



# Подготовка продуктов для супов



## 2.2.2. Подготовка продуктов для гарнира

Для приготовления супов необходимо в первую очередь подготовить продукты.

**Пассерование овощей.** Пассеруют лук репчатый, морковь. При пассеровании моркови каротин растворяется в жире, благодаря чему лучше усваивается, а суп приобретает красивую оранжевую окраску. Кроме каротина, в жире растворяются эфирные масла моркови. В таком состоянии они хорошо сохраняются при варке супов и придают им приятный вкусовой оттенок и аромат.

# Пассерование овощей



Для пассерования овощей используют сотейники. Пассеруют нарезанные овощи слоем не более 4 см, добавляя 10 ... 15% жира. Овощи рекомендуется пассеровать порознь. При небольшом количестве лука и моркови их можно пассеровать в одной посуде, причем сначала в течение 5 мин пассеруют лук, затем добавляют морковь и пассеруют все вместе еще около 15 мин. Температура овощей при пассеровании не должна превышать 110 ... 120 °С.

В процессе пассерования овощи доводятся только до полуготовности, при этом они приобретают золотистый цвет. Для пассерования используют кулинарные жиры, топленое масло, костный жир, свиное и говяжье сало, растительные масла (для грибных, рыбных и вегетарианских супов), сливочное масло.

**Пассерование томата-пюре.** В томате содержатся жирорастворимые красящие вещества. Они окрашивают жир в оранжево-красный цвет. Кроме того, при пассеровании томатного пюре снижается кислотность, удаляется запах сырости, образуются новые ароматические вещества. Томатное пюре пассеруют на жире отдельно 15 ... 20 мин или добавляют к овощам перед окончанием их пассерования.

**Пассерование муки.** Для придания супам большей вязкости во многие из них (кроме картофельных, с крупами и макаронными изделиями) вводят пшеничную муку не ниже 1-го сорта, пассерованную с жиром или без него при температуре 120 °С.

# Пассерование муки



В процессе пассерования овощи доводятся только до полуготовности, при этом они приобретают золотистый цвет. Для пассерования используют кулинарные жиры, топленое масло, костный жир, свиное и говяжье сало, растительные масла (для грибных, рыбных и вегетарианских супов), сливочное масло.

**Пассерование томата-пюре.** В томате содержатся жирорастворимые красящие вещества. Они окрашивают жир в оранжево-красный цвет. Кроме того, при пассеровании томатного пюре снижается кислотность, удаляется запах сырости, образуются новые ароматические вещества. Томатное пюре пассеруют на жире отдельно 15... 20 мин или добавляют к овощам перед окончанием их пассерования.

# Пассерование томата





**Пассерование муки.** Для придания супам большей вязкости во многие из них (кроме картофельных, с крупами и макаронными изделиями) вводят пшеничную муку не ниже 1-го сорта, пассерованную с жиром или без него при температуре 120 °С.

Для того чтобы мука равномерно прогревалась, ее предварительно просеивают. Сухую мучную пассеровку охлаждают, разводят небольшим количеством охлажденного бульона или овощного отвара (4 л на 1 кг муки), размешивают венчиком, проваривают 5 ... 10 мин и процеживают. Супы заправляют ею за 5 ... 10 мин до окончания варки. Жировую мучную пассеровку разводят горячим бульоном. Иногда вместо мучной пассеровки супы заправляют протертым картофелем.

**Нарезка овощей.** Обработанные овощи нарезают, используя ту или иную форму нарезки (брусочки, дольки, соломка, кубики) в зависимости от вида супа. Для крупяных супов овощи нарезают мелкими кубиками, для супов с вермишелью — соломкой. Если белокочанная капуста нарезана шашками, то остальные овощи нарезают ломтиками или кружочками. При нарезке капусты соломкой остальные овощи лучше нарезать так же.

# Нарезка овощей



**Подготовка круп.** Крупы перебирают и тщательно промывают. При использовании перловой крупы ее после промывания заливают горячей водой (3 л на 1 кг крупы) и варят до полуготовности. Затем отвар сливают, так как он имеет темный цвет и слизистую консистенцию, что придает супам неприятный внешний вид, а крупу снова промывают.

# Подготовка круп



# Подготовка бобовых



**Подготовка бобовых.** Бобовые перебирают, промывают и замачивают в холодной воде (2... 3 л на 1 кг бобовых): фасоль и чечевицу — в течение 5... 8 ч, лущеный горох — 3... 4 ч. Затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до готовности.

**Подготовка свеклы.** В связи с тем что протопектин свеклы довольно устойчив к гидротермической обработке, ее вводят в борщи, подвергнув предварительной тепловой обработке. Важно по возможности сохранить цвет свеклы, придающий борщам характерную окраску.

Положительно влияет на сохранение окраски свеклы кислая среда, поэтому корнеплод тушат с добавлением уксуса. Учитывая факторы, способствующие сохранению окраски свеклы, ее подготовку производят различными способами.



# Подготовка свёклы для борща



*Первый способ.* Нарезанную сырую свеклу заливают водой или бульоном, добавляют уксус, томат-пюре, жир и тушат от 20 ... 30 мин (молодая свекла) до 1 ... 1,5 ч (зрелые корнеплоды).

*Второй способ.* Свеклу варят очищенной или неочищенной. В том и другом случае ее следует заливать холодной водой, так как при погружении свеклы в горячую воду ухудшается ее цвет. При варке очищенной свеклы в воду добавляют уксус, неочищенную свеклу можно варить без уксуса, а кожицу очистить после варки.

Сваренную свеклу шинкуют или нарезают ломтиками и прогревают с уксусом или добавляют к тушеной квашеной капусте.

Для ускорения варки свеклу можно варить до полуготовности в течение 45...75 мин, затем прекратить нагрев, слить воду и залить холодной водой или выдержать свеклу на воздухе до полного размягчения.

*Третий способ.* Хорошо промытые одинаковые некрупные клубни запекают в жарочном шкафу 60...90 мин при 250 °С, а затем охлаждают и нарезают.

Борщи со свеклой, подготовленной по второму и третьему способам, имеют яркую малиново-красную окраску и более нежный вкус. Эти способы рекомендуются для варки борща с картофелем.

**Борщевая заправка.** При массовом приготовлении, чтобы обеспечить доготовку борща по мере реализации и долго не хранить готовое блюдо на раздаче, обычно готовят борщевые заправки. Для этого свеклу моют, очищают от кожицы, еще раз промывают, шинкуют соломкой, добавляют бульон или воду (15... 20% от массы свеклы), жир, томатное пюре и тушат в закрытой посуде от 20... 30 мин (молодая свекла) до 1... 1,5 ч (зрелые корнеплоды). Перед окончанием тушения добавляют пассерованные лук, морковь, белые коренья, уксус.

**Настой свеклы.** Для придания борщам яркой окраски (малинового цвета) используют настой свеклы. Для его приготовления берут свеклу наиболее яркой окраски, нарезают ее тонкими ломтиками или натирают на терке. Подготовленную свеклу закладывают в кастрюлю или котел, заливают горячим бульоном или водой (2 л на 1 кг свеклы), добавляют уксус, доводят до кипения, настаивают на борту плиты 20 ... 30 мин и процеживают.

**Тушение капусты.** Квашеную капусту перебирают, крупные куски дополнительно шинкуют или рубят, промывают холодной водой, если она кислая. Затем тушат 2 ... 2,5 ч на противнях или электросковородах с добавлением бульона или воды (20 ... 25% от массы капусты), жира (10 ... 15%), томатного пюре, периодически помешивая.

Морковь, корень петрушки, лук шинкуют соломкой или нарезают мелкими кубиками (если капуста была рубленой), пассеруют и добавляют в капусту за 10 ... 15 мин до окончания тушения. Для щей суточных капусту тушат с добавлением томата и костей свиного копченостей 3 ... 4 ч.

Свежую белокочанную капусту, если она немного горчит, и репу рекомендуется перед закладкой в супы ошпаривать (бланшировать) кипящей водой.

**Припускание соленых огурцов.** Для рассольников и солянок огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают соломкой или ромбиком и припускают в небольшом количестве воды или бульона в течение 15 мин, а затем вводят в супы за 10 мин до готовности.

**Подготовка щавеля, шпината.** Щавель припускают в собственном соку, шпинат припускают в небольшом количестве воды, затем все протирают. Можно половину щавеля и шпината не протирать, а закладывать нарезанными.



**Подготовка лезона.** Некоторые рассольники, супы-пюре заправляют лезоном. Для его приготовления прокипяченное и охлажденное до  $60^{\circ}\text{C}$  молоко (сливки) соединяют с желтками, размешивают и при постоянном помешивании прогревают до загустения ( $70 \dots 75^{\circ}\text{C}$ ), следя за тем, чтобы не произошло свертывание желтков, а затем процеживают. При массовом приготовлении суп охлаждают до  $70^{\circ}\text{C}$  и заправляют лезоном. Супы, заправленные лезоном, кипятить нельзя.