

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 соусы,
- 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 груше; в лимонах, гранатах, а также в черной смородине



- 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 или молочной пленкой 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, мороженог



- В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе и кремов употребляют желатин, крахмал, главным образом картофельный и значительно реже кукурузный (майсовый).
- Плоды, частично поврежденные, тщательно обрезают и используют для приготовления пюре. Плоды и ягоды промывают два-три раза в холодной питьевой воде.

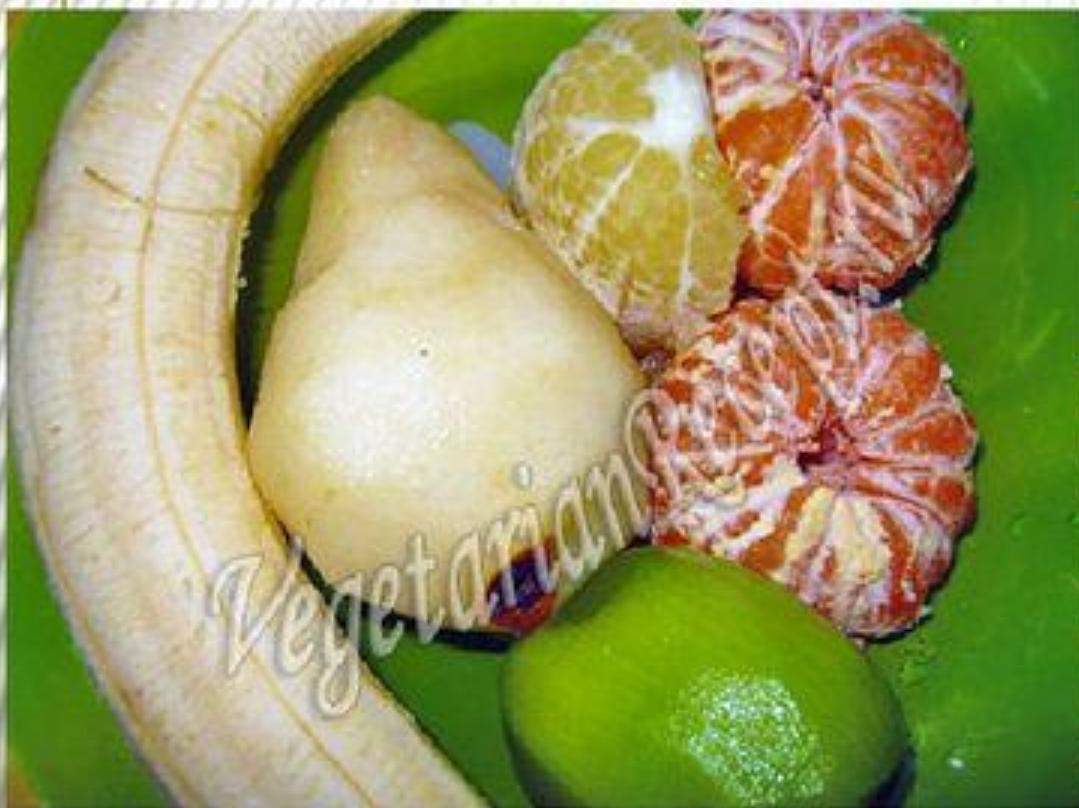


Для изготовления большинства сладких блюд плоды предварительно протирают. Перед протиранием яблоки варят или пекут, груши только варят. Сливы, абрикосы, персики и другие косточковые плоды, за исключением вишнен, припускают в сиропе в течение 25—30 минут. Земл

другие ягоды протирают съ



- 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?