

# Сладкие блюда



- ▣ Сладкие блюда завершают любой прием пищи, поэтому их еще называют десертными.
- ▣ Они украшают стол, но требуют умелого оформления.
- ▣ Для приготовления сладких блюд используют: - -
- ▣ сахар,
- ▣ плоды,
- ▣ ягоды,
- ▣ орехи,
- ▣ различные фруктово-ягодные соки,
- ▣ сиропы,



□ Для улучшения вкуса и ароматизации сладких блюд в них добавляют ваниль, корицу, цедру цитрусовых плодов, лимонную кислоту, кофе, какао, вино, ликеры и т.п.



**По температуре подачи  
сладкие блюда делятся:**

**холодные**



- ▣ свежие фрукты и ягоды, компоты, кисели, желе, муссы, кремы и др.
- ▣ Подают их при температуре около 10 °С, но не ниже 6 °С.

**горячие**



**суфле,  
пудинги,  
шарлотки и т.д.**

**Температура их  
подачи примерно  
55 °С.**

□ Сладкие блюда не только вкусны, но и весьма питательны. Большинство их содержит значительное количество сахаров. Некоторые сладкие блюда, как например сливочное мороженое , крем и др., богаты жирами, а такие блюда, как творожный пудинг, воздушный пирог,

Кроме того, ряд сладких блюд содержит также витамины, минеральные соли, необходимые организму человека.



- ❑ Плоды и ягоды содержат витамины А, В1, С, Р, особенно они богаты витамином С.
- ❑ Больше всего витамина С имеется в плодах шиповника, незрелых грецких орехах, черной смородине, лимонах, апельсинах.
- ❑ Плоды абрикоса, рябины, хурмы, шиповника богаты провитамином А — каротином, который в организме человека переходит в витамин А.
- ❑ Витамины группы В содержатся в яблоках и грушах; в лимонах, г... а также в черной смородине... имеется витамин Р.



- ▣ **Витамин С быстро разрушается при нагревании под воздействием кислорода воздуха. Неправильная обработка и варка плодов при изготовлении блюд могут значительно снизить их витаминную ценность.**
- ▣ **Поэтому сохранение витаминов в плодах и ягодах — одна из задач каждого кулинара.**



▣ **Компоты из свежих плодов и ягод не требуют продолжительной варки; при изготовлении их большинство фруктов достаточно залить прокипяченным горячим сахарным сиропом и дать настояться. Таким образом в компотах сохраняется значительное количество витаминов.**





- ▣ Большое значение для сохранения витаминной ценности сладких блюд из свежих плодов и ягод имеет правильная обработка фруктов.
- ▣ Не следует хранить длительное время очищенные и особенно нарезанные плоды; надо избегать того, чтобы плоды и ягоды соприкасались с желтой и темной металлической посудой и т. п.



□ Большое значение имеет широкое использование консервированных фруктов (сушеных, быстрозамороженных и т. п.).



□ **Замороженные плоды и ягоды по своим вкусовым достоинствам, питательности, содержанию витаминов почти не отличаются от свежих. В то же время они выгодно отличаются от фруктовых компотов (консервов) тем, что не подвергаются стерилизации, т. е. нагреванию при температуре выше 100°.**

**вследствие чего в них лучше сохраняются вкусовые качества и питательные свойства свежих плодов.**



Замороженные плоды могут употребляться после размораживания как десерт, а также в качестве полуфабриката для приготовления компотов, фруктовых салатов, мороженого



В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе и кремов употребляют желатин, крахмал, главным образом картофельный и значительно реже кукурузный (маисовый).

Плоды, частично поврежденные, тщательно обрезают и используют для приготовления пюре. Плоды и ягоды

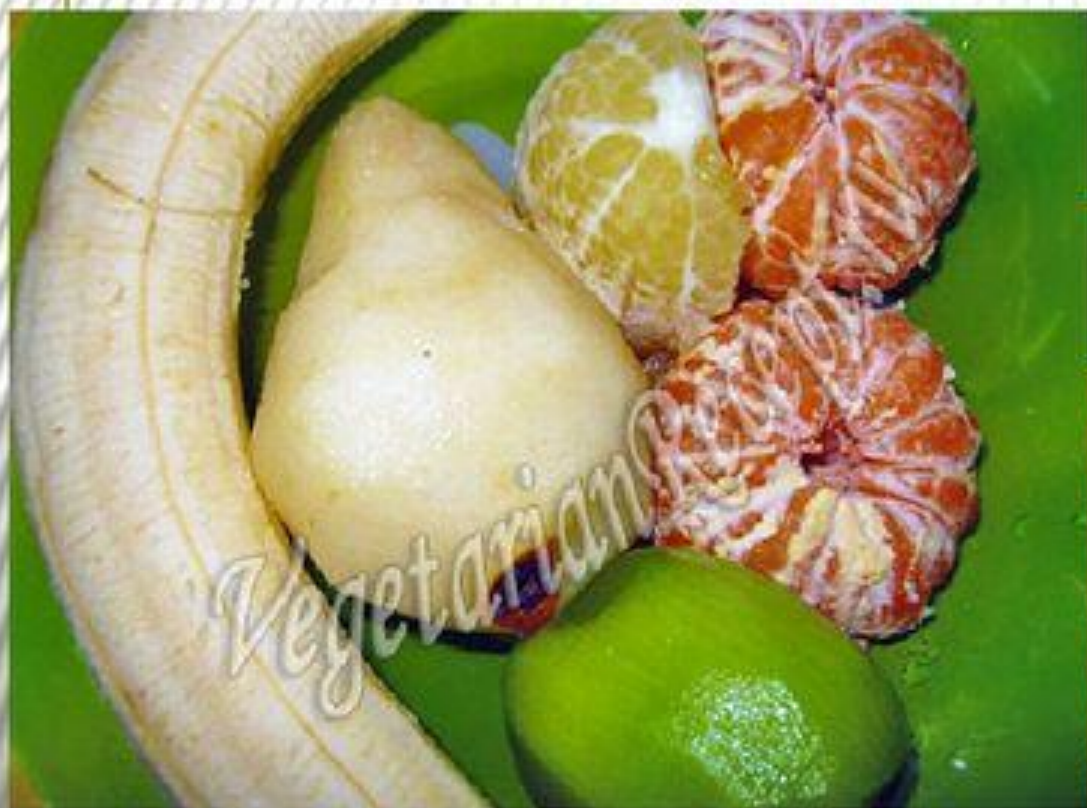
промывают два-три  
раза в холодной  
питьевой воде.



□ Для изготовления большинства сладких блюд плоды предварительно протирают. Перед протиранием яблоки варят или пекут, груши только варят. Сливы, абрикосы, персики и другие косточковые плоды, за исключением вишен, припускают в сиропе в течение 25—30 минут. Землянику и другие ягоды протирают с сахаром.



При очистке у яблок и груш удаляют сердцевину с семенной коробочкой, затем очищают кожицу, оставляя у груш плодоножку.



## Требования к качеству сладких блюд

- ❑ Сладкие блюда должны иметь цвет, вкус, запах тех продуктов, из которых они приготовлены.
- ❑ Кисель должен быть однородным, без комков, определенной густоты. Ягодный кисель должен быть прозрачным.
- ❑ У компота - сироп прозрачный, фрукты и ягоды целые, не разваренные.
- ❑ Желе и мусс должны быть однородными, без комков.

Желе должно

быть прозрачным.





# Повторение

- 1. Как классифицируют сладкие блюда?
- 2. Каким образом можно избежать пленки на поверхности киселя?
- 3. Какие продукты дополнительно можно положить в компоты для улучшения вкуса?
- 4. Какие продукты используют для плотности желе?