Технология приготовления первых блюд

Из чего состоит суп

СУП

Жидкая часть(основа)-
бульон, молоко, молочные напитки (кефир, простокваша), отвары из круп, овощей, фруктов, квас

Плотная часть (гарнир)-
разнообразные продукты: овощи, грибы, крупы, бобовые и макаронные изделия, рыба, мясо, птица и т.д.

Бульон

- Жидкий навар из мяса, рыбы или овощей

Технология приготовления бульона

- 1. Положить подготовленное мясо в кастрюлю и залить холодной водой.
- 2. Довести до кипения на сильном огне, снять пену и уменьшить нагрев.
- 3. Заложить в кипящий бульон подготовленную морковь, репчатый лук, специи, соль и варить около 40 мин (время варки зависит от вида мяса).
- 4. Вынуть шумовкой лук, морковь, мясо.
- 5. Процедить бульон.
- 6. Подать в бульонной чашке

как самостоятельное блюдо с гренками
сухариками, зеленью, чесноком или
использовать как жидкую основу
для супов.

Классификация супов

- 1. По температуре подачи: горячие (75-80 °С), холодные (10-14 °С).
- 2. По способу приготовления: заправочные, прозрачные, супы-пюре, сладкие, холодные.
- 3. По виду основы: на бульон
молоке.

Заправочные супы

- супы, при приготовлении которых в бульоне (отваре) варят до готовности овощи, макаронные изделия, крупы, бобовые. Заправляют пассерованными овощами. К заправочным супам относятся щи, борщи, рассольники, солянки, овощные супы, супы с крупами, с макаронными и мучными изделиями.

Прозрачные супы

- состоят из бульона и гарнира, которые варят отдельно друг от друга. Эти супы предназначены для возбуждения аппетита, они низкокалорийные

Супы - пюре

- готовят из птицы, печени, рыбы, грибов, овощей, круп, бобовых. Чтобы суп-пюре имел однородную нежную консистенцию, для его приготовления продукты протирают. Такие супы питательны, легко усваиваются, поэтому применяются в

Сладкие супы

- готовят на основе отваров из свежих, сушеных, замороженных фруктов и ягод. Можно использовать консервированные плодово-ягодные пюре. Подают в холодном и горячем виде со сливками или сметаной.

Холодные супы

- супы и борщи хорошо освежают в жару. Готовят их на квасе, свекольных или фруктовых отварах. Готовые супы хранят в холодильнике.

Молочные супы

- готовят на молоке, смеси молока и воды, а также из сухого или сгущённого без сахара молока. Плотной частью могут быть крупы, макаронные изделия или овощи.

Технология приготовления супа

- 1. Довести до кипения бульон или отвар.
- 2. Заложить в кипящий бульон подготовленные продукты в определённой последовательности в зависимости от
- продолжительности варки продуктов (табл. 1), чтобы они были доведены до готовности одновременно.
- 3. Варить при слабом кипении.
- 4. Заложить в суп пассерованные коренья и репчатый лук за 10-15 мин до готовности.
- 5. Заправить мучной пассеровкой или протёртым картофелем за 5-10 мин до окончания варки (кроме супов с картофелем, крупами, мучными изделиями).
- 6. Положить специи и соль за 5-7 мин до готовности супа.
- 7. Оставить сваренный суп без кипения на 10-15 мин для настаивания.
- 8. Подать суп в подогретой тарелке или суповой миске.