

Тема: Основные предпочтения и технология приготовления супов и соусов в Польше.



Национальная кухня Польши:



Национальная кухня Польши разнообразная и великолепная. Это синтез исконно польских традиций вместе с традициями других кухонь, таких как: украинская, русская, прибалтийская, итд. Такое разнообразие привело к тому, что еда в Польше настолько разнообразная и колоритная, что каждый найдет блюдо по душе. В целом, все блюда очень сытные и калорийные, при этом невероятно вкусные. Если вы вдруг сторонники диет питания или вегетарианства в Польше об этом стоит забыть. Поляки обожают мясо. И все блюда польской кухни обязательно в своем составе имеют этот вкуснейший ингредиент. Он превращает блюдо в кладезь вкуса, питательных веществ, наполняет теплом не только желудок, но и душу.



***Польские** повара знают толк в приправах. Они используют их настолько аккуратно и, как-то по ювелирному, что вы ощущаете только легких шлейф от их присутствия, что только подчеркивает вкус, превращая кушанье в кулинарный шедевр.*



Но не мясом единым живет национальная кухня Польши. Кисленькая квашеная капуста и огурчики, красная свёкла, жирная и вкусная сметана (много сметаны), разнообразные виды грибов и невероятное количество колбасок, мучных изделий и водка (куда же без неё при таком-то ассортименте) делают национальную польскую кухню разнообразной и нереально питательной.



Трудно поверить, но в Польше сложился культ супов. Поляки и дня не могут прожить без этой еды. Даже праздники не обходятся без такого, казалось бы обыденного, блюда. Думаете, что суп вас ничем не удивит? Тогда вам стоит попробовать традиционный суп, под названием Чернина (szernina). Это суп, приготовленный из гусиной, не грудки — крови с добавлением бульона из потрошков, сухофруктов, специй и разнообразных овощей. Состав немного странноват, но вкус просто великолепный, попробовать стоит обязательно.



Более привычным для нас будет суп Холодник (Chlodnik). Готовится он на свекольном квасе с добавлением свежего огурца, вареного яйца и укропа. И куда же без огромного количества сметаны. По вкусу напоминает окрошку, только немного поинтересней. А яркий цвет, так и манит попробовать ложечку



Быть в Польше и не попробовать Журе́к (żurek), это будет преступлением. Это самый что ни есть польский суп. Готовят его из ржаной муки, перед тем немного сквашенной, также добавляют белую колбасу, подкопченное мясо, специи и коренья. Большая ложка сметаны обязательна. Подают его на стол в миске из хлеба, с яйцом и как дополнение, к нему идет ещё кусок колбасы. Суп невероятно сытный и необычайно вкусный. Не редко Журе́к увидишь за праздничным Пасхальным столом.



Но на этом гастрономическое разнообразие не заканчивается. Наряду с красным, традиционным борщом, поляки готовят и белый борщ. Его основа это закваска ржаной муки, картошка и майоран. На борщ не очень похоже, но по-своему очень вкусное блюдо.



Также, если уж совсем не до экспериментов, а кушать хочется, то можно попробовать Крупник (Krupnik) – суп из ячменной крупы, овощей и мяса.



Польские соусы



«Польский соус» Так как приготовить польский соус можно всего за каких-то 15 минут и из минимума ингредиентов, его смело причисляют к вариантам на скорую руку. Подают соус традиционно с белой рыбой, он прекрасно дополняет её вкус. Попробуйте, рецепт точно достоин вашего внимания!



Ингредиенты:

- *Сливочное масло — 100 Грамм
- *Яйцо — 2 Штуки
- *Соль — По вкусу
- *Зелень — По вкусу
- *Сок лимона — По вкусу

Этот соус можно приготовить с добавлением основного белого соуса (200 г), приготовленного на рыбном бульоне, соответственно уменьшив количество сливочного масла (150 г). Подавать к припущенной или отварной рыбе (полить рыбу соусом или подать его отдельно в соуснике).



Ингредиенты:

- * Масло сливочное -350
- * Яйца отварные
вкрутую – 4шт.
- * Сок лимона– 1ч.
Ложка
- * Зелень петрушки - по
вкусу
- * Соль- по вкусу

Технология приготовления соусов в Польше.

Настоящий Польский соус к рыбе – это пикантная заправка, которая не только станет украшением любого праздничного стола, но и сделает особенно вкусными рыбные блюда. Готовится такой соус очень просто, главное использовать свежие качественные продукты и специальную емкость, в которой можно кипятить растопленное сливочное масло и точно знать, что оно не подгорит. Это очень важно, так как вкус горелого сливочного компонента может испортить вкус самого соуса.

Ингредиенты:

- *Масло сливочное:300 грамм
- *Лимон: 1 штука
- *Яйца куриные: 5 штук
- *Соль по вкусу
- *Зелень петрушки свежая2 пучка



Польский яично-масляный соус



Продукты

масло сливочное	350 г
яйца отварные вкрутую	4 шт.
сок лимона	1 ч. ложка
зелень петрушки	по вкусу
соль	по вкусу

Сливочное масло растопить, смешать с мелко нарубленными яйцами и солью, добавить сок лимона и мелко нарезанную зелень петрушки, осторожно перемешать. При желании можно добавить 1/4 стакана рыбного бульона.

Этот соус можно приготовить с добавлением основного белого соуса (200 г), приготовленного на рыбном бульоне, соответственно уменьшив количество сливочного масла (150 г). Подавать к припущенной или отварной рыбе (полить рыбу соусом или подать его отдельно в соуснике).

Заправка польская



- Желтки тщательно растереть в эмалированной посуде деревянной ложкой и, понемногу добавляя сметану, смешать до получения однородной смеси. В полученную смесь добавить столовый уксус или раствор лимонной кислоты, соль и сахар.

Продукты

сахар	по вкусу
желток сваренных вкрутую яиц	3 шт.
сметана	1 стакан
уксус	0.25 стакана
соль	по вкусу

Польская национальная кухня иногда удивляет, иногда пугает и шокирует, но она невероятно вкусная, и стоит хотя бы раз попробовать блюдо, и вы уже не сможете отказаться от добавки. Приятного аппетита!



Десерты



- Традиционным польским десертом являются сладкие пироги (польск. ciasta), чаще всего — дрожжевые, а также разнообразные рулеты с маком, изюмом, орехами и сухофруктами, мазурки, яблочные, творожные пироги и пряники. Одним из любимых польских лакомств являются пончики, начинённые повидлом из дикой розы.



Напитки



- Настойки, самой оригинальной из которых является зубровка, настаиваемая на стеблях травы зубровки из Беловежской пуши, которую едят зубры. Также старка, схожая технологией приготовления с виски. Также фруктовые наливки.
- Пиво (польск. *piwo*) также является традиционным польским слабоалкогольным напитком. Пивоварни в таких городах как Живец (*żywiec*), Варка или Эльблонг имеют вековые традиции приготовления этого напитка.
- В холода поляки охотно пьют подогретое пиво или вино с добавлением мёда и приправ из душистых кореньев.



Спасибо за просмотр!



Над презентацией работали:
Ильина Ирина и Нефедина Анна.
Технолигическая группа №3.