специи (лавровый лист, перец) и соль кладут в суп за 5--7 мин до его готовности.
7. Сваренные супы, оставляют без кипения на 10--15 мин для того, чтобы они настоялись, жир всплыл на поверхность и сделался более прозрачным, а суп стал ароматным.
8. Отпускают горячие супы в подогретой тарелке или суповой миске. Вначале кладут прогретые кусочки мяса, птицы или рыбы, нашинкованные грибы, наливают суп, посыпают мелко нарезанной зеленью укропа, петрушки или лука для обогащения супа витаминами, улучшения аромата, вкуса и внешнего вида. Если супы отпускают со сметаной, то ее кладут в тарелку с супом или подают в соуснике отдельно. **Норма отпуска супа на порцию может быть 500, 100, 300, 250 г, в зависимости от спроса потребителей.**

ВОПРОСЫ Д/З:

- 1. Заправочные супы – это?
- 2. Перечислить основные правила приготовления заправочных супов?
- 3. Норма отпуска супа на одну порцию?

Технология приготовления, оформление и подача борщей и щей, рассольников и солянок.Борщи.

Основная составная часть борщей-свекла.

Также входит капуста (свежая или квашеная),картофель, лук, морковь, белые коренья, томатное пюре.

Чтобы в борще сохранился цвет свёклы, а также для улучшения вкуса добавляют уксус, кислый квас, лимонную кислоту, рассол капусты или помидоры.

Существует несколько способов приготовления свеклы для борщей.

- 1.Очищенную свеклу нарезать соломкой или ломтиками, тушить в закрытой посуде с добавлением жира, уксуса, бульона или воды (15-20% к массе свеклы), томата-пюре и муки. Чтобы свекла не пригорела, периодически помешивать и добавлять по мере надобности бульон или воду. Тушить свеклу следует сначала на сильном огне, а когда жидкость закипит и свекла осядет, поддерживать лишь слабое кипение. Тушат в течение 30-40 минут.

- 2. Очищенную свеклу сварить целиком в воде с небольшим количеством уксуса или лимонной кислоты. Вареную, охлаждённую свеклу нашинковать соломкой или натереть на крупной терке. Кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами.

- 3. Для массового приготовления обычно готовят *борщевые заправки*. Свеклу моют, шинкуют соломкой и пассеруют с жиром. Добавляют бульон(8-10% массы свеклы), уксус, сахар, томатное пюре. Тушат 20-30 минут, закрыв крышкой. В конце тушения добавляют пассерованные морковь, лук, белые коренья.

Щи.

- Щи готовят из свежей и квашеной капусты, щавеля, крапивы, шпината, приправляют кореньями, томатом, сметаной, пряностями. Бульоны для щей из квашеной капусты, содержащей молочную кислоту, могут быть приготовлены из таких жирных продуктов, как свинина, сало, копчености.
В зеленые щи и супы из щавеля томат не добавляют.
Если щи варят без картофеля, их заправляют пассерованной мукой. Иногда щи кипятят со сметаной, используемой в качестве заправки, или обжаривают в сметане коренья для щей.

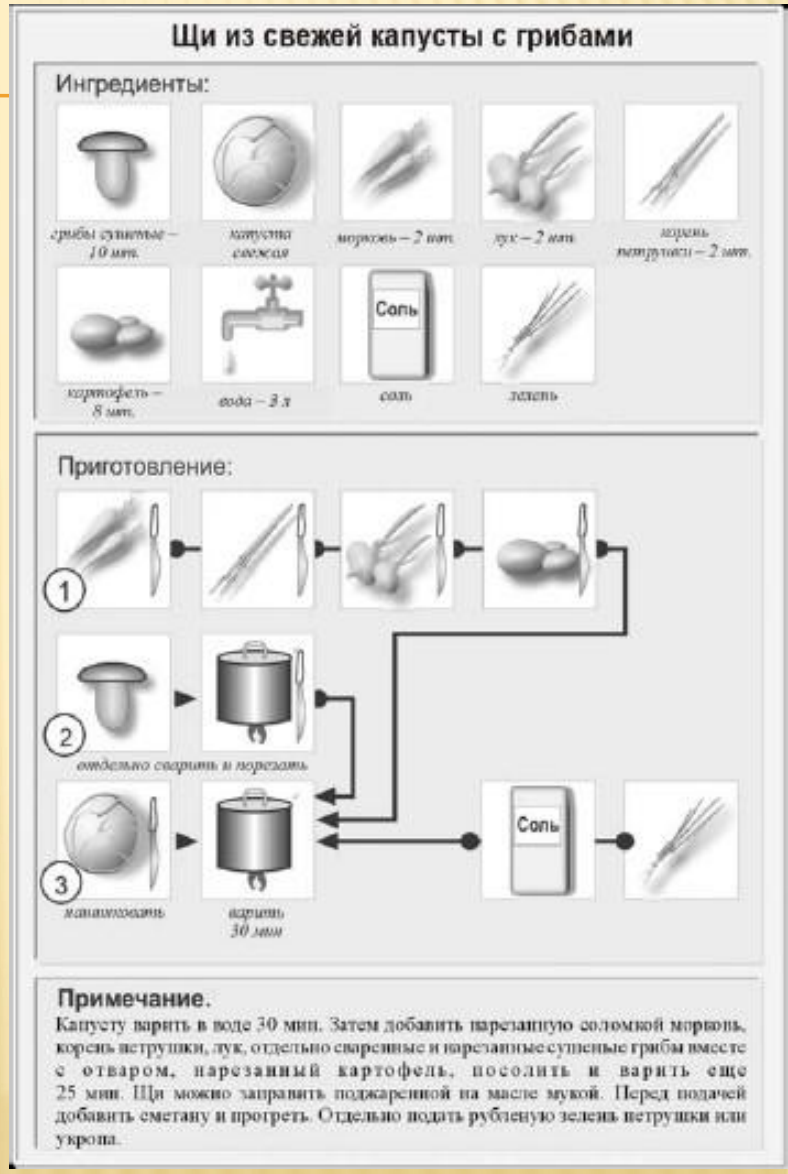
Если щи варят без картофеля,

их заправляют пассерованной мукой.

Иногда щи кипятят со сметаной,

используемой в качестве заправки,

или обжаривают в сметане коренья для щей.



Рассольники.

- Обязательной составной частью рассольников являются соленые огурцы, огуречный рассол и белые коренья. Готовят рассольники вегетарианские, на костном, мясо – костном, рыбном бульоне, с потрохами, с почками, на бульоне из птицы, грибном отваре. Соленые огурцы нарезают соломкой, кладут в сотейник или кастрюлю, на 1/3 заливают бульоном или водой и припускают 15 мин. Картофель нарезают брусочками, коренья и лук – соломкой. Для придания рассольникам острого вкуса используют огуречный рассол, который процеживают и кипятят.

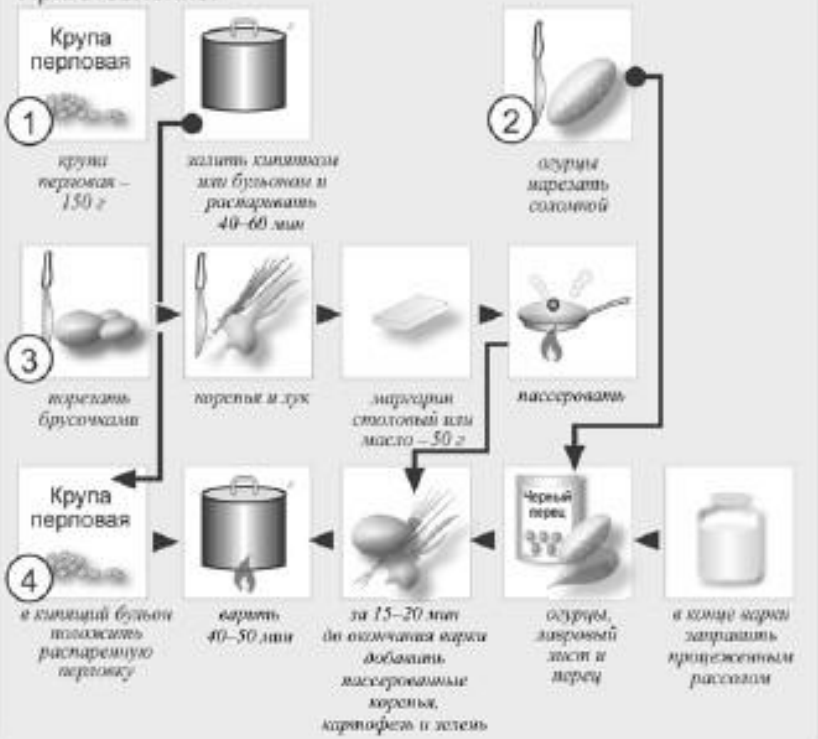
Рассольник ленинградский

Ингредиенты:

картофель – 500 г; крупа перловая – 150 г; морковь – 100 г; лук репчатый – 50 г; лук-порей – 50 г

огурцы соленые – 150 г; маргарин столовый или масло – 50 г; сметана – 50 г; лист лавровый, зелень; перец

Приготовление:



крупа перловая – 150 г

залить кипятком или бульоном и распаривать 40–60 мин

огурцы нарезать соломкой

морковь брусочками

коренья и лук

маргарин столовый или масло – 50 г

пассеровать

в кипящий бульон положить распаренную перловку

варить 40–50 мин

за 15–20 мин до окончания варки добавить пассерованные коренья, картофель и зелень

огурцы, лавровый лист и перец

в конце варки заправить процеженным рассолом

Солянки.

- В состав солянок входят соленые огурцы, пассерованный лук, томатное пюре, каперсы, оливки и маслины. Грибные солянки готовят со свежими и сушеными грибами.
- Соленые огурцы нарезают соломкой или ломтиками и припускают. Репчатый лук тонко шинкуют и пассеруют. Томатное пюре пассеруют отдельно или вводят в конце пассерования репчатый лук. У оливок и маслин вынимают косточки. Лимон промывают, очищают кожицу и нарезают кружочками. Мясные продукты варят и нарезают ломтиком или соломкой. Мясные и грибные солянки подают с лимоном, сметаной и зеленью, рыбные – без сметаны.

ВОПРОСЫ Д/З:

- 4. Записать рецепт супа «Борщ украинский»

ЛПЗ № 1.ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, ОФОРМЛЕНИЕ И ПОДАЧА БОРЩЕЙ И ЩЕЙ, РАССОЛЬНИКОВ И СОЛЯНОК.

- **Цель:** изучить технологию приготовления, оформление и подачу заправочных супов: борщей и щей, рассольников и солянок.
- **МТО:** Н. Анфимова «Технология приготовления пищи».
- **Ход работы:**
- 1. Изучить тему;
- 2. Выполнить задание;
- 3. Записать рецепт заправочного супа, составить технологическую схему этого супа.
- 4. Сделать вывод.

Картофельные и овощные супы.

- Из картофеля и овощей готовят разнообразный ассортимент супов — с крупами, макаронными изделиями и бобовыми. Эти супы готовят на костном, мясокостном бульонах, грибном и овощных отварах. Картофель и овощи для этих супов нарезают брусочками, дольками, ломтиками, соломкой, кубиками. Важно, чтобы форма нарезки была однородной и соответствовала виду продукта.
- Картофель нарезают кубиками, дольками или брусочками, морковь и петрушку — кубиками или брусочками, репчатый лук — дольками. Коренья и лук пассеруют. В кипящий бульон или воду закладывают картофель, пассерованные коренья и лук и варят до готовности. За 5—10 минут до окончания варки добавляют специи и соль. Можно добавить пассерованное томатное пюре или свежие помидоры.

- Овощные супы варят на бульоне – мясном, грибном, овощном или на воде. Основными ингредиентами являются капуста, картофель, лук и морковь. Иногда в состав вводят бобовые или крупы. В сезон овощей могут добавляться свежие томаты и зелень, лук-порей, спаржа, кабачки, болгарский перец.
Если овощные супы готовят с молоком (50-60% количества воды), то его кипятят и вливают в конце варки.

Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми.

- Для супа с макаронными изделиями, лапшой, вермишелью картофель нарезают брусочками или дольками, а с суповой засыпкой — кубиками. Морковь, петрушку нарезают брусочками для супа с макаронами, соломкой — для супа с лапшой или вермишелью, кружочками или ломтиками — для супа с засыпкой, лук шинкуют. Суп готовят с курицей, субпродуктами птицы, говядиной, мясными консервами, грибами.
- В кипящий бульон закладывают макароны или лапшу, варят 10—15 мин, кладут картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. В конце варки добавляют соль, специи и пассерованное томатное пюре. Суп можно готовить без томата. Если готовят суп с вермишелью или с суповой засыпкой, то их закладывают после пассерованных овощей, за 10—15 мин до готовности супа.

Солянки.

- В состав солянок входят соленые огурцы, пассерованный лук, томатное пюре, каперсы, оливки и маслины. Грибные солянки готовят со свежими и сушеными грибами.
- Соленые огурцы нарезают соломкой или ломтиками и припускают. Репчатый лук тонко шинкуют и пассеруют. Томатное пюре пассеруют отдельно или вводят в конце пассерования репчатый лук. У оливок и маслин вынимают косточки. Лимон промывают, очищают кожицу и нарезают кружочками. Мясные продукты варят и нарезают ломтиком или соломкой. Мясные и грибные солянки подают с лимоном, сметаной и зеленью, рыбные – без сметаны.

- **Тема: Технология приготовления, оформление и подача прозрачных, протертых супов.**

- **Цель:** изучить технологию приготовления, оформление и подачу прозрачных, протертых супов.

Прозрачные супы.

- Прозрачные супы состоят из прозрачных бульонов (консоме) и гарниров, которые готовят отдельно.
- Бульоны для прозрачных супов получают в результате осветления и насыщения экстрактивными веществами бульонов из костей, рыбы, птицы, дичи.

Приготовление прозрачных бульонов.

- Прозрачные, или осветленные бульоны получают из обычных бульонов, сваренных описанным выше способом. Для осветления в готовый бульон вводят раствор белков (вытяжка из сырого мяса, костей, яичных белков). Для равномерного распределения их по всему объему бульон перемешивают, а затем нагревают. При нагревании белки денатурируют и свертываются с образованием хлопьев, которые захватывают взвешенные в бульоне частицы, в результате чего происходит его осветление.

- Для осветления бульона делают так называемую оттяжку. Для этого обезжиренное котлетное мясо пропускают через мясорубку, заливают холодной водой при жидкостном коэффициенте 1:1 или 1:1,5, добавляют поваренную соль и настаивают на холоде в течение 1-2 ч. За это время из измельченного мяса экстрагируются водо- и солерастворимые белки. Перед окончанием настаивания в оттяжку вводят яичные белки и перемешивают её.

- *Бульон рыбный (уха)*. Варят его из выпотрошенной рыбной мелочи с чешуей или рыбных пищевых отходов, добавляя к ним сырые лук и петрушку (корень).
- Бульон осветляют яичными белками, смешанными с пятикратным количеством холодного бульона и солью. Для осветления можно использовать оттяжку из икры, полученной при разделке туш с костным скелетом. Предварительно икру растирают с холодным бульоном, солью и мелко нарезанным репчатым луком, в конце добавляют яичные белки.
- Рыбный бульон должен быть прозрачным, с блестками жира на поверхности. Его отпускают с фрикадельками, а также расстегаями.

Приготовление гарниров для прозрачных супов.

- К гарнирам первой группы относятся различные гренки, кулебяки, расстегаи, пироги и пирожки из дрожжевого и слоенного теста с разными фаршами, профитроли (выпеченные шарики из заварного теста).

К гарнирам второй группы относятся различные овощи, овощи с рисом, крупы, мучные изделия, яйца, мясные и рыбные продукты, птица и дичь. Гарниры второй группы до отпуска хранят на мармите в небольшом количестве бульона.

Гренки.

- Для приготовления гренок ломтики пшеничного хлеба без корок посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и подсушивают в жарочном шкафу. К прозрачному бульону борщок подают острые гренки. Для их приготовления ломтики пшеничного хлеба без корок слегка обжаривают на сливочном масле с одной стороны, другую сторону смазывают смесью из тертого сыра, томатной пасты, яичного желтка, сливочного масла, красного острого перца и подсушивают а жарочном шкафу.

Гарниры из круп и мучных изделий.

- В качестве гарнира используют рассыпчатый рис, отварную вермишель, лапшу промышленного производства и домашнюю, пельмени, клецки мучные или манные. Все перечисленные изделия отваривают в воде, промывают водой и заливают бульоном. Рис откидной хранят без бульона.

- *Готовят также рис запеченный, с овощами* или без них. Для приготовления риса запеченного к отварному рису добавляют 2/3 полагающегося по рецептуре тертого сыра, сырые яйца, томатную пасту, масло, соль и все перемешивают. Подготовленную массу выкладывают в порционные формочки или на противень, смазанные жиром, посыпают жиром и запекают в жарочном шкафу.
- При изготовлении риса, запеченного с овощами, на слой заправленного, как указано выше, риса укладывают слой пассерованных овощей, затем опять слой заправленного риса, посыпают сверху сыром и запекают в жарочном шкафу.

- *Гарниры из мяса, рыбы, птицы*. К прозрачным бульонам подают кусок вареной курицы, рыбы, петушиные гребешки, клецки из кнельной массы, подготовленной из рыбы, птицы или дичи, фрикадельки из мяса.
- *Гарниры из яиц*. Гарниром к прозрачному бульону может служить яйцо, сваренное в «мешочек» и очищенное от скорлупы. Широко распространены различные омлеты (натуральный, с морковью, шпинатом, томатом, зеленым горошком, цветной капустой, спаржей, дичью, курицей, печенью).

Гарниры из овощей.

- С бульонами подают кочешки отваренных в подсоленной воде цветной и брюссельской капусты, нарезанную дольками с кочерыжкой савойскую капусту, головки спаржи, нарезанные брусочками, отварные овощи (морковь, петрушка, репа, сельдерей) в сочетании с зеленым горошком, цветной капустой и другое.

Супы-пюре.

- Название супа произошло от фр. purée – «продукты, перетёртые в кашицу».
- **Суп-пюре** — это густой суп, приготовленный из протертых овощей, круп, мяса, птицы или рыбы. Суп-пюре часто используют в диетическом и детском питании.
- В основе **супа-пюре** лежит мясной или рыбный бульон, вода или овощной отвар. Густую консистенцию супа составляют, с основном, бобовые (горох, фасоль, чечевица) и/или овощи с высоким содержанием крахмала (картофель, тыква, морковь). Чтобы приготовить **суп-пюре**, продукты нужно отварить до готовности, затем протереть через сито или взбить блендером, после чего готовое пюре ввести в бульон или отвар. Соединение с белым соусом обеспечит равномерную консистенцию супа. К супу-пюре подают различные заправки (обжаренный лук, орехи, тертый сыр, сухарики, рубленую ветчину, соусы) в отдельных салатниках, а также гренки, пирожки или блинчики с начинкой из фарша.

Супы-пюре из круп и бобовых.

- Эти супы приготавливают из рисовой, перловой, овсяной и пшеничной полтавской крупы; из бобовых — гороха, фасоли, чечевицы. Крупы или бобовые хорошо разваривают, затем протирают вместе с отваром. Протертая масса имеет однородную вязкую консистенцию за счет большого количества клейстеризованного крахмала, устойчивую при хранении, поэтому крупяные супы часто приготавливают без соуса. Варка крупы до полного размягчения и ее протирание требуют много времени, причем часть крупы, которая не поддается измельчению, не используется. Для ускорения процесса приготовления и экономии продуктов крупу предварительно подсушивают, затем тонко размалывают. Полученную муку разводят двукратным количеством бульона или воды, хорошо перемешивают, вливают в кипящий бульон, варят 20—25 мин, солят и заправляют льезоном. Супы-пюре из бобовых льезоном не заправляют.

- **Супы-пюре** подают в бульонных чашках, которые наполняют на раздаче. Чашку с блюдцем ставят перед гостем Ручкой влево, столовую ложку кладут на блюдце перед чашкой ручкой вправо. Отдельно слева в салатнике, поставлен ном на пирожковую тарелку, подают гренки в виде кубиков. Десертную ложку для перекладывания кладут на пирожковую тарелку ручкой вправо - заправочные, молочные подают в металлических мисках или в глубоких столовых тарелках;

- **Вопросы д/з:**
- 1. Прозрачные супы – это?
- 2. Уха относится к каким супам?
- 3. Супы – пюре чем отличаются от других супов?
- 4. В какой посуде подают супы – пюре?
- 5. В каком питании используют супы – пюре?

ЛПЗ № 2.ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, ОФОРМЛЕНИЕ И ПОДАЧА ПРОЗРАЧНЫХ, ПРОТЕРТЫХ СУПОВ.

- **Цель:** изучить технологию приготовления, оформление и подачу прозрачных, протертых супов,
- **МТО:** Н. Анфимова «Технология приготовления пищи».

Ход работы:

1. Изучить тему;
2. Выполнить задание;
3. Составить тест по теме в количестве 10 вопросов (вопросительные слова не использовать).
4. Сделать вывод.

Молочные супы.

- Готовят их на цельном молоке или смеси молока и воды, на сухом или сгущенном стерилизованном без сахара молоке. Долго кипятить молоко не рекомендуется: снижается его биологическая ценность, ухудшается вкус. Молоко содержит в легкоусвояемом виде полноценные белки, жиры и минеральные соли.

- Гарнирами к супам служат крупы (рисовая, пшенная, манная, перловая, ячневая. Геркулес); макаронные изделия промышленного производства или мучные изделия, приготовленные на предприятиях общественного питания (лапша домашняя, клецки, профитроли); овощи (тыква, репа, кабачки, лук-порей, морковь, капуста белокочанная, брюссельская, савойская, зеленый горошек, бобы зеленые стручками).
- Технология производства супов на цельном молоке сводится к следующему: в молоко, доведенное до кипения, вводят подвергнутые механической обработке продукты и варят их до готовности, добавляя перед окончанием варки соль и сахар. Перед подачей супы заправляют сливочным маслом.
- Молочные супы с макаронными изделиями при хранении быстро густеют, поэтому их готовят небольшими партиями. Срок реализации их — не более 30-40 мин.

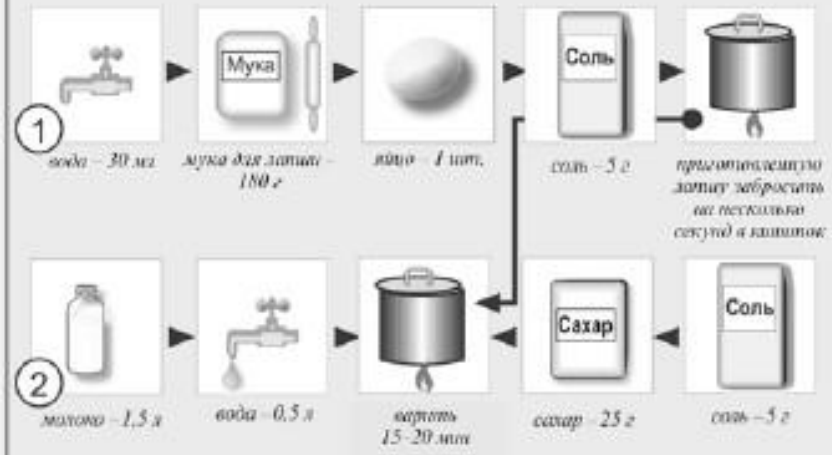
Суп молочный с лапшой домашней

Ингредиенты:

молоко – 1,5 л | вода – 0,5 л | масло сливочное – 25 г | сахар – 25 г

мука – 180 г | яйцо – 1 шт. | вода – 30 мл | соль – 5 г

Приготовление:



1: вода – 30 мл | мука для лапши – 180 г | яйцо – 1 шт. | соль – 5 г | приготовленную лапшу забросить на несколько секунд в кипяток

2: молоко – 1,5 л | вода – 0,5 л | варить 15–20 мин | сахар – 25 г | соль – 5 г

Примечание.

Приготовить домашнюю лапшу, погрузить на несколько секунд в кипяток, затем откинуть на сито. Когда вода стечет, положить лапшу в кипящее молоко (разбавленное водой) и варить 15–20 мин до готовности. Перед окончанием варки суп заправить сахаром и солью. Подавая на стол, в суп положить кусочек сливочного масла.

Суп молочный с грибами

Ингредиенты:

250 мл молока | 150 мл воды | 15 г сушеных белых грибов | 25 г сливочного масла | 15 г репчатого лука

200 г картофеля | 1 лавровый лист | перец | соль

Приготовление:

Примечание

Грибы замочить в холодной воде на 1 ч, затем вынуть, отжать и нарезать соломкой. Грибы обжарить на сливочном масле вместе с мелко нарезанным луком. Закипятить воду, в нее положить обжаренные грибы, нарезанный кубиками картофель, соль, перец, лавровый лист и варить до готовности картофеля. Затем влить молоко и довести до кипения.

Холодные супы.

- К холодным или летним относятся супы, приготавливаемые из овощей, мясных продуктов и рыбы на хлебном квасе, овощных отварах, кислом молоке и молочной сыворотке, фруктах или ягодах.
- Свежие овощи при приготовлении холодный супов не подвергаются термической обработке, поэтому сохраняют все свои полезные свойства. Холодные супы богаты минералами и минеральными веществами, что определяет их высокую пищевую ценность.

Супы на квасе и свекольных отварах.

- Окрошку, ботвинью, холодец, борщ готовят на хлебном квасе и свекольном и другом овощном отваре. Для приготовления **холодных супов** квас желательно брать не очень кислый. Квас также можно заменить на сыворотку, простоквашу, кислое молоко. Мясную или овощную окрошку можно приготовить, заменив хлебный квас простоквашей, сывороткой или кислым молоком. В молоко или простоквашу влить холодную кипяченую воду (50%), а для вкуса добавить лимонную кислоту.
- Продукты, которые входят в состав супов, должны быть охлажденные, не выше 10-12 градусов. В некоторые супы, как, например ботвинья и окрошка, рекомендуется при подаче класть кусочки льда.

Супы на фруктовых отварах.

- Правила приготовления сводятся к следующему: сначала варят сироп (вода с сахаром), а потом прибавляют фрукты или ягоды. Когда суп готов, к нему примешивают немного крупяного слизистого навара, после чего охлаждают. Если же варят протертый суп, то плоды или ягоды уваривают с сахаром и с незначительным количеством воды, затем протирают и полученное пюре вместе с крупяным слизистым наваром понемногу разбавляют остальной водой.
- Сладкие супы отпускают холодными с различными гарнирами: отварными макаронами, рисом, саго, которые отваривают отдельно и кладут в суп при отпуске.

Правила подачи супов.

- **Заправочные супы (щи, борщи, рассольники, солянки)** характерны для русской кухни. Их приносят с раздачи в суповых мисках и на подсобном столике переливают в подогретые глубокие тарелки, поставленные на мелкие столовые. Если столовая ложка при сервировке стола отсутствовала, то ее приносят и кладут на борт мелкой столовой тарелки, ставят суп перед гостем и перекладывают ложку на скатерть справа от тарелки.
- Ко многим заправочным супам (борщ московский, украинский, щи из квашеной капусты и др.) подают на пирожковой тарелке ватрушки с творогом, пампушки или на подогретой закусочной тарелке крупеник.
- При отсутствии в зале подсобного стола или серванта бульоны с гарнирами и заправочные супы отпускают с производства и подают гостям в глубоких столовых тарелках, поставленных на мелкие столовые тарелки.
- *Уху рыбацкую* подают на стол на подставке, к которой подвешивают котелок с ухой. Гость наливает уху в глубокую столовую тарелку деревянной ложкой. Деревянную ложку размещают на пирожковой тарелке рядом с подставкой для ухи.

- **Национальные супы** (щи суточные, похлебки, суп-пити) готовят и подают в керамических горшочках с крышкой или закрывают горшочек раскатанным слоеным тестом и после запекания (щи суточные) подают вместе со слойкой, которую используют вместо хлеба.
- **Холодные супы** (окрошку, борщ холодный, свекольник, щи зеленые) подают так же, как и горячие заправочные супы. Слева в салатнике, поставленном на пирожковую тарелку с резной бумажной салфеткой, подают кубики льда. Ложку десертную для раскладки льда помещают на край тарелки.
- **Сладкие супы** в летнее время подают холодными, а зимой — горячими в глубоких десертных тарелках, поставленных на мелкие десертные. Взбитые сливки или сметану по желанию гостя порционируют из креманки или соусника чайной ложкой. Отдельно на пирожковой тарелке можно подать бисквит, кекс, сухое печенье.

Требование к качеству, отпуску и хранению.

- ***Борщи.*** Во всех видах борщей капуста должна быть нарезана соломкой или кусками квадратной формы, форма нарезки остальных овощей должна соответствовать форме нарезки капусты. Овощи должны быть мягкими, но не переваренными и не помятыми. Цвет — малиново-красным, а не буро-желтым или коричневым. Вкус — кисло-сладким, без привкуса сырой муки и сырой свеклы. Сметану при закладке в тарелку с борщом не размешивают; ее можно подать отдельно.
- ***Костный бульон*** — слегка мутноватый; допускается небольшой осадок белков. На поверхности бульона могут быть блестки бесцветного или светло-желтого жира. Вкус и запах — свойственные бульону и добавленным кореньям.
- ***Мясной (мясо-костный) бульон*** — прозрачный, с блестками бесцветного или светло-желтого жира. Цвет — желтоватый. Вкус и запах — свойственные свежему бульону и добавленным кореньям.

- **Щи.** Во всех видах щей капуста должна быть нарезана соломкой или кусочками квадратной формы, форма нарезки остальных овощей должна соответствовать форме нарезки капусты. Квашеная капуста — шинкованная или рубленая. Щи из квашеной капусты могут быть светло-коричневого цвета. Овощи в готовых щах должны сохранять основную форму нарезки. Вкус щей из свежей капусты — сладковатый, с ароматом пассерованных овощей, без запаха пареной капусты. Вкус щей из квашеной капусты — без резкой кислотности.
- ***Рассольники.*** Во всех видах рассольников овощи должны сохранять форму нарезки. На поверхности — жир оранжевого или желтого цвета. Бульон — бесцветный или белый от сметаны или льезона. Овощи имеют натуральный, свойственный им цвет. Огурцы — оливковые или темно-зеленые, без кожицы и грубых семян. Вкус и запах — острые.
- ***Картофельные супы.*** В состав всех картофельных супов должны входить морковь и репчатый лук. Картофель должен быть без глазков и темных пятен. Овощи не разварены и не помяты; часть картофеля может быть немного разварена. Жир — желтый или оранжевый. Вкус и запах — картофеля и пассерованных овощей.

- ***Супы с макаронными изделиями.*** Овощи нарезаны в соответствии с формой макаронных изделий. Макаронные изделия должны сохранять форму. Жир — оранжевый или желтый. Вкус и запах — свойственные макаронным изделиям и овощам, с ароматом пассерованных овощей.
- ***Молочные супы.*** Цвет молочного супа — белый. Вкус — сладковатый, слабосоленый. Не допускается запах пригорелого молока.
- ***Пюреобразные супы.*** Они должны представлять собой однородную массу без заварившейся муки и кусочков непротертых овощей. В некоторые виды супов овощи и крупы кладут непротертыми. Цвет супа — белый или соответствующий основному продукту. Суп не должен иметь вкуса сырой муки.
- ***Прозрачные супы.*** Эти супы должны иметь прозрачный бульон; куриный — с золотисто-желтым оттенком, говяжий и из дичи — желтый с коричневым оттенком, рыбный — желтый. Аромат бульона должен быть четко выраженным. Лапша и вермишель в супе должны сохранять форму, иметь белый или желтый цвет. Цвет овощей должен быть натуральным (стручки фасоли — зеленые, репа — желтая, морковь — красная, спаржа — белая и т. д.). На поверхности бульона не должно быть блесток жира. Гренки и пирожки подают

- Супы следует подавать на раздачу небольшими порциями. Новую партию супа на раздаче нельзя смешивать с остатками прежней.
- Мясные и рыбные продукты следует хранить в соответствии с правилами (в бульоне, на водяной бане и т. д.) и равномерно раскладывать в суповые миски и тарелки. Гарниры в прозрачные супы кладут перед подачей, а некоторые (гренки, профитроли) подают отдельно.
- Зелень часто подают отдельно на розетке. Так же подают ломтик лимона к солянкам. Сметану кладут в суп при отпуске или подают в соуснике.
- Посуду (тарелки, суповые миски), бульонные чашки для супов следует подогревать, а для холодных — охлаждать. Суп наливают в тарелки и миски осторожно, чтобы края их оставались чистыми.

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

ВОПРОСЫ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ:

- 1. Дать определение слову «Суп»?
- 2. Значение супов в питании человека?
- 3. Классификация супов?
- 4. Бульон – это?
- 5. Из каких частей состоит суп?

Используемая литература:

1. Интернет – ресурсы
2. Анфимова Н. А. Кулинария; Академия - Москва, 2008. - 352 с.
3. Барановский В.А.Повар-технолог; Феникс - Москва, 2009. - 416 с.
4. Долгополова Светлана Новые кулинарные технологии; Ресторанные ведомости - Москва, 2013. - 272 с.
5. Домарецкий В. А. Технология продуктов общественного питания; Форум - Москва, 2008. - 400 с.